



# oddíl KARATE

**V září 2018 proběhne nábor nových členů do oddílu KARATE.**

Do oddílu přijímáme děti od 7 let – dívky i chlapce.

**Tréninky:** 2x týdně, Po 17:00 - 18:30, St 16:30 - 18:00

**Kde:** ZŠ a MŠ Bílá 1784/1, 160 00 Praha, Dejvice

**Kontakt:** Mirek Budín, 728 677 472, [mbudin@upcmail.cz](mailto:mbudin@upcmail.cz)

Věnujeme se výuce karate stylu Shotokan a to jak sportovním disciplínám (sestavy – kata, volný boj – kumite), tak i aplikaci karate v sebeobraných situacích. Tréninky vedou tři kvalifikovaní trenéři třetí třídy. Pokročilí cvičenci se v průběhu roku účastní turnajů pořádaných Českým svazem karate nebo regionálními svazy. Dvakrát ročně pořádáme zkoušky na stupně technické vyspělosti (páskování), kde naši svěřenci získávají technické stupně rozlišované barvou pásku. V průběhu letních prázdnin pořádáme 14ti denní soustředění v rekreačním středisku u přehrady Orlík. Do oddílu přijímáme vždy na začátku školního roku chlapce i dívky ve věku od sedmi let.

Více informací naleznete na:

[www.sokoldejvice.cz/oddily/ostatni-oddily/karate](http://www.sokoldejvice.cz/oddily/ostatni-oddily/karate)