



13 Mar 2018 godz. 19:27 napisał BR

Seminarium Kumite Wałcz 2018



W dniach 8-11 marca 2018 r w COS Wałcz odbyło się Seminarium Kumite. Seminarium zorganizowała Polska Federacja Kyokushin Karate. Prowadzonymi szkolenie byli shihan Bogusław Jeremicz 5dan, Artur Wilento 5dan oraz gość specjalny sensei Konrad Kozubowski 3dan mistrz Europy kata i vice mistrz Europy w kumite do 65kg. W seminarium uczestniczyli uczniowie z klubów PFKK oraz shihan Mariusz Godo 5dan i Tomasz Basiak 5dan. Wspólna myślna treningowa spowodowała, że każdy trening uzupełniał się. Od treningu Iken przez kombinacje i taktykę walki do kumite...

Każdy dzień rozpoczynał rozruch na boisku ośrodku przygotowującym olimpijskich w Wałczu. Dwa treningi dziennie, na których instruktorzy pokazywali metody kształtowania techniki i taktykę walki kyokushin karate. Sensei Kozubowski pokazał kilka swoich ulubionych technik, które stosuje w walce i sposób ich doskonalenia. Wszystkie wykonywane były z dużą dynamiką. Shihan Jeremicz skoncentrował się na treningu Iken i przeobrażeniu tych ćwiczeń na technikę karate. Shihan Wilento skupił się na technikach wykonywanych przez zejście z linii ataku. Tradycyjnie w sobotę wieczorem odbył się sparing – tym razem 25 walk. Po zajęciach w ramach relaksu uczestnicy mogli skorzystać z basenu i sauny.

