

Obóz Letni Kyokushin Kenbukai - Tuchola 2021

2021-08-19 09:35

W Tucholi w dniach 31 lipca-1 sierpnia 2021 roku odbył się XIX Obóz Letni PFKK.

Kaizen to ciągłe doskonalenie i ulepszanie.

Obóz był dla nas kolejnym krokiem w celu ulepszania naszego karate, nie tylko aspekcie fizycznym, ale i duchowym. Shihan Bogusław Jeremicz poprzez różnego rodzaju ćwiczenia *Iken* zwracał naszą uwagę na

wewnętrzną moc, która wspiera fizyczne ciało. *Gokui* to sekret sztuk walki, który każdy rozumie indywidualnie.

Właściwe oddychanie, kontrola środka ciężkości, relaks w celu użycia eksplozywnej siły, były tematem przewodnim obozu.

Ćwiczyliśmy kata, w tym oddechowe sanchin i tensho oraz bo-kata.

Zajęcia prowadzili również shihan Artur Wilento oraz sensei Tadeusz Koziarz, Michał Okoński (bo-kata), Sławomir Kłosiński,

Janusz Drywa (combat) oraz Marcin Jeremicz (bo-neri).

Tradycyjnie odbył się egzamin na stopnie kyu i dan. Na stopnie dan zdały następujące osoby:

Adam Witkowski 3 dan - Toruń

Adrian Moczulak 3 dan - Toruń

Paweł Radwański 2 dan - Legionowo

Paweł Lubieński 2 dan - Toruń

Dariusz Żydziać 2 dan - Golub Dobrzyń

Zuzanna Chalecka 1 dan - Toruń

Dariusz Gotlib 1 dan - Legionowo

Krzysztof Lewandowski 1 dan - Golub Dobrzyń

Gratulujemy !!! Osu

Zapraszamy na XX Obóz Letni PFKK w 2022 roku.





