



Škola bojových umění NARAMA

pro Vás připravila tradiční

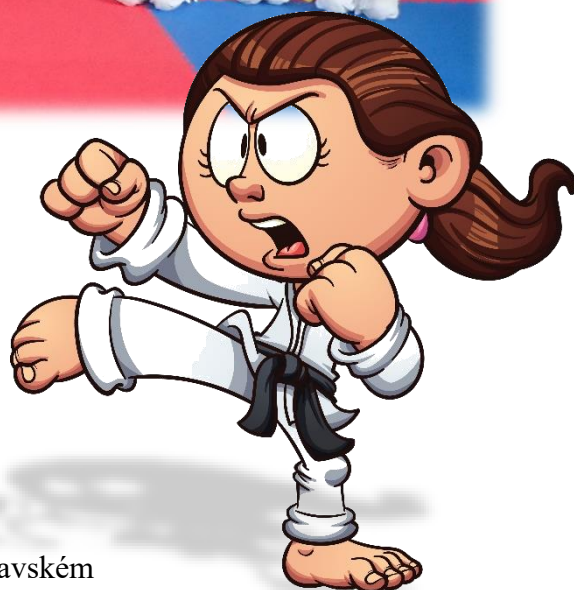
LETNÍ ŠKOLU KARATE

31. ročník

30.7. – 6.8.2023



空手道



ve sportovním středisku na šumavském

ŠPIČÁKU

Letos opět pořádáme Letní školu karate pro děti i dospělé ve sportovním středisku na šumavském Špičáku. Soustředění bude stejně bohaté na aktivity jako loni, takže se účastníci mohou těšit na spoustu dřiny a zábavy 😊 Jako vždy budou využívány jiné formy výuky než na cvičení během školního roku, s využitím sportovních pomůcek na trénink bojových umění a tatami. Soustředění zajišťují trenéři Školy bojových umění Narama, z.s.

Pro děti do 13 let včetně je připraven pobyt od neděle 30.7. (od 16 hod.) do pátku 4.8. (do 16 hod.). **Tréninky a dozor zajišťují zkušení trenéři, které děti znají ze svých cvičebních skupin a soutěží.**

Dorostenci (od 14 let) a dospělí mají možnost zúčastnit se Letní školy karate v plném rozsahu (tzn. od neděle do neděle) nebo přijet jen na víkendový pobyt.

Cvičenci budou rozděleni do skupin dle věku a technické vyspělosti.

Ceny Letní školy karate

• děti (do 13 let):	30.7. – 4.8. (5 nocí)	4.500 Kč
• dorostenci (od 14 let) a dospělí:	4. – 6.8. (2 noci)	2.600 Kč
• dorostenci (od 14 let) a dospělí:	30.7. – 6.8. (7 nocí)	5.600 Kč



Slevu mají sourozenci ve výši 500Kč, trenéři Narama, z.s. ve výši 2000Kč.

Naskenovanou přihlášku pošlete na email narama@narama.cz, na email vašich trenérů nebo ji přineste vyplněnou na trénink.

Letní školu karate zaplaťte bankovním převodem. Číslo účtu je **19-720712399/0800**, platbu pojmenujte formou *Jméno Příjmení, LŠK* (např. Josef Polívka, LŠK). Na Letní školu karate je možné uplatnit u odborů či zaměstnavatele finanční výpomoc jako na dětský tábor; na požádání Vám bude vydáno potvrzení nebo faktura. Účast na Letní škole karate je možné zrušit, je-li účastník nemocen. V případě zrušení účasti více než 2 dny před nástupem, vrátíme peníze ve 100% výši. Pokud je místo zrušené méně než 2 dny před nastoupením, odečítá se z vrácených peněz večeře za první den pobytu.

V ceně je zahrnuto ubytování, plná penze, pitný režim, odborný výcvik, dozor zkušených pracovníků Školy bojových umění Narama, z.s., využití sportovních pomůcek, tatami a náčiní pro bojová umění.

Dopravu do místa konání nezajišťujeme.

Náplň Letní školy karate

Tréninky dorostenců a dospělých budou zaměřeny na získání nových technických dovedností a budou obohaceny o základy sebeobranu.

Děti čeká v průběhu soustředění mnoho pohybových aktivit. Kromě tréninků karate, se zaměřením na získání nových dovedností na další technický stupeň, se mohou těšit na soutěže v kata, kumite, i v disciplíně sumó a atletice. Čekat je bude také např. výšlap na Špičák, výběh do Železné Rudy nebo „celodeňák“ a chybět nebude ani bobřík odvahy nebo diskotéka.

Letos se děti mohou těšit na **Celotáborovou hru** 😊

Škola bojových umění NARAMA, z.s. pořádá Letní školy karate pravidelně a vždy se setkala s velkým ohlasem jak u přímých účastníků, tak u rodičů. S provozovatelem střediska na Špičáku, máme jen ty nejlepší zkušenosti, co se týče organizace i maximální vstřícnosti.

Závěrečné informace a listy účastníka Vám trenéři rozešlou v dostatečném předstihu.

Jakékoliv dotazy směřujte na své trenéry, na tel. 604 321 448 nebo na email narama@narama.cz.

Další informace naleznete na našem webu www.narama.cz nebo <https://www.facebook.com/naramaplzen/>



Za Školu bojových umění NARAMA, z.s.
Petr Hora



Závazná přihláška na Letní školu karate:

Jméno, příjmení, datum narození:

Bydliště, telefon:

Bude zaplacená částka : 4.500Kč / 2.600 Kč / 5.600 Kč sleva.....

Cvičební skupina: 1.ZŠ 20.ZŠ PŘEŠTICE ROKYCANY

KYU (pásek): bez kyu 8. 7. 6. 5. 4. 3. 2. 1.

Zdravotní stav a podpis rodičů:



Poznámka: Máte-li slevu, napište prosím částku k zaplacení do řádku „sleva“.

