



23 Sty 2016 godz. 22:11 napisał Pan Administrator

Zimowa Szkoła Karate w Inowrocławiu 2016



W ferie szkolne w dniach 18-21 stycznia w Inowrocławiu odbyła się **V Zimowa Szkoła Karate**. W Szkole wzięli udział uczniowie w sekcjach klubu z Torunia i Bydgoszczy. Zajęcia prowadzili shihan Artur Wilento 5dan, sensei Andrzej Poczwardowski 3dan i Mariusz Rudziński 2dan oraz Hajime Watanabe lektor języka japońskiego w toruńskim EMPIK-

U. Głównym tematem zajęć były kopnięcia okrężne: mawashi-geri, ura-mawashi-geri, uchi-mawashi-geri, ushiro-mawashi-geri. Kopnięcia ćwiczone w różnych formach tak by na końcu móc wykorzystać w sparingu zadaniowym. Również ćwiczone podstawowe techniki w kihon-geiko i ido-geiko podkreślając dokładność ich wykonania. Formy kata ćwiczone w trzech grupach zaawansowania.

Każdy mógł nauczyć się nowej formy i udoskonalić już znane.



Zimowa sceneria Parku Solankowego towarzyszyła naszym spacerom uczestników zimowej szkoły karate.

Codzienny basen solankowy znakomicie relaksował trudny cały dzień a zajęcia wietlicowe związane z kulturą japońską i kino nocne wypoczęcia w wolne chwile... OSU!!!

