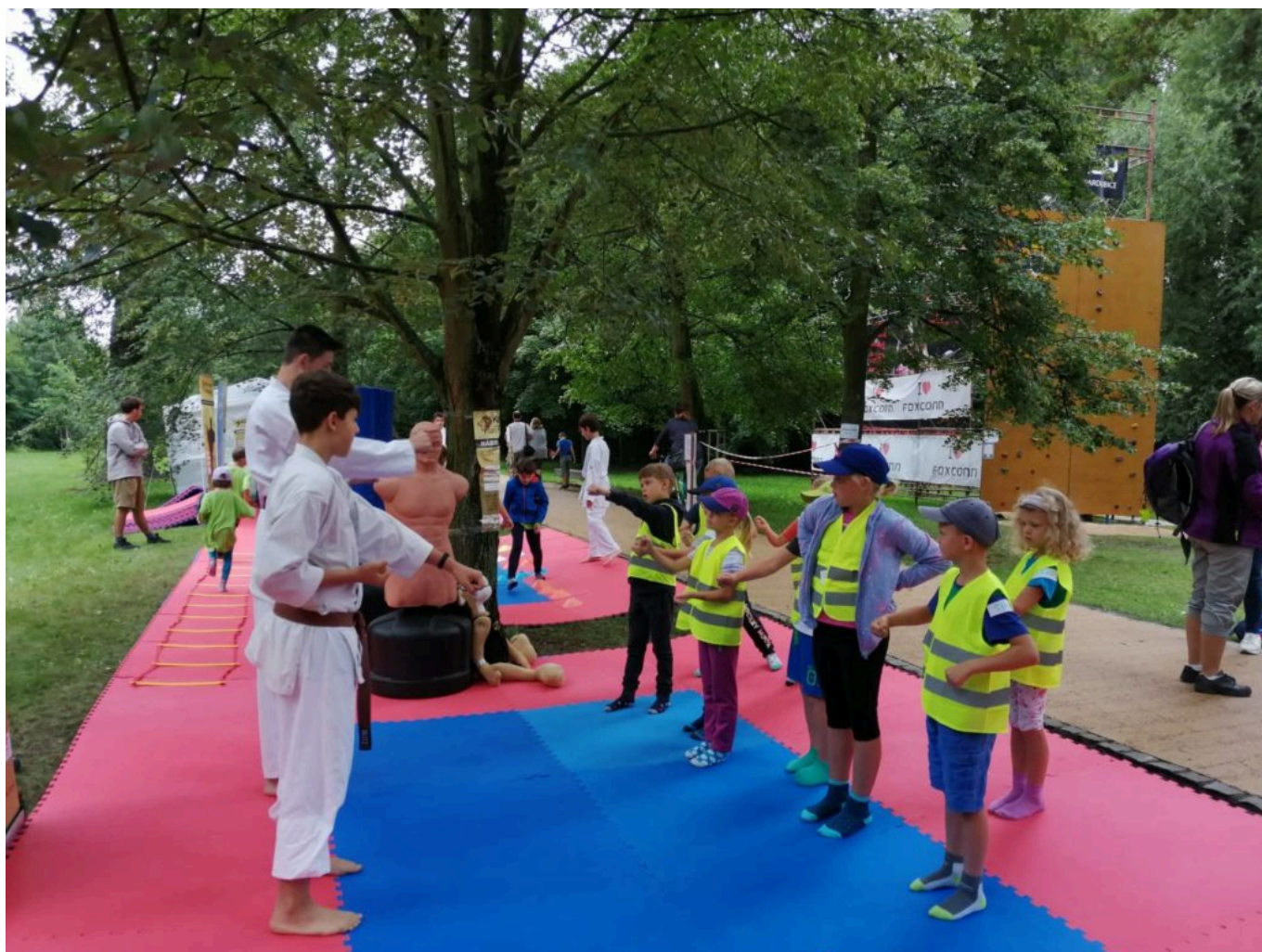




Karate Lions na Sportovním parku 2019

Ve dnech 13. až 18. srpna se náš klub účastnil každoroční akce **Sportovní park** v Pardubicích. Celých **šest dnů** jsme zde měli své stanoviště, kde se návštěvníci naučili **základní úder a kop z karate**. Posléze se přeběhnutím atletického žebříku dostali do druhé sekce zaměřené na **agility**. Nechyběl slalom, skákání snožmo, nestabilní plochy a další. V třetí části našeho stanoviště dostali závodní pásky a chrániče a mohli se **nechat vyfotit**.



Měli jsme také tu čest **obohatit program ve fanzóně našimi vystoupeními**. Ta



byla pokaždé trochu jiná – skládala se ze cvičení technik za pohybu, **kata týmu** (sestava technik cvičená synchronizovaně ve trojici) s následnou **bunkai** (předvední bojové aplikace technik kata), nácviky kombinací pro zápas, ukázkou **podmetů** a také samotné **kumite** (sportovní zápas), který byl jednou zpestřen převedením do formy **kumite týmu** holky vs kluci. Poslední den vedl náš trenér [Ondřej Charvát](#) přednášku s názvem „Růstové nastavení tréninku vs raná specializace“.





Vystoupení sklídila u sledujících **úžas a dobré ohlasy**, z čehož jsme potěšeni.

Návštěvnost byla na našem stanovišti, stejně jako loňský rok, **jedna z nejvyšších**. Náplň stanoviště se mnohým zamlouvala natolik, že nás **navštívili vícekrát**. Velmi si toho vážíme a děkujeme všem za tak velký zájem. Náš dík patří i pořadatelům za pěknou a dobře zorganizovanou akci.

Fotografie z této akce naleznete na [naší facebookové stránce](#).

Chceš se stát členem našeho klubu? [Zarezervuj si své místo v náboru](#).

Na závěr video od Sportovního parku, na němž je zachyceno pár momentů z našeho stanoviště i vystoupení □

<https://www.facebook.com/SportovniParkPardubice/videos/vl.364646851071867/51>



[4889915987380/?type=1](https://www.karate-lions.cz/4889915987380/?type=1)