

SVĚT BOJOVÝCH UMĚNÍ,

[O. – Hrabůvka, Tlapákova 17A, O.- Vítkovice, Lidická 9](#)

KURZY KARATE, KICKBOX, SEBEOBRANA WA-TE JITSU

O. – Hrabůvka, Tlapákova 17A:

KARATE - nábor DĚTI od 5 ti let, příprava karate

Pondělí a Středa 16 - 17, 2x týdně

KARATE - nábor DĚTI od 5 ti let, japonské bojové umění - kryty, kopy, údery

Úterý a Čtvrtek v 16:00 - 17:00 hod, 2x týdně

KARATE - MLÁDEŽ do 15 let

Úterý a Čtvrtek v 17:00 - 18:00 hod, 2x týdně

KICKBOX -nábor MLÁDEŽ do 10 let, začátečníci

Úterý a Čtvrtek v 18:00 - 19:00 hod, 1x týdně

KICKBOX -nábor MLÁDEŽ nad 10 let, začátečníci

Čtvrtek v 18:00 - 19:00 hod, 1x týdně

SEBEOBRANA WA-TE JITSU - nábor MLÁDEŽ od 10 let, ŽENY, SENIOŘI, DOSPĚLÍ

okinawské bojové umění - kryty, kopy, údery, páky, hody, tlakové body

Úterý a Čtvrtek v 19:00 - 20:00 hod, 2x týdně /pololetí

SEBEOBRANA WA-TE JITSU - nábor ŽENY, SENIOŘI, DOSPĚLÍ

Úterý v 18:00 - 19:00 hod, 1x týdně /pololetí

Ostrava – Vítkovice, Lidická 9: Pondělí a Středa v 19 – 20 h

zápas KUMITE - nábor MLÁDEŽ a DOSPĚLÍ , s použitím kolen, loktů

Úterý a Čtvrtek v 19:00 - 20:00 hod, 2x týdně /pololetí

KOBUDO (tyč, sai, nunchaku) - nábor DĚTI od 6 let, MLÁDEŽ a DOSPĚLÍ

Sobota v 9:00 - 10:00 hod, 60 Kč/h

O.- Vítkovice, Lidická 9:

SEBEOBRANA WA-TE JITSU - nábor MLÁDEŽ od 10 let, ŽENY, SENIOŘI, DOSPĚLÍ

okinawské bojové umění - kryty, kopy, údery, páky, hody, tlakové body

Pondělí a Středa v 19:00 - 20:00 hod, 2x týdně /pololetí

SOUKROMÁ VÝUKA tai chi, čchi kung, sebeobrany Wa-te jitsu, kumite, kobudo - 775 089 535

Děkujeme za Vaši návštěvu a pokud začnete u nás studovat bojové umění, podělíme se s Vámi o úžasný zážitek z poznání bojových umění, který potrvá celý Váš život.

Hanshi Jan Vasilenko, 10. Dan, Renshi Ing. Jana Říplová, 7. Dan

Tel: .: 775 089 535, 736 356 689 www.watejitsu.eu www.atarakarate.cz www.taichi-ostrava.cz



SVĚT BOJOVÝCH UMĚNÍ,

[O. – Hrabůvka, Tlapákova 17A, O.- Vítkovice, Lidická 9](#)

KURZY TAICHI A ČCHI KUNG

O. – Hrabůvka, Tlapákova 17A:

Nábor tai chi - MLÁDEŽ od 12 let, DOSPĚLÍ, SENIOŘI

Pondělí nebo Čtvrtek v 18:00 – 19:00 hod

Nábor čchi kung (Qi gong, meditační cvičení) - MLÁDEŽ od 15 let, DOSPĚLÍ, SENIOŘI

Pondělí v 17:00 – 18:00 hod

Nábor vějíř, meč tai chi - MLÁDEŽ od 12 let, DOSPĚLÍ, SENIOŘI

Středa v 18:00 – 19:00 hod

Nábor tai chi – mírně pokročilí, MLÁDEŽ od 12 let, DOSPĚLÍ, SENIOŘI

Středa v 19:00 - 20:00 hod sestava 48 forem tai chi



O.- Vítkovice, Lidická 9:

Nábor TCHAJ-ŤI ČCHUAN - MLÁDEŽ od 12 let, DOSPĚLÍ, SENIOŘI

Pondělí 17 – 18, 18 - 19 hod

SOUKROMÁ VÝUKA tai chi, čchi kung, sebeobranu Wa-te jitsu, kumite, kobudo - 775 089 535

Děkujeme za Vaši návštěvu a pokud začnete u nás studovat bojové umění, podělíme se s Vámi o úžasný zážitek z poznání bojových umění, který potrvá celý Váš život.

Hanshi Jan Vasilenko, 10. Dan, Renshi Ing. Jana Řípková, 7. Dan

Tel: .: 775 089 535, 736 356 689 www.watejitsu.eu www.atarakarate.cz www.taichi-ostava.cz