



Wspinali się by w przyszłości sięgać szczytów



Bez wątpienia co niemiara odbiorców pamięta film „Wejście smoka”. Przed laty przemknął on



jak halny przez kina, rozbudzając trend na sztuki walki. W ślad za, poczęły też powstawać szkoły sportów i sztuk walki. Pojawiły się też nowe konkurencje (style) sztuk walki. Polscy adepci sportów walki okupowali i okupują miejsca medalowe w światowej czołówce – pozostaje wspomnieć o zawodniczkach z naszej gminy obecnie mgr Monice Wojtas z Brzuśnika, która w karate zdobyła brązowy medal Mistrzostw Europy. W sali gimnastycznej na zakończenie sezonu szkoleniowego, karatecy z „ARAWASHI”, uczestniczyli w warsztatach sportowych z elementami sztuk walki i samoobrony, które poprowadził mgr Ryszard Iwanek który jest instruktorem wspinaczki i na co dzień pracuje w jednej z szkół. Senpai Iwanek w szkoleniu przybliżył elementy wspinaczki, jako racjonalne wydatkowanie energii ciała przy stosowaniu techniki w sytuacji stresu i zmęczenia, tak innowacyjne metody szkolenia oprócz sportu, zapalają w młodym klubowym narybku chęć do nauki, gdyż przykłady wspinania się (energia kinetyczna, dynamika itp.) poparte empirią pracy własnego ciała na wysokości sprawia, że postrzeganie nauki sportu w sytuacji zagrożenia ma zupełnie inny odbiór – kontynuuje Hutman-Wilczek. Niekiedy opowiada o niezwykłym wpływie pouczającym jakiejś dyscypliny sportu, bo na ogół, nawet w przypadku karate, można podać równą ilość egzemplifikacji negatywnych, co pozytywnych. Zapewne wszelka aktywność sportowca, w którą wtyka co niemiara nakładu i serca, aby pokonać napotkane trudności będzie życiowo hartowała. Może to być także sport, który nie potrzebuje kontaktu z rywalem. Ale nie tylko wyniki są inspiracją trenowania sportów walki, dla niektórych to życiowa pasja. Życie toczące się w klubie i to co dzieje się po treningach, służy wspomaganie lepszego rozwoju każdego ćwiczącego – podkreśla szkoleniowiec z „Arawashi” Bogdan Hutman-Wilczek. Uczestnicy ci oprócz codziennych powinności, w chwilach wolnych, ochoczo krzewią idę sportów i sztuk walki, a trener dostarcza co rusz to nowych wyzwań. Jakżeby inaczej z takimi szkoleniowcami organizuje się w klubie „Arawashi”, w którym trenuje młodzież, cykl treningów metodą warsztatową, która najlepiej przyczynia się cyklicznie w procesie szkoleniowym. Sportowe nowinki, solowe podejścia, uzupełnione elementami profesjonalnej wiedzy, często czerpanymi z fachowych doświadczeń zapraszanych gości klubu – to dodatkowa korzyść dla ćwiczącej młodzieży – podkreśla sekretarz klubu Ryszard Stoecker. Oprócz szkolenia, mającego na celu zadzierzgnięcie nowinek wspinaczki, spotkanie z Ryśkiem Iwankiem niesie za sobą przejaw wychowawczy: uczenia się poprzez działanie, czyli wszystkimi zmysłami, uczy sondowania, krytycznego myślenia i samodzielnego działania. Na koniec warsztatów Hutman - Wilczek przypomniał uczestnikom zajęć, o obowiązujących zasadach bezpieczeństwa i zakazie stosowania nabytych umiejętności sportów i sztuk walki poza salami treningowym, zawodami lub sytuacjami, gdzie osoba podejmuje się obrony koniecznej, broniąc siebie lub inne osoby. Niecodzienne szkolenie karateków „Arawashi” na ścianie wspinaczkowej, było ważnym elementem kształtowania odwagi naszych zawodników – dodaje sekretarz „Arawashi” Ryszard Stoecker. Miało także walor wychowawczy, o którym nie zapominamy przy tego typu okazjach: przybliżyło adeptom szkolącym się w sportach i



sztukach walki zasady stosowania prawa w życiu codziennym. Miło nam zakomunikować, że nasza klubowiczka Kamila Wawrzyczek, która trenowała w Wieprzu ukończyła szkołę oficerską we Wrocławiu i uzyskała pierwszy stopień oficerski podporucznika, z Kolei Klub Arawashi wygrał konkurs w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Śląskiego.

Obrazy

