



БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ПО КАРАТЕ ДО

тел.: 0 888 215 498, факс: 02 82 57 000, e-mail: ijka@abv.bg, www.karatebg.com

Техническата комисия на БФК организира:

Инструкторски курс на БФК, част 2 Сливен /Природен парк „Сините камъни” / 10-12 Юни 2011

Място: гр. Сливен Природен парк „Сините камъни”
местност: „Слънчева поляна”

Време:

10.06.2011 (петък) - За пристигналите в петък след обяд сбирка до 15.00 ч. при Антон Върндев (между х-л “Империя” и х-л Панорама). Качване с пътническа въжена линия в 15.30ч. За пристигналите с коли ще има указание на пътя към Карандила.

Цената на билета за лифта е 3 лв. в едната посока.

Инструкторският курс е безплатен.

11.06.2011 (събота) – За пристигналите в събота: информация за местоположението на „Слънчева поляна” ще получат от служителите на Въжената линия на горна станция на лифта. А за пътуващите с кола ще има табела на пътя на отбивката за поляната.

Програма: Гохон, Йоко, Санбон, Ипон, Каеши, Джиу ипон Кумите.

Ката: Хейан Шодан, Нидан, Сандан, Йондан, Годан.

Упражнения за концентрация на вниманието.

Задължителна екипировка: **Карате – Ги** ; палатка; спален чувал; шалте, храна.

Моля да заявите участието си на ijka@abv.bg , Лъчезар Ненов

Пътуването от София ще е с автомобили. Заявете се, за да се организираме.

За допълнителна информация:

Необходимо е тези, които нямат палатки, шалтета или спални чували да се обадят предварително за да заявят това, от което се нуждаят.

Антон Върндев, председател КБИ „Грифон” тел.0889225355 e-mail: cma_grifon@abv.bg