

# Mezinárodní seminář moderního sportovního karate CHORVATSKO - ostrov Mali Lošinj



Ve dnech 25.9. až 3.10. 2010 proběhl v Chorvatsku na ostrově Mali Lošinj seminář moderního sportovního karate (MSK) pod vedením mistra bojových umění prof. Dr. Rudolfa Jakhela, držitele IX. Danu KARATE a autora direktní metodiky MSK. Semináře se zúčastnilo přes 100 karatistů nejen z České republiky, ale i Německa, Slovinska a Itálie.

Cvičení probíhalo vždy 3x denně. První trénink začínal v 6<sup>30</sup> hodin během po pobřeží a pokračoval cviky zaměřenými na koordinaci a kondici každého sportovce. Před polednem začala druhá část cvičení. Probírala a nacvičovala se sebeobrana a boj se zbraněmi. Odpoledne bylo pro karatisty volné. Vzhledem k počasí jsme využili možnost koupání a relaxace. Z hotelu se dalo za krátkou chvíli dojít do přístavního městečka. V podvečerních hodinách začal třetí trénink, kde probíhala technicko – taktická příprava. Prakticky každý den probíhaly také schůze české a na konci týdne internacionální DAN COLLEGE, kde se řešily různé projekty a úkoly.

Ve čtvrtek 30.9. v ranních hodinách čekal na karatisty patrně neatraktivnější trénink. Jednalo se o lámání kamenů. Na skalnatém pobřeží Jadranu jsme si mohli vyzkoušet na kolik dobře ovládáme přerážecí techniky. Úsvit slunce vyvolával v každém z nás chuť pro hlubokou meditaci a soustředění.

Ve čtvrtek se také při západu slunce konala promoce mistrů. Mistru prof. Dr. Rudolfu Jakhelovi složilo slavnostní slib 33 mistrů z celé Evropy, mezi nimi byl i náš koordinátor pro ČR mistr Miroslav Zezulka, který se stal držitelem V. Danu KARATE.

## V pátek 1.10. se konal mezinárodní turnaj MSKAI.

Forma Quarta - F4°	
Krejzlová Kristýna	2. místo
Forma Quarta - F4°	
Eichlerová Klára	3. místo
Boje žen modrých pasů FB	
Krejzlová Kristýna	1. místo

Gratuluji k dosaženým úspěchům.



Zleva: mistr Miroslav Zezulka, Kristýna Krejzlová, Klára Eichlerová, Stanislava Kubešová a mistr Pavel Trunec

V sobotu 2.10. se konal ADRIA CUP 2010 (ČR, Německo, Slovinsko a Itálie), kde tým ČR obsadil 3. místo a dále v jednotlivých váhových kategoriích získali reprezentanti ČR řadu dalších pohárů.

mistr Pavel Trunec, předseda oddílu MSK Sokol Pardubice

FOTO z AA10 - CHORVATSKO - ostrov Mali Lošinj – přerážení kamenů na skalnatém pobřeží ostrova



Vlevo z našeho oddílu Kristýna Krejzlová a Klára Eichlerová.



Vlevo z našeho oddílu Kristýna Krejzlová při přerážení kamene.



Vlevo z našeho oddílu Kristýna Krejzlová při přerážení kamene.

FOTO z AA10 - CHORVATSKO - ostrov Mali Lošinj



Zleva mistr Pavel Trunec, Kristýna Krejzlová, Klára Eichlerová a Stanislava Kubešová.



Mistři z MSKA-CZ včetně nově promovaných, ve středu pod vlajkou EU stojí mistr prof. Dr. Rudolf Jakhel, šéf-instruktor MSKA I a pod ním je mistr Miroslav Zezulka, koordinátor pro ČR.

FOTO z AA10 - CHORVATSKO - ostrov Mali Lošinj

