

# GRANDA MONIKA BRODKA

## Koncert promocyjny 21 listopada godz. 18.00 w Oskardzie



Ostatnia wypowiedź: Użytkownik: janusz (gość) Wypowiedź: Aktualności - Licealiści przepytawali kant



### Warsztaty Karate Kyokushin z Shihan Brandon Denito

10.11.2010 11:25



Zakończyła się prawie tygodniowa wizyta Shihan Brandon Denito w Koninie. Shihan Brandon Denito zawitał do Konina już w środę i poprowadził trening kick boxingu dla zawodników naszego klubu a w czwartek odwiedził filię naszego klubu w Zagórowie.

W piątek, wspólną poranną rozgrzewką rozpoczęliśmy weekend z karate. Sobotnie i niedzielne treningi odbyły się już z udziałem karateków z różnych miast Polski w sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 9 w Koninie.

Treningi obfitowały zarówno w elementy walk jak i samoobrony. Nie zabrakło również elementów Kihon i Kata. Shihan Brandon z uwagą obserwował polskich adeptów karate, poprawiał i udzielał szczegółowych, bardzo interesujących i opisowych informacji na temat wykonywania technik.

Największym zainteresowaniem wśród uczestników spotkania cieszyły się elementy samoobrony.

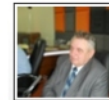
Poniedziałkowy, wieczorny trening w gronie członków naszego klubu był zakończeniem spotkania z gościem ze Szwecji. Przyjacielska atmosfera, pełna mobilizacja na treningach i wspólnie spędzany czas po treningach urzekły Shihana tak bardzo, iż już zapowiedział kolejną wizytę w naszym klubie i zaprosił nas do Szwecji.

Za zaproszenie dziękujemy i z pewnością niebawem z niego skorzystamy.

Udostępnij: | Facebook Twitter LinkedIn YouTube

Polecane:

### AKTUALNOŚCI



#### DEBATA: SŁAWOMIR MATYSIAK

12.11.2010 12:27

Sławomir Matysiak - kandydat na prezydenta Konina z ramienia PSL odpowiedział dziś na pytania Marii Jaśkiewicz (Wirtualna.TV) i Sławomira Zasadzkiego (Radio Konin). To kolejna indywidualna debata przedwyborcza, jaka odbyła się na 95.8 FM. Zapraszamy do wysłuchania całej rozmowy.

#### INFORMACJE

- Avans szefa wielkopolskich strażaków
- Zbierają na wózek dla Adriana
- Wenderlich poparł Nowickiego
- Aktywni w szukaniu funduszy
- Jak łatwiej poruszać się po Koninie?
- Moc Internetu
- Szansa dla uczniów

Restauracja Pod Płataniem

Salone di bellezza Święto Koloru