



Aktualizovaný kalendář 2025

a) Tréninky do 30.6.2025

	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	
pondělí			-----DOJO-----							
			*7.kyu - 3. kyu - Kneifl (16:00)			Starší - Kneifl, Lust, Kroupa, Urbanová (17:30)				
úterý	-----Gymnázium-----									
	začátečníci/10.-8. kyu - Lajner, Urbanová (od 15:00)									
středa			-----DOJO-----							
			*7.kyu a výš - Kneifl (16:00)			Starší - Lust, Kroupa, Urbanová (17:30)				
čtvrtek			-----Gymnázium-----					-----DOJO-----		
			společný - Kneifl, Lajner (16:00)					Starší - Lust, Kroupa		

*Pokud někteří ze skupin v dojo nebudou moci chodit, chodte na úterní tréninky a ve čtvrtek na Gympl.

b) Akce (pouze vybrané, pro nás důležité)

- 7. – 9. březen – Olšina – klubový kemp
- 15. – 16. 3. – 1. kolo NP JKA Praha
- 12. 4. – Turnaj mládeže JČSJK České Budějovice
- 2. – 4. 5. – Kata Keikokai – Český Krumlov (pořádáme!!!)
- 31. 5. – 1. 6. – Velká cena Kadaně
- 11. – 16. 7. – Gasshuku ČR – Prachatice
- 20. – 26. 7. – Letní škola karate Hněvkovice
- 27. 9. – Krajský přebor České Budějovice
- 4. – 5. 10. – 2. kolo NP JKA Kadaň
- 17. – 19. říjen – Olšina – klubový kemp
- 8. – 9. 11. – MČR JKA 2025
- 15. – 16. 11. – Akita v Bechyni
- 6. 12. – Mikulášský turnaj – Český Krumlov (pořádáme!!!)

c) Tréninky od září 2025 budou probíhat zřejmě v úterý (od 16:30) a ve čtvrtek (od 16:30). Nejsme schopni pokrýt trenéry všechny skupiny, a proto se vracíme k „hromadným“ tréninkům ve velké tělocvičně. Já osobně vedu čtyři tréninky týdně a v mých letech to začínám lehce cítit... Děkuji za pochopení.

Prostor dojo Za Nádražím budeme buď využívat pouze k tréninku dospělých nebo ho využijeme k víkendové přípravě závodníků. Tréninková morálka u některých je v současnosti na „bodou mrazu“, doufám, že na vině je chřipková epidemie....

d) Akce sledujte na stránkách JKA karate ČR nebo stránkách Jihočeského svazu japonského karate.

e) Tréninky našich malých nekombinujte s větší tréninkovou námahou v jiných zájmových činnostech, děti jsou potom unavené a při větší zátěži se mohou zranit. V žákovském věku dochází k razantním fyziologickým změnám, které nelze kombinovat s jednostrannou zátěží.