



## UKS „Hitotsu” Ostrzeszów ma zaszczyt zaprosić na



### ORGANIZATORZY

---

UKS „Hitotsu” Ostrzeszów [www.hitotsu.pl](http://www.hitotsu.pl)  
[www.facebook.com/hitotsu.ostrzeszow](https://www.facebook.com/hitotsu.ostrzeszow)

### TERMIN i MIEJSCE

---

13-15.06.2014r. hala sportowa przy **Gimnazjum im. Zjednoczonej Europy w Grabowie nad Prosną**  
ul. Przemysłowa 1a (51°30'37.5"N 18°06'47.5"E).

### OPLATY

---

- dzieci (do lat 14) - 50zł
- osoby dorosłe i młodzież - 100zł

## PROGRAM

---

Propozycja dla trenerów, zawodników i wyższych stopni to nauka i szczegółowa analiza jednego kata ze stylu Shitoryu oraz kata Shotokan : Gojushiho Sho i Unsu  
Dla dzieci i początkujących specjalny tok zajęć opracowany przez Santo Torre.

13.06.2014 - piątek

- godzina 17.00 - 18.15 - **grupa dzieci i początkujących**
- godzina 18.30 - 20.30 - **grupa trenerów, dorosłych i zawodników**

14.06.2014 - sobota

- godzina 10.00 - 11.15 - **grupa dzieci i początkujących**
- godzina 11.30 - 13.30 - **grupa trenerów, dorosłych i zawodników**
- godzina 16.00 - 17.15 - **grupa dzieci i początkujących**
- godzina 17.30 - 19.30 - **grupa trenerów, dorosłych i zawodników**

15.06.2014 - niedziela

- godzina 10.00 - 11.15 - **grupa dzieci i początkujących**
- godzina 11.30 - 13.30 - **grupa trenerów, dorosłych i zawodników**

## ZGŁOSZENIA

---

Zgłoszenia prosimy przesyłać na adres. e-mailem: [karate-ostreszow@o2.pl](mailto:karate-ostreszow@o2.pl) do 10.06.14r

## ZAKWATEROWANIE

---

- **Motel Petro - Grabów nad Prosną ul. Przemysłowa 4** (oddalony od hali ok. 300m)  
koszt doby 50zł (pokoje 2-3 osobowe), możliwość korzystania z kuchni  
[www.motel-petro.eu](http://www.motel-petro.eu), tel. 609 664 670
- **Hotel Anna - Grabów nad Prosną Rynek Wł. Jagiełły 19** (oddalony od hali ok. 700m)  
koszt doby 50zł (pokoje 2-3 osobowe – możliwość dostawki) + śniadanie 10zł  
tel. 881 955 690
- **Agroturystyka Zofia Idczak - Racławice 30A** (oddalona od hali ok. 2km)  
koszt doby 50zł (pokoje 1-2 osobowe) z śniadaniem  
tel. 887 782 565 e-mail : zofiaidczak@interia.pl
- **Hotel Sportowy - Ostreszów ul. Kąpielowa 5** (oddalony od hali 17km),  
koszt doby od 28zł do 50zł, całodzienne wyżywienie 36 zł – możliwość wykupienia samych śniadań,  
obiadów lub kolacji (dla zakwaterowanych w hotelu promocja na Krytej Pływalni Oceanik - 6 zł za godzinę  
pobytu).  
[www.osir-ostreszow.pl](http://www.osir-ostreszow.pl), tel. 728454 713 , 728 454 709 e-mail : hotel@zec-ostreszow.pl

Ilość dostępnych miejsc ograniczona.

Rezerwacji noclegu należy dokonać osobiście wyłącznie **na hasło: KARATE**.

**Serdecznie zapraszamy do wzięcia udziału  
w seminarium !!**