

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

MIKULÁŠ CUP Ledeč - Zlato, Stříbro, 2x Bronz



Na závodech v Ledči nad Sázavou v sobotu 10.12.2011 tři naši karatisté přivezli 4 medaile všech barev. Byla to dobrá zkušenost, neboť všichni odvedli kus práce - závodili současně v kata (souborná cvičení) a také v kumite (zápas). Nastupovali mnohokrát, v jednu kole třeba i čtyřikrát. Všichni naši novopečení závodníci závodili poprvé a dokázali se medailově umístit. To je součástí mé trenérské strategie - závody nejsou od toho, aby se nováček „otrkal“ (stejný nesmysl jako při prvních jízdách v autoškolě vyrazit na rušné pražské křižovatky), ale měl by být připravený klidně i na medailové umístění, nebo alespoň důstojnou prohru. Je třeba umět trpělivě čekat na svůj čas. Byl jsem v rozpacích z pravidel tohoto závodu, kdy byly zakázány chrániče na ruce a nohy a přitom pravidla těchto závodů povolila plný kontakt na trup také dětí, zvláště když mezi zápasníky byli větší výškové a hmotnostní rozdíly. V našem Českém svazu karate je trend kopírující zahraničí opačný. Chrániče rukou a zubů jsou povinné již řadu let, od roku 2009 jsou povinné také chrániče

nohou a to holeně i nártu a kontakty u dětí zakázány. Naštěstí všichni přežili bez úrazů, i když se zápasy občas přerušily pro bolestivé úder. Nebyl spokojen s prací některých rozhodčích – zdržování zápasů, nevhodná gestikulace a nedostatečná ochrana bezpečí závodníků. Na druhé straně musím organizátorovi poděkovat za upřádání těchto závodů, dobrou a rychlou organizaci, byl jsem spokojen i přijatelnou výší startovního 150 Kč a se zajištěním diplomů a medailí. **Naše Klára Kosová 10 let získala zlato v kumite, stříbro v kata, Jan Klinger (11) bronz v kata a Kryštof Slavotínek (10) bronz v kumite.** Z mého pohledu Honzu a Kryštofa rozhodčí poškodili, ale rozhodnutí jsem nenapadl a respektovali jsme ho. Děkuji panu Slavotínkovi a Kosovi za zajištění dopravy na závody.

Pro úplnost dodávám, že na závody jsme vyrazili po pěti letech. Je to velká pauza, čekal jsem na novou generaci. S výkonem závodníků jsem byl spokojen.

Věřím, že budeme pokračovat, a také s dalšími dětmi.

Zkoušky na 7.kyu – út 13.12.2011

Blahopřeji Denisce Kaunerové a Toníkovi Durasovi k získání 7.kyu, tedy žlutého pásu. S výkonem zkoušených jsem byl spokojen. O zkouškách na STV, stupně technické vyspělosti, pásy karate, si můžete přečíst na našem internetu.

Vánoce s VAKADO - 22.12.2011 – 18:00-20:00 hod

Poslední Vánoce s VAKADO 2011 byly díky hostování v náhradních prostorech ZŠ Kremnická jiné. Rekonstrukce ZŠ Jana Palacha nás připravila o nejmladší přípravku a možnost nácvičku ukázkových vystoupení s herními a gymnastickými prvky. Bylo nás méně, přesto se nás sešlo 40 lidí a akce v krásných prostorách auly školy byla pěkná. Volný trénink se ukázal jako dobré náhradní řešení, náplň

byla široká, realizovali se všichni příchozí. Program zahrnoval plných 11 bodů. Po nástupu, představení všech karateka a poděkování sponzorům jsme procvičili vše: rozehrátí, poctivý strečink, techniky na místě, ve čtverci, v chůzi, zápasy i kata, závody formou vyzvavatelů. Děkuji za pomoc: paní Hance Vejsadové, Mgr. Františku Blahovi, Pavlu Ferešovi, paní Jiřině Hrdličkové.

Nábory leden 2012 – 11 obcí, 14 škol, 78 tříd

Seznámím Vás v číslech, co pro mě znamená slovo Nábory. Rekonstrukce tělocvičny Palacha způsobila výpadek nejmladší přípravky 6-9 let. V lednu 2012 bylo proto potřeba nabrat nové děti. Poprvé jsem prováděl nábor v lednu, vždy tak činím jen v září. Celý leden jsem tedy prováděl intenzivní nábor a to ještě zaměřený hlavně pro jednu skupinu ze čtyř, pro nejmladší přípravku 6 – 9 let. Nábor jsem nazval intenzivní, protože jsem jej prováděl přímo osobními návštěvami jednotlivých tříd a to prvních, druhých, třetích, někde i čtvrtých. Navštívil jsem celkem tříd 78 tříd! Zde všude jsem dětem ukázal barevné obrázky z tréninků s prvky nejen karate, ale hlavně zajímavé záběry gymnastiky se salty, skoky z výšek atd., aby děti i jejich učitelé neměli zkreslenou představu o bezduchem mlácení, ale že trénink v přípravce je zajímavě všestranný. Nadšeným dětem jsem rozdával připravené letáčky s obrázky a kontakty. Navštívil jsem základní školy v 11 obcích: Kutná Hora, Čáslav, Suchdol, Starý Kolín, Záboří nad Labem, Malešov, Křesetice, Žehušice, Červené Pečky, Týnec nad Labem, Nové Dvory. Ve všech těchto školách jsem zanechal náborové plakáty pro Přípravku. Plakáty jsem umísťoval také na různých místech v obcích, vždy po dohodě s majiteli nebo správci příslušných nemovitostí. Celkem jsem nakopíroval 200 barevných plakátů formát A4 a 4000 černobílých letáčků formát A6, z toho polovinu jsem rozdával a dále pokračuji. Pouze kopírování stálo 5.000 Kč a to ještě díky výrazným množstevním slevám. Náborové plakáty jsou

také ve vývěskách v Kutné Hoře a Kolíně a náborové články i s fotografiemi vyšly ve třech novinách. Dále máme určitě v regionu nejpestřejší internetové stránky, na kterých stále pracuji. Aktuální efekt intenzivního náboru je mizivý. Do přípravky přišlo 10 dětí a většinou na osobní doporučení, nebo skrz webové stránky. To je tak 6 dětí z jednoho tisíce, které jsem přímo oslovil a dal jim do ruky letáček. Toto jsou zajímavá statistická čísla a zveřejňuji je proto, abyste si Vážili, že máte cvičit s kým, protože naplnit skupinu dětí, kamarádů je jak vidíte velmi pracné a drahé. Znovu se obracím na Vás všechny: kdyby se každému povedlo přivést k nám jednoho kamaráda, bylo by to super !

Na obr.: Jeden ze 4000 náborových letáčků.



Investor lednového 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