

Rozpoczęcie nowego roku szkoleniowego 2024/2025 w Klubie Ashihara Karate i Ju Jitsu w Darłowie

written by Alicja Nowak | 5 września 2024



W dniu 4 września br. w sali Centrum Sportowego Herkules rozpoczął się nowy rok szkoleniowy Klubu Ashihara Karate i Ju Jitsu w Darłowie - centralnego klubu Polskiej Organizacji Ashihara Karate.

Zajęcia w klubie nieprzerwanie od ponad 37 lat prowadzi doświadczony instruktor sportu Karate i Ju Jitsu - shihan Dariusz Winiarski 6 dan Karate i Ju Jitsu, 5 dan Kick-Boxing i Kobudo.

Jak co roku klub prowadzi dwa razy w tygodniu zajęcia dla dzieci w wieku 4-10 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, Boks, Kick-Boxing i Kobudo (nunchaku, tonfa, kij-bo i kalaki). Klub prowadzi także specjalne treningi i szkolenia na macie - Ju Jitsu, Grappling i MMA.

W roku szkoleniowym 2024/2025 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 XV Pomorski Turniej dla dzieci, młodzieży i dorosłych pod hasłem „Ashihara Karate – przeciw uzależnieniom i patologiom społecznym,..”. W listopadzie planowany jest egzamin na stopnie szkoleniowe, a w grudniu XIII 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 klubu i zawodników na szkolenia i zawody w kraju.

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

info. KAKiJJ – Darłowo

Na zdjęciach:

1. Trening Ashihara Karate dzieci
2. Trening grupy Boxing & Kick-Boxing
3. Trening Ashihara Karate i Ju Jitsu dorosłych



