

# Mgr. Martin Poláček

4. dan karate JKA



## Seminář karatedó

Nové Město nad Metují  
30.9.-1.10. 2016

Pátek: Tělocvična ZŠ Malecí  
17<sup>30</sup>-19<sup>00</sup> - společné cvičení



Sobota: Tělocvična ZŠ Malecí

9<sup>30</sup>-11<sup>00</sup> – nižší STV (kihon)

11<sup>00</sup>-12<sup>30</sup> – vyšší STV (vyšší formy kumite)

15<sup>00</sup>-16<sup>30</sup> – nižší (základní formy kumite)

16<sup>30</sup>-17<sup>30</sup> – vyšší STV (Kanku sho)

Info: 776 686 691, [2016@yoshinkan.cz](mailto:2016@yoshinkan.cz), [www.yoshinkan.cz](http://www.yoshinkan.cz)

100 Kč pátek, 200 Kč sobota, 250 Kč celý seminář.

Necvičící veřejnost vstup zdarma.