

6.4.2025

Praha

WORKSHOP - SEMINÁŘ

MIROSLAV BROŽÍČEK

5.dan Kyusho, 5.dan Aikido

JAN STRAKA

4.dan Jiu-Jitsu, blue belt BJJ

**Tiger Gym Řepy
Makovského 1349/2A
(OC Řepy)**

163 00 Praha 17 - Řepy

KYUSHO lze vysvětlit jako nauku o vitálních bodech a to včetně aplikací pro bojové / sebeobrané, léčebné, masážní a v neposlední řadě i intimní techniky.

JIU-JITSU je bojové umění pocházející z Japonska, zaměřené na techniky boje zblízka, páky, hody a škrčení. Využívá principu maximální efektivity a překonání soupeře pomocí techniky namísto síly.

AIKIDO je japonské bojové umění zaměřené na obranu a využití síly útočníka proti němu samotnému. Klade důraz na plynulé pohyby, kruhové techniky, vychýlení protivníka a jeho kontrolu bez použití nadměrné síly.

Srdečně vás zveme na netradiční workshop který povedou zkušení instruktoři a zaměří se na efektivní techniky ze svého repertoáru pro sebeobranu v běžných civilních situacích.

Vybrané techniky, které zafungují i na Monstra.

MONSTER techniky zvládnou i začátečníci, ale obohatí i zkušené borce. Techniky Jiu-jitsu, Aikida i Kyusho mají velký záběr a účinnost. Na závěr semináře si dáme sparingy.

HARMONOGRAM

9:30	Registrace
10:00	Blok I. - Jiu-jitsu pro civilní použití
12:00	obědová pauza
13:00	Blok II - Aikido, Kyusho - pro civilní použití.
15:00	Léčebné techniky a masáž
15:30	Závěr semináře

CENA A PLATBA

- 1000,-Kč, na místě

ORGANIZÁTOR

Jan Straka, +420 604 869 567

