

PLAN OBOZU PFKS „COS ZAKOPANE” 29.08.2018 – 01.09.2018

29.08.2018 środa

10:00 – 15:30 przyjazd zakwaterowanie
16:00 – 18:00 I trening
18:30 kolacja
20:00 – 21:30 II trening - duża sala
20:00 – 21:30 przygotowania do egzaminu – sala judo

30.08.2018 czwartek

07:00 – 8:30 III trening – duża sala
07:00 – 8:30 przygotowania do egzaminu – sala judo
08:30 śniadanie
09:30 – 11:30 zebranie Zarządu PFKS
10:30 – 12:30 IV trening
13:00 obiad
15:00 – 15:45 spotkanie dyrektorów oddziałów, BC
16:00 – 18:00 V trening
18:30 kolacja
20:00 – 21:30 VI trening – duża sala
20:00 – 21:30 przygotowania do egzaminu – sala judo

31.08.2018 piątek

07:00 – 8:30 VII trening - na zewnątrz lub duża sala
07:00 – 8:30 Egzamin kyu - sala judo, (Dadzibug, Lamot, Mazur – conductor Krejpcio)
07:00 – 8:30 przygotowania do egzaminu grupa dan – II sala judo lub duża sala
08:30 śniadanie
10:30 – 12:30 VIII trening / przy dobrej pogodzie wejście na Kasprowy Wierch /
13:00 obiad
15:00 – 18:00 Egzamin dan - sala judo (Gilbert, Karpiński, Dadzibug, Lamot, Mazur – conductor Radziewicz)
16:00 – 18:00 IX trening – II grupa – duża sala
20:30 Sayonara

01.09.2018 sobota

08:00 śniadanie
10:00 – 12:00 X trening, Kumite – duża sala
13:00 obiad
14:00 wyjazd

OSU !