

# GASHUKU SKIF CZ

31.8.-1.9. 2024 | Hradec Králové

**SHOTOKAN  
KARATE**





GASHUKU SKIF CZ  
31.8.-1.9. 2024 | Hradec Králové

## GASHUKU SKIF CZ 2024

Organizuje: TMK SKIF CZ  
Datum: 31.8.2024-1.9.2024  
Místo konání: Hala Pouchov, K Sokolovně 544/19, Hradec Králové 7

Lektoři: Vladimír Budín, 6.DAN  
Tomáš Tragan, 5.DAN  
Vít Štencl, 5.DAN  
Michal Kaiser, 4.DAN

Poplatek: 1000 Kč / dvoudenní seminář  
800 Kč pro členy SKIF CZ  
Platba přes databázi SKIF CZ

### Časový harmonogram

<b>SOBOTA</b>	31.8.2024
10.00-11.15	společný trénink pro všechny (KIHON, GOHON Kumite)
11.30 - 12.45	spol. trénink pro všechny technické stupně (KATA HEIAN)
12.45 - 15.00	Přestávka (oběd)
15.00 - 16.15	spol. trénink pro všechny (KATA HEIAN)
16.30 - 17.45	dělený trénink 6.-1.kyu ENPI / DAN (Sochin)
19.00	možnost společné večeře
<b>NEDĚLE</b>	1.9.2024
9.30-10.45	společný trénink sanbon, Kihon Ippon Kumite
11.00-12.15	společný trénink Kihon Ippon Kumite,
12.30-13.45	dělený trénink 6.-4.kyu (kihon ippon-kumite) / 3.kyu-DAN (Džiu ippon-kumite, Happo kumite)
14.00	zkoušky na 3.-1.kyu (přihlašování a platba přes databázi SKIF CZ)

Přihlášení: zájemci od 6.kyu výše.  
Přihlašování přes databázi SKIF CZ

Ubytování: zajišťuje si každý účastník sám

Za TMK SKIF CZ

Kamil Guzek, Vladimír Budín, Tomáš Tragan, Michal Kaiser