

SHSZ NYÍLT SZAKMAI NAP

Budapest

Időpont: 2016. szeptember 25. (vasárnap)

Helyszín: Tigris Dojo Központi terme (Oktogon Mozgás Akadémia, Bp., VI. Eötvös u. 11/a)

A szeminárium vezetője: Sensei Fris Ferenc 4. Dan

A szeminárium meghirdetője: Shihan Dr. Karmazin György 5. Dan WKO Branch Chief

Téma: A TUDÁSÖTVÖZÉS folytatódik a TALENTUM Program keretében - energetizálás, testkompozíció beállítás, dinamikus belső egyensúly létrehozása, használata.

Meghívottak: Nyitott képzés, de kiemelten a Shinkyokushin Harcművész Szövetség klubvezetői, instruktorai, fekete övesei és minden érdeklődő tagjának szól.

Képzés díja: 4.000 Ft, melynek 50%-át foglalóként szükséges elutalni az OTP 11773126-08225537 számlaszámra, név és klub megnevezéssel. Az SHSZ tagoknak kedvezményesen 3.000 Ft a részvételi díj a határidő betartásával.

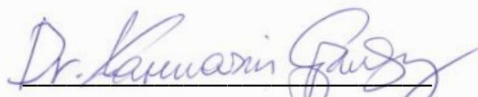
Program:

10:00-11:30	<i>Elméleti előadás, mely során a reggeli „légző-torna” gyakorlattal kezdünk. Az anyagcsere háttere, energetizálás a mindennapokban, test-kompozíció beállítás lehetőségei. Az előző szakmai nap gyakorlatainak átbeszélése, tapasztalatok cseréje. Prezentáció a test-tudatosság, életmód-váltás mélyítéséhez, és ezután hogyan ölt formát a tartalom. Helyszín: a közelben lévő Oktogon LIKE étterem emeleti különterme.</i>
11:30-12:00	<i>Kérdések, feleletek</i>
12:30-13:30	<i>Ebédszünet A LIKE étterem kedvezményes menüvel készül a jelentkezőknek.</i>
13:30-16:30	<i>Edzés két részben rövidebb szünettel: testünk dinamikus egyensúlyra törekvése, mozgásunk gyökereinek felismertetése. Kereszt-kapcsolatok edzése és ennek sportági megjelenései. Kreatív képességfejlesztő gyakorlatok a Mediball alapjaival, direkt harcművészeti funkcionalitással. Akinek van saját Mediball eszköze, hozza el legyen szíves.</i>

Jelentkezés az info@tigrisdojo.hu / office@shinkyokushin.hu e-mail címen a klubnév, név, övfokozat megadásával.

Jelentkezési határidő: **2016. szeptember 19. (hétfő)**

Szolnok, 2016. szeptember 07.



Shihan Dr. Karmazin György 5. Dan
SHSZ Ügyvezető elnök