



# WORKSHOP

TMK ČSJU NA KYU CUPU 2025

**24**

**květen**

**2025**

**UNYP Aréna**



Kovaneckého 27, Praha 9

**POZVÁNKA NA JEDINEČNÝ JUDO WORKSHOP!**

TMK ČSJU VE SPOLUPRÁCI S KYU CUPEM ZVE VŠECHNY  
MLADÉ JUDISTY A JEJICH TRENÉRY NA INSPIRATIVNÍ  
WORKSHOP S DVĚMA ZAHRANIČNÍMI ŠPIČKOVÝMI  
TRENÉRY!



### **EDUARDO GALÁN PALA**

ŠPANĚLSKÝ METODIK,  
TRENÉR A VICEPREZIDENT  
GALICIJSKÉHO SVAZU JUDA.



### **AYUMU MINAKOSHI**

JAPONSKÝ TRENÉR,  
ABSOLVENT PRESTIŽNÍ  
NIPPON UNIVERSITY

## **PRO KOHO JE WORKSHOP URČEN?**

- DĚTI – ÚČASTNÍKY KYU CUPU
- JEJICH TRENÉRY
- RODIČE SE MOHOU DÍVAT Z URČENÝCH MÍST V TĚLOCVIČNĚ

## **PRŮBĚH WORKSHOPU:**

- PO SKONČENÍ SOUTĚŽNÍHO BLOKU KYU CUPU SE ZÁJEMCI PŘESUNOU DO MALÉ TĚLOCVIČNY V BUDOVĚ UNYP ARÉNY.
- PROBĚHNE PREZENTACE A SLAVNOSTNÍ NÁSTUP, POTÉ NÁSLEDUJE TRÉNINK POD VEDENÍM LEKTORŮ. PŘEKLAD DO ČEŠTINY ZAJIŠTĚN.
- VŠICHNI CVIČÍCÍ BUDOU MÍT KIMONO A BĚHEM BLOKU BY NEMĚLI ODCHÁZET Z TRÉNINKU (PAUZY NA WC A NAPITÍ ZAJIŠTĚNY).
- WORKSHOP JE OMEZEN NA MAX. 40 CVIČÍCÍCH OSOB – NEVÁHEJTE S PŘIHLÁŠENÍM!

## HARMONOGRAM WORKSHOPU (4 BLOKY PO 60 MINUTÁCH):

ČASOVÁ ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

Čas	Blok	Lektor	Obsah
12:00–13:00	1. blok	Eduardo Galán	Hry, základy juda, techniky v postoji i na zemi (do 6/5. kyu)
13:45–14:45	2. blok	Eduardo Galán	Hry, základy juda, techniky v postoji i na zemi (do 5. kyu)
15:30–16:30	3. blok	Ayumu Minakoshi	Základy juda, techniky postoj/zem (do 5/4. kyu)
17:15–18:15	4. blok	Ayumu Minakoshi	Základy juda, techniky postoj/zem (do 4. kyu)

### CENA:

- PRO ÚČASTNÍKY KYU CUPU A JEJICH TRENÉRY – ZDARMA
- OSTATNÍ ZÁJEMCI – 300 KČ/BLOK

### REGISTRACE:

- PŘIHLAŠOVÁNÍ PŘES GOOGLE FORMS
  - PRO ÚČASTNÍKY KYU CUPU - [ZDE](#)
  - PRO OSTATNÍ ZÁJEMCE - [ZDE](#)
- UZÁVĚRKA PŘIHLÁŠEK: 12. KVĚTNA 2025



TĚŠÍME SE NA SPOLEČNÝ TRÉNINK!

**TMK ČSJU VE SPOLUPRÁCI S KYU CUPEM**