Dla mieszkańca

Opublikowano: środa, 30, listopad 2022 09:31
Odsłony: 40368

Zuzanna Pacek i Karol Ożóg wywalczyli medale Mistrzostw Polski Juniorów i Młodzieżowców w karate kyokushin. Zawodnicy klubu SKKK Senshi stanęli na podium po udanej rywalizacji mistrzowskiej w kata.

Za nami kolejna impreza mistrzowska organizowana przez Polski Związek Karate. Tym razem zawodnicy z całej Polski rywalizowali w Katowicach o tytuły i medale Mistrzostw Polski Juniorów i Młodzieżowców w karate kyokushin. Zawody odbywały się w miniony weekend w stolicy województwa śląskiego, a areną zmagań karateków była Hala Sportowa SP nr 54 w Katowicach.

W niedzielny poranek do walki o tytuły mistrzowskie przystąpili zawodnicy rywalizujący w kumite oraz kata.

Nasi z medalami

Kibiców starachowickiego karate szczególnie interesował występ dwójki naszych reprezentantów. W Katowicach klub SKKK Senshi reprezentowali: Zuzanna Pacek oraz Karol Ożóg. Dwójka naszych reprezentantów w listopadzie znakomicie radziła sobie podczas Mistrzostw Europy w karate kyokushin. Z Bułgarii podopieczni Sebastiana Kozieła przywieźli medale mistrzowskie. Teraz przyszedł czas na rywalizację krajową i nasi reprezentanci znów nie zawiedli.

Zuzanna Pacek zdobyła złoty medal w kata młodzieżowców. Zawodniczka Senshi okazała się zdecydowanie najlepsza w katowickiej rywalizacji i pewnie sięgnęła po złoty medal. Druga była Sandra Maśnica z Wieliczki, a brązowy medal zapewniła sobie Paulina Tarczyńska z Warszawy.

Sukces odniósł również Karol Ożóg, który kategorii juniorów zajął trzecie miejsce. Nasz zawodnik w Katowicach przegrał jedynie Aleksem Łączakiem oraz Filipem Rutkowskim.

Phoca PDF

Dla mieszkańca

Opublikowano: środa, 30, listopad 2022 09:31
Odsłony: 40368

Co to jest kata?

Esencją karate są kata (formy).

Składają się one z serii skoordynowanych i harmonijnych ruchów, które wykonywane są z zachowaniem ustalonej kolejności i określonego rytmu. Każde kata przedstawia wyimaginowaną walkę z kilkoma przeciwnikami jednocześnie. Defensywne przeznaczenie karate widoczne jest już w samej kolejności ruchów kata, które rozpoczynają się zawsze od pozycji obronnej. Karateka nigdy nie atakuje pierwszy, ani nie wykorzystuje opanowanych technik, stosując przemoc.

Każde kata składa się z serii następujących po sobie ruchów, wykonywanych wzdłuż linii zwanej embusen. Ostatni ruch kata powinien wypaść dokładnie w tym samym punkcie, w którym rozpoczęto ćwiczenie. Oczywiście po bezbłędnym wykonaniu wszystkich technik pozorowanej walki. Pozostawanie w czujnej gotowości (zanshin) jest integralną częścią kata i powinno być równie doskonałe jak zachowanie w ćwiczeniu okreslonej pozycji (kamae).

Gratulacje!

Phoca PDF

Dla mieszkańca

Opublikowano: środa, 30, listopad 2022 09:31
Odsłony: 40368

Phoca PDF