



## Czeska wiosna w karate!



Zawodnicy „Arawashi”, którzy coraz mocniej rozpoznawalni są u sąsiadów z południa, walczyli z niezwykłym zacięciem, prezentując swój kunszt sportowy a przede wszystkim sportową zadziorność.

- Przed zawodami wdrażaliśmy nauczanie technik karate, które przez systematyczne i długotrwałe powtarzanie wiodą do zwyżki kontroli zachowania i emocji, podniesienia koncentracji uwagi a także do wzrostu wytrzymałości psychicznej. Takie szkolenia dają zawodnikowi należytego powera, a przede wszystkim ulepszają koncentrację, wnoszą zręczność opanowania emocji, wzmacniają pewność siebie podkreśla szkoleniowiec Bogusław Hutman - Wilczek. To się sprawdza w rywalizacji niezmienny poziom w trakcie szkoleń, zapał w obliczu zaczepek w walkach kumite , staranność w skomplikowanych uwarunkowaniach rywalizacji, korzystnie przemyślany koncepty wykonania technik w kata to klucz do sukcesu w rywalizacji karate dorzuca szkoleniowiec.

Turniej zorganizowany przez trenerów i działaczy klubowych z Polski, Czech i Słowacji, do którego przystąpił Klub Arawashi jako jedyny z Żywiecczyny wskazuje, że integracja i odwaga do rywalizacji z najlepszymi to coś co jest wpisane w aktywność sportową Arawashi. W Karwinie w Czechach nasza drużyna skromna (ale niezwykle waleczna) z młodym narybkiem Arawashi, pokazała swój waleczny pazur. Nasze wojowniczkę wywalczyły cztery medale dwa w kata srebro Iza Wawok i brąz Julia Figura i dwa brązy w kumite Weronika Janczy i Julia Figura, ciut szczęścia zabrakło Juli Rybarskiej i Oliwii Michalskiej, które o włos przegrały rywalizację o wejście do strefy medalowej. Tak wymierne sukcesy są wynikiem systematycznego szkolenia i podglądania jak czynią to na poziomie środkowoeuropejskim nasi południowi sąsiedzi - na zaproszenie do klubu tuż po zawodach przyjechał szkolić młodych karateków dr Martin Blaton z Ostrawy, specjalizującym się w biomechanice ruchu w sportach i sztukach walki i był „czeski trening”.

(B. H-W.)



## Obrazy



