Summer Karate Camp CSKU 2013

Výběr závodníků Karate Lions Pardubice se zúčastnil letního soustředění CSKU (Czech Shotokan Karate Union) Karate Camp pod vedením **českých i mezinárodních instruktorů** (**medailisté z ME a MS** v karate: **Gogita Arkania**, **Henri Vekua**, **olympionik: J. Mužík**, reprezentant ČR v karate: **J. Pilmann**, úspěšný trenér kata: **T. Dvořák**, …) se zaměřením na kata, kumite a fyzickou přípravu.

Tato výborně připravená a zorganizovaná akce proběhla v týdnu od 14.7 do 19.7. v areálu zámku Nečtiny nedaleko Plzně.

Soustředění bylo zařazeno do přípravy závodníků Karate Lions Pardubice na druhou polovinu soutěžní sezóny – především na blížící se ME Shotokan v Turecku a na MČR v karate WKF.

(Všechny fotky z Karate Camp CSKU 2013)

Na programu soustředění byla kromě cvičení a sportovní přípravy celá řada doprovodných aktivit: karneval, Spartan Race („přespolní“ běh s úkoly a překážkami), diskotéka, Zumba, Balance cvičení, hry pro děti a mnoho a mnoho dalších aktivit.

Všichni členové Karate Lions Pardubice, kteří se zúčastnili, si toto soustředění určitě užili a dovezli si domů mnoho nových zkušeností, vědomostí a určitě také spoustu zážitků.

(Trenérský tým na Karate Camp CSKU 2013)