

# SHOTOKAN KARETE CLUB LOUNY

**Ve dnech 21.7 – 28.7 2007 se koná soustředění na POUSTKY - SKLÁRNA**

Účast všech členů povinná

Věci sebou : karete-gi, chrániče, sportovní oděv ,sportovní obuv, věci na převlečení,věci osobní potřeby

Ubytování a celodenní stravování zajištěno /stravování 5x denně/

Doprava v ceně.

Tréninky se konají pod vedením M.Fišáka( 1 kyu) a J.Boublíka ( 3 kyu)

Tréninky se budou konat v tělocvičně v Poustky - Sklárna

Rozvrh

Sobota 21.07.2007:

příjezd + ubytování+ odpolední trénink od 14.30 – 16.30

V ROZMEZÍ OD 21.7 do 28.7 2007

Plánován rozsah tréninků v počtu hodin.

Dopolední trénink od 09.30 – 11.30

Odpolední trénink od 14.30 – 16.30

v sobotu 28.7 po obědě odjezd domů