



**Siemianowicki Klub Kyokushin Karate**  
zaprasza na  
**Seminarium doszkoleniowe**

Prowadzący: Shihan Andrzej Manecki 5 dan

Termin: 22.09. 2024 r. (niedziela)

Miejsce: Kompleks Sportowy „Michał”  
ul. Elizy Orzeszkowej 1  
41-103 Siemianowice Śląskie

Program:

9.00-9.45 rejestracja uczestników

10.00-11.30 pierwszy trening

11.30-12.00 przerwa

12.00-13.30 drugi trening

W programie seminarium: Kata po rekonstrukcji, oficjalne bunkai kumite do wybranych kata.

Podsumowanie wybranych wiadomości IKO Summer Camp Lublin 2024 i Kiyosumi 2023'

Przygotowanie do Pucharu Świata Katowice 2024 - kata

Koszt udziału w seminarium 50 zł.

**Osu!**