



**SVAZ KARATE PLZEŇSKÉHO KRAJE**  
Paroubkova 535, 344 01 Domažlice

zve všechny zájemce  
na seminář



**KATA**

**s Ivou Jandovou a Lukášem Jandou**

Termín: sobota 15. října 2022

Místo konání: tělocvična 31. základní školy Plzeň  
Elišky Krásnohorské 10 (Lochotín)

Program: 09:30 h - 10:00 h - prezentace  
10:00 h - 10:30 h - základní principy Heian Kata  
10:30 h - 11:00 h - metodika nácviku Heian Kata  
11:00 h - 11:15 h - pravidla a hodnocení  
11:15 h - 12:00 h - nácvik kata team, bunkai  
12:00 h - 13:00 h - Kata Enpi  
13:00 h - 14:00 h - Kata Bassai-Dai

Poplatek: 300 Kč na místě při prezentaci  
(mládež do 15 let 200 Kč)

Seminář je v systému vzdělávání trenérů ČSKe ohodnocen 2 kredity.

Přihlášky: zasílejte do 13. 10. 2022 na [kubalikz@email.cz](mailto:kubalikz@email.cz),  
tel. 607 743 878

Ing. Zdeněk Kubalík  
předseda SKePK