




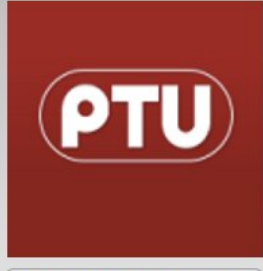






<p>Úvod Kontakt Trénink Nábor Historie Akce Semináře Soutěžení Zkoušky Partneři Poomse Kyorugi Dokumenty ZKOUŠKA</p>				
				
<p>Městská část Praha 3 nám od roku 2011 pravidelně poskytuje dotace na nájmy tělocvičen a sportovní vybavení.</p> <p>www.praha3.cz</p>	<p>Magistrát hlavního města Prahy nám od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

Akce volnočasových aktivit pořádaná Prahou 3



Taekwondo Raptor Dojang

Zveřejněno Karlem Kinzlem · 9. září · 🌐

...

Volný čas na Trojce







Raptor Dojang

Ing. David Kovářik
mobil: 721 848 961

www.raptor.cz
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 nejdokonalejší 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 sebedůvěru. Tréninky mají vzrůstající fyzickou náročnost, tak aby mohl začít cvičit každý a cvičenci si postupně zlepšovali svoji fyzickou kondici a koordinaci pohybů.



Přijďte se podívat !

Praha / / /

Taekwondo WT

olympijský sport



Ing. David Kovářik 4. DAN I. trenéřská třída
Ing. Karel Kinzl 4. DAN II. trenéřská třída
Bc. Jan Ludvík 4. DAN II. trenéřská třída

Trenéři a asistenti jsou držitelé I., II. a III. trenéřské třídy s celostátní platností ve smyslu vyhlášky č. 21/1991 Sb. ve znění vyhlášky č. 324/1992 Sb. uděleno Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR dne 19.3.2001 pod č. 14607/01-25/36



Tréninky děti 6 - 13 let

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

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

Tréninky dospělí 14 - 99 let

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

Pokročilí pondělí : 19:00 - 20:30
(tělocvična B) 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
tramvají č. 11 a 13 na zastávku Jiřího z Poděbrad
tramvají č. 10 a 16 na zastávku Vinohradská vodárna



PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

HAGUE
GA
G

Raptor Dojang

Ing. David Kovářik
mobil: 721 848 961

www.raptor.cz
raptor@raptor.cz



Kromě sportovního zápasu se cvičenci věnují i nácviku praktické sebeobrany. Zde se provádí výuka sebeobrany proti úderům, kopům, držení, škrncení, 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, trenéřskou činnost, školení pro rozhodčí.



Přijďte se podívat !



Taekwondo Raptor Dojang

Stránka · Sporty

nám. Jiřího z Poděbrad 8, Prague, Czech Republic

+420 721 848 961

raptor@raptor.cz

raptor.cz

Propagovat web

Ted' je zavřeno

Hodnocení · 5,0 (5 recenzí)

Upravit podrobnosti

Přidat mezi doporučené

Fotky

Zobrazit všechny fotky



Zobrazit přehledy a reklamy

Propagovat příspěvek

Vám a 12 dalším

1 komentář

To se mi líbí

Okomentovat

Sdílet



Petra Henychová
Děkuji 😊

3 t To se mi líbí Odpovědět Skrýt



Taekwondo Raptor Dojang

Zveřejněno Karlem Kinzlem · 25. září · 🌐



Záříjový trénink dětské skupiny

