



Asociația “Clubul Sportiv Dao Kan” Galați  
**WORLD ALL KYOKUSHIN UNION ROMANIA**

Contact: Nr. Tel: Sediul: 0742272968; Secretariat: 0757793056

E-mail - Club - [asociatidaokan@yahoo.com](mailto:asociatidaokan@yahoo.com) ; Site: [www.rokyokushin.wordpress.com](http://www.rokyokushin.wordpress.com)

E-mail organizatie: [warkku@yahoo.com](mailto:warkku@yahoo.com) ; Site W.A.K.U Romania: [www.warkku.com](http://www.warkku.com)



**CALENDARUL SPORTIV AL ASOCIAȚIEI  
„CLUBUL SPORTIV DAO KAN” GALAȚI” PE ANUL 2015**

**06.02.2015 - 08.02.2015 – STAGIUL DE KEMPO** – este deschisă participarea  
atât începătorilor cât și avansaților

Program: 06.02.2015 – orele 17:00-19:00- tehnica de bază, fixări,  
proiectări, aruncări;

07.02.2015 - orele 11:00-13:00 – tehnică de bază, lovituri, blocaje, fixări,  
proiectări, aruncări, execuție pe om.

- orele 17:30-19:30 – diversitate, improvizații, combinații  
din toate tehnicile lucrate în  
antrenamentul anterior, condiție fizică.

08.02.2015 – orele 11:00-13:00 – tehnică de bază, lovituri, blocaje, fixări,  
proiectări, aruncări, execuție pe om.

- orele 17:00-19:00 – diversitate, improvizații, combinații  
din toate tehnicile lucrate în  
antrenamentul anterior, condiție fizică.

**27.03.2015 – 29.03.2015 – SEMINARUL DE KARATE KYOKUSHIN  
ȘI EXAMEN DE CENTURĂ**

Program: 27.03.2015 - orele 10:00-12:00 - Stagiul premergător pentru examenul de  
centură (tehnică și poziții tradiționale, autoapărare stradala, tehnică kumite)

- orele 17:00-19:00 - Stagiul premergător pentru examenul de

centura (tehnică și poziții tradiționale, kata).

28.03.2015 - orele 10:00-12:00 - Stagiul premergător pentru examenul de centură (autoapărare stradală, kumite, condiție fizică)

- orele 17:00-19:00 - Stagiul premergător pentru examenul de centură (tehnică și poziții tradiționale, kata, teorie)

29.03.2015 - ora 10:00 – EXAMEN DE GRAD

- ORA 16:00 – SAYONARA PARTY

Invitat : Sempai Tudor Mihail Valentin – 2 DAN – Președinte W.A.K.U Romania (World All Kyokusin Union Romania) și Președinte al Asociației „Clubul Sportiv Dao Kan” Galați precum și toate cluburile afiliate la W.A.K.U Romania

### **02.05.2015 – CUPA ”W.A.K.U. ROMANIA” EDITIA 2**

Programul si orele desfășurării competiției: - 09:00 – 13:00 – Probele pentru KATA. -  
14:30 – 19:00 – Probele pentru KUMITE  
-19:00 – 20:00 – Premiarea sportivilor.

### **28.08.2015 – 30.08.2015 –TABARA DE VARA – Stagiu si Examen de Karate KyokushinKai**

Se va desfășura un stagiu cu toți sportivii cluburilor afiliate la W.A.K.U Romania. La sfârșitul stagiului va avea loc examenul de grad. Certificatele de grad sunt trimise de către Hanshi Hussein Hassan Suleiman – 8 DAN. Participanții la stagiu vor primi certificate de participare.

Locația : PĂDUREA GÂRBOAVELE – VILA DIRECȚIEI JUDEȚENE PENTRU SPORT  
ȘI TINERET GALAȚI

Program: 28.08.2015 - ora 13:00 – masa de prânz

- orele 17:00 – 19:00 – antrenament: kihon, ido geiko, kata, antrenament specific ptr. Kumite, condiție fizică.
- 19:30 – cina
- alarmă de noapte

- 29.08.2015 – ora 08:00 – micul dejun
- orele 09:00 – 12:00 – antrenament: teorie, kihon, ido geiko, kata
  - ora 13:00 – masa de prânz
  - orele 17:00 – 19:00 – antrenament: kihon, ido geiko, kata, antrenament specific ptr. Kumite.
  - 19:30 – cina
  - 20:00 – SAYONARA PARTY

- 30.08.2015 - ora 08:00 – micul dejun
- orele 09:00 – 12:00 – examen de centură.

**06.11.2015 - 08.11.2015 – STAGIUL DE KEMPO** – este deschisă participarea atât începătorilor cât și avansaților

Program: 06.11.2015 – orele 10:00-12:00 – tehnică de bază, lovituri și blocaje, precum și aplicație pe om

- orele 17:00-19:00- tehnica de bază, fixări, proiectări, aruncări;

07.11.2015 - orele 10:00-12:00 – tehnică de bază, lovituri, blocaje, fixări, proiectări, aruncări, execuție pe om.

- orele 17:00-19:00 – diversitate, improvizații, combinații din toate tehnicile lucrate în antrenamentul anterior, condiție fizică.

08.11.2015 – orele 10:00-13:00 – execuție la pernă și autoaparare stradală.

**11.12.2015 – 13.12.2015 – SEMINARUL DE KARATE KYOKUSHIN SI EXAMEN DE CENTURA**

Program: 11.12.2015 - orele 17:00-19:30 - Stagiul premergator pentru examenul de centura (tehnică și poziții tradiționale, kata)

12.12.2015 - orele 10:00-12:30 - Stagiul premergator pentru examenul de centură

(autoapărare stradală, kumite, condiție fizică)

- orele 17:00-19:30 - Stagiul premergător pentru examenul de centură  
(tehnică și poziții tradiționale, kata, teorie)

13.12.2015 - ora 10:00 – 12:30 – EXAMEN DE GRAD -  
ORA 16:00 – SAYONARA PARTY

Invitat : Sempai Tudor Mihail Valentin – 2 DAN – Președinte W.A.K.U. Romania (World All Kyokusin Union Romania) și Președinte al Asociației „Clubul Sportiv Dao Kan” Galați.