

<p>Úvod Kontakt Trénink Nábör Historie Akce Semináře Soutředění Zkoušky Partneři Poomse Kyorugi Dokumenty ZKOUŠKA</p>				
				
<p>Městská část Praha 3 nám od roku 2011 pravidelně poskytuje dotace na nájmy tělocvičen a sportovní vybavení.</p> <p><a href="http://www.praha3.cz">www.praha3.cz</a></p>	<p>Magistrát hlavního města Prahy nám od roku 2004 poskytuje dotace na nájmy tělocvičen, sportovní vybavení a příspěvek na soustředění dětí.</p> <p><a href="http://www.praha.eu">www.praha.eu</a></p>	<p>Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy nám od roku 2015 poskytuje dotace na nájmy tělocvičen a sportovní vybavení.</p> <p><a href="http://www.msmt.cz">www.msmt.cz</a></p>	<p>Český svaz taekwondo WT nám od roku 2013 poskytuje dotace na nájmy tělocvičen a podporu trenérů.</p> <p><a href="http://www.worldtaekwondo.cz">www.worldtaekwondo.cz</a></p>	<p>Moohwa je národní exhibiční tým, který se věnuje propagaci taekwondo a svá vystoupení předvádí na různých akcích.</p> <p><a href="http://moohwa.net">moohwa.net</a></p>
				
<p>Pražská tělovýchovná unie je krajským sdružením České unie sportu a organizuje pro kluby různá odborná školení.</p> <p><a href="http://www.ptupraha.cz">www.ptupraha.cz</a></p>	<p>European Taekwondo Union je sdružením národních svazů a organizuje školení rozhodčích.</p> <p><a href="http://taekwondoetu.org">taekwondoetu.org</a></p>	<p>World Taekwondo je světová organizace sdružující jednotlivé svazy a organizuje zkoušky na mistrovské stupně.</p> <p><a href="http://www.worldtaekwondo.org">www.worldtaekwondo.org</a></p>	<p>Hayashi dodává zvýhodněné sportovní oblečení a vybavení pro taekwondo WT.</p> <p><a href="http://www.hayashi.cz">www.hayashi.cz</a></p>	<p>MMA shop dodává zvýhodněné sportovní oblečení a vybavení pro taekwondo WT.</p> <p><a href="http://www.mma-shop.cz">www.mma-shop.cz</a></p>
<p>Copyright © 2016 - Ing. David Kovářik - All Rights Reserved</p>				

Akce volnočasových aktivit pořádaná Prahou 3



## Raptor Dojang

Ing. David Kovářik  
mobil: 721 848 961

[www.raptor.cz](http://www.raptor.cz)  
[raptor@raptor.cz](mailto:raptor@raptor.cz)



Klub Raptor Dojang pořádá průběžně nábor nových členů. Tréninky jsou určeny pro děti od 6 do 13 let a pro dospělé. Tréninky pro děti i dospělé jsou rozděleny na tréninky pro začátečníky a pro pokročilé. Můžete se kdykoli přijít podívat a zkusit si s námi zacvičit.



Taekwondo není pouze sportovní zápas, ale též velice účinná a agresivní sebeobrana. Taekwondo má ze všech bojových umění bezesporu nejdokonalější a nejúčinnější techniky kopů a steppingu. Soutěže mají podobu plnokontaktního sportovního boje v ochranných vestách, s přilbami a chrániči končetin.



Taekwondo se zaměřuje na nácvik zápasu, řízeného zápasu, sestav, přerážení a sebeobrany. Rozvíjí u cvičenců rychlost, obratnost, sílu, tvrdost, vytrvalost a sebevědomí. Tréninky mají vzrůstající fyzickou náročnost, tak aby mohli začít cvičit každý a cvičenci si postupně zlepšovali svoji fyzickou kondici a koordinaci pohybu.



**Přijďte se podívat !**

Praha / / /

## Taekwondo WT olympijský sport

PRA  
PRA  
PRA  
PRA  
HA  
GUE  
GA  
GA

## Raptor Dojang

Ing. David Kovářik  
mobil: 721 848 961

[www.raptor.cz](http://www.raptor.cz)  
[raptor@raptor.cz](mailto:raptor@raptor.cz)



Ing. David Kovářik 4. DAN I. trenérská třída  
Ing. Karel Kínzl 4. DAN II. trenérská třída  
Bc. Jan Ludvík 4. DAN II. trenérská třída

Trenéři a asistenti jsou držitelé I., II. a III. trenérské třídy s celostátní platností ve vysvědčení vyhláškou E-21/1991 Sb. ve znění vyhláškou E-324/1992 Sb. uděleno Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR dne 19.3.2001 pod č. 14697/01-26/36



Kromě sportovního zápasu se cvičenci věnují i nácviku praktické sebeobrany. Zde se provádí výuka sebeobrany proti úderům, kopům, držení, škrcení, útoku nožem a tyčí. Cvičenci mají postupně získávat zkušenosti pro sebeobranu v běžných životních situacích.



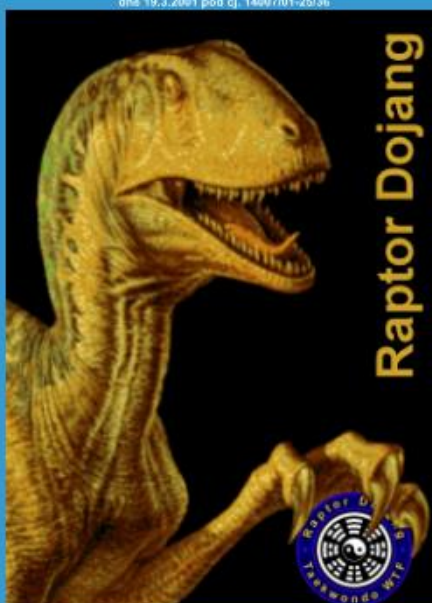
V roce 2000 jste mohli poprvé vidět ukázkou taekwondo na 27. Olympijských hrách. Taekwondo jako jedinému bojovému sportu se podařilo zařadit mezi olympijské sporty a to i proti velmi silným konkurentům jako jsou karate a ostatní bojové sporty. Společně s judem je zástupcem bojových umění na olympijských hrách.



Součástí tréninků jsou letní a zimní soustředění, kterých se může každý zúčastnit. Účastníme se i seminářů pořádaných svazem. Na ně jsou zváni zahraniční instruktoři. Semináře se zaměřují na přípravu na vyšší technické stupně, trenérskou činnost, školení pro rozhodčí.



**Přijďte se podívat !**



### Tréninky děti 6 - 13 let

Začátečníci (tělocvična A)	pondělí :	18:00 - 19:00
	středa :	18:00 - 19:00
Pokročilí (tělocvična B)	Pondělí :	18:00 - 19:00
	středa :	18:00 - 19:00

### Tréninky dospělí 14 - 99 let

Začátečníci (tělocvična A)	pondělí :	19:00 - 20:30
	středa :	19:00 - 20:30
Pokročilí (tělocvična B)	pondělí :	19:00 - 20:30
	středa :	19:00 - 20:30

### Místo tréninku

ZŠ Jiřího z Poděbrad 8, Praha 3  
(100 metrů od metra - stanice Jiřího z Poděbrad)  
metrem na stanici Jiřího z Poděbrad  
tramvaji č. 11 a 13 na zastávku Jiřího z Poděbrad  
tramvaji č. 10 a 16 na zastávku Vinohradská vodárna



**Přijďte se podívat !**

**Přijďte se podívat !**



## Taekwondo Raptor Dojang

@RaptorDojang · Sporty

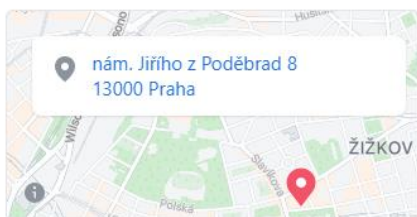
Poslat zprávu

Zdravíme! Řekněte nám, jak můžeme pomoci.

[Hlavní stránka](#) [Hodnocení](#) [Videa](#) [Fotky](#) [Další](#)

### Informace

[Zobrazit vše](#)



Klub bojového umění Taekwondo WT  
Raptor Dojang [www.raptor.cz](http://www.raptor.cz)

180 lidem se to líbí

188 lidí to sleduje

1 člověk tady oznámil polohu

<http://www.raptor.cz/>

721 848 961

Taekwondo Raptor Dojang  
14. prosinec 2022 v 20:51

# Hezké Vánoce a PF 2023 Vám přeje Raptor Dojang

