



European ITF
TAEKWON-DO
Championships

Tallinn 2025



Vážení vedoucí škol,

Dovolte mi Vás pozvat na dva tréninkové dny zaměřené na letošní Mistrovství Evropy v Tallinnu. Tréninky se uskuteční v tělocvičně Základní školy Vybíralova v Praze na Černém Mostě. Zaměření obou tréninkových dnů bude rozdělené takto:

- Dopolnední trénink – tul a t-ki
- Odpolední trénink – matsogi

Tréninky budou zaměřeny pochopitelně na sportovní přípravu a budou vedeny mistrem Ondřejem Vrábelem s asistencí dalších trenérů naší školy a členů reprezentace. K dispozici bude tělocvična s tatami, stojany na speciální techniky, boxovací pytle, lapy a další vybavení.

Termíny:

- 15. března a 12. dubna (v obou případech sobota)
- Dopolnední trénink – 10-12h
- Odpolední trénink – 14-16h

Adresa a instrukce k parkování:

- Základní škola Vybíralova, vstup do tělocvičen je od školního hřiště, Vybíralova 8/964, Praha 9 - Černý Most II
- Parkování v okolních ulicích nebo v nedalekém Centru Černý Most (cena max. 200 Kč za den). Pozor neparkujte v příjezdové ulici k závoře – zákaz zastavení!

Cena:

- Pro nominované na Mistrovství Evropy je účast zdarma
- Pro ostatní zájemce necháváme účastnický poplatek dobrovolný – hotově na místě (vybraná částka bude rozdělena mezi samoplátce Mistrovství Evropy)

Co si vzít na tréninky?

- Dobok, pásek, chrániče

Druhá část naší pozvánky směřuje na naše sobotní tréninky, které jsou volnější formou a jsou vhodné pro ladění sestav nebo individuální trénink sportovního boje. Tréninky jsou vždy od 14 do 16 hodin a během nich je možné využít veškeré výše uvedené vybavení naší školy. Tréninky jsou zdarma a bude přítomen buď mistr Ondřej Vrábel nebo další trenéři/reprezentanti.

Termíny:

- 22. února
- 29. března



Přihlašování na obě akce:

- Na tréninkové dny prosím pošlete do pátku 14.3, resp. 11.4., na e-mail ondrej.vrabel@taekwondo.cz kolik bude za vaši školu účastníků. Podle celkového počtu zvolíme malou nebo velkou tělocvičnu.
- Běžné sobotní tréninky jsou bez přihlášení předem.

Za Sonkal se těším na viděnou,

mistr Ondřej Vrábel