

Втори годишен изпит по ТАЕКУОНДО WTF за майсторски степени

На 15.12.2013г. се проведе вторият годишен изпит по Таекуондо за майсторски степени стил WTF. В комфортната тренировъчна зала Овергаз Арена Младост 1, пред изпитната комисия в състав: Славчо Рачев 4 дан и Христо Върбанов 4 Дан, се изправиха 11 претенденти, представители от клубовете Спарта, Тангра, Ахил, Мишън, Таекуондо Фитнес и Форс 1992.

Като представител на клуба, участващ с най – много претенденти, в изпитната комисия бе поканен Старши треньорът на клуб Мишън. Поради неподходящото си облекло за изпитващ се наложи Атанас Петров да отклони поканата и да наблюдава изпита от страни.

Комисията остана в първоначалния си състав и започна с разделяне на кандидатите на 2 групи по шест човека.

Бъдещите майстори стартираха с физически тест: скок дъга, клекове, лицеви опори други упражнения. След физическата подготовка продължиха с базова техника и Пумсе. Кандидатите трябваше да изиграят всички пумсета от Те Гук Ил Джа до Те Гук Пал джа. Също така бяха изпитани и на основни ритници в таекуондо,



бой със сянка или спаринг с въображаем противник, включващ комбинации от удари с ръце - крошета, прави удари с ръце и ъперкът .

Следващата точка от изпитната програма беше Техника за самоотбрана. Всички трябваше да демонстрират по 4 техники, като изпълнението на техниките трябваше да включва композиции за противодействие при атака с оръжие и освобождаване и обезвреждане на противника чрез заключваща техника. Изпитната програма продължи с дисциплината "спаринг". Там участниците в изпита трябваше да изпълнят тактическо указание на изпитващите. Единият трябваше да атакува за 1 минута противника си с цел да отбележи точка по правилото за

Златна точка.

Изпитът завърши с чупене на дъски, част от дисциплината Кьопка. Всички явили се за майсторска степен трябваше да счупят атрактивно 4 дъски - две с ръце и две с крака. Също така трябваше да счупят наведнъж 3 дъски по 1 см като част от теста за сила. Практически с това изпита приключи. Остана да изчакаме оповестяването на резултатите.

Г-н Славчо Рачев каза по няколко думи на явилите се за майсторска степен. Той изтъкна нуждата от повече отговорност и старание и обърна внимание на това, че те вече са пример за по-младите.

Г-н Христо Върбанов ясно изрази недоволството си от представената игра в дисциплината пумсе. Той подробно обясни защо е важна тази дисциплина и практично посъветва младите майстори да заучават имената на техниките докато се учат да ги изпълняват.

След това комисията даде думата на г-н Атанас Петров. Старши инструкторът на клуб Мишън поздрави претендентите за майсторска степен. От своя страна отбеляза доброто представяне на явяващите се за втори и трети дан, но не спести критиката си към явяващите се от клуб Мишън. В крайна сметка той насърчи всички да положат усилия в посока лична мотивация и отбеляза също, че без самоосъвършенстване няма развитие.

Да честитим новите степени на всички черни колани.

Успех и напред!

