Dla przedsiębiorcy

Published: Tuesday, 16 November 2021 08:49
Hits: 62428

Julia Seweryn zdobyła złoty medal Mistrzostw Europy w karate kyokushin. W rumuńskiej Oradei juniorka Starachowickiego Klubu Karate Kyokushin Senshi wywalczyła tytuł Mistrzyni Europy w konkurencji kata.

Starachowiczanka podczas europejskiego czempionatu rywalizowała w dwóch konkurencjach mistrzowskich kata oraz kumite. Julia Seweryn udział w mistrzostwach rozpoczęła od znakomitego występu w kata.

Droga do złota

W rywalizacji juniorek do walki o medale Mistrzostw Europy przystąpiło 12 zawodniczek. W tym gronie znalazły się reprezentantki siedmiu krajów. Nie zabrakło zawodniczek z Polski. W stawce najlepszych juniorek znalazły się dwie biało-czerwone. Co ciekawe obie to zawodniczki Starachowickiego Klubu Karate Kyokushin Senshi: Julia Seweryn oraz Zuzanna Pacek. Podopieczne Sebastiana Kozieła w Rumunii typowane były w gronie faworytek do medali mistrzowskich.

W pierwszej rundzie nasze zawodniczki trafiły na rywalki z Niemiec oraz Węgier. Starachowiczanki z tymi „przeszkodami” poradziły sobie doskonale. Julia Seweryn okazała się lepsza od Anny Solyom z Węgier, a Zuzanna Pacek wygrała z Anastasią Ernst (Niemcy). Obie Polki awansowały do ćwierćfinału.

W walce o awans do strefy medalowej Pacek przegrała Victorią Yatsiv z Ukrainy i pożegnała się z turniejem mistrzowskim. Seweryn również rywalizowała z reprezentantką Ukrainy – Marianą Chaban. Ten pojedynek zakończył się zwycięstwem naszej zawodniczki. Julia Seweryn zapewniła sobie w ten sposób medal Mistrzostw Europy. To nie był jednak koniec planów naszej reprezentantki.

W półfinale Julia pokonała bowiem Litwinkę Gretę Intaite i w pięknym stylu awansowała do pojedynku o tytuł mistrzowski. Tam czekała już na nią Ukrainka Yatsiv. W meczu finałowym Julia Seweryn mogła więc zrewanżować się za porażkę swojej klubowej koleżanki Zuzanny Pacek, która to uległa Ukraince w ćwierćfinale turnieju.

Rewanż udał się w pełni. Julia Seweryn pokonała Yatsiv i sięgnęła po złoty medal w tej konkurencji. Starachowiczanka wywalczyła tytuł Mistrzyni Europy Juniorek i od zawodów w Rumunii może szczycić się tytułem najlepszej na Starym Kontynencie. Gratulujemy !

Phoca PDF

Dla przedsiębiorcy

Published: Tuesday, 16 November 2021 08:49
Hits: 62428

Trójka naszych w Rumunii

W rumuńskiej Oradei o medale Mistrzostw Europy rywalizowała trójka naszych reprezentantów. Biało-czerwone barwy reprezentowali Julia Seweryn, Zuzanna Pacek oraz Karol Ożóg. Z grona karateków Senshi medal – i to z najcenniejszego kruszcu – wywalczyła Julia Seweryn.

Mistrzyni Europy w kata w Rumunii rywalizowała jeszcze w konkurencji kumite. Tu jednak nie udało jej się przebrnąć przez ćwierćfinał. Seweryn uległa reprezentantce gospodarzy Denisie Dolha po walce, która zdaniem obserwatorów mogłaby mieć zupełnie inny wynik.

Z kolei Karol Ożóg w turnieju kata w dwóch pierwszych rundach okazał się lepszy od swoich rywali. Najpierw pokonał Niemca Kiliana Merkela, a następnie reprezentata Ukrainy Obertasa. W ćwierćfinale Ożóg przegrał z Węgrem Solteszem i nie udało mu się awansować do strefy medalowej.

Phoca PDF

Dla przedsiębiorcy

Published: Tuesday, 16 November 2021 08:49
Hits: 62428

Czym jest kata?

Konkurencja w której Julia Seweryn zdobyła złoty medal Mistrzostw Europy należy do podstawowych konkurencji karate. Konkurencja ta nie polega jednak na walce z przeciwnikiem. Na czym polega kata – wyjaśnia nam portal karate.pl.

Phoca PDF

Published: Tuesday, 16 November 2021 08:49
Hits: 62428

- Esencją karate są kata (formy). Składają się one z serii skoordynowanych i harmonijnych ruchów, które wykonywane są z zachowaniem ustalonej kolejności i określonego rytmu. Każde kata przedstawia wyimaginowaną walkę z kilkoma przeciwnikami jednocześnie. Defensywne przeznaczenie karate widoczne jest już w samej kolejności ruchów kata, które rozpoczynają się zawsze od pozycji obronnej. Karateka nigdy nie atakuje pierwszy, ani nie wykorzystuje opanowanych technik, stosując przemoc. Każde kata składa się z serii następujących po sobie ruchów, wykonywanych wzdłuż linii zwanej embusen. Ostatni ruch kata powinien wypaść dokładnie w tym samym punkcie, w którym rozpoczęto ćwiczenie. Oczywiście po bezbłędnym wykonaniu wszystkich technik pozorowanej walki. Pozostawanie w czujnej gotowości (zanshin) jest integralną częścią kata i powinno być równie doskonałe jak zachowanie w ćwiczeniu okreslonej pozycji (kamae).

Każde kata ma własne cechy charakterystyczne, które ćwiczący powinien wydobyć na jaw, odciskając indywidualne piętno na wykonywanych technikach ręcznych i nożnych i nie zapominając nigdy o wyimaginowanym przeciwniku. Podczas wykonywania kata należy zwrócić uwagę na naprzemienne napinanie i rozluźnianie mięśni, regularny oddech i zachowanie czujności (nie może to jednak prowadzić do usztywniania się). Przede wszystkim trzeba jednak osiągnąć niezbędny stopień koncentracji wewnętrznej (duchowej) – czytamy na portalu karate.pl.

fot. FB Senshi, FB ProKyokushin-Kyokushin News

Phoca PDF