26

GASHUKU SKIF CZ

10.-11.1.2026 |Hradec Králové

空手道

Vladimír Budín, 6.DAN
Kamil Guzek, 6.DAN
Tomáš Tragan, 5.DAN
Michal Kaiser, 4.DAN

GASHUKU SKIF CZ 2026 - 1

Organizuje:	TMK SKIF CZ
Datum:	10.-11.1.2026
Místo konání:	Malá hala Třebeš, Na Potoce 691/30, 500 11 Hradec Králové
Lektoři:	Vladimír Budín, 6.DAN, Kamil Guzek, 6.DAN Tomáš Tragan, 5.DAN, Michal Kaiser, 4.DAN
Poplatek:	Oba dny 1000,- Kč (pro členy SKIF CZ 800,- Kč) Sobota 600,- Kč (pro členy SKIF CZ 500,- Kč) Neděle 500,- Kč (pro členy SKIF CZ 400,- Kč)
Přihlášky	Členové SKIF CZ v databázi SKIF CZ do 8.1.2026 https://cubu.info/skif-cz/akce&detail=2411 ostatní na email seminar@karate-skif.cz do 8.1.2026

Kreditový systém SKIF CZ - 5 kreditů / den

Časový harmonogram: - SOBOTA 10.1.2026

8.30 – 9.00	prezentace
9.30-10.45	1. trénink
11.00 - 12.15	2. trénink
12.15 – 14.00	přestávka (oběd)
14.00 – 15.00	3. trénink
15.15 – 16.15	4. tréninky
16.30 – 17.30	5. trénink
19.00	možnost společné večeře

- NEDĚLE 11.1.2026

8.30 – 9.00	prezentace
9.30 – 10.45	1. trénink
11.00 – 12.15	2. trénink
12.30 – 13.45	3.trénink
	konzultace a páskování DAN / 1.kyu

GASHUKU SKIF CZ 2026 - 1

Porgram:

Sobota - dopolední tréninky

všichni - Kata Heian 1-5

oběd

Sobota - odpolední tréninky

všichni - zdravotní aspekty technik a pohybu v karate

do 4. Kyu - Kata Heian – pro zájemce

do 4.Kyu - Kata Empi + bunkai

3.kyu – DAN - Kata Nijushiho + bunkai

Neděle

Řízené formy kumite - 1. a 2. část

Džiju kumite - 1. a 2. část

Přihlášení cvičenci - Konzultace na 1. DAN / páskování na 1.kyu

Program se může změnit podle situace na semináři

Za TMK SKF CZ:

Kamil Guzek, Vladimír Budín, Tomáš Tragan, Michal Kaiser