

КК"Ваздухопловац"
Штросмајерова 3
11070 Земун
тел. 142-370, 137-852
064/130-19-71

БИЛТЕН ЗА 2003/2004.ГОДИНУ

САДРЖАЈ:

1. Лична карта КК" Ваздухопловац"
2. Извештај о успеху наших такмичара у такмичарској сезони 2003/2004. год
3. Календар преосталих такмичења за 2004. годину
4. Напомене
5. Одговори на најчешћа питања родитеља
6. План рада за наредни период

1. ЛИЧНА КАРТА КК "ВАЗДУХОПЛОВАЦ"

КК"Ваздухопловац"

- Основан 13.2.1979.год. и ове године слави 25 година свог постојања.
- На званичним Првенствима Београда, Србије и Југославије чланови клуба су освојили око 210 златних, 180 сребрних и 170 бронзаних медаља.
- На турнирима у земљи и иностранству освојено је преко 600 медаља.
- Клуб је изнедрио много репрезентативаца у катама и борбама, који су касније постали тренери и судије.
- У клубу је тренутно 35 чланова од којих 22 такмичара (63% од свих чланова клуба) редовно освајају медаље на свим такмичењима. У клубу су тренутно и 3 првака државе (Делибашић Катарина, Мирић Николија и Аџић Драган) и актуелни првак Европског Купа (Делибашић Катарина)
- О здрављу чланова Клуба брине др Ивана Родић, студент генерације, носилац црног појаса 1. дан.

УПРАВА КК"ВАЗДУХОПЛОВАЦ":

- мр Светозар Родић-Председник КК "Ваздухопловац"
- Председник Такмичарске комисије Свестилског Карате савеза Београда
- Председник Такмичарске комисије Свестилског Карате савеза Србије
- Председник Такмичарске комисије Свестилског Карате савеза Србије и Црне Горе
- Марјан Зихерл - Потпредседник Клуба
- проф. Иван Родић
- Марина Киш
- др Ивана Родић

Иван Родић - 1. тренер КК "Ваздухопловац"

- Први у Југославији добио црни појас са 11 година, сада је носилац црног појаса 5.-ти дан који је освојио у Америци код професора Мијазакија 1995.године
- Првак Југославије 26 пута у катама и борбама
- Освојио 42 шампионска пехара и 128 медаља, од тога 91 златну
- Првак Америке 3 пута
- Првак Холандије
- Првак Балкана
- Првак Европског Купа
- Трећи у Европи и 4 пута четврти
- По завршетку такмичарске каријере на Лонг Ајленд Универзитету у Њујорку стекао звање инструктора каратеа, а затим и титулу међународног предавача за обуку карате тренера
- Био је професор на 5 интернационалних карате семинара
- Коаутор 6 књига о каратеу издатих у Америци, преведених код нас
- Био је тренер женске репрезентације у катама
- Тренер Марине Киш, актуелног носиоца медаље са Сениорског Првенства Европе, најбољег резултата наших каташа након 20 година

Марина Киш - 2. тренер КК" Ваздухопловац"

- Носилац црног појаса 1. дан
- Актуелни првак СЦГ у катама, првак Југославије 12 пута
- Актуелни првак Балкана, првак Балкана укупно 10 пута
- Актуелни првак на Европском универзитетском првенству у екипној, а друга у појединачној конкуренцији
- На Првенствима Европе 2. појединачно у катама у јуниорској и сениорској конкуренцији, 3. у екипној конкуренцији
- 4. на Светском првенству за кадете и јуниоре
- 2. на Регионалном Првенству Европе
- Карате школу прошла у КК"Ваздухопловац" и још увек тренира под супервизијом Ивана Родића

2. ПРЕГЛЕД РЕЗУЛТАТА ТАКМИЧАРА КАРАТЕ КЛУБА " ВАЗДУХОПЛОВАЦ" ЗА 2003/2004.ГОД.

НАЈУСПЕШНИЈИ ТАКМИЧАРИ КК "ВАЗДУХОПЛОВАЦ" ЗА 2003/2004. ГОДИНУ

	ИМЕ И ПРЕЗИМЕ	ЗЛАТНЕ	СРЕБРНЕ	БРОНЗАНЕ	БРОЈ БОДОВА
1.	ДЕЛИБАШИЋ КАТАРИНА	10	6	2	2.752,5
2.	МИРИЋ НИКОЛИЈА	8	2	4	1.072,5
3.	АЦИЋ ДРАГАН	6	2	11	1.415
4.	МИЛОВИЋ НИКОЛА	4	1	5	502,5
5.	НИКИЋЕВИЋ ДУШАН	2	2	2	397,5
6.	РАНКОВИЋ ЈОВАН	2	1	4	417,5
7.	ШАБАНОВИЋ ЈАСМИНА	1	3	2	475
8.	СУБОТА ЛАЗАР	1	3	1	257,5
9.	ШАБАНОВИЋ АЛЕН	1	1	5	262,5
10.	МИРИЋ СТЕФАН	1	1	3	337,5
11.	ОСТОЈИЋ ДУШАН	1	1	3	705
12.	ХОЉЕВИЋ САЊА	1		3	280
13.	МАРКОВИЋ НЕМАЊА		3	4	305
14.	МИЉАНОВИЋ СТАНИСЛАВ		1	4	295
15.	БЕЛОЈЕВИЋ ВУКАН		1	1	82,5
16.	БОЉАНОВИЋ ЈОВАНА		1		107,5
17.	МАЊИЋ СТЕФАН		1		95
18.	ДАШИЋ ВЕЉКО		1		50
19.	МАРКОВ ЂОРЂЕ			1	55
20.	БИКОВСКИ ЛЕНА			1	47,5
21.	АРСИЋ БОЈАН			1	40
22.	МИЉКОВИЋ СТРАХИЊА			1	32,5
23.	ПЕЈОВИЋ МИЛОШ				22,5
23.	БЕЛОЈЕВИЋ ДАМЈАН				22,5
23.	МИЛАНОВИЋ БРАНИСЛАВ				22,5
26.	ПАВИЋЕВИЋ ЈЕЛЕНА				7,5
26.	ТОДОРОВИЋ МИЛАН				7,5
26.	ПЕТРОВИЋ ЛУКА				7,5
26.	ТОМИЋ ПРЕДРАГ				7,5
26.	МИТРОВИЋ МИЛОШ				7,5
26.	ПАВИЋЕВИЋ ЈОВАН				7,5
	КК ВАЗДУХОПЛОВАЦ	38	31	58	

БОДОВАЊЕ ЈЕ ИЗВРШЕНО ПРЕМА КРИТЕРИЈУМИМА КАРАТЕ САВЕЗА СЦГ

	НАСТУП	1.М. ПОЈЕД.	2.М. ПОЈЕД.	3.М. ПОЈЕД.	1.М. БОРБЕ	2.М. БОРБЕ	3.М. БОРБЕ	1.М. ЕКИП.	2.М. ЕКИП.	3.М. ЕКИП.
ПРВ. СЦГ	30	300	200	100	450	300	150	150	100	50
КУП СЦГ	15	150	100	50	225	150	75	75	50	25
ЕВРОПСКИ КУП	90	900	600	300	1350	900	450	450	300	150
ПРВ. СРБИЈЕ	15	150	100	50	225	150	75	75	50	25
КУП СРБИЈЕ	7,5	75	50	25	112,5	75	37,5	37,5	25	12,5
БГД	7,5	75	50	25	112,5	75	37,5	37,5	25	12,5
ТУРНИРИ	7,5	75	50	25	112,5	75	37,5	37,5	25	12,5

ЕВРОПСКИ КУП

- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 3. место (борбе)

ШКОЛСКО ПРВЕНСТВО СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ

- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Аџић Драган 2. место (борбе)
- Аџић Драган 3. место (кате)
- Остојић Душан 3. место (кате)

ПРВЕНСТВО СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ

- Мирић Николија 1. место (кате)
- Мирић Николија 2. место (кате екипно)
- Делибашић Катарина 2. место (кате екипно)
- Бољановић Јована 2. место (кате екипно)
- Делибашић Катарина 3. место (кате)
- Миљановић Станислав 3. место (кате)
- Аџић Драган 3. место (кате екипно)
- Миловић Никола 3. место (кате екипно)
- Шабановић Ален 3. место (кате екипно)

КУП СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ

- Аџић Драган 1. место (борбе)
- Шабановић Јасмина 2. место (кате)
- Аџић Драган 3. место (кате екипно)

- Марковић Немања 3. место (кате)
- Миловић Никола 3. место (кате екипно)
- Шабановић Ален 3. место (кате екипно)

ПРВЕНСТВО СРБИЈЕ:

- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Шабановић Јасмина 1. место (кате)
- Мирић Николија 2. место (кате)
- Остојић Душан 2. место (кате)
- Ранковић Јован 3. место (кате)
- Хољевић Сања 3. место (кате)

КУП СРБИЈЕ

- Ацић Драган 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 2. место (кате)
- Ацић Драган 3. место (борбе)
- Марковић Немања 3. место (кате)
- Мирић Стефан 3. место (кате)
- Шабановић Јасмина 3. место (кате)

ШКОЛСКО ПРВЕНСТВО БЕОГРАДА

- Ацић Драган 1. место (борбе)
- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Марковић Немања 2. место (кате)
- Никићевић Душан 2. место (кате)
- Ацић Драган 3. место (кате)
- Остојић Душан 3. место (кате)
- Субота Лазар 3. место (кате)
- Шабановић Јасмина 3. место (кате)

ПРВЕНСТВО БЕОГРАДА

- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 1. место (кате екипно)
- Мирић Николија 1. место (кате екипно)
- Мирић Николија 3. место (кате)
- Субота Лазар 2. место (кате)
- Белојевић Вукан 2. место (кате)
- Ацић Драган 3. место (кате)
- Ацић Драган 3. место (кате екипно)
- Ацић Драган 3. место (борбе)
- Миловић Никола 3. место (кате)
- Миловић Никола 3. место (кате екипно)

- Ранковић Јован 3. место (кате)
- Мирић Стефан 3. место (кате)
- Шабановић Ален 3. место (кате екипно)
- Хољевић Сања 3. место (кате)

BGD OPEN

- Делибашић Катарина 1. место (кате)
- Остојић Душан 1. место (кате)
- Никићевић Душан 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 2. место (кате)
- Шабановић Јасмина 2. место (кате)
- Миљановић Станислав 3. место (кате)
- Никићевић Душан 3. место (кате)
- Мирић Николија 3. место (кате)
- Мирић Николија 3. место (кате)
- Хољевић Сања 3. место (кате)
- Хољевић Сања 3. место (кате)
- Аџић Драган 3. место (кате)
- Марковић Немања 3. место (кате)

ТРОФЕЈ БЕОГРАДА

- Миловић Никола 1. место (кате)
- Мирић Николија 1. место (кате)
- Ранковић Јован 1. место (кате)
- Хољевић Сања 1. место (кате)
- Никићевић Душан 3. место (кате)

МЕМОРИЈАЛНИ ТУРНИР "НЕНАД БАТОЧАНИН"

- Делибашић Катарина 1. место (борбе)
- Миловић Никола 1. место (кате)
- Мирић Николија 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 2. место (кате)
- Аџић Драган 2. место (кате екипно)
- Марковић Немања 2. место (кате)
- Миловић Никола 2. место (кате екипно)
- Миљановић Станислав 2. место (кате)
- Никићевић Душан 2. место (кате)
- Ранковић Јован 2. место (кате)
- Субота Лазар 2. место (кате)
- Шабановић Ален 2. место (кате екипно)
- Шабановић Јасмина 2. место (кате)
- Аџић Драган 3. место (кате)
- Аџић Драган 3. место (борбе)

- Биковски Лена 3. место (кате)
- Шабановић Ален 3. место (кате)

СРЕТЕЊЕ

- Аџић Драган 1. место (кате)
- Мирић Николија 1. место (кате)

ПРВЕНСТВО ЗВЕЗДАРЕ

- Никићевић Душан 1. место (кате)
- Мирић Николија 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 1. место (кате екипно)
- Мирић Николија 1. место (кате екипно)
- Аџић Драган 1. место (кате екипно)
- Миловић Никола 1. место (кате екипно)
- Шабановић Ален 1. место (кате екипно)
- Делибашић Катарина 2. место (кате)
- Мањић Стефан 2. место (кате)
- Марковић Немања 2. место (кате)

ВИДОВДАНСКИ КАРАТЕ ТУРНИР

- Миловић Никола 1. место (кате)
- Мирић Стефан 1. место (кате)
- Ранковић Јован 1. место (кате)
- Делибашић Катарина 1. место (кате екипно)
- Мирић Николија 1. место (кате екипно)
- Субота Лазар 1. место (кате екипно)
- Делибашић Катарина 2. место (кате)
- Субота Лазар 2. место (кате)
- Мирић Николија 3. место (кате)
- Миљановић Станислав 3. место (кате)
- Ранковић Јован 3. место (кате екипно)
- Миљановић Станислав 3. место (кате екипно)
- Мирић Стефан 3. место (кате екипно)

3. ПРЕДЛОГ КАЛЕНДАРА ПРЕОСТАЛИХ ТАКМИЧЕЊА КАРАТЕ САВЕЗА СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ ЗА 2004. ГОДИНУ

- 9-14. јул СВЕТСКИ УНИВЕРЗИТЕТСКИ ШАМПИОНАТ
- 18-19. септембар КУП ТАКМИЧАРСКИХ ЦЕЛИНА ЗА ПИОНИРЕ, ПОЛЕТАРЦЕ И НАДЕ
- 9-10. октобар КУП ЗАЈЕДНИЦЕ СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ ЗА ПИОНИРЕ
- 16-17. октобар КУП ЗАЈЕДНИЦЕ СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ ЗА ПОЛЕТАРЦЕ И НАДЕ
- 23-24. октобар ШКОЛСКО ПРВЕНСТВО ТАКМИЧАРСКИХ ЦЕЛИНА
- 30. октобар 1 ТУРНИР ЛИГА
- 6-7. новембар 11 ТУРНИР ЛИГА
- 13-14. новембар ПРВЕНСТВО ТАКМИЧАРСКИХ ЦЕЛИНА ЗА КАДЕТЕ, ЈУНИОРЕ
- 18-21. новембар СВЕТСКИ ШАМПИОНАТ
- 27-28. новембар ШКОЛСКО ПРВЕНСТВО ЗАЈЕДНИЦЕ СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ
- 4-5. децембар ПРВЕНСТВО ЗАЈЕДНИЦЕ СРБИЈЕ И ЦРНЕ ГОРЕ ЗА КАДЕТЕ И ЈУНИОРЕ

4. НАПОМЕНЕ

- Тренинзи се обављају под лекарским надзором др Иване Родић, носиоца црног појаса 1. дан. Бесплатни систематски прегледи наших чланова се обављају тромесечно, а такође бесплатне консултације о стању здравља свих чланова клуба могу се добити у току целе године код др Иване Родић. Ове године је организовано и испитивање рада срца чланова клуба под оптерећењем у Дечјој болници у Тиршовој. Ово испитивање је резултат праћења светских тенденција у дечјој спортској медицини и императив је за безбедно тренирање. С поносом можемо истаћи да смо први карате клуб код нас који је ово неопходно испитивање урадио и тиме показао да се систематично и свеобухватно бави децом спортистима на светском нивоу. Један од резултата овог испитивања је и објективан доказ о одличној утренираности свих испитиваних (који се огледао у изванредно брзом опоравку срца после излагања супрамаксималном напору) што је комплимент за тренерски рад у клубу.
- Родитељи и чланови породица наших чланова могу да се учлане у Клуб и да у време одржавања наших тренинга користе могућност вежбања на справама у теретани, као и играња стоног тениса у просторијама физкултурне сале. Заинтересовани родитељи могу и да на почетку и крају тренинга вежбају са нама вежбе загревања, кондиције и истезања. У досадашњем раду Клуба било је и неколико десетина родитеља који су заједно са својом децом почели и са тренирањем каратеа и доспевали и до црног појаса, јер је карате један од ретких спортова који се може тренирати, без обзира на физичке предиспозиције, чак и у старости (велики учитељи каратеа су активно тренирали и у 80-тим годинама свог живота).
- И ове године КК "Ваздухопловац" организује летњи семинар за чланове клуба, њихове родитеље и пријатеље на Тари, у Хотелу "Бели Бор" од 7.-14. августа. Смештај је у двокреветним и трокреветним собама, на бази 7 пуних пансиона, са превозом, семинарском и боравишном таксом. Тренинзи ће се одржавати 3 пута дневно, по групама. Јутарњи тренинзи ће се одржавати у природи, преподневни на терену хотела, а вечерњи у сали хотела. Мишљења смо да је јако корисно присуствовање оваквом типу семинара због тога што се у кратком временском периоду знатно подиже ниво утренираности деце, могуће је веће индивидуализирање приступа детету при увежбавању техника, негује се и продубљује колективни дух, тренира у природи на вишој надморској висини што утиче на побољшање крвне слике и успешности тренирања. Тако велики број тренинга у кратком временском периоду омогућава примену разноврсних метода тренирања и коришћења реквизита при увежбавању.

5. ОДГОВОРИ НА НАЈЧЕШЋА ПИТАЊА РОДИТЕЉА

● ЗАШТО МОЈЕ ДЕТЕ ЈОШ НЕ УЧИ МАЈСТОРСКЕ КАТЕ?

За учење мајсторских ката је неопходна психичка, емоционална и физичка зрелост за чије је достизање потребно време. Учити их пре времена је медвеђа услуга вашем детету јер оно неће моћи да је изведе и схвати на правиан начин. Великим бројем понављања његово тело ће научити погрешно, што ће касније бити јако тешко исправити, а на такмићењу ће судије препознати незрелост у извођењу и санкционисати то одузимањем поена. На такмичењу савршено изведена ученичка ката увек побеђује несавршено изведену мајсторску. Једини начин да ваше дете дође до савршеног извођења мајсторске кате је да прво савршено увежба ученичке. И у школи ваше дете иде разред по разред и учи оно што одговара његовом узрасту. Управо на том градиву талентована и вредна деца ће бити најбоља, а ако их пребаците четири разреда унапред биће, без обзира на квалитет, само осредњи у тој старијој групи. Дакле, свака пречица у каретеу је ћорсокак.

● ЗАШТО НЕКА ДЕЦА СТАГНИРАЈУ, А НЕКА НАПРЕДУЈУ?

За напредовање је неопходно да буду испуњена два услова:

1. квалитетан тренер који ће децу научити правилном извођењу техника и ката и
2. труд самог детета на тренинзима.

Први услов је у овом клубу испуњен на најбољи могући начин за шта имамо и објективне доказе: такмичарску и тренерску биографију Ивана Родића из које посебно издвајамо чињеницу да једини у земљи има тренерску лиценцу из Лонг Ајланд Универзитета из САД од стране којих се редовно позива да на међународним семинарима за тренере држи предавања другим тренерима, као и да је на семинарима у нашој земљи само у протеклој години, на позив Карате Савеза, више пута тренерима из других клубова уз видео презентацију држао предавања о правилном извођењу ката. Конкретан пример његовог правилног вођења такмичара је Марина Киш која је под његовим тренерским вођством само ове године освојила 1. место на Балканском првенству у катама појединачно и екипно, 1. место на Првенству државе појединачно, 2. место на Регионалном Европском првенству екипно и 3. место на Европском првенству у катама појединачно, што је успех који ниједан други такмичар у земљи није остварио у последњих 20 година.

Остаје дакле други услов. Просто, деца која се труде на тренинзима -напредују, а она која сваки тренутак када тренер окрене леђа искористе за забушавање, леже на старим ловорикама мислећи да је само присуство довољно - стагнирају, јер нико не може уместо њих да вежба. Дакле тренер је исти, различита су деца.

- **ЗАШТО СЕ ПОЛАЖЕ 3 ПУТА ЗА ПЛАВИ И 3 ПУТА ЗА БРАОН ПОЈАС?**

У каратеу се нивои ученичких знања рангирају од 10 куи до 1 куи, који одговарају разредима у школи и иза којих следи црни појас. Они и постоје да би се полагали један по један и свуда у свету се тако ради. Као што у школи ваше дете иде разред по разред и не прескаче по три одједном, тако и за појасеве то не треба да се ради. Истина је да се у неким клубовима одједном полаже по 3 куи-а, што има за резултат да дете брже дође до одређене боје појаса који ће носити око струка, али истовремено је ниво његовог реалног знања много нижи, па и дете и родитељ стичу погрешну слику о нивоу знања које дете има. Сем спољњег сјаја, такав пут му ништа не доноси, а много одузима - пропушта да научи оно што ће на следећим нивоима да се подразумева да зна и на шта се више не враћа, па тако оставља рупе у знању које ће једног дана довести да се сруши попут куле од карата све што је до сада научио. Истовремено, на такмичењима се бори против зрелијих такмичара који имају тај исти појас правилно зарађен, што неминовно значи и лош пласман за нестрпљиве. У овом клубу циљ није форма, него садржај.

- **ШТА ТО ЗНАЧИ УСЛОВНО ПОЛОЖЕН ПОЈАС?**

Условно положен појас значи да је дете половично задовољило захтевима за тај појас, тј. недовољно је савладана или техника или ката. Он добија право да носи тај појас, али да би полагао за следећи појас, претходно треба да полагањем оног дела који није био задовољавајући "скине услов". Последњих година смо за такву децу после извесног времена организовали полагање за недостајући део у оквиру тренинга, али се показало да на следећем полагању добар део те деце поново условно положе за појас. Зато смо одлучили да од следећег полагања "скидање услова" буде бесплатно на следећем редовном полагању да бисмо омогућили детету да дужим вежбањем прекине зачарани круг.

- **ЗАШТО МОЈЕ ДЕТЕ НЕ ТРЕНИРА ВИШЕ БОРБЕ?**

Узраст наших чланова и наше виђење правилне карате школе диктирају прво правилно усвајање карате техника, затим правилно разумевање свих делова кате као борбе са замишљеним противником, а не само извођења неког бесмисленог низа покрета, затим договорени спаринг као увод у борбу и тек кад се све то савлада, долази слободна борба која се тада са лакоћом савлада. Свако убрзавање и прескакање у овом редоследу доводи до повреда (себе и противника) и лоших резултата на такмичењима. За све делове карате спорта, па и овај, нема брзих решења, потребна је само истрајност, упорност и стрпљење и резултат ће неминовно доћи.

- **ПОСТОЈЕ КЛУБОВИ СА НИЖОМ ЧЛАНАРИНОМ ОД ВАШЕ. ЗАШТО И ВАША НИЈЕ НАЈНИЖА?**

Наше чланарине су у окриру просечних чланарина, дакле ни најниже, ни највише. Као што знате, ми смо клуб који се искључиво финансира од чланарине и све обавезе плаћања сале и тренера, као и финансијске обавезе према Карате Савезу СЦГ, Свестилском Карате Савезу Србије и Свестилском Карате Савезу Београда (годишња регистрација клуба, тренера, вођа екипа, лекара, такмичара и сваког члана клуба понаособ) се обезбеђују одатле. Постоје клубови са нижом чланарином, али и тренерима без тренерских референци какве имају наши тренери, са свлачионицама и салом испод хигијенских стандарда, па чак и Секција по школама нерегистрованих у Карате Савезу, чији појасеви према томе и нису признати у Савезу. У поређењу са озбиљним клубовима, наша чланарина је иста или нижа.

- **ЗАШТО ПЛАЋАМО РАЗЛИЧИТЕ ЦЕНЕ ЗА КОТИЗАЦИЈУ?**

Висину котизације за учешће такмичара на такмичењима прописује за сваку годину Карате Савез за званична такмичења, а организатор турнира за турнире и она се плаћа организатору такмичења. Котизација је различита за учешће у катама појединачно, катама екипно и борбама и сабира се ако дете учествује у више дисциплина. На ту прописану цену се додаје по 100 динара по детету без обзира на број дисциплина у којима учествује, што се исплаћује тренерима који прате децу на такмичењу и држе деци такмичарске тренинге који се не наплаћују додатно. Дакле, такмичари за исту висину чланарине добијају дупло већи број тренинга.

- **ДА ЛИ МОРАМ ДА ПРИЈАВИМ СВОЈЕ ДЕТЕ ЗА ТЕСТ ОПТЕРЕЋЕЊА?**

Не. То испитивање је добровољно и резултат је праћења препорука Светске здравствене организације које се поштују у целом свету. Код нас је у припреми закон којим ће то постати обавезно за све спортисте, а до тада се оставља знању клубских доктора да то родитељима препоруче и родитељима да одлуче. Ми смо први карате клуб који је то урадио, јер не желимо да чекамо да се донесе закон да бисмо урадили оно што цели свет ради да би заштитио своју децу. Овим тестом се дете у контролисаним болничким условима излаже максималном оптерећењу који је индивидуалано за свако дете и при томе прати како то подноси његово срце, која је брзина опоравка и колико је оптерећење које то дете може да поднесе. То нам говори нешто што се не може ни на један други начин знати (ни слушањем стетоскопом, ни обичним ЕКГ-ом): да ће на тренингу срце без проблема издржати напор којим се излаже или је дете под ризиком па му се индивидуално прописује даљи третман. Тренери при томе добијају и податак који ниво напора могу да захтевају за свако дете посебно.

6. ПЛАН РАДА ЗА НАРЕДНИ ПЕРИОД

Генерални план рада у клубу је да деца константно напредују. То значи да не направе краткотрајни бљесак у каријери после кога престају да тренирају, што се дешава када се деца изложе превеликом притиску од стране тренера и родитеља који деца не могу да издрже. Напредовање сваког нашег детета треба да буде постепено, али константно.

Кроз однос према тренингу наша деца се уче основним људским вредностима: упорности, стрпљењу, истрајности, улагању труда да би се постигао жељени циљ, као и животно важној лекцији како да после пораза што пре устану и наставе да се још јаче боре како би достигли свој циљ, а не да поклекну на првој препреци.

Овакав начин рада је довео до тога да више од половине наше деце осваја медаље на такмичењима свих нивоа, чиме може да се похвали јакко мали број клубова.

До сада су деца на задовољавајући начин увежбали ученичке кате тако да је план рада за наредни период да увежбавају мајсторске кате, за које су такмичари сада спремни.

Да би се мајсторске кате, које су на програму за тај узраст, разумеле и увежбале на прави начин, намеравамо да као припрему уведемо и договорени спаринг (бункаи) за сваку мајсторску кату.

За све остале наше чланове који немају афинитет према такмичењу програм рада подразумева достизање знања предвиђен за следећи KYU.

Са жељом да нам следећа такмичарска година буде успешна бар као ова, свим члановима клуба и њиховим породицама честитамо на освојеним медаљама и положеним појасевима.

ВАШ КК "ВАЗДУХОПЛОВАЦ"