

SEKCJA AIKIDO

przy Zespole Szkół Omega w Katowicach

Działa od 2002 roku, w ramach Katowickiego Klubu Aikido Nishio zrzeszonego w Silesian Aikikai Association.

Celem treningów jest nauka podstawowych technik aikido oraz uniwersalnych technik obronnych, nabycie umiejętności prawidłowych reakcji na atak, poprawę koordynacji ruchowej i koncentracji, nabycie umiejętności poruszania - bezpiecznego padania oraz wykonywania przewrotów, poprawę ogólnej sprawności fizycznej.

Treningi prowadzone są w grupach rówieśniczych, najczęściej w ramach swojej klasy z uwzględnieniem indywidualnych predyspozycji psycho-ruchowych. Młodsze dzieci uczą się poprzez zabawę, starsze dzieci i młodzież podnoszą swoje kwalifikacje poprzez poznawanie kolejnych technik walki wręcz (także z użyciem broni treningowej) oraz poznają ich zastosowanie w samoobronie.

Poszczególne etapy nauki, kończą się egzaminem na stopnie kyu, potwierdzone wydaniem certyfikatu aikido.

Dla uczestników zajęć organizowane są coroczne obozy szkoleniowo-rekreacyjne letnie lub zimowe, pod patronatem Szkoły Omega.

Treningi prowadzi: Kazimierz Pilch - instruktor aikido, samoobrony, rekreacji ruchowej, posiadacz stopnia mistrzowskiego aikido (2dan). Zajęcia aikido dla dzieci i młodzieży prowadzi od 1996r.