



SAVATE



**LJETNA ŠKOLA BORILAČKIH VJEŠTINA – POLETNA ŠOLA BORILNIH VEŠČIN
SOMMER SCHOOL OF MARTIAL ARTS – CROATIA, CRIKVENICA 29.7. - 3.8. 2014.**

Hostel STOIMENA, Šetalište V.Nazora 75 - uz more

Molimo kandidate iz Hrvatske da se jave, ili **SMS-porukom CT-GSM: 095 51 991 24**

POTREBNA PRETPRIJAVA (do srijede 23.7. 2014. a podaci najkasnije do petka 25. 7. 2014.)

Ime i prezime, datum rođenja, mjesto boravka – adresa za postu, obvezno e-mail, ev.mobitel; koliko vježba (godine).

Kad i koje dane bi došli, da li im treba smještaj ili osiguravaju sami....

Pretprijava i uplata bankovnom uplatom: DBVS CRIKVENICA

HR64 PBZ 2340009-1110252020 svrha: članarina za ljetnu školu (kao poziv na broj može se navesti: 2014-07)

**Članarina-kotizacije: do 3 dana 100 kn/ dan; Cijela ljetna škola 500 kn. Grupe – niža kotizacija.
Sken – kopiju bankovne uplate poslati e-mailom !**

Potrebni su podaci za odgovor (e-mail i GSM broj). Ako je više kandidata, tko je voditelj.

(Polaznici sami rade rezervaciju i sami plaćaju smještaj - boravak; okvirno privatno apartmani za 4 osobe 40-60 €; hosteli 165 – 200 kn boravak i pansion; kako je sredina sezone ljetnog turizma cijene u hotelima su velike)



Ljetna škola je na terenima Hostela >>Stoimena<<, Šetalište V.Nazora 75

igrališta, parkovi, plaže, mala sala hostela, te blizu sportska dvorana Srednje škole Dr Antuna Barca

Ujutro 9:00h jutarnji tehnički trening (assaut/aso).

U najvećoj vrućini poslije ručka od 13:30-15:00h samo teoretska edukacija, treneri-napredni: teorija srebrne rukavice - kombinacije koja se izvodi uz francusku terminologiju i upoznava temeljne francuske kombinacije. **Ostali: sunčanje i kupanje !**

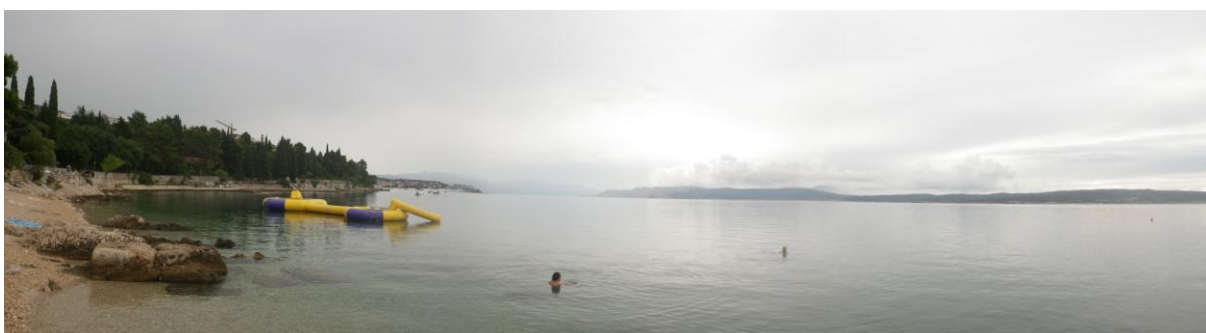
Posebna sekcija: canne/kan, evropsko tradicijsko mačevanje, defens-francuske obrane
Poslije podne 19:00-20:30h trening sparing naučenih kombinacija. Plivanje do 21:00h.

Hostel je na samoj obali-plaži.

Na treninzima bit će i osnovnoškolske djece tako da mogu prisustvovati i mladi – kadeti.

Grad Crikvenica i cijelo Hrvatsko primorje ima blagu klimu, niz ljetnih kulturno-zabavnih priredbi. Mogući su izleti brodom na otok Krk. U centru Grada Crikvenica je novi veliki trg, mnogo turističkih objekata, šetalište >>Balustrada<<, palme i meditransko bilje, marine, luka –Port –Haffen, objekt >>Palada<<. Crikvenica postoji 2000 godina >>Ad Tures<<. Održavaju se priredbe kao >>Dani Rimljana<<,>>Srednji vijek<< prilikom kojih se prikazuje stare umjetnosti, zanati, običaji, muzika, što su jeli u srednjem vijeku i starom Rimu uz degustaciju nekadašnjih jela ...

**Molimo kandidate iz Hrvatske da se jave, e-mailom na: DBVS.CRIVENICA@GMAIL.COM,
Društvo borilačkih vještina samoobrane; Association Martial Arts of SelfDefence AMASD**



Hostel STOIMENA, Šetalište V.Nazora 75 - uz more

Molimo kandidate iz Hrvatske da se jave e-mailom, ili **SMS-porukom** **CT-GSM: 095 51 991 24**
e-mail: DBVS.CRIKVENICA@GMAIL.COM, Društvo borilačkih vještina samoobrane; Association Martial Arts of SelfDefence AMASD

Pitanja:

-Tko se može prijaviti? Svi praktikanti francuskih borenja, a i ostali koje interesiraju evropska boriteljska umijeća i francuski stilovi.

-Tehnička razina; bar 2 godine vježbanja; djeca-kadeti 1 godina vježbe (za savate tehnički rang –boja stupnja; svaki stupanj ima tri podstupnja
1.stupanj=plava rukavica / za kan: boja štap/; 6-12 mjeseci
2.stupanj=zeleno rukavica; 12-24 mjeseca vježbanja
3.stupanj=crvena rukavica); srednji tehnički rang
4-5.stupanj bijela i žuta rukavica
6.stupanj brončana rukavica (borbeni predtest za combat)
7.stupanj=srebrna rukavica (5-natjecateljskih, i 3-tehnička stupnja)

-Mogu nastupiti praktikanti drugih udaračkih umijeća, za savat i za kan.
-Oprema/odjeća (Dres Code): duge hlače poželjno s prugom, može i od trenerke s zašivenim džepovima, gornji dio majica ili T-Shirt jednobojna ili s amblemom svojeg grada-univerziteta /sveučilišta, koledža-fakulteta-škole-kluba-sportskog društva. Kako se radi o francuskim stilovima borenja, uobičajena odjeća je savat triko jednodjelni ili dvodjelni i meke savat-cipele poluvisoke ravni taban (kao za hrvanje-wrestling, grappling). Članovi koje žele izučavati francuski boks-savat aso, trebali bi ponijeti osobne boksačke rukavice 10-14 oz-unci, te osobne štitnike za potkoljenice i štitnik za zube; poželjan i suspenzor; kako se radi o tehničkoj grani s kontrolom assaut/aso, kaciga nije potrebna.

* Ne bi bilo primjereno doći npr. u kratkim hlačicama za tajlandski boks ili MMA ili dobok-kimono kakvo seoristi za razna orijentalna umijeća... Koristiti lake meke patike, a izbjegavati tvrde i teške papuče-patike.

-Pretežiti sudionici su studenti i studentice Univerzitetnog kluba borilnih veščin Ljubljana-Slovenija, uz najavu članova iz Belgije i Francuske.

Bit će i osnovnoškolske djece –kadeta , pa je to prigoda za druženje najmlađih.

Crikvenica ima mnoštvo kulturnih i prirodnih zanimljivosti, kao i raznovrsne oblike razonode. Ljetna škola ima isključivo pobudu poboljšanje turističkih, kulturnih i sportskih veza, posebno u području Adria-Alpe.

Dobro došli u Hrvatsko primorje, Crikveničko-vinodolsku rivijeru.



SAVATE

