

Soustředění talentované mládeže ČSKe

Téma: Dynamika pohybu a kontrola techniky

(Zaměření na propojení rychlosti, stability, koordinace a správného načasování. Práce s těžišťem, přesností techniky a schopností vytvořit maximální efekt při zachování kontroly pohybu.)

Pořadatel:	Český svaz karate ve spolupráci: Středočeský svaz karate ČSKe, z.s.
Datum soutěže:	10. 10. 2026
Místo konání:	Sokolovna – TJ Sokol Nymburk
Časový harmonogram:	8:30 – 9:00 prezentace členů SCM a SpS 9:00 – 10:00 Pohybová příprava a aktivace – Lukáš Janda 10:15 – 11:00 Mobilita, koordinace a kompenzace – Iva Jandová 11:00 – 12:00 Kihon – kvalita, koordinace a efektivita techniky – Lukáš Janda 12:15 – 13:45 Kata – dynamika, stabilita a kontrola pohybu – Iva Jandová 14:00 – 14:30 Rozbor a zpětná vazba ke kata – Iva Jandová 14:30 – 16:00 Kata bunkai – principy technik a jejich praktické využití – Lukáš Janda
Organizace:	Mgr. Jiří Bašus
Trenérské zabezpečení:	Iva Jandová Lukáš Janda
Zdravotní dozor:	zajišťuje organizátor
Pravidla účasti:	Členové KCTM ČSKe (SCM a SpS) + ostatní zájemci https://www.czechkarate.cz/seznam-clenu-kctm-cske/
Startovné:	0 Kč členové KCTM ČSKe 300 Kč ostatní členové (splatné na místě)
Poznámka:	Pitný režim a stravu, si každý zajistí z vlastních zdrojů.
Registrace:	prostřednictvím databáze ČSKe nejpozději do 8. 10. 2026 https://databaze.czechkarate.cz

DALŠÍ INFORMACE

Zástupce klubu, který má přístup do databáze ČSKe, stvrzuje přihlášením závodníků na akci, že má od zákonných zástupců každého závodníka souhlas k přihlášení na akci a že má každý závodník platnou lékařskou prohlídku, na základě které, se může akce zúčastnit.