

Trening z mistrzem świata

W dniach 24-26 lutego br. zawodnicy Akademii Sztuk Walki Jonkowo wzięli udział w prestiżowym międzynarodowym obozie szkoleniowym 6th Fighters Camp & 3rd Young Lions Fighters Camp, który odbył się w Naęczowie.

Tym razem w obozie udział wzięło blisko 270 uczestników z 41 klubów w tym przedstawiciele z zagranicy tj. Niemiec, Holandii, Algierii, Białorusi, Ukrainy oraz Japonii. Obóz poprowadzili Shihan Taichiro Sugimura, uczeń Sosai Masutatsu Oyamy, twórcy Kyokushin Karate, oraz Sensei Zenjuro Mori dwukrotny Mistrz Świata w kategorii średniej. W trzydniowym obozie szkoleniowym udział wzięli również reprezentanci Akademii Sztuk Walki Jonkowo w składzie: Jakub Grabkowski, Filip Zakrzewski, Maksymilian Penger, Adam Penger oraz sensei Marek Bębenek.

Seminarium karate poświęcone kumite, a więc pod kątem walki, prowadzone było w trzech grupach: najmłodszy zawodnicy do 13 lat, grupa kadry zawodniczej oraz trenerów i instruktorów. Zajęcia obejmowały wiele aspektów przygotowania do kumite, w tym przygotowanie ogólnospornościowe i specjalistyczne.

Uczestnicy szkolenia mieli okazję trenować pod okiem najlepszych instruktorów z Japonii, którzy przekazali wiele cennych aspektów dotyczących taktyki walki. Było to wspaniałe doświadczenie, dzięki któremu trenujący rozwijają swoje umiejętności. Treningi były bardzo wyczerpujące i wszystkie kończyły się ogromną ilością sparingów, podczas których zawodnicy mogli zweryfikować swoje umiejętności w walce i nabyć nowe doświadczenia. Od piątku do niedzieli odbyło się sześć intensywnych treningów. Z seminarium zawodnicy ASW Jonkowo wrócili w świetnych humorach z dużym doświadczeniem, które powinno zaowocować w zaczynającym się w marcu sezonem turniejowym.

Drukuj