

# **Buddhismus a bojová umění**

## **Víkend plný zážitků**



**pátek 6.1.2023 18:00** (první trénink 19:00) – **neděle 8.1.2023 14:00**

Sportovní centrum Školy taekwon-do I.T.F. GE-BAEK HOSIN SOOL, Beztahov u Votic, Husova 964,  
[www.tkd.cz/sportovni-centrum](http://www.tkd.cz/sportovni-centrum)

**Už jste někdy zhasli svíčku sekem meče? Víte, jak využít vitální body na lidském těle k rychlé eliminaci soupeře? Co Vám říkají jména slavných korejských buddhistických mnichů Won-hyo nebo So-san? Už jste někdy ráno seděli v zazenu? Jak může mindfulness ovlivnit výkon vrcholového sportovce? Jak chutná japonské genmai?..... A spoustu dalších otázek se Vám budeme snažit během tohoto unikátního víkendu odpovědět.**

**Cena** 1900 Kč při přihlášení a platbě do 6.12., později 2200 Kč, Hlaste se pouze přes <https://www.tkd.cz/harmonogram.aspx>. Po přihlášení Vám budou vygenerovány platební údaje.

**Program** Víkend plný buddhismu a bojových umění. Hledejme společně, co nás spojuje. Zacvičte si bojová umění i zenovou meditaci od předních českých učitelů a mistrů, poznejte leccos nového o východoasijské kultuře nebo ochutnejte orientální kuchyni.

**Buddhismus:** trénink meditace, zazen, vysvětlení základních pojmů a historického kontextu se zaměřením na Koreu, jak použít buddhismus v každodenním životě nebo vrcholovém sportu.

**Bojová umění:** gumdo – cesta korejského meče, hopaesool – tajná korejská zbraň, taekwon-do – praktická sebeobrana i moderní sport, FMA – filipínská bojová umění se zbraní i bez.

**S sebou** Ubytování, strava, tréninky i přednášky vše v ceně a v jednom areálu. Vaříme nejen vegetariánskou stravu. Výbavu k tréninkům i meditaci zapůjčíme. Dobrou náladu, zájem se něco dozvědět a chuť cvičit si musíte dovézt:)

**Kdo** Akce je určena pro všechny vážné zájemce o bojová umění a asijskou kulturu. Vítejte i naprosté začátečníky. Dětem pod 15 let účast nedoporučujeme, pokud nejste již roky praktikující buddhisté nebo cvičenci bojových umění.

**Další informace:** [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz) akutní dotazy: 603302739 – mistr Martin Zámečník, organizace akce  
Dále se s Vámi těší na shledanou buddhisté – František Lomský, Jindřich Koubek, Martin Šefara, Petr Žemla a Vítězslav Štembera.