

Vydává soukromá škola „VALIŠ – KARATE – DO“, 284 01 Kutná Hora, 17. listopadu 108, ☎ 317 471 108, 603 794 316
Ing. Jan Vališ, 2.Dan, trenér 1.třídy - karatevakado@seznam.cz - www.karatevakado.cz - Kolín, Kutná Hora, Čáslav
hlavní partner VAKADO - **ALFA FOOD s.r.o.** výrobce potravinářských příměsí - www.alfa-food.cz

Co bylo

Závody v listopadu – zlato a čtyři bronzy

V listopadu vyjeli naši karatisté ze starší přípravky (KHP2 9-12 let) prověřit tréninkovou přípravu hned na dva závody. Po zkušenostech z posledních let jsem se rozhodl, že budeme závodit pouze v kumite (zápas), protože brzké vstávání a trávení v hale mnoho hodin nepovažuji za produktivní ani zdravé. Navíc většina našich závodníků startovala v kumite poprvé. Vánoční ceny v Mladé Boleslavi se v sobotu 17.11.2012 zúčastnilo šest karateka – Toník Duras, Deniska Kaunerová, Honzík Klinger, Klára Kosová, Kryštof Slavotínek a Pepík Vařečka. Deniska a Pepík získali v kategorii kumite mladší žáci 3.místo. Také ostatní se bili statečně. Na těchto závodech jsme měli hodně práce, protože jsme ještě před starty dokupovali

zbývající chrániče tak, aby měl každý závodník obě barvy, ale i další výbavu. Pro zajímavost – víte, že závodník musí být vybaven 14 kusy chráničů?! Hned další týden 24.11.2012 jsme ve čtyřech vyrazili na mezinárodní turnaj Generali Cup do Ústí nad Orlicí. Zde získala Deniska zlatou, Toník a Klára bronzové medaile. Určitě bych rád poděkoval závodníkům za statečnost, rodičům za podporu a moc děkuji Torstenovi K. (firma Alfa Food s.r.o.) za zajištění dopravy. Pokud bych měl hodnotit náš tým, jsem rád, že se závodníci statečně vrhali do boje, jako trenér říkám, že by měli trénovat mnohem více doma a zlepšit se dvakrát tolik, aby dále vozili medaile ve větší konkurenci. Budeme dále pracovat na technice, strategii a taktice.

Hodnocení pravidel a rozhodčích

Karate se věnuji přes 30 let a pamatuji začátky v ČR. Nejsem potěšen změnami v pravidlech, které obtěžují trenéry a závodníky. Já při bodování pamatuji léta zavedené pravidlo celý bod ippon a půlbod waza-ari. Před pár lety se zavedl jeden bod ippon, dva body nihon a tři body sanbon. Sotva jsme to naučili závodníky, letos už platí nové bodování: jeden bod yuko, dva body waza-ari, tři body ippon. Za mě stačily

bílé chrániče (ruce, holeň, nárt), dnes musíte mít červené a modré, takže se ani nestačíte převlékat, výdaje jsou větší a tašky objemnější. Na obou závodech jsem nebyl spokojen s rozhodčími, kteří se soustředili na zbytečné trestání neškodných kontaktů a byli velmi skoupí na udělování bodů za dobré techniky. Tím rozhodčí sami nutili závodníky ke kontaktům, za které je potom zase paradoxně a zbytečně trestali.



Na obrázku: Toník Duras, Klára Kosová, Deniska Kaunerová, Honzík Klinger. Ze závodů v Ústí nad Orlicí 11/2012.

Vánoce s VAKADO – čt 20.12.2012 - 17:30

Pro členy VAKADO, jejich rodiče, příbuzné a kamarády



Naše největší akce roku, rodičák, poslední trénink v kalendářním roce, podvečer zábavy a pohody bude ve čtvrtek 20.12.2012 v naší tělocvičně ZŠ Jana Palacha Kutná Hora od **17:30 do 19:30** hodin. Očekávám všechny klienty a jejich blízké. **V programu** vystoupí všechny naše věkové skupiny. Pokud někdo oplýváte zajímavou dovedností, která by přispěla k obohacení programu, např. zpěv, hra na hudební nástroj, předvedení kouzla, představení Vašeho zajímavého zvířátka atd.,

nabídněte !!! Budou také vyhlášeny výsledky bodování od září 2012. S sebou **5 kousků vánočního cukroví na společný stůl**, případně jednohubky atd. vítány, 30 Kč na objednané chlebíčky, samozřejmě vlastní nápoj jako na trénink. Organizační zajištění tvoří pracovní tým z řad členů a rodičů, prosím **přihlaste se na ještě neobsazené funkce** viz Aktuality na webu. Těším se na shledanou, prosím **přijďte**, i pokud z různých důvodů nemůžete cvičit, aspoň **na nástup v kimonu** !

Pozvánka na „Silvestr s VAKADO“ 2012

Pozor změna – letos den před – 30.12.2012 - 16:00-19:00 hod

Letošní akci „Silvestr s VAKADO“ jsem se rozhodl přesunout na den před Silvestrem, tedy ne 31., ale již v neděli 30.12.2012. Očekávám od toho větší účast a klid pro rodiče. Udělejme zase něco pro radost a zdraví, pojďme se spolu koncem roku projít do přírody. **Vezměte děti, rodiny, přátele.** Program jako obvykle: procházka na vrch Sukov k prázdné vodní nádrži, krásné místo pro přistávání mimozemských civilizací a naše hry, soutěže, hostinu, ohňostroj. Sraz v 16:00 hod na sídlišti Šipší na „Náměstíčku“ u malého kruhového

objezdu, ul.17.listopadu v Kutné Hoře. Návrat je v 19:00 hod. S sebou: teplé **starší** oblečení, lahvičku čaje, svítilny, svíčky s krytem proti větru, pyrotechniku, ochranné brýle, dřevo na ohničky, vuřty na opékání. Chlebíčky nebo jiné občerstvení a pochutiny na společný stůl a něco na přípitek vítáme ! Můžete si vzít barevné létající nebeské lampióny, jejich cena klesla na 49 Kč a dostanete je v Kutné Hoře ve Vladislavově ulici 31 (redakce Obzorů Kutnohorská, t. 327 512 397). Více o akci včetně foto viz naše webovky. Těším se na Vás !

Investor prosincového zpravodaje 2012 a akcí karate tohoto měsíce:

ALFA - FOOD s.r.o.

Výroba potravinářských příměsí

280 02 Kolín, K Vinici 1378, ☎ 321 715 811

e-mail: info@alfa-food.cz www.alfa-food.cz