



M.º Beghetto, 175º STAŻ Karate w Polsce

”Projekt postępu techniczno-dydaktycznego w karate”

Pod patronatem PZK i jedenasty raz w Legnicy



Legnica 27- 29.07.2012



Giuseppe Beghetto 8º Dan,



Jacek Rusek 5º Dan,



Zbigniew Wojtkowiak 6º Dan

Dostępne materiały szkoleniowe i ceny:

- 112 stronicowa Broszura “ Karate w szkole” w języku polskim - 80 zł; /25 €/
- Nowa Encyklopedia Karate Do -73 kata - Tom 1º + CD 5 zastosowanych Heian + kasetka video z 58 kata w wyk. M.º Beghetto Giuseppe - 120,00zł ,
- Kata Bunkai Tom 1º w języku polskim oraz w języku niemieckim po 30,00 €,
- CD - 25,00 € (5 HEIAN+TEKKY SHODAN + BASSAI DAI + KANKU DAI + JION + EMPI + HANGETSU) ;
- Punkty witalne, w języku niemieckim - 30,00 € ;
- CD KATA - KUMITE M.º BEGHETTO G. - 15,00 €;
- Kata Bunkai Tom 2º , w języku niemieckim - 30,00€
- 3 x CD 25,00 € (BASSAI SHO + KANKU SHO + JITTE + SOCHIN +GANKAKU + CHINTE + JI'IN + MEIKYO + WANKAN + NIJUSHIHO + GOJUSHIHO SHO + GOJUSHIHO DAI+ UNSU)

Harmonogram treningów / kyu – Dan / z podziałem tematycznym::

27.07.2012- Piątek

- 17.30 – 18.30 Wszystkie grupy – praktyka kata / kyu - Dan / Wojtkowiak – Dan Beghetto .
- 18.30 – 19.00 Nauka nowego kata - / kyu – Dan / Wojtkowiak – Dan Beghetto
- 19.00 – 20.00 Beghetto. Zajęcia teore. – zmiany w programach egzaminacyjnych na kyu/ Dan

28.07.2012 - Sobota

- 10.00 - 11.00 Grupa / 12 – 15 lat/ Zb. Wojtkowiak 6º Dan (Beghetto) – program dla dzieci: tor przeszkód – piłka, fantom -kata
- 11.00 – 12.00 Kurs sędziowski WKF / zakres sędziego technicznego i klubowego
- 12.00 - 13.30 Beghetto, Wojtkowiak – w porozumieniu z ćwicz. nowy system treningowy kata
- 13.30 - 14.00 Zajęcia teoretyczne – metodyka nauki Kata, Różnice w poziomie szkolenia

Przerwa obiadowa

- 16.00 - 17.00 Kurs sędziowski WKF / zakres sędziego technicznego i klubowego
- 17.00 - 17.45 12-15 lat Beghetto (Wojtkowiak) – Pr. dla dzieci: kumite i kata (przyg. do egzaminu)
- 17.45 - 19.00 Zrozumienie i praktyka bunkai - Beghetto, Wojtkowiak 6º Dan
- 19.00 - 20.00 Przygotowanie do egzaminów kyu i Dan
- 20.00 - 21.00 Egzaminy DAN - PZK i PZK+ Shihan (Komisja egzaminacyjna PZK)

29.01.2012 - Niedziela

- 09.00 –11.00 Tylko Egzamin u Shihan - Dan i kyu. Komisja egzaminacyjna – posiadacze najwyższych Dan.
- 11.00 - 12.00 G. Beghetto; Wojtkowiak -nauka nowego kata (wybór- Shito-goju-wado, shotokan)
- 12.00 - 16.00 **TURNIEJ KARATE DLA DZIECI**
Kombinacja (tor przeszkód, kata oraz techniki na fantomie-ręczne i nożne) 8-9l, 10-11l.
Kumite i kata - 12-13lat oraz 14-15 lat
TURNIEJ DLA MŁODZIEŻY - Kata i Kumite wg przepisów WKF

1. Miejsce: Hala sportowa Zespołu Szkół Integracyjnych w Legnicy ul. Wierzyńskiego 1

2. Koszty zgrupowania: 90 zł

3. Koszty egzaminów i wymagane dokumenty:

- DAN w PZK - 300zł /1 zdjęcie + zgoda z Klubu + ksero ostatniego dyplomu/
- DAN w PZK + Shihan - 500zł /1 zdj. + zgoda z Klubu + ksero ostatniego dyplomu/
- DAN u Shihana 250 zł + kserokopii ostatniego dyplomu + zgoda z Klubu
- weryfikacja każdego st. DAN w PZK, bez zdawania egzaminu - 500 zł
- weryfikacja każdego st. DAN w PZK, po zdaniu egzaminu praktycznego - 300 zł

4. Noclegi i wyżywienie we własnym zakresie

- QUBUS Hotel ul. Skarbowa tel. + 48 76 866 - 21 - 00
- VILLA Hotel ul. Br. Gładysza 12 tel. + 48 76 850 - 22 - 23
- Schronisko Młodzieżowe ul. Jordana tel. + 48 76 862 - 54 - 12
- KAMIENICZKA Hotel ul. Młynarska 15 tel. + 48 76 723 - 73 - 92
- BEL-POL Hotel ul. Gliwicka 6 tel. + 48 76 862 - 47 - 29

5. Organizator Stażu: Klub Karate Shotokan “TORA”, 59-220 Legnica ul. Mickiewicza 21,

tel. 076 722 13 57, kom.509 719 466

e-mail: toralegnica@onet.eu

www.toralegnica.eu