

## **4. intenzivní víkend Haidong Gumdo a zkoušky** **Akce je určena všem zájemcům o cestu meče včetně naprostých začátečníků.**

### **30.4.**

18:00 Příjezd a ubytování na Beztahově (nutno spacák)

18:30 – 20:30 Trénink základních technik

21:00 – 22:00 teorie

### **1.5.**

10:00 – 12:30 Sestavy, tasení meče

15:30 – 17:30 Cvičné souboje, doplňkový program

19:30 – 21:00 výdrž v postojích, zhasínání svíčky, sekání papíru

21:00 - 22:00 Přezkoušení

### **2.5.**

9:30 – 12:30 Celý program a druhá možnost přezkoušení

14:30 ZKOUŠKY

Prodlevy mezi tréninky doporučuji vhodně rozdělit mezi tréninky TKD, samostatné tréninky HG zaměřené na přípravu na zkoušky a v neposlední řadě aktivní odpočinek s intenzivním studiem teorie.

Cena 4500 Kč – v ceně ubytování, strava, další tréninky po dobu akce, možno zkoušky včetně certifikátu pro připravené plus vybava ke zkouškám (pokud jste nedostali předem). Zkoušky pouze pro školné platící cvičence HG (nebo soukromé hodiny).

V případě nemožnosti se fyzicky setkat bude akce on-line.

Přihlašujte se pouze přes Harmonogram akcí na [www.tkd.cz](http://www.tkd.cz) a plat'te předem na účet GBHS nebo osobně učitelí.

**Nenechte si ujít jedinečnou akci tohoto typu a staňte se pionýry českého Haidong Gumdo. Připravujte se s námi na první naše závody v roce 2021 v cizině a seminář s korejským mistrem Lee!!!**