Rozpoczęcie nowego roku szkoleniowego w klubie Ashihara Karate i Ju Jitsu w Darłowie

written by Archiwum Urzędu Miejskiego w Darłowie | 25 września 2020

Na początku września br. w Centrum Sportowym Herkules rozpoczął się nowy rok szkoleniowy Klubu Ashihara Karate i Ju Jitsu w Darłowie. Zajęcia w klubie nieprzerwanie od 33 lat prowadzi doświadczony instruktor sportu Karate i Ju Jitsu – shihan Dariusz Winiarski (6 dan Karate i Ju Jitsu, 5 dan Kick-Boxing, 3 dan Kobudo). Jak co roku klub prowadzi dwa razy w tygodniu zajęcia dla dzieci w wieku 4-8 lat poprawiające koordynację ruchową i ogólną sprawność fizyczną połączone z zabawami oraz treningiem Ashihara Karate i Grappling (rodzaj zapasów).

Zajęcia dla starszych dzieci, młodzieży i dorosłych odbywają się trzy razy w tygodniu i obejmują trening takich sztuk walki jak: Ashihara Karate, Ju Jitsu, Kick-Boxing, Grappling i Kobudo (nunchaku, tonfa, kij-bo i kalaki).

Klub prowadzi także specjalne treningi na macie w formule Ashihara-Boxing & Kick-Boxing – MMA.

Wszystkie zajęcia klubu odbywają się na bezpiecznych zasadach, zgodnych z wytycznymi Ministerstwa Sportu dotyczących prowadzenia zajęć sportowych i sztuk walki podczas epidemii COVID-19. W roku szkoleniowym 2020/2021 klub planuje organizację wielu szkoleń i zawodów w Darłowie przy współpracy Polską Organizacją Ashihara Karate, Polską Federacją Sztuk Walki i Sportów Obronnych, Polskim Związkiem Ju Jitsu, Urzędem Miasta i

Gminy Darłowo oraz Centrum Sportowym Herkules. Już w połowie października planowane jest pierwsze małe szkolenie oraz XI Pomorski Turniej dla dzieci, młodzieży i dorosłych pod hasłem ,,Ashihara Karate – przeciw uzależnieniom i patologiom społecznym,,. W listopadzie planowany jest egzaminy na stopnie szkoleniowe, a w grudniu IX Mikołajkowy Turniej. W okresie ferii zimowych klub planuje zorganizować kolejny kurs samoobrony

dla mieszkańców Darłowa oraz mały obóz zimowy. Planowane są także liczne wyjazdy instruktora i zawodników na szkolenia i zawody w kraju.

Więcej informacji o Klubie Ashihara Karate i Ju Jitsu w Darłowie – centralnym klubie Polskiej Organizacji Ashihara Karate można znaleźć na stronie internetowej: www.ashihara-karate.afr.pl/darlowo_klub.htm