



Úvodní seminář - červen 2024

O prvním červnovém víkendu, 1. - 2. června 2024, vyrazil oddíl Karate Vysoké Mýto do Zábřehu na Moravě na celorepublikový **Úvodní Seminář** školy Moderního Sportovního Karate (MSK).

Úvodní seminář MSK probíhá dvakrát ročně a je zaměřen především na uvedení nových karatistů do školy Moderního Sportovního Karate. Tohoto speciálního semináře se z vysokomýtského oddílu zúčastnili: **Kateřina Kučerová** – I. Dan, **Barbora Trtíková** – 2. kyu, **Michaela Jílková** – 2. kyu, **Matěj Kotrba** – 7. kyu, **Kateřina Dušková** – 7. kyu, **Lili Mannová** – 7. kyu, **Karla Lásková** – 8. kyu, **Daniel Ryba** – 9. kyu, **Karla Trtíková** – 11. kyu a nováčci a dětská příprava s 12. kyu – **Klára Vomáčková**, **Kryštof Nemčovský**, **Tereza Dvořáková**, **Nela Petříčková** a **Jindřich Trtík**.

Nováčci, bílé a žluté pasy si zopakovaly své základní dovednosti moderního sportovního karate, které se na trénincích učili téměř tři měsíce. Zdokonalovali si své techniky pod vedením koordinátora České republiky, mistra Miroslava Zezulky - VI. Dan a Ladislava Daříčka – 2. kyu.

Oranžové a vyšší pasy si také opakovaly základní techniky, ale již v rychlejším tempu se zapojením plyometrie pod vedením Miloslava Motla - IV. Dan. Pro tuto skupinu byly připraveny také cviky z vyšších Učebních Programů.



Na fotce zleva horní řada: **Barbora Trtíková**, **Lili Mannová**, **Matěj Kotrba**, **Michaela Jílková**, **Daniel Ryba**, **Kateřina Dušková** a **Kateřina Kučerová**.

Dolní řada zleva: **Kryštof Nemčovský**, **Karla Trtíková**, **Klára Vomáčková**, **Tereza Dvořáková**, **Nela Petříčková** a **Jindřich Trtík**.



Na závěr semináře, při udílení vyšších technických stupňů, jsme byli zastoupeni i členy našeho oddílu. Díky pečlivé přípravě z tréninků odpáskovali všichni vysokomýtští nováčci s bílými pásy, kteří do Zábřehu na Moravě přijeli skládat zkoušku na vyšší pás. **Karla Trtíková, Klára Vomáčková a Kryštof Nemčovský** obdrželi první žlutý pás (10. kyu). **Tereza Dvořáková a Nela Petříčková** obdrželi druhý bílý pás (11. kyu) a benjamínek vysokomýtské výpravy **Jindřich Trtík** obdržel druhý modrý proužek Dětské Přípravky (3. stupeň DP).

Všem úspěšným karatistům gratulujeme a přejeme jim další skvělé výsledky.
www.mska.cz/vysokemyto