


<p>Úvod Kontakt Trénink Nábor Historie Akce Semináře Sousředení 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



Raptor Dojang

Ing. David Kovářik
Malešická 2450/10, 130 00 Praha 3
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 nejučinější 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 sebeobrány. 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 pohybů.



Přijďte se podívat !

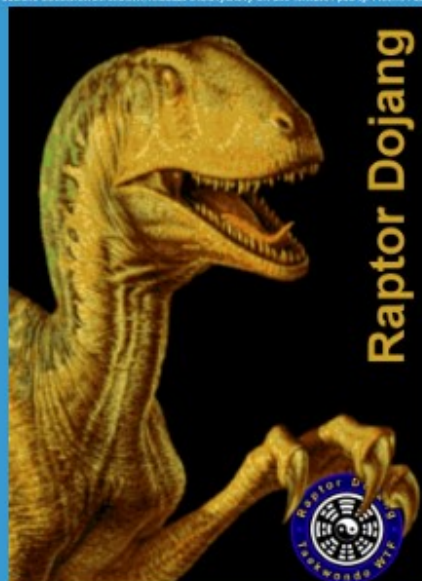
Praha //

Taekwondo WTF olympijský sport



Ing. David Kovářik 4. DAN I. trenérská třída 721 848 961
Bc. Karel Kinzl 4. DAN II. trenérská třída 605 026 969
Ing. Patrik Špátzlik 4. DAN I. trenérská třída 777 105 930

Tréneri a asistenti jsou držitelé 1., 2. a 3. trenérské třídy s celostátní platností ve výpisu výsledků č. 25/1991/96, ve výpisu výsledků č. 324/1992/96, sděleno Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR dne 10.3.2007 pod č. 140/07/91-2024



Tréninky děti 6 - 13 let

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

Tréninky dospělí 14 - 99 let

Začátečníci (třelocvična A)	pondělí :	19:00 - 20:30
	středa :	19:00 - 20:30
Pokročilí (třelocvična 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
tramvají č. 11 na zastávku Jiřího z Poděbrad
tramvají č. 10 a 16 na zastávku Vinohradská vodárna



Raptor Dojang

Ing. David Kovářik
Malešická 2450/10, 130 00 Praha 3
www.raptor.cz
raptor@raptor.cz



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



V roce 2000 jste mohli poprvé vidět taekwondo WTF 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 !



Taekwondo Raptor Dojang

@RaptorDojang · Sporty

[Upravit](#) [Rezervovat](#)

[Hlavní stránka](#)

[Služby](#)

[Další](#)

[Propagovat](#)

[Zobrazit jako návštěvník](#)



Jak vytvářet efektivní příspěvky ✕
Krátké příspěvky s obrázkem, vytvořené pro správný okruh uživatelů, jsou úspěšnější.
[Přečtěte si, jak na to](#)

Vytvořit příspěvek

[Fotka/video](#) [Získat zprávy](#) [Pocit nebo aktivita](#)

Vytvořte [Živě](#) [Událost](#) [Nabídka](#) [...](#)

Bezplatné nástroje Facebooku pro firmy

[Prodejte své produkty](#)
Představte svoje produkty milionům potenciálních zákazníků napříč...

[Požádejte placené online](#)

Taekwondo Raptor Dojang
Zveřejněno Karlem Kinzlem · 24. prosince 2020 v 9:45 · [...](#)

18:00 až 20:30

[Sporty · Sportovní tým](#)

[Upravit informace o stránce](#)

Fotky

[Zobrazit vše](#)



Videa

[Zobrazit vše](#)



23 zhlédnutí · před 14 týdny

Transparentnost stránek

[Zobrazit vše](#)

Facebook zobrazuje informace, které vám pomůžou lépe porozumět účelu stránky. Podívejte se, jaké akce dělají lidé spravující a zveřejňující obsah.

[Stránka byla vytvořena 15. února 2010](#)

Taekwondo Raptor Dojang
Zveřejněno Karlem Kinzlem · 23. září 2020 · [...](#)

Trénink dětí 23.9.2020



192
Oslovení lidé

80
Zájem

[Propagace není k dispozici](#)

[11](#)

3 komentáře 1 sdílení



To se mi líbí



Okomentovat



Sdílet



[Nejrelevantnější](#)



Komentovat jako Taekwondo Raptor Dojang

