



Určeno všem oddílům, klubům, trenérům, instruktorům, zkušebními komisařům, vedoucím dojo, rozhodčím a kandidátům na STV 1. DAN.

Školení pro rok 2015

Český svaz karate JKA Vás zve na školení v roce 2015. Bude probíhat školení rozhodčích, zk. Komisařů, instruktorů a příprava kandidátů na STV 1. Dan JKA. Dále bude upraven soutěžní řád pro rok 2015. Na tomto školení bude probíhat výuka pravidel JKA World, dále standardizace kata a kumite, jakož i jiné důležité informace pro soutěžní sezónu 2015.

Na školení jsou rovněž srdečně zváni vedoucí dojo a trenéři, kteří se zde dozví veškeré informace důležité pro účast na soutěžích JKA v roce 2015 a to především ve vztahu ke standardizaci Shotokan kata a forem kumite. Školení je pro rozhodčí JKA ČR povinné.

- datum konání: **9. ledna 2015/** od 17.00 hodin do **11. ledna 2015** do 15.00 hodin
- místo konání: **ZŠ 28. Října 1157, Neratovice**
- poplatky: 1300,- Kč na osobu včetně stravného (2x snídaně, 2x večeře v restauraci a 1x oběd v restauraci) a včetně přespání v Dojo -poplatek je splatný na místě.
x ,-Kč na zaplacení licence na kterou se hlásíte, či kterou prodlužujete: viz směrnice 02/2014
- ubytování: **Ubytovna TJ Spolana - ul. Kojetická:** 2 – 3 lůžkové pokoje, 165 Kč/os, kontakt: pí Červená 420 315 682 433
- Ubytovna u Medvěda – ul. Práce:** 2 – 3 lůžkové pokoje, 200 Kč/os
Kontakt: mr Lamač 602 253 521, vybavení rychl. konvice, mikrovlnky, sporáky
- Penzion Happy 7 – Masarykova 1474,** 3 – 4 lůžkové pokoje 550/ pokoj, snídaně 50 Kč, rezervováno 20 míst, vybavení, sprcha, soc.zařízení, televize na pokoji kontakt: tel. 420 315 694 973, email: rezervace@happy7.cz, www.happy7.cz
- Family hotel: Vojtěšská 588 Libiš,** 2 – 4 lůžkové pokoje 550 Kč/os, vybavení: televize, sprcha, soc. zařízení, možnost snídaně + 50 Kč, auto v zamčeném areálu + 100 Kč. Kontakt: pí. Postránecká, tel. 777 684 261
- * nutno individuální objednání, je na vlastní náklady a nezahrnuje se do ceny školení**
- příhlášky: nutno zaslat nejpozději do 4. 1. 2015 na emailovou adresu:
- Josef Patík** patasj@seznam.cz
kopii na pořadatele:
Zbyšek Petržílek info@shotokan.cz
mobil: 777 583 000
- různé: Pro praktickou výuku je nutné mít s sebou i karate-gi, dále si s sebou vezměte psací potřeby, **pravidla JKA WF** (český překlad na ww.jka.cz), soutěžní řád Českého svazu karate JKA (www.jka.cz).

jednotlivé licence budou uděleny na základě splnění všech podmínek potřebných k jejich získání.

Program

a) Pátek	17.00 – 17.30	sraz účastníků, administrativa
	17.30 – 19.00	trénink 1,5 hod. - technická část, principy karate, metodiky nácviku, korektní práce v oblasti pánve, korektní unsoku - 3 základní elementy karate - kata
	19.00 – 20.00	trénink kata - senteí KD, Jion - signalizace rozhodčích
	20.00 – 21.00	večeře
	21.00 a dál	meeting s leadry dojo, administrativa + diskuse
b) Sobota	07.00 – 08.00	snídaně
	08.00 – 09.00	teorie rozhodování rozhodování a priority kata a bodování jiyu kumite
	09.00 – 10.00	rozhodování - principy kata - (H1-5,T1),
	10.15 – 11.45	trénink kata - praxe senteí, BD,E + Sochin, Gojushiho Sho,
	12.00 – 13.00	oběd
	14.00 – 15.00	teorie trénování a metodika
	15.00 – 16.30	trénink kumite (praxe - vzorový interval. trénink) - trénink pohybu, rozvoj rychlosti, výbušnosti - jiu ippon kumite + taktické nácvikové formy 16.30 – 18.30
		praxe rozhodčí - kata,kumite - praktické rozhodování, simulace soutěží
	18.30 – 19.30	trénink kata Nijushiho, Jitte
	20.00 – 21.00	večeře
21.00 a dál	posezení leaderů dojo + diskuse	
c) Neděle	07.00 – 08.00	snídaně
	08.30 – 10.00	opakování kata Senteí Gangaku
	10.20 – 11.00	písemné testy
	11.00 – 12.00	připouštěcí zkouška na STV 1. Dan
	11.00 – 12.00	praktické testy – 3 stanoviště + vyhodnocení písemných testů
	13.00 – 14.00	oběd
	14.30 – 15.00	vyhodnocení + ukončení

Pozn. 1: Školení rozhodčích proběhne ve dvou částech. První bude tvořit lednové školení pod vedením Českých národních instruktorů a rozhodčích. Druhé pak proběhne při Gasshuku Česká republika pod vedením japonských instruktorů

Pozn.2: časový harmonogram školení je orientační a bude upravován dle skutečné náročnosti a potřeb!!!

Zpracoval: Mgr. Josef Patík