

Allkampf – Jitsu



Česká republika

Vás zve na speciální seminář
**ALLKAMPF – JITSU pouze pro nositele
mistrovských stupňů a 1. kyu AKJ**

(+ vedoucí licenčních škol)

pod vedením

Martina Matouše – 4. Dan

21. – 22. dubna 2007 v Chomutově

Tento seminář je z programu pro nositele nejvyšších stupňů AKJ, který umožní těmto cvičencům se dále zdokonalovat. Seminář je uzavřený pro tyto technické stupně proto, aby se mohli procvičovat techniky pro vyšší mistrovské STV a další doplňková témata, která vyžadují jisté technické a duševní schopnosti.

V rámci tohoto semináře proběhne natáčení jednoho dílu pořadu o bojových uměních.

Téma semináře:

Příprava na zkoušky Dan, kata – práce boků, síla v technikách, techniky a jejich aplikace, šokové údery v základních technikách, drily, formy randori.

Časový program:

Sobota 21. dubna 2007

9.00 hod. sraz účastníků a příprava a secvíčení na natáčení

10.00 – 13.00 hod. natáčení ČT

14.00 - 16.00 hod. trénink

17.00 – 19.00 hod. trénink

od 20 hod. společná večeře, společná večerní zábava

Neděle 22. dubna 2007

10.00 - 12.00 hod. trénink

Místo konání:

Tiger Relax Club Chomutov, Pod Břízami 5598, Chomutov

Cena semináře:

300,- Kč

Další případné informace:

Martin Matouš, mobil 724 701 942

E-mail: Martin.Matous@allkampf-jitsu.cz

全
戰
術

全
戰
術

K natáčení ČT si připravte: viz další list

Vaší nejlepší kata

Partnera z kolegů Dan/1.kyu a 10 technik (proti úderům, úchopům zbraním)

Vybranou přerážecí techniku – sebou si přivezte přerážecí dřevěnou desku/desky pro vaše techniky

Embu – týmy, kteří ho mají připraveno, nemusí být 1 minuta, stačí kratší

Techniky kopů na lapy – svůj nejlepší kop/úder

Volný boj – připravte si s partnerem volný boj, aby vám techniky vycházely – cvičný boj

Fighting

Trojce – připravit volný boj proti 2 útočnickům

Čtveřice – připravit volný boj proti 3 útočnickům

Obrana proti ochráněnému útočnickovi

Útočník má přilbu + vestu – obrana proti noži

Celý blackmann – obrana

Další nápady co byste mohli předvést pro představení AKJ