

通身眼

Tsu Shin Gen Spring Camp

通身眼

08 - 10 Мая 2020

INVITATION

Уважаемые Шиханы, Сенсеи и Семпай,
Федерация Нокдаун Каратэ России совместно с Международной Будо Ассоциацией Тсу Шин Ген приглашает Вас и ваших студентов в Международный Весенний Будо лагерь, который состоится в России, в Подмосковном пансионате «Салют» с **08 по 10 Мая 2020.**

Главные инструктора лагеря:
Ханши Иван Титенков 8th Dan
Шихан Юрий Хренов 7th Dan
Шихан Эмиль Васзак 5th Dan
Шихан Анатолий Зыкин 5th Dan

Гость Весеннего лагеря, Мастер Международного класса, лучший действующий спортсмен тяжеловес ММА в России, член профессиональной команды «Стрела», Топ-Боец UFC, Победитель турниров Bellator и M-1 Challenge, 3 Дан ММА Тсу Шин Ген, Сенсей Александр Волков.



1. Программа лагеря включает в себя тренировочные занятия по:

- Микс-файт Тсу Шин Ген
- Тсу Шин Ген Каратэ
- Ashihara International Karate
- Грэпплинг для ММА
- Экзамен для студентов с 10 по 1 Кю
- Дан Тест-экзамен для Черных поясов с 1 по 3 Дан.

2. Заезд участников лагеря – 08 Мая с 12.00 – до 13-00

Отъезд участников – 10 Мая после 20.00, или 11 Мая утром.

3. Адрес места проведения лагеря и проезд:

- Московская область, Пушкинский район, поселок Зеленый городок, пансионат «Салют».

Проезд из Москвы:

- электричкой с Ярославского вокзала до станции Пушкино, далее на автобусе № 28 или

На маршрутном такси № 28 до конечной остановки – деревня Костино.

- на машине – по Ярославскому шоссе, на 38 км повернуть направо на Костино.

4. Необходимые вещи:

- Комплект До-ги;

- Перчатки для TSG MMA, и Бокса

- Шорты, футболку или рашгард для участия в мастер классе А. Волкова

- Спортивную обувь и форму для занятий на улице

- Индивидуальные защитные средства.

5. Полная стоимость (проживание + сборы) Весеннего лагеря:

- проживание + сборы – **6000 руб. (3000+3000)**

- стоимость проживания и питания для сопровождающих

От 1200 рублей за сутки.

6. В оплату лагеря входят:

- Инструкторский сбор

- 3-х разовое питание

- Проживание в пансионате

- Аренда спортивного зала

7. Разовое посещение одной тренировки без проживания – **1000 руб.**

9. Всем инструкторам и спортсменам, планирующим участие в Дан тесте необходимо заранее сделать заявку и выслать свою анкету на адрес shihan@inbox.ru не позднее 25 апреля 2020 года. Стоимость экзаменов просьба уточнять у своих Национальных представителей.

Просьба сообщить о своем участии и размещении до 01.05.2020 на почту shihan@inbox.ru или WhatsApp +7 925 225 64 23.

Дополнительная информация по телефону +7 901 532 00 02.

Welcome!

РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАГЕРЯ
Realizations of the International Budo-camp
From May, 08 till May, 10, 2020
(the place of realization - the boarding house "Salute")

- 1. May, 08**
- 12-00 – 13-00 – заезд участников лагеря
 - 14-00 - Обед
 - 16-00 – 17-00 – первое общее занятие**
 - 17-00 – 18-30 – тренировка в стилевых группах**
 - 19-00 – Ужин
 - 20-30 – 21-30 – общая тренировка (грэпплинг для ММА)**
 - 23-00 – Отбой
- 2. May, 09**
- 7-00 – Подъем
 - 7-30 – 8-30 – тренировка на улице**
 - 9-00 – Завтрак
 - 11-00 – 13-00 – тренировка в стилевых группах**
 - 14-00 – Обед
 - 16-00 – 17-30 – тренировка в стилевых группах**
 - 17-30 – 18-30 – общая тренировка**
 - 19-00 – Ужин
 - 20-30 – 21-30 – общая тренировка (грэпплинг для ММА)**
 - 23-00 – Отбой
- 3. May, 10**
- 7-00 – Подъем
 - 7-30 – 8-30 – тренировка на улице**
 - 9-00 – Завтрак
 - 11-00 – 13-00 – Мастер класс А. Волкова**
 - 14-00 – Обед
 - 15-30 – 19-30 – Технический экзамен и поединки для Кю и Дан теста**
 - 19-30 – закрытие Весеннего лагеря.