

Klub Taekwon-do uczy oglady

Napisano dnia: 2018-02-24 20:21:40



NOWA RUDA. Choć ostatnie lekcje w Szkole Podstawowej nr 1 skończyły się jakiś czas temu, w poniedziałkowe późne popołudnie i wczesny wieczór budynek główny rozbrzmiewa echem jakichś poleceń i odgłosów z nimi związanych. To one naprowadzają mnie do jednej z większych sal, gdzie - jak się okazuje - właśnie kończy się kolejny trening młodzieńskich taekwondzistów i w chwilę później zaczyna znacznie starszych pasjonatów tej dyscypliny. Aż miło jest popatrzeć, jak ćwiczący rytmicznie wykonują komendy płynące z ust trenera Romana Lewickiego...



- Kiedy studiowałam, przez jakiś czas trenowałam aikido kata jo. Koleżanki w tym czasie chodziły na callanetics, ja uważałam, że nauka sztuki samoobrony da mi coś więcej. Teraz mój dziesięcioletni syn, Kacper, z zacięciem uczestniczy w zajęciach taekwondo. Widzę, że ten sport pomaga jemu skoncentrować się, skupić na czymś najważniejszym - mówi **Diana Lisowska-Panek**, oczekująca w noworudzkiej "jedynce" na zakończenie treningu.

Na syna oczekuje również kolejna mama. - Nie chciałam, aby mój Marcin zbyt dużo czasu spędzał przed komputerem. Zastanawiałam się, czym ciekawym zająć dziesięciolatka. Przed trzema laty zobaczyłam ogłoszenie o zapisach na taekwon-do i tak zaczęła się jego przygoda z tą sztuką. Syn jest zadowolony, ja widzę jego postępy... - podkreśla **Anna Pedy**.



Także inna noworudzianka nie ukrywa satysfakcji, że jej dziecko jest w tej wyróżniającej się grupie. - Mój syn ma pokłady energii, musi się wybiegać i wyskakać. Bardzo chętnie przychodzi tutaj dwa razy w tygodniu, przy czym niecierpliwie czeka na każdy trening - przyznaje **Elżbieta Ważna**. - Wojtek ma osiem lat, ćwiczy od trzech lat i taekwon-do bardziej jego zajmuje, jak np. piłka nożna.

W tych chłopcach oraz dziewczynkach, uczestniczących w treningach, szkoleniowiec Roman Lewicki widzi po części siebie. W latach osiemdziesiątych poprzedniego stulecia, jako kilkulatek, był zafascynowany filmami z bohaterami pokroju Bruce'a Lee. Razem z kolegami chłonili takie obrazy, a gdy tylko w Kłodzku, w którym na co dzień mieszka, pojawiła się sekcja taekwon-do od razu do niej wstąpili. Pamięta, że przyszło się zapisać aż dwieście osób, co ówczesnego trenera MKST Bystrzyca Kłodzka Zbigniewa Kruka postawiło w niełatwej sytuacji. Z czasem grupa się wykruszyła...



- Po trzech latach trenowania taekwon-do przestawiłem się na koszykówkę, by... bardzo szybko powrócić do tego pierwszego. Poznawanie tajników koreańskiej sztuki walki stało się dla mnie emocjonującym wyzwaniem - przyznaje p. Roman, dopowiadając, że obowiązuje w niej pięć zasad. Są nimi: grzeczność, uczciwość, wytrwałość, samokontrola i odwaga. Wszystkie należy bezwzględnie przestrzegać nie tylko na matach.

Taekwondziście w żadnym wypadku nie wolno wykorzystać nabytych umiejętności do innego celu, jak samoobrona. A i w sytuacji zagrożenia sięgnięcie po tą sztukę musi być ostatecznością. W swojej dotychczasowej z nią przygodzie R. Lewicki nie musiał posiłkować się wyćwiczoną sprawnością. Tą

zasadę mocno wpaja swoim podopiecznym z Klubu Taekwon-do w Nowej Rudzie, który do września 2017 roku jeszcze był sekcją już wspomnianego bystrzyckiego MKST. Powstała ona z jego inicjatywy w roku 2015 (wcześniej, bo od roku 2011, prowadził sekcje w Szczytnej i Dusznikach-Zdroju).



- Aktualnie w klubie trenuje około 50 osób z miasta i okolicy. Zajęcia są prowadzone w czterech grupach wiekowych - od kidsów, przez początkujących idąc, a na najstarszych skończywszy - wyjaśnia rozmówca. - Spotykamy się dwa razy w tygodniu, niezależnie od tego doskonali się w ramach zajęć domowych.



Dla niektórych noworudzkich taekwondzistów już niebawem przyjdzie czas ważnych sprawdzianów. I tak dwóch z nich weźmie udział w zawodach Pucharu Polski w Mykanowie koło Częstochowy, natomiast 15 - 20 młodzików wystąpi podczas kwalifikacji do mistrzostw Polski, które zaplanowano w Bystrzycy Kłodzkiej. Podobna kwalifikacja obędzie się również we Wrocławiu. Klub czeka też udział w Grand Prix Polski.



Z tymi dużymi i większymi wydarzeniami sportowymi p. Roman już jest za pan brat. Od wielu lat uczestniczy w nich jako sędzie. Pierwszy raz wystąpił w tej roli za czasów, gdy trenerem MKST był Krystian Kmiecński. Widząc postępy u swojego podopiecznego, zaproponował jemu sędziowanie walk. Z czasem R. Lewicki wybrał właśnie drogę sędziego sportowego. Zdążył jednak pobrać nauki taekwon-do u trenera Grzegorza Ozimka - posiadacza czwartego dana w taekwon-do; ćwiczył u niego do roku 2011. A tak przy okazji, to dodam, że najwyższy stopień wtajemniczenia w tej sztuce walki, to dziewiąty dan (symbolizuje go czarny pas z rzymską IX). Na Dolnym Śląsku siódmką szczyłą się Zbigniew Semp i Adam Alenowicz. W noworudzkim klubie drugiego dana posiada Roman Lewicki, zaś pierwszego - Jarosław Jeleń.



Uczestnicy zajęć prowadzonych w "jedynce" mają więc świetne wzorce do naśladownictwa i coraz lepsze warunki do trenowania. Ostatnio, dzięki wsparciu gminy miejskiej Nowa Ruda i powiatu kłodzkiego, klub wzbogacił się o matę. Jego członkowie traktują ją jako ważny fundament w dalszym rozwoju swojej działalności.

Zabiega o to i trener R. Lewicki, będący równocześnie wiceprezesem ds. sędziowskich w Polskim Związku Taekwon-do. Tam zajmuje się szkoleniem sędziów, ich powoływaniem na zawody krajowe bądź międzynarodowe, w których na pewno nie zabraknie zawodniczek i zawodników z noworudzkiego klubu.

(bwb)