



KARATĒ TRENINŠESIJA

AR TRENERI-KONSULTANTU M. IVANČIKOVU

UKRAINAS JAUNATNES IZLASES GALVENO TRENERI

D. NEGATUROVU UN UKRAINAS TOP SPORTISTIEM



ORGANIZATORS:

Biedrība “Fudzi sporta klubs” sadarbībā ar Latvijas Karatē federāciju, karatē speciālistu Maksimu Ivančikovu un Ukrainas jaunatnes izlases galveno treneri Dmitriy Negaturov.

DATUMS UN VIETA:

Norises laiks – **29.-31.08.2025.** (piektdiena-sestdiena-svētdiena)

Norises vieta – **Ernesta Birznieka-Upīša iela 21E, Rīga, LV-1011** (VZSS sporta zāle)

PIETEIKŠANĀS:

Dalībnieku iepriekšēja reģistrācija ir jāveic sazinoties ar atbildīgu personu – **Borisu Krasnovu** pa tālruni **+371 29621418** vai e-pastu: **ijka.latvia@gmail.com**

REĢISTRĒŠANAS TERMIŅŠ ir līdz 22.08.2025. (piektdiena) plkst. 23.59.

DALĪBAS MAKSA:

Sportista dalības maksa – **80 EUR** par visām trim dienām (6 treniņi).

TREIŅU GRAFIKS:

1. TREIŅU GRUPA

10:00 - 11:30 – 1. treniņš (~1,5h)

16:00 - 17:30 – 2. treniņš (~1,5h)

2. TREIŅU GRUPA

11:30 - 13:00 – 1. treniņš (~1,5h)

17:30 - 19:00 – 2. treniņš (~1,5h)

FORMĀTS UN SATURS:

Treniņu grupas un treniņu saturs:

1. TREIŅU GRUPA – **sportisti no 8 gadu vecuma ar Kumite sacensību pieredzi:**

☒ Kvalitātes uzlabošana:

- Uzbrukumi
- Aizsardzība
- Pretuzbrukumi
- Apsteigšana

- Satikšana

✓ Lēmumu pieņemšanas ātruma attīstīšana

✓ Taktiskā sagatavošana:

- Cīņas situāciju modelēšana
- Nosacītas cīņas
- Taktisko uzdevumu risināšana reālā tempā

2. TRENINĀJU GRUPA (sportistu dalība šajā grupā tiek saskaņota ar organizatoru!!!) – sportisti no 12 gadu vecuma, kas startē Latvijas izlasē vai pretendē startēt Latvijas izlasē šajā vai nākamajā sezonā + sportisti, kas plāno piedalīties izlases atlases turnīros (Budapest Open, Polish Open un bērnu un jauniešu pasaules līgā Venēcijā):

✓ Taktisko uzdevumu analīze un izstrāde

✓ Darbs stūrī (cīņas vadīšana gan kā pirmajam, gan kā otrajam numuram)

✓ Sacensību situāciju modelēšana

✓ Cīņas ar tiesāšanu

INFORMĀCIJA PAR TRENERI DMITRIY NEGATUROV UN UKRAINAS SPORTISTTIEM:

DMITRIY NEGATUROV:

- Ukrainas sporta meistars, 3. dans
- Ukrainas jaunatnes izlases galvenais treneris
- Eiropas un pasaules čempionātu medaļnieku treneris
- Karate1 Series A un Youth League medaļnieku treneris



HRYNENKO ILLIA:

- Kategorija – Junior Kumite Male -68kg
- 4-kārtējs KARATE1 Youth League medaļnieks
- Ukrainas jaunatnes izlases dalībnieks 2025



BEZNOSOV OLEKSANDR:

- Kategorija – Junior Kumite Male -76kg
- Ukrainas čempionāta medaļnieks
- Ukrainas jaunatnes izlases dalībnieks 2025



TARASENKO ARTEM:

- Kategorija – Junior Kumite Male +76kg
- 2024. gada Eiropas čempionāta bronzas medaļnieks
- K1 Youth League (Venēcija) bronzas medaļnieks



BARANOVA ULIANA:

- Kategorija – Junior Kumite Female -66kg
- 2025. gada Eiropas čempionāta bronzas medaļniece
- 7. vieta 2024. gada pasaules čempionātā
- 4-kārtēja KARATE1 Youth League medaļniece
- Divkārtēja Ukrainas čempione



INFORMĀCIJA PAR MAKSIMU IVANČIKOVU:

Maksims Ivančikovs ir sertificēts A kategorijas sporta speciālists (sporta treneris). M.Ivančikova sasniegumi karatē:

- 6. dans karatē UFK, WKF;
- No 2007. līdz 2017. gadam Latvijas karatē izlases galvenais treneris;
- Eiropas un Pasaules Čempionātu medaļnieku treneris;
- Vjetnamas karatē izlases galvenais treneris (palīdzēja Vjetnamai iegūt pirmo medaļu WKF Pasaules Čempionātā);
- Treneris-konsultants vairākiem vietējiem un ārvalstu karatē klubiem (t.s. vairākiem vadošiem Ukrainas karatē klubiem);
- Biedrības “Baltijas Karate Klubs” dibinātājs un galvenais treneris.

