

Turniej o puchar Rady Dzielnicy III

Nowy rok szkolny przywitaliśmy turniejem piłkarskim dla uczniów klas IV-VI rozgrywanym o Puchar Rady Dzielnicy III Prądnik Czerwony. Organizatorem zawodów była Szkoła Podstawowa nr 64. Rywalizowali ze sobą reprezentanci czterech Szkół Podstawowych nr 2, 64, 95 i 114. Reprezentację każdej szkoły tworzyła drużyna złożona z dziewcząt i chłopców.



Uczestnicy turnieju. Fot. SP 64

Zawody jak zawsze stały na wysokim poziomie i rozgrywane były w przyjacielskiej atmosferze według reguł fair play. Miłej ceremonii dekoracji zwycięzców dokonały: Joanna Pierzchała-Cempura, Przewodnicząca Komisji Sportu w Radzie Dzielnicy III Prądnik Czerwony i trenerka drużyny SP nr 2 oraz Barbara Pogoda, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 64.

Karatecy w Tatrach

Grupa członków Klubu Mistrzostwa Karate Kyokushinkai wzięła udział w Jesiennym Seminarium KMKK, które odbyło się 24-27 października 2019 r. w Murzasichlu.

W seminarium dla dorosłych karateków wzięło udział 15 osób, którzy trenowali pod okiem instruktorów KMKK: sensei Grzegorza Bruckiego, senpai Jakuba Grzymka i senpai Krzysztofa Starzyka.

Wymagające rozruchy poranne, niezliczone ćwiczenia siłowe, wytrzymałościowe i szybkościowe, drobiazgowo treningi techniczne, trening nocny, a także kumite (jap. walka) bez ograniczeń – uczestnicy seminarium musieli wykazać się wytrwałością i determinacją, aby podołać wyzwaniom narzuconym przez kadrę obozu.

– Uczestnicy obozu mieli okazję poczuć, czym faktycznie jest Kyokushin: ciągłym przesuwaniem granic swoich możliwości i nieustannym dążeniem do doskonałości – mówi senpai Jakub Grzymek. – Grupa była doskonale zdyscyplinowana, mogliśmy narzucić naprawdę wysokie tempo. Było wycieńczająco, ale też udało nam się przekazać sporo wiedzy – pod-

Puchar Rady Dzielnicy III Prądnik Czerwony zdobyła Szkoła Podstawowa nr 64, drugie miejsce zajęła Szkoła Podstawowa nr 2, trzecie - Szkoła Podstawowa nr 95, a czwarte - Szkoła Podstawowa nr 114. Najlepszymi zawodnikami turnieju zostali reprezentanci Szkoły Podsta-



Uroczystość wręczania nagród i dyplomów. Fot. SP 64

wowej nr 64 - Katarzyna Radwańska i Yurii Kryvokhyzha. Szkoły otrzymały nagrody w postaci sprzętu sportowego ufundowane przez Radę Dzielnicy III Prądnik Czerwony. Obsługę techniczną zawodów bardzo dobrze prowadziły uczennice klasy 8c. Wszystkim serdecznie gratulujemy i zapraszamy na kolejny turniej w czerwcu.

Bogusław Wawro
Szkoła Podstawowa nr 64



Karatecy na tle Tatr. Fot. KMKK

kreśla sensei Grzegorz Brucki i dodaje, że obozowicze już zapowiedzieli chęć udziału w 4th KMKK Camp, którego termin poznamy już niebawem.

KMKK prowadzi treningi w Krakowie (w Zespole Szkół Nr 1 przy ul. Ułanów 3), Włosani i w Węgrzicach. Szczegóły dostępne są pod adresem KMKK.PL.

senpai Jakub Grzymek
Klub Mistrzostwa Karate Kyokushinkai