



Pro nácvik sebeobranu se v Mirovicích rozhodlo třicet žáků – 29. 1. 2014

V říjnu loňského roku začal na základní škole v Mirovicích pracovat nový kroužek ve stylu sebeobranu Taekwon-do ITF, který je vhodný pro žáky od 1. do 9. ročníku.

Vedoucím a zároveň kvalifikovaným trenérem je Stanislav Hlinka, který studoval Fakultu tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze se zaměřením na úpolové sporty. Získal 15 zlatých, 8 stříbrných a 9 bronzových medailí a nespočet diplomů. Byl vybrán do širšího výběru reprezentace České republiky, získal 3. místo v celkovém pořadí seniorů Ligy České Národní unie, byl vicemistr v Martial arts (mezinárodním závodě všech bojových sportů), byl členem exhibičního týmu Taekwon-do (přerážel tašky, chodil po skle a přerážel desky ve výskoku). Účastnil se také mnoha mezinárodních turnajů. V současnosti vede pondělní tréninky v Mirovicích a čtvrteční tréninky v Příbrami v oddíle EU ATK.

V Mirovicích se pro nácvik pravidel sebeobranu pod odborným hodinovým vedením pana Hlinky rozhodlo třicet žáků všech věkových kategorií. Cílem cvičení je všestranný pohybový rozvoj s důrazem na sebeobranu a sebevědomí.

„Taekwon-do je nejen cvičení, soutěžení a sebeobrana, ale i cesta životem, která je naplněna radostí, kde se uplatňují zásady zdvořilosti, čestnosti, vytrvalosti, sebeovládání a nezdolného ducha s cílem dosáhnout vysokou mravní i tělesnou kulturu,“ upřesňuje Stanislav Hlinka.

Samotné Taekwon-do je korejské umění sebeobranu zaměřené na techniku nohou a rukou s velkou možností sportovního využití v místních, regionálních, republikových, evropských i světových soutěžích.

Marie Hrdinová



