



**2. – 6. července 2016 Kadaň,  
ČESKÁ REPUBLIKA**

## Report

Drazí přátelé z celého světa,

jedenácté Gasshuku, které se letos poprvé konalo v malebném královském městě Kadaň proběhlo od 2. - 6- července 2016. Organizátorem byl spolek Gasshuku Czech Republic, z.s. ve spolupráci s Českým svazem karate JKA a organizačním partnerem, kterým byl Karate klub Kadaň a Klášterec nad Ohří, vedený Josefem Patíkem.

Letošního ročníku se zúčastnilo celkem 321 karatistů ze 14 zemí. Z celkového počtu bylo 173 českých cvičenců a 148 účastníků z evropských zemí (Německo, Rusko, Polsko, Maďarsko, Švýcarsko, Slovinsko, Francie, Itálie, Ukrajina, Bulharsko, Rumunsko, Švédsko a Gruzie) a samozřejmě pozvaní instruktoři z Japonska.



Akce měla oficiální podporu JKA World Federation, Českého svazu karate JKA, záštitu starosty města Kadaň pana Jiřího Kulhánka a starosty města Klášterce nad Ohří, pana Štefana Drozda. Morální záštita byla akci udělena také od japonského velvyslance v České republice pana Tetsuo Yamakawa, a od ředitelky Japonského informačního a kulturního centra v České republice, paní Mayumi Mashimo.

Děkujeme všem za podporu akce.

## Instruktoři



**Naka Tatsuya, 7<sup>th</sup> Dan JKA**

**Okuma Koichiro, 6<sup>th</sup> Dan JKA**

**Ogane Yutarō, 3<sup>rd</sup> Dan JKA**

Kata tréninky:

Růžička Richard, 5<sup>th</sup> Dan JKA

Buzková Eva, 5<sup>th</sup> Dan JKA

Havlík David, 4<sup>th</sup> Dan JKA

Konečná Jana, 4<sup>th</sup> Dan JKA

## Tréninky

Od 7 hodin ráno začínaly tréninky kata pro začátečníky (9. - 4. kyu), kdy vždy dva čeští instruktoři vedli trénink a pomáhali cvičencům ve zlepšení jejich kata. Od 8 hodin začínaly tréninky kata pro hnědé a černé pásy (3. kyu - Dan), které byly převážně vedeny japonskými instruktory. Tyto tréninky byly zaměřeny na výuku "tokui" kata, na vysvětlování správného provádění technik a pochopení jejich významu. Instruktoři také vysvětlovali rozdíl mezi sportovním pojetím a mezi "budo" karate.

Od 9 hodin následovalo dalších 6 tréninků, které byly rozděleny dle technické úrovně. Cvičební skupiny byly celkem 3 a jejich rozdělení bylo na 9.-6. kyu, 5.-1. kyu a skupinu Dan. Cvičenci se mohli zúčastnit libovolného počtu tréninků. Hlavním zaměřením letošního Gasshuku byl rozvoj základních principů a správných pohybů ve všech technikách karate, včetně toho, že kata a kumite jsou propojeny, protože kata rozvíjí kumite a naopak.



Instruktoři přistupovali ke každé skupině individuálně a zdůrazňovali důležitost principů technik karate, jako je správný způsob používání boků, konekce se zemí, kontrakce a expanze těla, a také užití mentální koncentrace a bojového ducha v zápase. Dalším bodem byla výuka využití stability a nestability pro rozvoj rychlosti bez zbytečných pohybů navíc. To vše napomáhá k porozumění jak tělo pracuje při maximální rychlosti a jak najít přirozenou cestu při provádění technik karate.

Naka Tatsuya



Okuma Koichiro



Ogane Yutaro



Každý si z tréninků něco odnesl. Tréninky byly zaměřeny na všechny části stylu karate JKA, kterými jsou kihon, kata a kumite. Trénovaly se různé kombinace technik, se zaměřením na stanovené cíle. Mistři své umění předváděli na nejvyšší možné úrovni a motivovali tak všechny k hledání správně cesty "budo" karate. Za jejich přístup jim velmi děkujeme.

## Fotogalerie



## Fotogalerie



## II. část

## Volný čas

Po tréninkách následoval doprovodný program. Účastníci Gasshuku mohli využít saunu či bazén v blízkosti sportovní haly, jako formu regenerace. Zároveň byla připravena grilovací párty a bowling párty, kam mohli všichni účastníci zavítat a setkat se tak se starými přáteli, či navázat přátelství nová.

Celá akce byla jako každý rok zakončena Sayonara párty, kde byl připraven zajímavý program zahrnující vystoupení taneční skupiny z Chomutova, ukázkou tameshigiri v podání Jakuba Zemana a bohatý raut. V závěru večera proběhla tombola, ve které byly vylosovány slevy na Gasshuku 2017 ve výši 50 a 100%. Poslední den bylo na programu focení a podepisování budopasů, po kterém se uskutečnil společný trénink pro všechny skupiny.



Gasshuku bylo úspěšné a rádi bychom poděkovali sensei Naka, sensei Okuma and sensei Ogane za perfektní tréninky. Dále bychom rádi poděkovali všem lidem, kteří pomohli akci připravit, především panu Josefu Patíkovi a členům Karate klubu Kadaň a Klášterec nad Ohří. Příští ročník Gasshuku bude opět v Prachaticích a organizátoři se na Vás těší. Kompletní informace o letošním a dalším ročníku najdete na webu: [www.gasshuku.cz](http://www.gasshuku.cz)

OSS!

## Světová záštita a partneři

Světová záštita:



Partneři:



[www.gasshuku.cz](http://www.gasshuku.cz)