



# Letní soustředění GASSHUKU Českého svazu Wa – te jitsu dó

již 21. ročník

## 26.7. – 30.7. 2010

### pro registrované členy i širokou veřejnost

Letní soustředění Českého svazu Wa – te jitsu dó se koná v krásném prostředí Beskyd v podhorském městečku Ostravice u řeky stejného jména. Tím je za slunného počasí zajištěno koupání každý den.

#### Program soustředění:

Každý den dopoledne, odpoledne - **výuka 8. kyu sebeobrany Wa-te jitsu dó a kobudó** – ovládnutí okinawských zbraní.

Na **každý den** bude připravena **jiná zbraň**: Rokushaku-kon, sai a nunchaku.

Večer – konzultace pro zájemce, výuka navíc

#### Volné aktivity:

Pokud po výuce budete mít stále dost energie, v okolí ubytování je možné navštívit nedaleký Frýdlant nad Ostravicí, hezké městečko, které stojí za prohlídku. Je zde možnost návštěvy venkovního koupaliště nebo relaxačního zařízení s jógou, pilates, powerjógou, spinningem a dalším kulturním vyžitím jako je bowling, tenis a další, které si přejete a na jaké máte chuť.

Pro ty, kteří chtějí opravdu zrelaxovat od městského stresu v přírodě na zdravém vzduchu, se nabízí vycházky po okolí, výstup na Lysou horu, sjíždění řeky, projížďka na koni, lanové centrum.

**Ubytování** je zajištěno v poschodových chatkách, kde jsou 4 -5 ti lůžkové pokoje s možností přistýlky. Počet ubytovaných je omezen na 30 osob.

Pro ty, kterým toto ubytování nevyhovuje, mají možnost zajistit si vlastní ubytování a soustředění se zúčastňovat externě, tj. zaplatit si pouze výuku semináře na všechny nebo vybrané jednotlivé dny.

**Stravování** je zajištěno v nedaleké hospůdce – obědy a večeře. Snídani a svačinky bude připravovat určená služba v kuchyňce chatky, která se každý den vystřídá. Pití (nealko) k dispozici po celý den.

**Doprava** je v ceně soustředění pro odjezd z Ostravy směr Ostravice a zpět. Externí účastníci si zajišťují dopravu sami.

**Přihlášky** se přijímají **do 25.6. 2010**. Současně s písemnou přihláškou účastník semináře složí zálohu u trenérů ČSWABU nebo pošlou zálohu 1000 Kč na adresu:

ČSWABU o.s., Lidická 9, 703 00 Ostrava 3. Záloha je nevratná.

Přihláška je ke stažení na [www.watejitsu.eu](http://www.watejitsu.eu) nebo u trenérů.

**Propozice** soustředění budou zaslány všem přihlášeným do 15.7. 2010. Rozvrh výuky bude zveřejněn na [www.watejitsu.eu](http://www.watejitsu.eu).

ČSWABU si vyhrazuje právo při malém počtu účastníků seminář nekonat.

Cena soustředění (26.7.-30.7.2010)	2 800 Kč	(ubytování + strava + doprava + výuka na semináři)
Pouze semináře (26.7.-30.7.2010)	1 300 Kč	(výuka ranní a odpolední, tj. bez ubytování, stravy, dopravy)
Jednodenní seminář (lze kombinovat různé dny)	500 Kč	(výuka ranní a odpolední, tj. bez ubytování, stravy, dopravy)

tel.: 608 208 409

e-mail: [info@watejitsu.eu](mailto:info@watejitsu.eu)

[www.watejitsu.eu](http://www.watejitsu.eu)