



Aprílovou sobotu 1. dubna 2017 se náš vysokomýtský oddíl školy Moderního sportovního karate (MSK) zúčastnil dětského semináře pro naše nejmladší karatistické naděje a jejich rodiče v Zábřehu na Moravě. Seminář měl příznačný název - **Den bojových her**. Den bojových her pořádá dvakrát ročně Asociace Moderního Sportovního Karate (MSKA) a je zaměřen především na uvedení nových karatistů do školy Moderního sportovního karate. Seminář byl veden tím nepovolanějším, koordinátorem pro Českou republiku, mistrem Miroslavem Zezulkou, VI. Dan. Zdatně mu sekundoval mistr Slávkem Motl, III. Dan a mistr Jan Radil, I. Dan. Ti dokázali namotivovat i rodiče k nemalým výkonům, což je v dnešní době důležité, protože to nejlépe inspiruje děti ke cvičení.

Tohoto speciálního semináře se zúčastnili členové vysokomýtského oddílu MSK, děti z vysokomýtské přípravky bojových sportů a děti z naší minipřípravky ze Džbánova. Na semináři necvičily jen děti, ale spolu s nimi soutěžili i jejich rodiče. Dne bojových her se z našeho oddílu zúčastnilo 20 členů: **Václav Doubravský** – 2. kyu, **Kateřina Kučerová** – 5. kyu s dcerou **Agne**
s a

synem

Bedřichem

,
Barbora Trtíková

– 8. kyu s dcerou

Karlou

a dále

Nikola Poslušná

,
Jan Klusek

,
František Skipala

,
Václav Skipala

,
Tommy Zigo

,
Jan Voleský

a

Marcel Krátký

se svými rodiči.

Většina z nás se vydala na společnou cestu vlakem. Už to byl skvělý zážitek a to nejen pro děti. Pak jsme vyrazili procházkou z vlakového nádraží na druhý konec Zábřehu do tělocvičny. Převlékli jsme se do cvičebního a hned po nástupu jsme se pustili do rozcvičky, kterou jsme se zároveň zahřáli na provozní teplotu. Následovalo rozdělení do družstev a seznamovací hra v týmech na procvičení paměti. Celý den probíhaly bojové hry a soutěže se zaměřením na základy principů pohybů ne jen z karate, ale ze všech bojových sportů. Některé hry byly zaměřeny na rychlost, další na koordinaci a obratnost. Závěrečné skoky přes švédskou bednu už byly třešničkou v náročném, ale velice příjemném dni stráveném s dětmi a jejich rodiči.

Cestou zpět na nádraží v Zábřehu jsme přepadli cukrárnu, kde někteří z rodičů doplnili kofein a naši nejmenší dostali zaslouženou zmrzlinu. Cesta vlakem zpátky domů nám utekla jako voda, kde za zmínku stojí vagon s dětským koutkem, který obsadili naše neúnavné děti.

Už teď se těšíme na další seminář nejen s dětmi.

Všem úspěšným karatistům gratulujeme a přejeme jim další skvělé výsledky.

(text a foto Martin Čipera)

www.mska.cz/vysokemyto

Na společné fotce zleva:

Václav Doubravský, Marcel Krátký s otcem Marcelem st., Jan Voleský s matkou Lindou,

Tommy Zigo s otcem Jaroslavem, František Skipala s matkou Alenou, Václav Skipala s otcem Františkem, Barbora Trtíková s dcerou Karlou a Kateřina Kučerová s dcerou Agnes.



