

## Köszöntő

Köszöntelek Benneteket a 2018-as év első -Szövetségünk által megrendezésre kerülő rendezvénye alkalmából.

A korábbi célkitűzéseinknek eleget téve folytatódik az a szeminárium sorozat, amely a hazai mesterek technikai tudásának gyarapításán túl, a tanított anyag egységesítését is hivatott szolgálni.

A 2018. február 3-án megrendezésre kerülő Országos Technikai Szemináriumnak ismét Monor ad otthont, amit ezúton is köszönünk!

A tavalyi év során két alkalommal is foglalkoztunk a formagyakorlatokkal. Sikerült mind a 24 gyakorlatot részletesen kielemeznünk, lehetővé téve ezzel, hogy Magyarországon a nemzetközi ismeretek teljes birtokában oktathassuk tanítványainkat.

Az idei évben haladunk tovább, és a szeminárium első felében a szabad küzdelmekkel foglalkozunk, míg a délután során ismét a formagyakorlatoké lesz a főszerep. Szeretném hangsúlyozni, hogy ennek a szeminárium sorozatnak nem a válogatott versenyzők tovább képzése a célja (arra ott vannak a válogatott kerettedzések), hanem a taekwon-do országos szinten történő egységesítése, mind szellemi, mind a tudás rendszer, mind pedig a technikák ismerete oldaláról.

Bízom benne, hogy a képzésekkel továbbra is hozzá tudunk járulni a Ti és Tanítványaitok szakmai fejlődéséhez, tudásotok mélyítéséhez, sikeres előmeneteletekhez. Eredményes és Boldog Újévet kívánva mindnyájatoknak,

üdvözlettel,

**Poós Péter, VI. Dan mester**  
Országos Technikai Főinstruktor

## Tervezett program

8:00-09:00	Érkezés, regisztráció
9:30-9:45	Harmat László Nagymester megnyitója
9:45-10:30	Fülpesi Tibor és Somlai János mesterek: a taekwon-do nem küzdősport, hanem harcművészet, a harcművészet szellemi háttéréről, a taekwon-do mint életforma
10:30-13:00	Szabad küzdelmi rendszerek, stratégiák, küzdelmi gyakorlatok, Poós Péter mester
13:00-14:00	Ebédszünet

14:00-17:00 Formagyakorlatok (Chon Ji-Ge Baek), Poós Péter mester

Az edzések vezetésében segítséget nyújtanak még Máté Zoltán VI. Dan, Szalay Gábor VI. Dan, és Békássy Csaba V. Danos mesterek.

## Fontos tudnivalók

Helyszín: Jászai Mari Általános Iskola  
2200 Monor, Jászai Mari tér 1.

Időpont: 2018. február 3., szombat

Részvételi alsó övhatár: 6. gup, zöld öv

Részvételi alsó korhatár: betöltött 14 éves életkor

Az Országos Technikai továbbképző Szemináriumon a Magyar ITF Taekwon-do 2017-es őszi közgyűlésének határozata nyomán a részvétel kötelező:

1. minden klubvezető mesternek,
2. minden válogatott versenyzőnek,
3. minden, az adott évben aktív versenybírónak,
4. övfokozattól függetlenül minden, az adott évben Dan-vizsgára jelentkezőnek.

Sérülés, vagy betegség esetén dobokba való átöltözés nem szükséges, de az érdekelt személyeknek megfigyelőként a kispadon ülve akkor is részt kell venniük a szemináriumon.

A Szeminárium költsége: 5000.- Ft/fő.

Megjelenés tiszta, vasalt dobokban.

Kötelezően hozzatok magatokkal teljes védőfelszerelést, javasoljuk továbbá a melegítőt, váltás tornacipőt, ivóvizet.

*Várunk mindenkit szeretettel Monoron, február 3-án!*