



**Určeno všem oddílům, klubům, trenérům, instruktorům, zkušebními komisařům, vedoucím dojo, rozhodčím.**

### **Školení pro rok 2016**

Český svaz karate JKA Vás zve na školení v roce 2016. Bude probíhat školení rozhodčích, zk. komisařů, instruktorů. Dále bude upraven soutěžní řád pro rok 2016. Na tomto školení bude probíhat výuka pravidel JKA World, dále standardizace kata a kumite, jakož i jiné důležité informace pro soutěžní sezónu 2016.

**Na školení jsou rovněž srdečně zváni vedoucí dojo a trenéři, kteří se zde dozví veškeré informace důležité pro účast na soutěžích JKA v roce 2016 a to především ve vztahu ke standardizaci Shotokan kata a forem kumite. Školení je pro rozhodčí JKA ČR povinné.**

- datum konání: **8. ledna 2016/** od 17.30 hodin do **10. ledna 2016** do 14.00 hodin
- místo konání: **ZŠ Národní 1018, Prachatice 383 01**
- poplatky: 1300,- Kč na osobu včetně stravného (2x snídaně, 2x večeře v a 1x oběd) + přespání v Dojo **80,-Kč/noc** - poplatky jsou splatné na místě.  
**x ,-Kč** na zaplacení licence na kterou se hlásíte, či kterou prodlužujete: viz směrnice 05/2015
- ubytování: malá tělocvična v ZŠ na tatami, k použití je WC, sprchy (80 Kč/noc)  
viz odkazy níže:  
[www.booking.com/Ubytovani-Prachatice](http://www.booking.com/Ubytovani-Prachatice)  
[www.pampeliska.cz](http://www.pampeliska.cz)  
[www.ubytovna-prachatice.cz](http://www.ubytovna-prachatice.cz)
- \* nutno individuální objednání, je na vlastní náklady a nezahrnuje se do ceny školení**
- přihlášky: nutno zaslat nejpozději do 3. 1. 2016 na emailovou adresu:
- Josef Patík** [patasj@seznam.cz](mailto:patasj@seznam.cz)  
kopii na pořadatele:  
**David Havlík** [davidhavlik70.dh@gmail.com](mailto:davidhavlik70.dh@gmail.com)  
**mobil: 604 937 050**
- 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](http://ww.jka.cz)), soutěžní řád Českého svazu karate JKA ([www.jka.cz](http://www.jka.cz)).
- jednotlivé licence budou uděleny na základě splnění všech podmínek potřebných k jejich získání.

## **Meeting leaderů dojo** **školení rozhodčích, trenérů a kaučů**

Termín: **8. - 10. ledna 2016**  
Místo konání: **Prachatice**

Podmínky účasti: Každý z účastníků školení si samostatně vytiskne a prostuduje platný soutěžní řád JKA a pravidla JKA WF a JKA ČR  
(z důvodu omezení časové dotace na teoretické části školení).

Program – rozpis a obsazení lektory:

a) Pátek	17.30 – 18.00	sraz účastníků, administrativa
	18.00 – 20.00	trénink kihon - technická část - principy karate, 3 základní elementy karate, metodika nácviku
	20.30 – 21.30 21.30 a dál	večeře společné posezení a diskuse soutěže a zkoušky JKA ČR
b) Sobota	08.00 – 08.30	snídaně
	09.00 – 10.00	teorie trénování a metodika trénink kihon - rozvoj rychlosti a rozvoj výbušnosti - vzorový interval.trénink 30 min. (praxe)
	10.00 – 11.30	trénink kata - sentei KD, E, BD, J + tokui kata (praxe)
	12.00 – 14.00	oběd/polední pauza
	14.00 – 15.30	teorie a praxe rozhodování rozhodování a priority kata a bodování jiyu kumite
	16.00 – 17.30	trénink kumite - rozvoj reakční rychlosti a uvolnění - trénink pohybu, odstraňování chyb - jiu ippon kumite + nácvikové formy obrany a útoku
	17.30 – 18.30	praxe rozhodčí - kata, kumite - praktické rozhodování, simulace soutěží trénink kata - tokui kata - paralelně pro neúčastníky praxe rozhodčí
	19.00 – 20.00 20.30 a dál	večeře meeting a posezení leaderů dojo informace VV JKA ČR, soutěže, zk, fungování krajů + diskuse
	c) Neděle	08.00 – 08.30
09.00 – 10.00		písemné testy pro rozhodčí
10.00 – 11.30		trénink kata - sentei + tokui kata (praxe)
11.30 – 12.30		praktické testy – čtyři stanoviště + vyhodnocení písemných testů
12.30 – 13.00		vyhodnocení + ukončení

**Pozn.: Časový harmonogram školení je orientační a bude upravován dle skutečné náročnosti a potřeb!!!**

Zpracoval: Mgr. Josef Patík