



Velmistr Hwang Ho-yong

## Základní informace o taekwondu

Taekwondo je moderní korejské bojové umění sebeobrany. Je vhodné pro každý věk a stejně tak pro muže i pro ženy. Bylo založeno 11. dubna 1955 generálem Choi Hong-hi. Hlavním účelem tohoto bojového umění je zdokonalovat člověka nejen po jeho fyzické stránce, ale i vytvářet morální hodnoty. Název taekwondo bychom mohli jednoduše přeložit jako celoživotní cesta rukou a nohou.

Taekwondo (TKD) vyniká vysoce prověřenou systematičností výuky, kdy se studenti učí postupně od základů k obtížnějším technikám, a právě tento intenzivní způsob výuky po malých částech dovede studenty TKD v krátké době k lepšímu ovládní těla. Důležité jsou zásady TKD: zdvořilost, čestnost, vytrvalost, sebeovládání a nezkrotný duch.

TKD je také známé jako oblíbená závodní disciplína a poskytuje kvalitní sportovní vyžití. Zisk medailí je však pouze druhořadým cílem, protože TKD je především praktické bojové umění nespoutané soutěžními pravidly.

V ČR se TKD vyučuje od druhé poloviny 80. let. Jsme za to vděční především korejskému mistru Hwang Ho-jongovi (IX. Dan), který dlouhodobě pobývá v Praze. Na akcích naší školy má každý možnost seznámit se s touto jedinečnou osobností světového TKD. Naše škola je největší školou TKD v ČR a ve svých řadách vychovala mistry ČR, Evropy, či světa.



Generál Choi Hong-hi

## Co potřebujete na trénink?

Pro začátek je naprosto dostačující triko a tepláky. V naší škole platíte pouze školné a soustředění. Veškeré vybavení (toboky, chrániče, lapu, ...), zkoušky, členství ve Svazu atd. obdržíte v rámci těchto dvou plateb.

## Tréninky

Detailní rozpis pravidelných tréninků i s přesnými mapami naleznete na webu - [www.tkd.cz/rozpis-treninku](http://www.tkd.cz/rozpis-treninku)

Trénujeme například v těchto městech: Benešov, Beroun, Borotín, Broumy, Bystřice u Benešova, Český Brod, Čisovice, Davle - Trénink bojových umění s praktickou sebeobranou, Divišov, Dobříš, Dolní Jirčany, Hlásná Třebaň, Horažďovice, Hořovice, Hrotovice, Chocerady, Chomutov, Jabloné v Podještědí, Jablonec nad Nisou, Jaroměřice nad Rokytnou, Jirkov, Kladno, Klatovy, Kostelec nad Černými lesy, Kouřim, Krhanice, Liberec, Lochovice, Milovice, Mladá Vožice, Mníšek pod Brdy, Mukařov, Neveklov, Nová Ves pod Pleší, Nučice, Odolena Voda, Planá nad Lužnicí, Praha 11, Praha 4, Praha 5, Praha 8, Průhonice, Příbram, Rokycany, Řevnice, Sázava, Sedlčany, Sedlec-Prčice, Semily, Suchdol, Sušice, Škvorec, Tábor, Telč, Třešť, Turnov, Turnov II, Velké Meziříčí, Vlašim, Votice, Vrané nad Vltavou, Zásmuky, Zdice, Želetava, Železný Brod.

## Pravidelná soustředění

Nezbytnou součástí studia taekwonda jsou i soustředění. Na nich máte možnost několik hodin denně intenzivně cvičit toto krásné bojové umění a složit zkoušky na žákovské technické stupně. Soustředění jsou důležitá pro rychlý technický růst studentů a každý z žáků by si měl udělat alespoň dvakrát v roce čas třeba i na necelé soustředění. Vždy několik týdnů předem obdržíte podrobné informace o místě, ceně, dopravě, atd. Viz také [www.tkd.cz/harmonogram](http://www.tkd.cz/harmonogram)

## Harmonogram nejbližších akcí

- 22. - 25. 7. 2026 **1. letní a výlety**
- 26. - 28. 7. 2026 **1. letní a zkoušky**
- 2. - 9. 8. 2026 **Soustředění Závodních týmů**
- 24. - 28. 8. 2026 **Velké letní TKD a gumdo**
- 29. - 31. 8. 2026 **Velké letní a zkoušky**

## Taekkyon, Hopae, FMA a Haidong Gumdo

V naší škole máte jedinečnou možnost cvičit též další korejská bojová umění - Taekkyon, Hopae sool, Haidong Gumdo, filipínská bojová umění (s tyčí, nožem nebo beze zbraně) a kyusho (praktická obrana za použití vitálních bodů). Více informací naleznete na [www.taekkyon.cz](http://www.taekkyon.cz), [www.hopae.cz](http://www.hopae.cz), [www.filipinoma.cz](http://www.filipinoma.cz) a [www.gumdo.cz](http://www.gumdo.cz).

## Škola taekwondo ITF Ge-baek Hosin sool



Web : [www.tkd.cz](http://www.tkd.cz)  
Mail : [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz)  
Telefon : +420 603 302 739  
Adresa : Láskova 1802  
Praha 11 - Chodov  
148 00  
IČ: 70867968

Škola pro celou rodinu  
od 5 - 99 let pro kluky i holky!

## Jak se přihlásit?

Měsíc, ve kterém poprvé přijdete na trénink, máte jako zkušební zdarma. Nejpozději v průběhu dalšího měsíce vyřídíte placení členských příspěvků a vyplňte přihlášku na našem webu na adrese [www.tkd.cz/prihlaska](http://www.tkd.cz/prihlaska). Pokud jedete na soustředění, musíte mít odeslanou přihlášku.

## Proč zrovna naše škola GBHS?

Naše škola nabízí největší počet tréninků v ČR a poskytujeme zdarma největší servis. Veškerou nutnou výbavu k cvičení (dobok - TKD oblek, lapy, chrániče...), žákovské zkoušky, svazové poplatky jsou v naší škole zdarma. Stačí pouze být členem a účastnit se soustředění alespoň jednou ročně z přibližně deseti organizovaných (včetně soustředění u moře).

Všichni učitelé naší školy jsou pod pravidelným tréninkovým dohledem korejského velmistra Hwang Ho Yonga, největší světové technické autority, a technicky vedeni mistrem Martinem Zámečnickem, držitelem nejvyššího technického stupně v TKD v ČR. Mistr Zámečnick taktéž vede pravidelné tréninky, všechny soustředění, tréninky učitelů a sportovní přípravu naší školy.

Máte zájem cvičit každý den nebo strávit dva měsíce v roce na soustředěních? Není problém. Pokud chcete chodit na jeden trénink týdně a jezdit jednou ročně na soustředění, také není problém. Těšíme se na Vás. I když nejste z Prahy, tak vždy ve Vašem okolí můžete nalézt další tréninky.

Hlavní náplní tréninků je obecná pohybová průprava, strečink, technický program TKD ITF, posilování a meditace. Vše je vyučováno přiměřenou formou k věku cvičenců a s důrazem na praktickou sebeobranu. Jsme tradičním bojovým uměním včetně výuky filosofie a etiky. Výchova ke zdvořilosti, čestnosti, sebeovládání, vytrvalosti a odvaze je pro nás stěžejním úkolem. Akčnější členům nabízíme sportovnější přípravu, která vrcholí účastí na celorepublikových závodech talentové mládeže a MČR, které jsme opakovaně vyhráli. Mezi našimi členy jsou i mistři Evropy nebo světa.

Pokud ve Vašem městě, vesnici naše škola nepůsobí, rádi to napravíme, když nám pomůžete zajistit cvičební prostor a nábor nových členů. Pravidelně taktéž vyučujeme formou individuálních lekcí pro jednotlivce nebo malé skupinky v našem pražském TKD centru nebo Vámi zajištěném prostoru. Vyučujeme také další korejská bojová umění (jako jediní v ČR) taekkyon, hobaesool a heidong gumdo.



mistr Martin Zámečnick

## Členské příspěvky

Podrobnější informace o placení naleznete na našem webu na adrese [www.tkd.cz/skolne.aspx](http://www.tkd.cz/skolne.aspx).

Při zaplacení členského příspěvku získáváte výhody členů naší školy a můžete se zúčastnit libovolného počtu tréninků (klidně všech, pokud to stihnete) pořádaných naší školou. Hradíte jen jedno školné (vždy však za nejdražší skupinu, kterou pravidelně navštěvujete).

Členské příspěvky	Nový člen	Roční členství	Půlroční členství
v Praze	1 500 Kč / půl roku	6 100 Kč / rok	3 500 Kč / půl roku
mimo Prahu	1 500 Kč / půl roku	4 800 Kč / rok	2 700 Kč / půl roku

- Roční školné je na období srpen - červenec nebo únor - leden. Půlroční jsou srpen - leden a únor - červenec.
- Učitelé a celoživotní členové mají slevu 100%.
- Druhý člen rodiny má slevu 25%, třetí člen 50%, čtvrtý člen 75%, pátý a každý další člen 100%. Jednou rodinou se miní 2 rodiče a děti bydlící v jedné domácnosti.
- Nový člen platí v pololetí, ve kterém přišel poprvé na trénink, 1500 Kč. Příchozí v lednu a červenci mohou platit tento poplatek až v dalším pololetí.
- **Cvičte v prvním pololetí zdarma!** Noví členové dostanou členský příspěvek zpět, pokud se v daném pololetí účastní jednoho celého soustředění.
- Speciální skupiny (trénink pro ženy, sportovní přípravka, Ponorka Turnov) se řídí vlastními pravidly.

Školní účet : 2001870779 / 2010

**Všechny platby na náš účet jasně označte jménem člena, skupinou a účelem platby v poznámce pro příjemce, např. "Jan Novák - Beroun - roční školné".**

## Celoživotní členství

Členství je určeno skalním taekwondistům, kteří jsou pevně rozhodnutí cvičit dlouhodobě. Při pravidelné účasti na akcích školy a dělání zkoušek je celoživotní členství výhodné již od čtvrtého roku cvičení. Členství je nevratné, ale v rámci rodiny převoditelné.

Výhody celoživotního členství naleznete na webových stránkách - [www.tkd.cz/skolne.aspx](http://www.tkd.cz/skolne.aspx)

Cena : 99 999 Kč. Převod členství 10 000Kč.

## Kontakty

Web : [www.tkd.cz](http://www.tkd.cz) Email : [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz)

Telefon : +420 603 302 739

Všichni níže uvedení mají osobní email ve tvaru [jmeno.prijmeni@tkd.cz](mailto:jmeno.prijmeni@tkd.cz) (vše bez diakritiky).

Martin Zámečnick (VIII. dan)	+420 603 302 739
Tomáš Komrská (VI. dan)	+420 737 803 795
Vladimír Laš (IV. dan)	+420 604 332 675
Lenka Seménková (IV. dan)	+420 603 925 726
Zdeněk Pavelka (IV. dan)	+420 724 348 395
Radek Záhejský (IV. dan)	+420 736 222 675
Nikol Křížová (III. dan)	+420 722 082 084
Anna Krbcová (III. dan)	+420 603 358 190
Ondřej Pavlas (III. dan)	+420 607 061 018
Šimon Pavelec (III. dan)	+420 775 253 665
Adam Jiří Procházka (III. dan)	+420 775 602 506
Marcela Minaříková (III. dan)	+420 603 102 406
Tomáš Dušánek (III. dan)	+420 773 085 704
Jana Odstrčilová (III. dan)	+420 773 021 900
Kateřina Zimmermannová (II. dan)	+420 721 643 240
Vendula Snížková (II. dan)	+420 723 155 670
Karel Makovička (II. dan)	+420 725 603 083
Aneta Vostrá (II. dan)	+420 721 232 545
Yuliia Shatova (II. dan)	+420720569808, +380971658182
Štěpán Šafařík (II. dan)	+420 776 185 235
Lukáš Němec (II. dan)	+420 730 846 045
Adéla Kubátová (I. dan)	+420 723 044 454
Marek Gugh (I. dan)	+420 722 313 816
Ivan Drobný (I. dan)	+420 725 928 525
Marek Polka (I. dan)	+420 731 445 739
Petr Oliva (I. dan)	+420 777 038 009
Martin Krása (I. dan)	+420 736 254 192
Lenka Vojtěchová (I. dan)	+420 608 089 407

### Administrativní pracovnice:

Kateřina Zimmermannová Telefon: +420 721 643 240  
Email: [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz)

### Správce sportovního centra Beztahov:

Adam Jiří Procházka Telefon: +420 775 602 506  
Email: [info@tkd.cz](mailto:info@tkd.cz)