



25 Lut 2007 godz. 19:38 napisał Pan Administrator

V Seminarium Kumite - OPO Wałcz

W dniach 22-25 luty w Ośrodku Przygotowań Olimpijskich w Wałczu odbyło się V Seminarium Kumite Polskiej Federacji Kyokushin-kan Karate-do, które w całości poprowadził shihan Bogdan Jeremicz 5 dan.

W seminarium wzięło udział prawie 100 uczestników z klubów kyokushin-kan w tym i z naszego. W tym roku uczestniczyły następujące osoby: sensei Artur Wilento 3dan oraz sempai: Andrzej Poczwardowski 2dan, Sławomir Kłosiński 2dan, Piotr Binkowski 1dan, Dawid Jędryka 2kyu, Marcin Czajkowski 2kyu, Łukasz Jóźwiak 2kyu, Justyna Kozłowska 3kyu, Katarzyna Bogdan 4kyu, Bogdan Rynkiewicz 4kyu.

Myślą przewodnią tegorocznego seminarium było doskonalenie umiejętności ataku. Shihan Bogdan Jeremicz wytłumaczył i zaprezentował ćwiczenia zwane **Namba-aruki**, w celu pełnego wykorzystania potencjału własnego ciała. W treningu z partnerem wykorzystano rękawice bokserskie, ochraniacze oraz tarcze treningowe. Każdy dzień seminarium rozpoczynał się rozruchem na stadionie w zimowej mroźnej aurze. W czasie seminarium odbyło się 6 treningów specjalistycznych, w tym jeden w sobotnie popołudnie poświęcony został w całości walce. Wieczorem po kolacji uczestnicy seminarium mogli zregenerować siły korzystając z basenu lub sauny. Dodatkowo zawodnicy powołani do kadry PFKK po każdym treningu dodatkowo zostawali by przećwiczyć elementy taktyczne wykorzystywane w walce turniejowej przed zbliżającym się Pucharem Europy na Węgrzech.

W ostatnim dniu podczas spotkania kadry przedstawieni zostali zawodnicy reprezentacji PFKK na Puchar Europy. Wśród nich są również zawodnicy z Torunia: **Sławomir Kłosiński -70kg, Andrzej Poczwardowski i Piotr Binkowski -80kg, Katarzyna Bogdan -65kg oraz Mariusz Rudziński (Bydgoszcz) +80kg.**