



# ZÍMNÍ SEMINÁŘ KARATE 2014

18. - 19. 1. a 25. - 26. 1. 2014

První akcí letošního roku 2014 byl Zimní seminář Moderního sportovního karate, který se konal na pražském Smíchově.





Hlavní náplň semináře byla věnována základním kombinacím přímých kopů a úderů. Velký důraz byl věnován technickým detailům v jednotlivých bojových kombinacích.

Druhý víkend zimního semináře jako vždy patřil turnaji, na kterém jsme měli příležitost poměřit naše dovednosti s ostatními oddíly. Také se jednalo o první akci, na které bylo možné nasbírat body do ligy MSK 2014.

Náš oddíl se ani tentokrát neztratil. Všem účastníkům z Pardubic, kteří se účastnili turnajových disciplín, se podařilo nejméně jednou umístít na jedné ze tří nejlepších pozic a každý si tak odnesl domů nějaké to ocenění.

První turnajovou disciplínou byly formy. Jedná se o technicky dokonalý způsob boje s imaginárním soupeřem. Právě v této části turnaje lze nejlépe sledovat technickou úroveň provedení jednotlivých bojových kombinací.

## Tabulka umístění ve formách

Jan Průšek	F°1 (prima)	1. místo	
Jiří Michek	F°2 (secunda)	3. místo	
Ondřej Vachek	F°2 (secunda)	2. místo	
Dalibor Mrňávek	F°3 (tertia)	3. místo	

Dále měli účastníci možnost porovnat nejen své technické, ale také taktické dovednosti v boji s reálným soupeřem. Lehčí způsob boje nazýváme sparing. Je určen nižším pasům jako předpříprava pro sportovní boj, který už je méně limitován povolenými akcemi a je tedy naopak vhodnější pro pasy vyšší.



### Tabulka umístění ve sparingu a bojích

Jiří Michek	MO (muži oranžoví)	2. místo
Ondřej Vachek	MO (muži oranžoví)	3. místo
Josef Jetmar	MG (muži zelení)	3. místo
Dalibor Mrňávek	MG (muži zelení)	4. místo



Závěrem turnaje proběhly exhibiční boje vyšších pasů bez rozdílu stupně a pohlaví. Výsledky těchto zápasů se nepromítli do celkového hodnocení turnaje, nicméně všem zúčastněným přinesli cenné zkušenosti. Slovy koordinátora MSKA-CZ mistra Miroslava Zezulky V. dan byl seminář úspěšný a na další akci na něj bude možno navázat.

Na úplný závěr semináře byla všem, kteří splnili podmínky svého cvičebního programu, udělena zkouška na vyšší technický stupeň. Oddíl MSK Sokol Pardubice zaznamenal úspěchy i v tomto směru.

### Tabulka nově získaných technických stupňů

Jan Průšek	9. kyu (2. žlutý pás)
Ondřej Vachek	7. kyu (2. oranžový pás)
Jiří Michek	6. kyu (1. zelený pás)



Celkově získal pardubický oddíl 32 bodu a umístil se společně s oddílem z Mohelnice v rámci semináře na 2. - 3. místě hned za oddílem z Poličky.



**Vpravo:** Dalibor Mrňávek



**Vpravo:** Josef Jetmar



**Vpravo:** Jan Průšek



**Zleva:** Ondřej Vachek, Jiří Michek



**Zleva:** Jan Průšek, Dalibor Mrňávek, Ondřej Vachek, Josef Jetmar, Jiří Michek, Stanislava Kubešová, mist Pavel Trunec.

Děkujeme za podporu našim sponzorům:

