

# Poznávací a zážitkové soustředění - Korea 2024!!!



**15. (odlet z Prahy) – 31.7. (odlet ze Seoulu), Hotel Orakai, Insadong – špičkový hotel typu suite v centru Seoulu se saunou, párou, bazénem, vířivkou, posilovnou a tělocvičnou. Několika denní výlet na subtropický korejský ostrov Jeju.**

**49 900Kč – cena obsahuje ubytování, tréninky, stravu, náklady na transport v Koreji, vstupné. Cena neobsahuje letenku (aktuálně nejlevnější kolem 22 000Kč s přestupem, mistr Zámečnick letí ve výše uvedené dny s Korean air přímé lety aktuálně za 28400Kč, doporučuji koupit brzy). Do 1.3. je nutné zaplatit nevratnou zálohu 25 000Kč na účet školy 2001870779/2010 a přihlásit se. Po tomto termínu negarantujeme stejnou cenu nebo stejný hotel, možno však změnit jméno účastníka. Zbytek částky nutno uhradit do 1.6.. Děti pod 15 let pouze při odsouhlasení organizátorem akce – mistr Martin Zámečnick, tel.: 603302739.**

**Přesný program soustředění bude určen až dle složení účastníků a přizpůsoben počasí, fyzické kondici a zájmům účastníků a vyrovnávání se se značným časovým posunem. Akce je koncipována jako mix kulturních, historických, gastronomických tradic Koreje, korejštiny a korejských bojových umění. Na Jeju proběhne letošní Mistrovství světa v Haidong Gumdo, kterého se pasivně účastníme. Aktivní účast v závodech pro gumdisty možná, ale není obsažena v ceně. Všem doporučujeme cestovní pojištění.**

**Zde je jen malá ochutnávka: Památky – královské paláce, Národní muzeum, památníky spojené s historickými osobnostmi a událostmi z ITF tulů, přední buddhistické kláštery, královské hrobky, pevnost Suwon, ostrov Jeju, ....**

**Kultura – tradiční oblek hanbok, nákupy v moderních hypermarketech nebo malých uličkách a tržištích, moderní čtvrt' Gangnam, přírodní park Bukhasan, tradičních korejský dům hanok, oldschoolové čajovny , krásný ostrov Jeju, kde vzniklo TKD...**

**Mudo – ITF, taekkyon, hopae sool, MS v gumdo, sonmudo, lukostřelba..., návštěva Kukkiwonu, individuální lekce s velmistry a mistry**

**Příklad rozvrhu dne:**

**8:40 velmi dobrá hotelová snídaně a lekce korejštiny**

**10:00 – 11:00 strečink a trénink kopů a tulů v hotelovém bazénu, vířivka, sauna**

**11:30 – 13:00 individuální trénink s velmistrem Sonem zaměřený na obranu proti noži**

**13:30 oběd v korejské restauraci zaměřené na mandu (knedlíčky) a kimbab (sushi)**

**14:30 – 19:00 návštěva památníku Ahn Joong guna a výstup na horu Namsan, ochutnávka rýžových koláčků**

**19:30 – 21:00 trénink zdravotního taekyunu a hopae soolu s velmistrem Do Ki hyunem na Insadongu**

**21:15 korejský gril - samgyopsal, kimchi, kaktugi a všudypřítomný česnek☺, vše neomezeně!**

**Hlaste se pouze přes Harmonogram akcí na [www.tkd.cz](http://www.tkd.cz)!!! Neváhejte a navštivte jedinečnou Koreu!!!**