



## Спортивный лагерь Sochin-3 подвел итоги

11.07.2015

С 26 июня по 5 июля в элитном гостевом комплексе **Dzerkali, Лудза**, на берегу озера **Цирма** был организован **международный спортивный лагерь “Sochin-3”**, совместный со спортсменами современного танца **Stoptime** (руководитель **Александр Лукша**) и спортсменами **Sochin Karate klub** (руководитель **Сергей Иванько**).

В летнем лагере побывали спортсмены из **Латвии, Беларуси, Эстонии**. Мероприятие собрало более 50 спортсменов, которые отдыхали, играли и тренировались, готовясь к новым турнирам. Как в каратэ, так и в современном танце, ученики тренировались 3 раза в день. Проводили совместные игры, как спортивные, так и – насообразительность. А еще было много купания, прыжков с вышки, игр в волейбол, футбол и теннис.

**Сергей Кудлис, Ева Элтермане** и **Илья Бабаев** проводили репетиции вокально-инструментального трио, - две гитары и вокал.

Состоялись совместные соревнования по метанию в цель сюррикена (металлическая звездочка). Спортсмены Sochin получили уроки обращения с оружием самураев – нунчаку. Проходили тестовые отжимания от пола (победитель **Сергей Кудлис**), жим штанги лежа, прыжки вверх (**Денис Куранов, Алиса Иванько**), упражнения на пресс, где отличный результат показал **Артур Кишкелис** - 410 раз (!) и **Эгита Добровольская** - 209 раз подъем тела сидя (!).

В лагере состоялась совместная дискотека, на которой показали свое мастерство девушки из Stoptime – **Мегги, Лиза** и **Настя**. Танцевали великолепно.



Спортсменов Беларуси представляли Заслуженный Тренер Республики Беларусь, президент Академии каратэ - **Андрей Вилькин** и многократная чемпионка мира и Европы по каратэ, мастер спорта по спортивной гимнастике **Светлана Вилькина** (Минск), которые проводили тренировки, обучая учеников технике высокого класса. Из спортсменов Беларуси замечательно себя показал **Илья Бабаев**, обладатель коричневого пояса, который сразу вошел в команду Sochin и помогал проводить тренировки, отлично показал себя в играх и их организации.

По окончании лагеря для спортсменов каратэ состоялся экзамен, который приняли **Андрей Вилькин** и **Сергей**

**Иванько**. Ученики сдавали его в трудных условиях, при жаркой погоде, но все показали хорошую технику ударов руками и ногами, ката, кумите. Особенно отличилась **Ева Элтермане**. Трое учеников после долгой подготовки сдали на коричневый пояс. Это **Алиса Иванько**, и, особенно, **Сергей Кудлис, Денис Куранов**, которые в конце экзамена показали мастерство, разбив доски ногой толщиной в 2,5 см. Пояс - серьезный и спортсмены показали, что достойны его. Экзамен проходил при большом количестве зрителей, родителей, которые оценили мастерство своих детей.

Спортивный лагерь в Dzerkali проходит третий год подряд, помощь в его организации оказали администрация комплекса и **Донат Ларионов**, а также депутат Сейма **Андрей Элксниньш**. Sochin karate klub выражает им благодарность, как и всем родителям учеников, которые активно участвуют в спортивной жизни клуба. Сейчас у спортсменов впереди подготовка к Чемпионату Мира по каратэ (SKDUN), который состоится в октябре в Сербии.

