

Cēsīs aizvadītas augsta līmeņa karatē meistara
treniņu nodarbības



Piektdien, 20.novembrī, Rīgā un sestdien, 21.novembrī, Cēsīs norisinājās Starptautiskās tradicionālā karatē klubu alianses (ITKCA – International Traditional Karate Club Alliance), apvienības „Lielbritānijas Šotokans” un karatē kluba „Saksona” vadītāja 7.dana karatē meistara Leigh Smith vadītas treniņu nodarbības. Piektdien, 20.novembrī, Rīgā un sestdien, 21.novembrī, Cēsīs norisinājās Starptautiskās tradicionālā karatē klubu alianses (ITKCA – International Traditional Karate Club Alliance), apvienības „Lielbritānijas Šotokans” un karatē kluba „Saksona” vadītāja 7.dana karatē meistara Leigh Smith vadītas treniņu nodarbības.

Šis treniņu nodarbību seminārs ir iekļauts arī ITKCA pasākumu plānā. Cēsīs šo sporta pasākumu ar Cēsu novada pašvaldības atbalstu organizēja Cēsu karatē klubs. Jau vairākus gadus pasākuma galvenā daļa norisinās Cēsīs, pulcējot desmitiem dalībnieku no Latvijas tradicionālā karatē klubiem. Šajā reizē nodarbībās piedalījās aptuveni 80 karatisti no Ādažiem, Balviem, Cēsīm, Inčukalna, Liepājas, Līgatnes, Trikātas un Rīgas. Pasākuma sākuma daļa bija veltīta pamata karatē tehnikas apguvei, kā arī tās praktiskajai pielietošanai dažādās situācijās. Nodarbību vidus daļā karatisti pilnveidoja pamata formālos vingrinājumus (kata). Noslēdzošajā nodarbībā pieredzējušie dalībnieki apguva 2 meistarū līmeņa kata, kā arī pilnveidoja zināšanas starptautiskajos kata sacensību noteikumos. Aizraujošs mirklis bija nodarbības noslēgumā pielietotā sacensību metode jaunapgūto kata pārbaudei. Tas pieredzējušajiem dalībni-

ekiem sniedza iespēju novērtēt savu uzmanības pakāpi un spēju īsā laikā apgūt jaunus tehnikas elementus.

Pasākuma noslēgums bija īpaši patīkams, jo 15 LTKF karatisti, kas iepriekšējā reizē bija veiksmīgi nokārtojuši pārbaudījumus dažādu melno jostu jeb dan kvalifikācijas pakāpju iegūšanai, saņēma Japānā reģistrētus sertifikātus.

Attēlā: Karatē meistars Leigh Smith (no kreisās) karatē tehnikas praktiskās pielietošanas demonstrēšanas brīdī.