

Úvodní seminář - podzim 2009

O víkendu 7. – 8. 11. 2009 proběhl v Praze seminář Úvodní škola. Tato akce byla určena především všem nováčkům resp. podzimnímu náboru nováčků ze všech oddílů MSKA v ČR. Nutno podotknout, že se pardubický oddíl na této úvodní škole zúčastnil s největším osazením začínajících karatistů ze všech oddílů ČR. Celkový počet pardubických nováčků byl 17 a všechny čekal jistě zajímavý, i když náročný víkend. Na tomto typu semináře si nováčci mohou procvičit popř. zopakovat a detailně naučit techniky, které získali během dvouměsíčního tréninku v oddíle. Pod vedením mistra Motla I. Dan se tak dělo celé dva dny. Během cvičení se realizovala také zkouška na vyšší stupeň technické vyspělosti a to na 11. stupeň (druhý bílý pás) a na 10. stupeň (první žlutý pás). Ze 17 pardubických karatistů získalo žlutý pás 10 a druhý bílý pás 7 účastníků.

Semináře se účastnili i držitelé vyšších pasů, pro které se konal speciální program karate v sebeobraně a trenérský seminář B2. Sebeobrana probíhala současně s programem nováčků pod vedením mistra Sokola II. Dan. Program obsahoval velice zajímavé použití technik MSKA v sebeobraně. Druhý den nechyběl již zmíněný trenérský blok B2 pod vedením mistryně Aleny Bajerové I. Dan. Tento byl zaměřen na to, jak správně trénovat a vyučovat v oddílech.



Společné foto pardubických karatistů pod vedením mistra Pavla Trunce I. Dan (první řada vpravo)

1.řada - Jiří Jirout-10st, René Buchta-11st, Nikola Solilová-10st, Markéta Doudová-10st, Šárka Holická-11st, Martin Svatoň ml.

2.řada - Jindřich Netušil-11st, Jan Kučera-11st, Aleš Hajdák, Jiří Raszka, Martin Jirkout-10st, Klára Eichlerová

3.řada - Michal Navrátil-11st, Štěpán Lohniský-11st, Lucie Bílá-10st, Sabina Kuncová-10st, Petra Tošková-10st, Lucie Cejpová-10st, Marek Varmuža-11st

4.řada - Jan Tilgner-10st, Matyáš Mach-10st