



JARNÍ SEMINÁŘ KARATE 2016

První víkend Jarního semináře probíhal tradičně ve víru nácviku bojových technik a kombinací. Program byl zaměřen především na technický důraz jednotlivých cvičebních programů. Nechybělo ani zkoušení bojových situací s partnerem a přípravě na nadcházející víkend, který byl ve znamení turnaje a možnosti složit zkoušku na vyšší technický stupeň (pás).

Začátkem druhého víkendu se ještě dopoledne cvičilo. Odpoledne už začal ligový turnaj. První část byla věnována formám (boji s imaginárním protivníkem). Následující den už patřil sportovnímu boji a sparingu.

Po dlouhém téměř vyrovnaném boji se na prvním místě v rámci turnaje umístili bojovníci z Chotěboře a hned za nimi náš pardubický oddíl.

Díky bodům, které jsme získali na předchozích letošních akcích, se však stále držíme na prvním místě v rámci Ligy MSKA CZ pro rok 2016.

„Členům našeho oddílu patří dík za jejich práci. Přesto je však umístění na druhém místě v rámci turnaje pro nás signálem, že máme co zlepšovat. O tom, jakým způsobem se projeví naše následující příprava, se můžete přesvědčit na výsledcích nadcházející akce.



Dalibor Mrňávek obrana ze země proti útoku



vlevo Andrea Šipošová odkopává soupeřku



vlevo Adam Knajbl



vpravo Martin Golář podmetá soupeře

Výsledky z turnaje




Naším členům se povedlo získat cenná umístění a to jak ve formách, tak i bojích. V některých případech až překvapivě dobře:

Tabulka umístění ve formách

Mistr Adam Knajbl	F°6 (Dan set)	2. místo
Dalibor Mrňávek	F°4 (Quarta set)	1. místo
Jiří Michek	F°3 (Tertia set)	3. místo
Ondřej Michek	F°3 (Tertia set)	4. místo
Martin Golář	F2° (Secunda)	3. místo







Tabulka umístění ve sparingu a bojích

Mistr Adam Knajbl	MA (muži absolutní)	1. místo	
Dalibor Mrňávek	MA (muži absolutní)	4. místo	
Jiří Michek	MG (muži zelení)	3. místo	
Martin Golář	MY + MO (muži žlutí a oranžoví)	1. místo	

Našemu oddílu se zadařilo i co se týče zkoušek na vyšší technické stupně. Je super vidět váš výraz, když se vám povede splnit zkoušku, nezapomínejte však, že to není jen o barvě pásku, ale také o tom co doopravdy umíte. Nechtějte nikdy nic, na co nemáte dovednosti a právo. Gratulujeme!

Tabulka nově získaných technických stupňů

Viktor Nermuť	11. kyu (druhý bílý pás)	
Daniel Orst	11. kyu (první žlutý pás)	
David Puchoň	8. kyu (druhý oranžový pás)	
Andrea Šipošová	8. kyu (druhý zelený pás)	



zástupci pardubického oddílu MSK Sokol Pardubice

Děkujeme za podporu našim sponzorům:



Pardubice

Město Pardubice podporuje sport