



Sparing Camp – Pardubičtí lvi brousili drápy v Českých Budějovicích

[singlepic id=1247 w= h= float=center]

[\(Jan Vobruba, Ondřej Charvát, Lucie Vavrušková, Petr Ducheček\)](#)

O víkendu 4. – 5. 4. 2015 vyrazili pardubičtí lvi „nabrousit“ drápy do Českých Budějovic.

Od soboty od rána zde totiž probíhal tréninkový camp zaměřený na **kata** i na **kumite**. V **kumite** šlo o nabrání zkušeností ze zápasů s „kolegy“ ze závodů. Během jednoho tréninkového dne mohl takto závodník projít i 40 zápasů, což je 10x více než na průměrné soutěži. A to už je pořádný trénink. □

V **kata** šlo o tréninky se zaměřením na čistotu techniky, kde během intervalové zátěže závodníci procvičili běžné „soutěžní“ katy (sestavy technik) a užili si společný trénink.

Lucka se zúčastnila tréninků kata pod vedením reprezentačních trenérů ČR a Honza s Petrem si vybrali část zaměřenou na kumite, nad kterou rovněž dohlíželi trenéři českého reprezentačního týmu.

Děkujeme pořadatelům (Český svaz karate a TJ Karate České Budějovice) za výborně připravenou akci, kde si mohli naši závodníci pořádně zatrénovat s českými a slovenskými kolegy a kamarády ze soutěží.

Prohlédněte si fotky ze Sparing Campu 2015:



[Celá fotogalerie Karate Lions Pardubice](#)