|  |
| --- |
| «УТВЕРЖДАЮ» Председатель общественной организации  «Федерация Кёкусинкай каратэ Кемеровской области»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Р.Б. Исаев «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г**.** |

ПОЛОЖЕНИЕ

**Специализированный семинар по работе с традиционными видами оружия (нунчаку, бо) в комплексной системе  Кёкусинкай карате «Кобудо"**

**под руководством сенсея Потапенко Н.В.**

**09.12.2018**

**Цели и задачи:**

- популяризации традиционной дисциплины кобудо-каратэ в кемеровской школе;

- повышение технического уровня инструкторов и учеников;

- передача традиций школы кобудо-каратэ;

- овладение искусством работы нунчаку кихон , кумите.

Основная программы Сборов:  
1) Повторение и изученнного курса по работе с нунчаку:  
- разминочные и подготовительные упражнения с нунчаку.  
- базовая **и комбинационная** техника работы с нунчаку;  
- базовая **и комбинационная** техника работы с нунчакуи бо;  
- работа в парах, в том числе приемы защиты с нунчаку против шеста (бо).  
- принципы сочетания каратэ и кумите с нунчаку.  
2) Вводный (для тех, кто на занятиях впервые в городе Кемерово) курс по работе с нунчаку.  
- разминочные и подготовительные упражнения.  
- базовая **и комбинационная** техника работы в нунчаку кихон и кумите;  
3) ката с нунчаку

**Участники сборов:**К участию в сборах приглашаются спортсмены, тренеры/инструкторы, желающие повысить уровень своей подготовки и квалификации.

- К участию в Школе допускаются - **члены ФКР**.(уплатившие годовой взнос) и

- все желающие приобщиться к великому древнему наследию Окинавы и Японии.  
- возраст участников с 8 лет

**Место и время проведения:**г. Город Кемерово, ул.Кирова, стадион «ХИМИК», Восточная трибуна, вход №2, второй этаж

09.12.2018

**Финансовые условия:**- стоимость участия в сборах– 1000 руб.

**Ответственный за проведение сборов:** ООО «Федерация Кёкусинкай каратэ Кемеровской области» непосредственно Шардакова Юлия Олеговна

Защита для нунчаку кумите обязательна полностью

Телефоны для справок:-тел. 8-9039931462 Шардакова Юлия Олеговна

**План работы Учебно-тренировочных сборов 2018 года**

**09.12.2018**

10.00 - 12.00 1 тренировка

14.00 - 16.00. 2 тренировк

16.00 - 17.00. Экзамен

По окончанию семинара, каждый спортсмен получит сертификат участника.