

**ABU Ostrava po roce opět srdečně zve na**

# **LETNÍ SETKÁNÍ PŘÍZNIVCŮ BOJOVÝCH UMĚNÍ**

**aneb**

## **ZPÁTKY DO KLUKOVSKÝCH LET II.**

**25. - 26. června 2016**

Areál TJ Sokol Horní Lhota

Záhumení 44, 747 64 Horní Lhota

zahájení v sobotu 25.6. v 10.00 hod.

### **PROGRAM:**

**Bojová umění** – účast dle vlastní volby – inspirační bloky výuky:

Systema, Dju su kung-fu, Jiu Jitsu, Body boxing a šokingy

**Lektoři** host Josef MIHALCO - Systema Pohořelice , Petr a Karel Doležalovi  
dle zájmu i bloky ZTV , uvolňovacích souborů, cvičení na koordinaci pohybů,...

### **CO JSME ZNALI IAKO MALÍ:**

Školka a koníčky zavíracím nožem

Školka a roztahovák pevným nožem

Střelba prakem, lukem, vzduchovkou, foukačkou, kuší

Házení nožem, sekyrou, hvězdicemi, šipkami

Uzlování a lasování

Fotbálek, vybíjená, přetahování lana, stolní tenis, švihadlo, kuličky, kostky,...

**DALŠÍ VLASTNÍ NÁVRHY A REALIZACE JSOU VÍTÁNY !!!**

### **Setkání známých a přátel = opékání – rožnění – grilování - ZÁBAVA**

**Cena:** 300,- Kč účastnický poplatek

160 ,- Kč ubytování za osobu/noc

strava vlastní – možnost využití kuchyně a ohniště

**Sebou:** to, co si myslíte, že budete podle programu potřebovat

**Info a rezervace:** **ing. Karel Doležal**

**tel.731 567 512**

**dolezal.abu@volny.cz**

