



POLSKA UNIA KARATE TRADYCYJNEGO

Program Gasshuku

14-17 sierpnia 2025, Dojo Stara Wieś

Czwartek 14 sierpnia 2025

12.00 Obiad i przyjazd uczestników kursu instruktorskiego PUKT 2025

13.00-17.00 Kurs instruktorski

15.00-18.00 Przyjazd uczestników Gasshuku

18.00-20.00 Kolacja

19.00-20.00 Kurs instruktorski

20.30-21.30 Trening wprowadzający / Paweł Janusz, Justo Gomez

Piątek 15 sierpnia 2025

7.05-8.00 Animal Flow / Rytis Bublevičius, Stretching / Katrin Kargbo

8.00-9.30 Śniadanie

10.05-11.00 Trening / Paweł Janusz

11.00-12.00 Trening / Justo Gomez

12.00-13.00 Trening / Włodzimierz Kwieciński

13.15-15.00 Obiad

14.30-15.30 Kurs instruktorski

16.00-16.55 Trening / Michał Wroński

17.00-17.55 Trening / Justo Gomez

18.00-18.55 Trening / Gilberto Gaertner

19.00-20.30 Kolacja

21.00-22.00 Trening / Tomasz Jończyk

Sobota 16 sierpnia 2025

7.05-8.00 Animal Flow / Rytis Bublevičius, Stretching / Katrin Kargbo

8.00-9.30 Śniadanie

10.05-11.00 Trening / Daniel Iwanek

11.00-12.00 Trening / Justo Gomez

12.00-13.00 Trening / Włodzimierz Kwieciński

13.15-15.00 Obiad

14.30-15.30 Kurs instruktorski

15.30-16.30 Trening / Justo Gomez

16.30-18.00 Goodwill Tournament - mężczyźni powyżej 18 lat / kumite, kata

18.00-19.00 Kurs instruktorski

20.00-1.00 Sayonara Party / kolacja

Niedziela 17 sierpnia 2025

7.05-8.00 Animal Flow / Rytis Bublevičius

8.00-9.30 Śniadanie

10.30-12.00 Trening podsumowujący / Gilberto Gaertner, Justo Gomez, Włodzimierz Kwieciński, Paweł Janusz

12.15-13.30 Obiad i wykwaterowanie

13.30 Egzaminy dan

16.00-19.00 Kurs instruktorski

19.00-20.00 Kolacja - dla uczestników kursu instruktorskiego