



# БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ПО КАРАТЕ ДО

тел.: 02/9271045, факс: 02/8264485, e-mail: ijka@abv.bg, www.karatebg.com

БФК - International Japan Karate Association Bulgaria

и

Карате клуб "Шогун"

организират

ИЖКА Карате семинар Созопол 23 Май 2010г.

Инструктор:

**Сенсей Лъчезар Ненов / 5-ти Дан /** - Главен инструктор и вицепрезидент на БФ по Карате-До - ИЖКА България, член на техническата комисия на SKDUN и капитан на ИЖКА International Kenshusei.

Място: гр. Созопол Физкултурен салон на уч."Кирил и Методий"

Време:

23.05.2010(неделя) 9.30 ч. регистрация и вноска участие семинар

Тренировки: от 10.00-12.15 ч. Обща тренировка

12.20 до 13.20ч. сини, кафяви и черни колани.

13.30 ч. изпит за ученически степени (кю)

Програма: Кихон: използване на силата в основните позиции.

"Ката но Кумите" - приложение на техниките от Ката в Кумите

**Вноска участие: до 6 кю вкл.**

**10 лв.**

**От 5 кю нагоре**

**20 лв.**

**Изпит за ученически степени**

**9 – 6 кю 30 лв.**

**5 и 4 кю 40 лв.**

**3,2,1 кю 50 лв.**

**Информация за нощувки:**

**Х-л Селена ул.Яни Попов 7 тел.за резервация:055025200/055025300**

**e-mail:selena\_sozopol@mail.bg**

**за деца до 12г. 30лв.**

**за деца до 14г. 35**

**за възрастни 40лв**

**Нощувката включва вечеря и закуска**

**За допълнителна информация:**

Димитър Маринов тел. 0898574258 e-mail: dim\_mi\_1980@abv.bg