



Škola bojových umění NARAMA

pro Vás připravila tradiční

ZIMNÍ ŠKOLU KARATE

30. ročník

14.–16.03.2025



空手道

ve sportovním středisku
ŽINKOVY



Škola bojových umění NARAMA pro Vás opět připravila tradiční akci – Zimní soustředění karate. Znovu se bude konat v okolí zámku Žinkovy, kde se nachází mimo jiné i sportovní středisko, kam se jezdí připravovat také reprezentační týmy ČR. Každý pokoj je hotelového typu, je vybaven 2–4 lůžky a vlastním sociálním zařízením. K dispozici je několik tělocvičen ve výborném stavu a další sportovní i společenská vybavení.



POZOR! UBYTOVACÍ KAPACITA JE NÍZKÁ, ZÚČASTNIT SE MŮŽE POUZE 67 OSOB, A TO VČETNĚ TRENÉRŮ!

Pro zajištění účasti doporučujeme odevzdat přihlášku co nejdříve.

Soustředění má na starosti Petr Hora, který zároveň povede tréninky pro dospělé a starší děti; úderové tréninky zajišťuje Jiří Štádler. Tréninky budou zaměřeny na získání nových technických dovedností „cvičení na pásy“, ale také na praktické využití technik karate (sebeobranu). Kromě tréninků karate je pro děti připraven doprovodný program a mohou se těšit na překvapení. Nebude chybět ani vědomostní test týkající se světa karate. Pro děti mladší 14 let se bude opět konat Velká cena SUMO (děti budou rozděleny do kategorií podle hmotnosti).

Ceny zimní školy karate

- děti (do 13 let): **2.400 Kč**
- dorostenci (od 14 let) a dospělí: **2.700 Kč**



V ceně je zahrnuto 2x ubytování, plná penze a pitný režim (začínáme v pátek večeri a končíme v neděli snídaní), celkové zajištění, tělocvičny, tatami, sportovní vybavení a všechny uvedené aktivity. Každý účastník dostane dárek.

Soustředění je nutné zaplatit bankovním převodem na účet **19-720712399/0800** a to do **07.03.!** Do popisu platby uveďte jméno účastníka. Uzávěrka je 28.02.2025 nebo do naplnění ubytovací kapacity.



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

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 na fb stránce.

V Plzni 31.1.2025

Za Školu bojových umění NARAMA, z.s.

Petr Hora



Závazná přihláška na Zimní školu karate:

Jméno, příjmení, datum narození:

Bydliště, telefon:

Bude zaplacená částka : 2.400Kč / 2.700 Kč

Cvičební skupina: 1.ZŠ 20.ZŠ PŘEŠTICE ROKYCANY

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

Zdravotní stav a podpis rodičů:

www.narama.cz