

46. medzinárodné sústredenie karate a kobudo – Žilina 2017

OFFICE – ubytovacie bloky – blok F/G – vstupná hala

Streda 12.00 – 16.00

Následne podľa dohody s Mgr. Kotáskom.

UBYTOVANIE (Mgr. Peter Kotásek, Sekretariát SFKaBU)

3lôžkové izby s vlastným sociálnym zariadením a sprchou:

Pri obsadení 3 osobami—á 12€/osoba/noc vrátane dane mestu

Pri obsadení 2 osobami—á 14€/osoba/noc vrátane dane mestu

Pri obsadení 1 osobou— á 16€/osoba/noc vrátane dane mestu

REGISTRÁCIA CVIČIACICH SKUPÍN (garanti sústredenia a PR SFKaBU)

STRAVA (Mgr. Peter Kotásek)

- objednávky klubov zaslané na info@karate-slovakia.sk

MENU normálna porcia / detská porcia

Raňajky 3.00 € / 2.00 €

Obed 4.00 € / 3.00 €

Večera 4.00 € / 3.00 €

- **Žiadne zmeny nie sú možné!!!**

LEKÁR – MUDr. Magdaléna Mižičková, PhD., MBA

Izba G 25 v ubytovacom bloku F/G – neakútne prípady večer

DENNÝ PROGRAM

7.00 – 8.30 Raňajky

9.00 – 12.00 Tréningy podľa rozpisu

12.00 – 13.30 Obed

15.00 – 18.00 Tréningy podľa rozpisu

18.00 – 19.30 Večera

20.00 – 21:15 Večerný program podľa rozpisu

22.00 Večierka (do 15 rokov)

23.00 Nočný pokoj

24:00 Uzatváranie ubytovacieho bloku F/G

INÉ ODPORÚČANIA A POKYNY

- Na tréningy karate, kobudo a sebaobrany sú povinné biele karate – gi a obi.
- Na každý tréning si treba doniesť: do telocvične vodu a uterák, na ihrisko športovú obuv, šiltovku, okuliare, vodu a uterák.
- Žiadame Vás o udržiavanie poriadku a o odnášanie vecí po tréningu z telocvični a ihriska.
- Zbrane z telocvične si možno požičať len s vedomím a súhlasom slovenských inštruktorov.
- Za poriadok a nočný pokoj zodpovedajú tréneri alebo rodičia. Je nevyhnutné dodržiavať Ubytovací poriadok sústredenia.
- V areáli si treba dávať pozor na osobné a cenné veci, za ich stratu nezodpovedá ani UNIZA ani SFKaBU/SFOKK.
- **Všetci účastníci sa riadia rozpisom tréningov, organizačnými a ústnymi pokynmi inštruktorov a vedenia SFKaBU a SFOKK.**
- **Všetky zmeny a doplnky budú uverejnené na tabuli pred vchodom do haly, resp. vo vestibule ubytovacieho bloku F/G.**
- **Organizátori sústredenia si vyhradujú právo úpravy programu tréningov z dôvodu napr. zlého počasia atď.**

PREDAJŇA KARATE POTRIEB:

- Výhradným predajcom potrieb pre karate a kobudo je firma Nipponjet (www.nipponjet.sk).
- „Shureido - Okinawa“ - karate – gi, obi, tričká, uteráky, zbrane. Viac informácií na tréningoch a v priestore pri telocvični T18. Zodpovední: Ing. Kayser, Mgr. Bohov.

