



Úvodní seminář - červen 2025



Na přelomu května a června, o víkendu 31. května - 1. června 2025, 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: **Michaela Jílková** – 1. kyu, **Matěj Kotrba** – 6. kyu, **Lili Mannová** – 7. kyu, **Antonín Blaha** – 8. kyu, **Kryštof Nemčovský** – 9. kyu, **Tereza Dvořáková** – 9. kyu, **Nela Petříčková** – 9. kyu, a nováček s 12. kyu – **Pavel Medřický**.

Nováčci a bílé pasy si zopakovaly své základní dovednosti moderního sportovního karate, které se na trénincích učili téměř tři měsíce. Zdokonalovali si své techniky pod vedením mistra Pavla Sokola - IV. Dan a Ondry Vachka – 2. kyu. Žluté pasy si osvěžili své základy s Ladislavem Daříčkem – 2. kyu.



Skupinu oranžových pasů vedl mistr Dalibor Oliva – II. Dan. Zelené a vyšší pasy si také opakovaly základní techniky, ale již v rychlejším tempu se zapojením plyometrie pod vedením Miloslava Motla - V. Dan a kandidátů Michaeli Jílkové a Martina Kohuta - 1. kyu. Pro tuto skupinu byly připraveny také cviky z vyšších Učebních Programů.



Na fotce zleva horní řada: **Matěj Kotrba, Lili Mannová, Pavel Medřický, Antonín Blaha a Michaela Jílková.**
Dolní řada zleva: **Tereza Dvořáková, Kryštof Nemčovský a Nela Petříčková.**

Na závěr semináře, při udílení vyšších technických stupňů, jsme byli zastoupeni i členem našeho oddílu. Díky pečlivé přípravě z tréninků odpáskoval vysokomýtský nováček hned o dva technické stupně – **Pavel Medřický** obdržel první žlutý pás (10. kyu).

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