



ČESKÝ SVAZ  
**TAEKWON-DO ITF**

Zátopkova 100/2, P.S. 40,  
Praha 6, 160 17

+420 604 258 109

sekretariat@taekwondo.cz

www.taekwondo.cz



## Celorepublikový technický seminář

Velmistr Hwang Ho-jong, čeští mistři taekwonda a Technické oddělení Českého svazu taekwon-do ITF zve členy svazu, držitele technických stupňů 2. kup a vyšší, na tradiční celorepublikový technický seminář.

Na všechny účastníky čeká pořádná porce cvičení a teoretických informací od těch nejpovolanějších. Úvod semináře bude patřit velmistru Hwangovi a následně budou účastníci rozdělení do několika skupin. Očekávat můžete trénink základních technik, sestav dle technického stupně, méně obvyklých kopů (jejich aplikaci a kombinace), sebeobrany a tando matsogi.

**Datum konání:** sobota 9. prosince 2023

**Místo konání:** Sportovní hala, Sportovní 6, Velké Meziříčí

**Přihlášení:** není třeba

**S sebou:** dobok, lapa, cvičný nůž

### Program:

- |               |                                    |
|---------------|------------------------------------|
| 10:00         | zahájení semináře                  |
| 10:00 – 12:30 | 1. část                            |
| 12:30 – 14:30 | přestávka                          |
| 14:30 – 17:00 | 2. část                            |
| 17:00 – 18:00 | 3. část (pouze pro 4. dan a vyšší) |

### Stravování a ubytování:

Svaz nezajišťuje.