

# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE KARATE

## DEPARTAMENTO DE KOBUDO

La F. EX. K. a través del Departamento de Kobudo va a llevar a cabo la 1ª Promoción para titular a primer dan.

### 1º Curso Bo y Sai

#### ESTRUCTURA DE LOS CURSOS

**Número de cursos:** 5.

**Horario:** mañanas de 9 h a 14 h y tardes de 16 h a 19 h.

**Lugar:** Ciudad Deportiva de Cáceres

**Días:** los sábados 7 de Enero, 4 de Febrero, 4 de Marzo, 1 de Abril, 6 de Mayo, 7 Mayo.  
Examen 3 de Junio

#### **Contenido:**

- 1º. Historia, Hojoundo y Katas Básicos.
- 2º. Correcciones Programas Anteriores, Hojoundo, Katas Básicos, Kumi-Hojoundo y Kata Kumi-Waza.
- 3º. Correcciones Programas Anteriores, Hojoundo, Katas Básicos, Kumi-Hojoundo y Kata Kumi-Waza.
- 4º. Programa Específico de Examen.
- 5º. Programa Específico de Examen.

#### **NOTA:**

- Se dará apuntes de todo lo trabajado y se podrá filmar todos los contenidos de cada curso\*.
- **Se facilitará las herramientas en los primeros cursos (previo aviso).**

**Destinatarios:** A todos los afiliados a la Federación Extremeña de Karate y D. A. y a partir de cinturón marrón en karate. (si tuviera menos grado podrá asistir y en función de su trabajo podrá optar a un grado determinado)

#### **Requisitos:**

- Tener la licencia en vigor.
- Abonar las cuotas 20€ por curso
- Asistir a todos los cursos (en caso de faltar a uno, recuperarlo).

#### **Profesores:**

- Director del Curso, Miguel José Gómez Calderat, 7º dan de Karate (R. F. E. K.) y 7º dan de Okinawa Kobudo.
- Asistido por José Rodríguez, 4º dan de Karate (R. F. E. K.) y 1º dan de Okinawa Kobudo.  
Director del Departamento de Karate Tradicional