



Seminář karate a taichi v Čáslavi 28.-29.3.

Povedl se další rekord. Na seminář karate a taichi, který vedli Ing. Pavel Beneš a Ing. Václav Liška, jsme přijeli s nejméně 14 našimi lidmi z VAKADO. Tvořili jsme tak více než polovinu zúčastněných a jediní v regionu jsme podpořili masovou účastí akci konkurence. Podivuji se,

stejně jako pořadatel z Čáslavi, že akci nepodpořili ani jediným členem jejich kolegové ostatních „oddílků“ karate z Kutné Hory. Myslím, že mým bývalým žákům by další vzdělávání, solidarita a slušnost prospěly. Já děkuji všem mým žákům za účast a fotky ze semináře si mohou vyzvednout u mě.



Na obrázcích: nahoře naše početná výprava na seminář, dole cvičení techniky s Ing. Pavlem Benešem



Co ještě bylo

18.4.2015 - Nové Dvory - Zdravotní cvičení a sebeobrana

Opět po roce jsem v Nových Dvorech vedl seminář zdravotního cvičení a sebeobrany. Zval jsem především dospělé cvičence. Obsahem semináře bylo nahlédnout pod pokličku našeho cvičení, které provádíme především ve skupině pro dospělé - ukázky správného

strečinku, pozdravu slunce, jógových prvků a několik sebeobránných situací. Jaká škoda, že si nepřišel zacvičit nikdo z rodičů našich dětí. Byla to ideální šance vyzkoušet si jednoduché cviky na vlastním těle a možná více pochopit děti, na které se rodiče při cvičení dívají.



Ne 19.4.2015 – závody Vamberský Lvíček – Matěj 12 startů !

Na své první závody vyrazily tři děti ze starší přípravy Matěj Matz, Viktor Navrátil a Daniel Mareček. Startovaly za mladší žáky 7-9 let ve všech třech (!) disciplínách: kata, kata družstev a kumite. Závody pro děti 7 až 13 let s vytvořením mnoha startovních kategorií se časově protáhly, což překvapilo i pořadatele. Podařil se nám rekord: Matěj, který ve všech kategoriích úspěšně postupoval, dohromady startoval během tohoto jediného a svého prvního závodu celkem 12 krát! Za starší žáky startoval ještě již zkušený Kryštof Slavotínek. Patří mu

obdiv, protože na start v kata čekal 5 hodin a na kumite 8,5 hodin! Předvedl pěkný výkon, ale rozhodčí ho poškodili. Závodní zkušenost v karate, kdy závodník v individuálních disciplínách vystupuje sám za sebe a není ukrytý v kolektivu, je přínosem, který se nedá nahradit. Naši noví závodníci, stejně jako jejich rodičovský doprovod, byli nadšení a získali další motivaci. Přeji jim, aby jim soutěživost vydržela. Děkuji celé výpravě závodníků a rodičů za účast na závodech. Na obrázcích: Matěj, Dan, Viťa / Matěj kumite / Kryštof kata



Co bude

So 9.5.2015 – Wakizaši Cup – Nymburk

Využijme blízkost Nymburka. Rád bych, aby se závodů zúčastnili děti z přípravy KHP2 a hlavně ze základní skupiny KH, kteří uvažují v budoucnu o zkouškách. Propozice jsou v aktualitách. Dětem z mladší přípravy

a jejich rodičům doporučuji diváckou účast a sledování pravidel. Bude to příjemný a užitečný výlet. Nymburk je nedaleko a při cestě můžete navštívit lázeňské město Poděbrady - viz Zpravodaj VAKADO 11/12//2014.

K výše uvedeným seminářům: Tyto akce se konaly za podpory města Kutné Hory