



Karate Lions na Sportovním parku 2020

Jako každý rok jsme se i letos účastnili letní akce Sportovní park. Tentokrát jsme byli všem návštěvníkům a dětem, hledajícím sport, který by chtěli začít dělat, **k dispozici celých 9 dnů**. Dobrovolníci z našich řad všechny provedli naším stanovištěm. Zde se seznámili s úplnými **základy provedení jednoduchého úderu a kopu** včetně praktického nácviku do boxovacího panáka a lap. Následně byly lehce otestovány jejich motorické schopnosti na **agility dráze s různými úkoly**. V třetí části pak čekal náš maskot Yamato, se kterým se každý nechal vyfotit.



Ačkoliv letos nebyla na vystoupení k dispozici stage, poradili jsme si hned s **dvěma ukázkami karate** i na našem stanovišti. Akce postupně gradovala od **ukázky úderů na místě** přes **2 kata** (sestavy technik) až po **sportovní zápas v plném nasazení a bunkai** (analýza kombinací technik v jedné z kata, cvičená ve dvojici útočník-obránce). Ihned po ukázkách se vždy z davu shromážděného podél našeho stanoviště vynořila spousta dětí se zájmem vyzkoušet si karate na vlastní kůži. Měly dokonce možnost **získat za malou výzvu vstupenky na mistrovství republiky v karate**, které se bude konat 12. a 13. prosince **v Pardubicích**. Mimo stanoviště bylo možné naše dva trenéry Ondru a Milana jednou vidět v přednáškovém stanu, ve kterém i s prezentací vyprávěli o cestě karate od jeho historických kořenů až po olympijský sport.



Poslední den se v parku konal charitativní běh pořádaný společností Foxconn pro těžce nemocnou Štěpánku. I toho se 4 naši borci v kimonech zúčastnili. Jsme rádi za velký zájem a kladné ohlasy. Velké díky patří i pořadatelům parku a také našim dobrovolníkům, bez kterých bychom se neobešli!

Fotografie z celé akce najdete na [naší facebookové stránce](#).

Chceš se stát členem našeho rozrůstajícího se klubu? Tak neváhej a neodkládej rezervaci na „potom“ a [zarezevuj si místo ihned!](#)