



# AIKIDO CLUB ŽATEC

Vás zve na seminář, který povedou

**Michal Bañas (3.dan - aikido)**



**Myro Konevych (3.dan - kyokushinkai karate)**

který se bude konat dne **19.-20.prosince 2009** v tělocvičně OA

časy cvičení: sobota - od 10:00 do 12.30

od 15.30 do 17:30

neděle - od 10:00 do 12.30

cena semináře: 1trénink - 90,-

2tréninky - 140,-

3tréninky - 180,-

nocleh: v Dojo - 30,-

blíže informace: tel. 604 403 564 (Šimi)



(vstup bazénem)

合氣道

極真道

TÉMA SEMINÁŘE:

Vypustíme tradiční útoky jako shomen či yokomen a vrhnem se na reálnější útoky jako hák a cuki.

Kombinace semináře karate a aikido se vždy těšila velké oblibě, takže se máme na co těšit:-)