

PROGRAM TECHNICZNY GASSHUKU 2024

22 marca 2024 (piątek)	
Trening otwarcia 16:00 – 18:00	Andrzej Olech 6 DAN
HW – wszyscy uczestnicy	Kata Tekki Shodan – rozszerzone o elementy Bunkai, Nidan, Sandan

23 marca 2024 (sobota)						
	HW – wszyscy uczestnicy					
10:00 – 10:45	Program ogólny prof. dr Ilija Jorga 10 Dan					
	HW A	HW B	HW C	SJ	NJ	SZ
I blok treningowy 11:00 – 13:00	Kata Sochin Damian Karwacki	Kitei Andrzej Maciejewski	Kata Kaminari Aleksander Simic 7 dan	Program zawodniczy Senior Młodzieżowiec Junior Trenerzy KN	Program zawodniczy Młodzik Kadet Trenerzy KN	Egzaminy Poprawkowe + Egzaminy Wyższe stopnie DAN
15:00 – 15:45	HW - Wręczenie dyplomów na stopnie Mistrzowskie DAN					
	HW	SJ	NJ	SZ		
II blok treningowy 16:00 – 18:00	Program ogólny – techniki podcięć na bazie timingu w obronie Andrzej Maciejewski	Egzaminy na stopnie mistrzowskie dan – kandydaci na 1 DAN	Program zawodniczy Senior Młodzieżowiec Junior Trenerzy KN	Program zawodniczy Młodzik Kadet Trenerzy KN		

24 marca 2024 (niedziela)						
	HW – wszyscy uczestnicy					
10:00 – 10:45	Program ogólny prof. dr Ilija Jorga 10 Dan					
	HW A	HW B	HW C	SJ	NJ	SZ
I blok treningowy 11:00 – 13:00	Kata Gojushiho Sho Wacław Antoniak	Kata Unsu Maria Wysogład	Fudokan Kata Hean oi kumi Savvas Vasiliou 7 dan (Cypr)	Program zawodniczy Senior Młodzieżowiec Junior Trenerzy KN	Program zawodniczy Kadet Młodzik Trenerzy KN	
15:00 – 15:45	HW - Podsumowanie Gasshuku razem z wręczeniem dyplomów pamiątkowych dla uczestników					
	HW	SJ	NJ	SZ		
II blok treningowy 16:00 – 18:00	Program ogólny – techniki nożne	Program zawodniczy Kadet Młodzik Trenerzy KN	Program zawodniczy Senior Młodzieżowiec Junior Trenerzy KN	Szkolenie dla egzaminatorów		

DODATKOWE AKTYWNOŚCI:

22 marca 2024 (piątek)	
20:00 SK	spotkanie osób funkcyjnych PZKT- w programie omówienie organizacji najważniejszych aktywności roku 2024
23 marca 2024 (sobota)	
20:00	Karate Party, restauracja Watra
24 marca 2024 (niedziela)	
11:00 – 13:00 SK	szkolenie – programowanie social media (formularz online – ograniczona ilość miejsc)
13:00 – 13:30 SK	spotkanie dla szefów klubów – przedstawienie oferty Summer Camp Rimini 2024
20:00 SK	spotkanie osób funkcyjnych WTKU - w programie omówienie organizacji najważniejszych aktywności roku 2024

INFORMACJE DODATKOWE:

Godziny pracy biura Gasshuku:

22 marca 2024 (piątek)

- 12:00 – 15:00

23-24 marca 2024 (sobota,niedziela)

- 8:30 – 9:45
- 13:00 – 14:45

Wymeldowanie :

25 marca 2024 (poniedziałek)

- do godz. 11:00

Godziny posiłków:

Śniadanie: 7:30 – 10:00

Obiad: 13:00 – 15:00

Kolacja: 17:30 – 19:30

LEGENDA:

HW A,B,C - hala wielofunkcyjna; sektory A, B,C

SJ - stara sala Judo

NJ - nowa sala Judo

SZ - sala zapaśnicza

SK – sala konferencyjna