



БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ШОТОКАН КАРАТЕ ДО

www.karatebg.com, e-mail: bfsk@karatebg.com, тел.: 02 93 00 557, 0888 601 902

**Семинар на техническата и реферската комисии на БФШК,
18-20 Септември 2020 в зала Баскетбол на НСА „В. Левски“
гр. София**

Водещи: ТК и РК

Право на участие: Инструктори, съдии, състезатели и трениращи с минимална степен 3 кю.

Тема: Технически изисквания за изпълнение и определяне на оценка в ката и договорено кумите.

Програма:

Петък, 18 септември 2020 г.
19:00 ч. - 21:30 ч.

Събота, 19 септември 2020 г.
12:00 ч. - 14:30 ч.
17:00 ч. - 19:30 ч.

Неделя, 20 септември 2020 г.
9:00 ч. - 11:00 ч.
11:00ч. - Извънредно общо събрание на БФШК

По време на тренировките ще отработим основни елементи на Ката: Chikara no Kyojaku, Karada no shinshuku, Waza no kankyu, Jushin no antei, Kishin no yoi, Chakugan.

- Основни критерии, които трябва да присъстват в изпълнението на ката
- Разширени критерии, влияещи на оценяването в ката
- Паралели между изпълнението на ката и кумите в състезателна среда

Вноска за участие:

30лв. – внася се в брой преди началото на първата тренировка.

Заявка:

Моля попълнете и изпратете бланката за участие в семинара до 14 Септември на e-mail: bfsk@karatebg.com