

**UKS „Hitotsu” Ostrzeszów ma zaszczyt zaprosić na**



**I Seminarium Karate - Kata z shihan Santo Torre  
7°Dan,  
OSTRZESZÓW 24-26.05.2013r**

**ORGANIZATORZY:**

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

**TERMIN i MIEJSCE:**

Seminarium odbędzie się w dniach **24-26.05.2013r.** w hali sportowej przy **Gimnazjum nr 2 w Ostrzeszowie** ul. Piastowska 3 **wejście na salę od ul. 21 stycznia.**

**PROGRAM SEMINARIUM:**

Propozycja dla trenerów, zawodników i wyższych stopni to nauka i szczegółowa analiza jednego kata ze stylu Shitoryu oraz kata Shotokan : Unsu i Kanku Sho.

Dla dzieci i początkujących specjalny tok zajęć opracowany przez Santo Torre.

*24.05.2013 - piątek*

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

*25.05.2013 - 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

*26.05.2013 - niedziela*

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

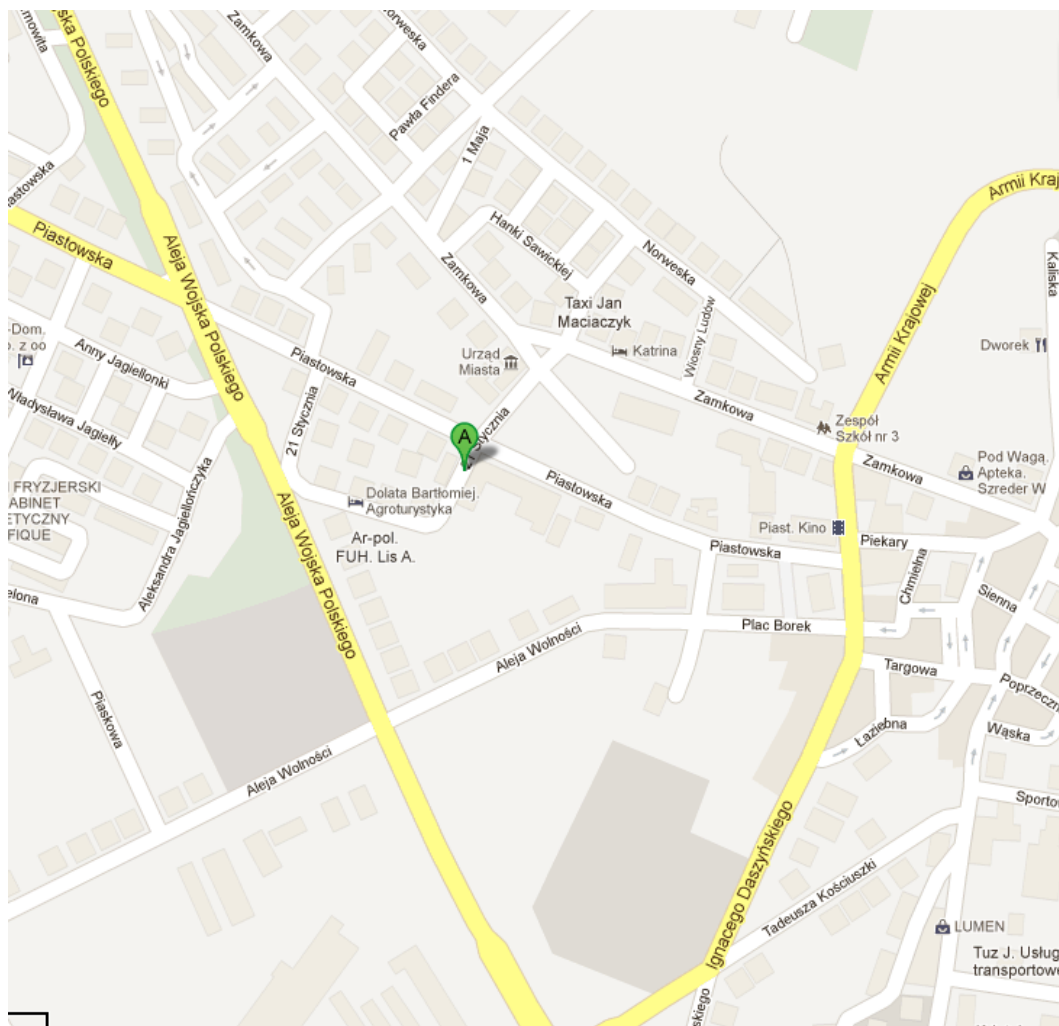
**OPLATY:**

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

## ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia prosimy przesyłać na adres. e-mailem: [karate-ostreszow@o2.pl](mailto:karate-ostreszow@o2.pl) do 20.05.13r

## DOJAZD na sałę:



(Aleja Wojska Polskiego = trasa nr 11)

## ZAKWATEROWANIE:

- **Hotel Sportowy ul. Kąpielowa 5** (oddalony od hali 1000m), koszt doby od 26 zł do 34 zł, całodzienne wyżywienie 32 zł (dla zakwaterowanych w hotelu promocja na Krytej Pływalni Oceanik - 6 zł za godzinę pobytu).  
[www.osir-ostreszow.pl](http://www.osir-ostreszow.pl) , tel. 62 588 04 01 , kom. 728 454 709 e-mail : [hotel@zec-ostreszow.pl](mailto:hotel@zec-ostreszow.pl)  
Ilość dostępnych miejsc ograniczona.

- **Hotel "Dworek" ul.Kaliska 7/9** ( oddalony od hali ok. 800m), koszt za dobę ze śniadaniem: pokój 1 osobowy-135 zł, pokój 2 osobowy-170 zł, pokój 3 osobowy-210 zł.  
[www.dworek.net.pl](http://www.dworek.net.pl) , tel. 62 730 95 50 e-mail : [dworek@dworek.net.pl](mailto:dworek@dworek.net.pl)

Rezerwacji noclegu należy dokonać osobiście ( wyłącznie e-mail) na hasło: KARATE.

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