



БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ШОТОКАН КАРАТЕ ДО

www.karatebg.com, e-mail: bfsk@karatebg.com, тел.: 02 93 00 557, 0888 601 902

И

## Спортен клуб "ОЛИМПИК"

Организиран

**Семинар и изпит с главния треньор на БФСК  
ПЛОВДИВ 29 - 30 Май 2021 г.**



### **Инструктор:**

**Сенсей Лъчезар Ненов /6-ти Дан / - Технически директор на IJKA, главен треньор и вицепрезидент на БФ Шотокан Карате-До, член на техническата комисия и управителния съвет на SKDUN.**

**Място на провеждане:** гр. Пловдив ул. "Тодор Александров" 14, СУ "Братя Миладинови" - физкултурен салон.

График:

#### **29 Май (Събота)**

от 11:30 до 13:00 ч. – обща тренировка за всички степени

от 15:00 до 16:30 ч. - обща тренировка за всички степени

#### **30 Май (Неделя)**

от 11:00 до 12:30 часа - обща тренировка за всички степени

от 12:30 часа - изпит

**Програма:** Кихон: основни принципи. Кумите: дистанция, тайминг, ритъм. Ката: Основни принципи и критерии за оценяване. Бункай.

Вноска участие в семинар - 30лв.

Вноска изпит:

12-6 кю - 30лв.

5-4 ко - 40лв.

3-1 кю - 50лв.

За допълнителна информация: 0897388827

Иван Гулев – председател на СК Олимпик