



Raport de eveniment

Stagiul de pregătire a lotului național pentru EKC27

– nr. 1 / 2015-2016 –

Data evenimentului: 29-30 august, 2015
Locul evenimentului: Strada Lunii, nr. 6, Brașov (în incinta Universității George Barițiu)
Tipul evenimentului: stagiul de pregătire
Organizator: FRK (o.î.c.d.î.)
Organizator local: Kendo Club Sankon
Conducător stagiul: Crăciunel Ioan (6 dan), Luca Mihai (4 dan)

Program:

Sâmbătă: 11.00-13.00 keiko 1
16.00-18.00 keiko 2
Duminică: 10.00-13.00 keiko 3

Participanți: din 9 cluburi total 29 kendoka

Nr.	Clubul	Numele	Prenumele	Gradul	Categoria
1	ICH	Crăciunel	Ioan	6 dan	Oficial
2	IKA	Luca	Mihai	4 dan	Oficial
3	KAS	Józsa	Levente	5 dan	Masculin
4	SAN	Vrânceanu	Radu	3 dan	Masculin
5	ICH	Hentea	Adrian	3 dan	Masculin
6	CRK	Chirea	Alin	3 dan	Masculin
7	TAI	Mocian	Adrian	3 dan	Masculin
8	IKA	Korenschi	Eduard	2 dan	Masculin
9	CRK	Chirea	Valentin	2 dan	Masculin
10	SAN	Drăgan	Dragoș	2 dan	Masculin
11	TAI	Alexa	Aliodor	2 dan	Masculin
12	TAI	Prodaniuc	Florin	1 dan	Masculin
13	KYO	Grapă	Daniela	3 dan	Feminin
14	SAN	Creangă	Alice	2 dan	Feminin
15	KYO	Burinaru	Alexandra	1 dan	Feminin
16	KYO	Burinaru	Andreea	1 dan	Feminin
17	TAI	Caliniuc	Ionela	1 dan	Feminin
18	KNS	Ghineț	Cristina	1 kyu	Feminin
19	SAN	Gușu	Rebeca	1 kyu	Feminin
20	IKA	Muntean	Alina	1 kyu	Feminin
21	BSD	Recheșan	Codruța	—	Feminin
22	KAS	Tomuț	Alex	1 dan	Juniori
23	KNS	Cristache	Andrei Ciprian	1 dan	Juniori
24	KNS	Iliescu	Silviu Alexandru	1 dan	Juniori
25	SAN	Opria	Ionuț	1 kyu	Juniori
26	SAN	Gabor	Bogdan	1 kyu	Juniori
27	TAI	Cristea	Andrei	1 kyu	Juniori
28	BSD	Jakab	Anikó	—	Juniori



29	KYO	Stoleru	Alex	—	Juniori
----	-----	---------	------	---	---------

Tematica:

Senior masculin – condus de către Crăciunel Ioan:

- keiko 1: încălzire, suburi, kihon waza la liberă alegere, uchikomi geiko, mawari geiko
- keiko 2: încălzire, suburi, tehnici pentru shiai, uchikomi/mawarigeiko
- keiko 3: încălzire, suburi, kihon waza, jigeiko/liber, sandan geiko

Senior feminin și juniori – condus de către Luca Mihai:

- keiko 1:
 - suburi – corectat kamae, mai ales picioarele și insistat pe mișcarea corpului
 - kirikaeshi – făcut mare rar și cât mai energetic
 - oikomi geiko – pentru creșterea deprinderii de a urmări și ataca adversarul
 - kihon waza – pentru mărirea capacității de a ataca de la distanță
 - uchikomi geiko – pentru creșterea abilității de a se pregăti cât mai repede pentru un nou atac
- keiko 2:
 - suburi
 - kirikaeshi
 - oikomi geiko
 - kihon waza
 - uchikomi cu motodachi (Józsa L., Vrânceanu R., Drăgan D.)
 - kirikaeshi

* Valabil și pentru keiko 2 mențiunile de la keiko 1.
- keiko 3:
 - suburi – cu 250 de haya suburi
 - exerciții pentru întărirea mobilității și forței articulațiilor pumnilor
 - kihon waza (men, kote, kote-men)
 - uchikomi men, kote-men
 - kirikaeshi (x50).

* Valabil și pentru keiko 3 mențiunile de la keiko 1.

Bilanț financiar:

Intrări: 760 lei
leșiri: 350 lei – plătit pentru sală
Excedentul se va folosi la cheltuielile lotului în viitor.

Alte detalii:

Următorul stagiu se va ține conform programului stabilit la Brașov în perioada 26-27 septembrie 2015.

Târgu Mureș,
31 august, 2015

Józsa Levente