

# Sárkánykard Kungfu/Wushu-Sanda tábor a Madárfészek Ökölvívó Akadémián

A Sárkánykard Kungfu/Wushu-Sanda tábor június 18.-án kezdődik és június 22.-ig tart.

A tábor helyszíne: Budapest Madárfészek Ökölvívó Akadémia, Halassy Olivér Sportcsarnok (1045, Pozsonyi u. 4/C)

A tábor programja:

Hétfő:

8:00-09:30           érkezés, tízórai  
10:00-12:00       Edzés (Wushu és shaolin kungfu alapok)  
12:30                ebéd, játék  
14:30-16:00       Edzés (gimnasztika és akrobatikai alapok)  
16:00-16:30       Távozás

Kedd

8:00-09:30           érkezés, tízórai  
10:00-12:00       Edzés (Wushu és shaolin kungfu alapok)  
12:30                ebéd, játék  
14:30-16:00       Edzés (gimnasztika és akrobatikai alapok)  
16:00-16:30       Távozás

Szerda

8:00-09:30           érkezés, tízórai  
10:00-12:00       Edzés (Wushu és shaolin kungfu alapok)  
12:30                ebéd, játék  
14:30-16:00       Edzés (gimnasztika és akrobatikai alapok)  
16:00-16:30       Távozás

Csütörtök

8:00-09:30           érkezés, tízórai  
10:00-12:00       Edzés (Wushu és shaolin kungfu alapok)  
12:30                ebéd, játék  
14:30-16:00       Edzés (gimnasztika és akrobatikai alapok)  
16:00-16:30       Távozás

Péntek

8:00-09:30           érkezés, tízórai  
10:00-12:00       Edzés (Wushu és shaolin kungfu alapok)  
12:30                ebéd, játék  
14:30-16:00       Edzés (gimnasztika és akrobatikai alapok)  
16:00-16:30       Távozás

A tábor részvétel díja: 28.000 ft. Sárkánykard Egyesületi tagsággal rendelkezők számára  
25.000 ft.

Résztevők: 5-15 éves jelentkezőket várunk.

A tábor díját be lehet fizetni személyesen Varga Istvánnál vagy átutalással az  
MKB Bank: 10300002-20156938-00003285 bankszámlára.

Információ: [shihengdi@gmail.com](mailto:shihengdi@gmail.com), +36/30-645-28-48,

Felszerelés: Két váltás kényelmes edzőruha, Edzőcipőket, lehetőség szerint egyet a futáshoz  
(vastagtalpú sportcipő) és egy tornacipőt (feihue, feilong stb).

Mindenkit szeretettel várunk.

Varga István