

1^{ER} TRAINING CAMP LTKKA CHILE

**EXPOSITORES ALTAMENTE CALIFICADOS.
5 ÁREAS DE ENTRENAMIENTO.**

**GRAN MASTER 10° DAN
SERGIO CONTRERAS V.**

**INSTRUCTOR 5° DAN
RICARDO VERA N.**

**INSTRUCTOR 5° DAN
CRISTOBAL DEL ALCAZAR P.**

**INSTRUCTORA 2° DAN
NICOL ANDAUR T.**

**INSTRUCTOR 2° DAN
ALEJANDRO ECHEVERRIA P.**

**INSTRUCTORA CAPE 3° KYU
CATALINA ANDAUR T.**

21 DE MAYO

**APERTURA ACREDITACION 09:00 / INICIO 10:00 AM
VALOR PRE-INSCRIPCIÓN \$25.000 MIL HASTA EL 15 DE MAYO
DÍA DEL EVENTO \$30.000 MIL**

DIRECCIÓN: ARTURO PRAT 6622, LA GRANJA

1er Training Camp LTKKA Chile

Objetivos:

- Reactivar la organización luego de dos años de pandemia.
- Mantener viva la llama del Kenpo, especialmente nuestra organización LTKKA en Chile.
- Unificar criterios de acuerdo con el programa técnico LTKKA, en las áreas de defensas personales, set y formas.
- Entregar conocimientos acerca del entrenamiento de point fight, que permita cubrir estándares mínimos que se exigen en los torneos actuales.
- Otorgar conocimientos básicos para entregar un adecuado entrenamiento al cuerpo, evitando lesiones innecesarias en el entrenamiento.

DIRIGIDO A

- Todos los kyu de la LTKKA que deseen aumentar sus conocimientos
- Maestros e instructores de la LTKKA
- Kyu que se proyecten con escuelas y deseen aprender “tips” de enseñanza.

PROGRAMACIÓN

TEMAS	TEÓRICO	PRÁCTICO
Formas Kenpo LT	X	X
Set Kenpo LT	X	X
Defensas Personales	X	X
Combate al Punto/ Point Fight	X	X
Tipos de ejercicios y consideraciones básicas	X	X

HORARIOS

9:00 Apertura del Recinto

9:05 – 9:45 Inscripción rezagados/ entrega certificaciones/ preparaciones participantes

9:45 – 9:55 Break

10:00 Inicio Actividades

10:00 – 11:30 Área 1,2,3,4 y 5

11:30 – 11:45 primer descanso

11:45 – 13:15 Área 2,3,4, 5 y 1

13:15 – 15:00 ALMUERZO

15:00 – 16:30 Área 3,4,5,1 y 2

16:30 – 16:45 segundo descanso

16:45 – 18:15 Área 4,5,1,2 y 3

18:15 – 18:30 tercer descanso

18:30 – 20:00 Área 5,1,2,3 y 4

20:00 – 20:15 cuarto descanso

20:15 – 21:15 Entrega certificaciones/ Fotos

CARACTERISTICAS

Las actividades serán divididas en 5 disciplinas/áreas propias de la LTKKA, a lo largo y ancho del recinto deportivo.

El total de participantes se dividirá en esas 5 disciplinas/áreas de tal forma que el aprendizaje sea lo más personalizado posible.

Cada participante debe pasar por las 5 disciplinas/áreas las cuales tendrán una duración de 1 hora y 30 min, cumplido ese tiempo se realizan descansos de 15 min para hidratar y cambiar de disciplina.

La modalidad del Training Camp es 100% presencial.

El almuerzo será entregado por la organización, por lo que está incluido en el precio.

El valor de preventa del Training Camp es de \$25.000.- hasta el 15 de mayo del presente año, pasado ese día el valor en puerta es de \$30.000.-

Forma de pago: transferencia o depósito en:

cuenta corriente

Banco de Chile

N°4465178208,

rut 19.112.440-5

Nombre de Nicol Andaur

- Asunto de la transferencia detallando nombre(s) de participante(s) al training camp. Ejemplo: Nombre Apellido al Training Camp.

El evento cuenta con Cupos Limitados, de tal forma que el aprendizaje sea el esperado.

Las actividades se darán por iniciadas a las 10:00 am en punto, como dice la programación, **con los participantes que se encuentren en el momento.**

DIRECCIÓN

Arturo Prat 6622, La Granja.

FECHA

21 – Mayo – 2022

EXPOSITORES

Sergio Contreras V.
Gran Máster 10° Dan

Ricardo Vera N.
Instructor 5° Dan

Cristóbal Del Alcázar P.
Instructor 5° Dan

Nicol Andaur T.
Instructora 2° Dan

Alejandro Echeverria P.
Instructor 2° Dan

Catalina Andaur T.
Instructora 3° kyu

1^{ER} TRAINING CAMP LTKKA CHILE

**EXPOSITORES ALTAMENTE CALIFICADOS.
5 ÁREAS DE ENTRENAMIENTO.**

**GRAN MASTER 10° DAN
SERGIO CONTRERAS V.**

**INSTRUCTOR 5° DAN
RICARDO VERA N.**

**INSTRUCTOR 5° DAN
CRISTOBAL DEL ALCAZAR P.**

**INSTRUCTORA 2° DAN
NICOL ANDAUR T.**

**INSTRUCTOR 2° DAN
ALEJANDRO ECHEVERRIA P.**

**INSTRUCTORA CAPE 3° KYU
CATALINA ANDAUR T.**

21 DE MAYO

**APERTURA ACREDITACION 09:00 / INICIO 10:00 AM
VALOR PRE-INSCRIPCIÓN \$25.000 MIL HASTA EL 15 DE MAYO
DÍA DEL EVENTO \$30.000 MIL**

DIRECCIÓN: ARTURO PRAT 6622, LA GRANJA