



ФЕДЕРАЦИЯ ТАЙСКОГО БОКСА РОССИИ

Факт. адрес: 105064, г. Москва, ул. Казакова, дом 18, стр. 8, офис 13
тел/факс: +7 (499) 346-21-17
e-mail: office@rmtf.ru
web: www.rmtf.ru

Исх. № 381 от 22.10.2018 г.

*О проведении Всероссийских студенческих
Игр боевых искусств*

Руководителям региональных отделений
Федераций тайского бокса России

Дополнительное ИНФОРМАЦИОННОЕ ПИСЬМО

Общероссийская общественная организация «Федерация тайского бокса России» доводит до Вашего сведения, что в рамках Всероссийских студенческих Игр боевых искусств состоится теоретический кхан-семинар.

Стоимость участия в семинаре – 500 рублей.

Участие в кхан-семинаре обязательно для всех спортсменов.

Программа кхан-семинара:

- Гимн России, Флаг России;
- Ритуалы тайского бокса (вай-кру, монгкон, пратьиат);
- Тренировочная экипировка и оборудование (бинты, капа, вазелин, бальзам, паховая раковина, голеностопы, перчатки; мешок, ринг)
- Соревнования и спарринги, их цели и задачи;
- Соревновательная и спарринговая экипировка (какая используется и для чего необходима);
- Этикет захода в ринг;
- Правила соревнований (краткий обзор);
- Жесты и команды рефери (что означают);
- Реабилитация после травм (ушибы и растяжения);
- Краткая история тайского бокса;
- Клятва тайбоксера.

Спортивный директор ФТБР



Т.Е. Ефимова