

Секция восточных единоборств.

Каратэ - японское боевое искусство, система защиты и нападения. В отличие от других единоборств Японии, (джиу-джитсу, дзюдо), которые предполагают борьбу, проведение разного рода бросков, удерживающих захватов и удушающих приёмов, в карате степень непосредственного контакта между участниками схватки минимальна, а для сокрушения противника используются точно нацеленные мощные удары руками и ногами. Данный вид единоборств является одним из самых популярных на сегодняшний день.

Обучение воспитанников осуществляется по двум специализированным видам соревновательной программы: ката и кумитэ. Занятия проводят тренеры высшей и первой категории, группы обучающихся формируются по возрастному принципу в соответствии с индивидуальными способностями воспитанников. В основе тренировочного процесса сочетание передовых идей современной спортивной науки и многовековых традиций каратэ. Базовым стилем является Каратэ-Сётэкан. Воспитанники имеют возможность, наряду с присвоением спортивных разрядов и званий, ежегодно повышать свою стилевую квалификацию.

Более подробная информация на сайте: [Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва по видам единоборств» Тверской области](#)

