

Семинар по каратэ-до прошел в одной из школ Некрасовки

18.04.2018



Субботний день спортсмены клуба каратэ-до «Сильные духом» из школы № 2089 района Некрасовка провели с огромной пользой для себя, расширяя свой кругозор в технических аспектах каратэ и получив практический опыт применения изученного материала.

«Это стало возможно благодаря приезду шеф-инструктора, мастера карате 4 дан JKA, Сергея Жукова. Под его руководством спортсмены изучили базовую технику, технику ката различного уровня с подробным разбором бункай. Ребятам наглядно продемонстрировали фундаментальные принципы технической подготовки, показали полезные упражнения для их быстрого освоения. Были изучены основные аспекты тренировки и соревновательной деятельности в кумитэ», — говорится на сайте учреждения.

Помимо этого, были даны рекомендации по принципам освоения техники, рассказаны интересные факты о стране — родоначальнике карате Шотокан, менталитете жителей, традициях, принципах будо и многое другое. (вт)

Адрес страницы: <http://nekrasovka.mos.ru/presscenter/news/detail/7274004.html>

[Управа района Некрасовка города Москвы](#)