

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** 👈

## So 10.05.2014 - Závody na zkušenou pro nováčky

V So 10.05.2014 na Wakizaši cup v Nymburce jsme z různých důvodů letos nedali dohromady závodníky (loni jsem startovali v 6 lidech), ale výjezd jsem přesto zorganizoval alespoň pro diváky, zvláště pro potenciální budoucí

závodníky. Zúčastnili se Klára Kosová, Jaromír Fialka, Jonáš Hrdlička, a poprvé Matěj Matz, Víťa Nádvorník a Kryštof Szilágyi. Třem posledním děkuji za krátké slovové práce na téma: co se mi líbilo na závodech.

## So 17.05.2014 další seminář kata Nymburk

Tohoto dalšího semináře kata opět s Ivou Keslovou, 42 let, 5.Dan a Lukášem Landou jsme se zúčastnili v silné sestavě 8 lidí, zleva foto dole: Klára Kosová, Zdeněk Bartůněk, Kryštof Slavotínek, Míra Volek, moje maličkost, Jan Klinger, Jaromír Fialka a Pepík Vařečka. Instruktor Lukáš Janda zcela vlevo a Iva Keslová šestá zleva. Tématem byly mistrovské kata: Jion, Kanku-dai a Gankaku.



## Út 24.6.2014 - Zkoušky na pásy

Vyhlašuji zkoušky na STV (stupně technické vyspělosti) na 24.06.2014 od 18:00 hod. Trénink starší přípravky KHP2 a základní skupiny KH tak odpadá, ale doufám, že se přijdete na zkoušky podívat. Budu zkoušet na druhý fialový pás (4.kyu) a mám v úmyslu nabídnout účast na zkoušce čtyřem kandidátům.

## Pomozte při získávání nových členů

Chci Vás opět všechny požádat o spolupráci při získávání nových členů do naší školy karate. Více cvičenců na tréninku umožní střídání se s více partnery při zápasech, hrách, trénink se dá rozdělit do skupin a je i veselejší. Větší počet členů zamezí nevhodnému míchání věkových kategorií a je podmínkou samotné existence školy karate. Pokuste se prosím každý přivést jednoho **jediného nového kamaráda** ! Kdyby se to povedlo, vzrostla by naše základna, tréninky by byly efektivnější, zajímavější a výsledky úspěšnější. Osobní reklama je lepší nežli jakýkoliv plakát. Dole na obrázku je 93 žáků části

mé školy v začátcích z Čáslavi a Kutné Hory. Pro vaši představu je to necelých 40% skutečného počtu lidí, kteří u mě cvičili v druhém pololetí 1991, kdy jsem jich evidoval 239 a to jsem měl pouze fialový pásek a byl jsem trenérem pouze nejnižší III. Třídy. Dnes jsem nositel 2.Danu, jsem trenérem nejvyšší I. třídy karate, máme lepší výstroj a výzbroj, nové tatami a je nás „pouhých“ 40. Myslete na naši školu karate, buďte loajální, věrní a předejte vaši osobní zkušenost dále. Za nového člena, kterého přivedete, nabízím slevu školného na další pololetí v hodnotě 500 Kč. Děkuji za spolupráci.

**Na obrázku:** O takhle početné základně si můžeme dnes jen snít. A to je ještě jen 40% počtu z roku 1991



## Tréninky o prázdninách

Předběžně počítám s dobrovolnými tréninky o prázdninách jako každý rok vždy ve čtvrtek na umělém fotbalovém hřišti v ulici Jana Palacha v Kutná Hoře. V červenci 18:00 – 19:30 a v srpnu 17:00 – 18:30 hod. Cena tréninku 50 Kč splatná na místě. Letošní téma bude zajímavé - kata bunkai, tedy aplikace kata.

## Počet STV k 31.5.2014 – 91 stupňů a 2,4 na osobu

K měsíci květnu 2014 máme ve VAKADO 91 STV, stupňů technické vyspělosti, tedy celkem pásků karate v tomto smyslu: kdo má např. zelený pás,

započítávám celkem 3 stupně: bílý, žlutý, zelený. V podstatě jde o 91 úspěšných zkoušek karate. Průměrně na osobu (i s přípravkou) 2 a půl pásku.

Investor květnového zpravodaje 2014 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