

# Учебно-Тренировочные Сборы 2013





# Спортивная база Крепкое Орешково





# Сборы проходили с 7 по 16 июня 2013 года.





# Участие в сборах приняли 60 детей







## Награждение призеров и победителей

Соревнования по  
ОФП (общая  
физическая  
подготовка)





## Награждение

Соревнования по  
шашкам и  
шахматам





Шахматы

Напряженная игра.



# В сборах приняли участие 7 инструкторов





# Игровая тренировка

## Эстафета

---



## Пионербол

---







## Тренировка .

Тренировка под  
руководством

Шихана

Глушенкова Бориса

Викторовича . 5-

дан заслуженный

тренер России .



# Сказки с иллюстрациями





# Обед





# Тихий час







Тренировки  
проходили 2  
раза в день.

К каждому ребенку  
индивидуальный  
подход .



# Отработка ударов





# Конкурс лучших рисунков на тему восточные единоборства

Процесс начался

---



Готовые работы

---





# Победители конкурса





# В последний вечер была дискотека











Московская Федерация Кекушин Каратэ  
Загородная спортивно-тренировочная база  
Д.О.Д.З.Е. «Крепкое Орешково»



[www.mfkk.ru](http://www.mfkk.ru)

[http://vk.com/public](http://vk.com/public42750520)

[42750520](http://vk.com/public42750520)

Московская  
федерация  
Кекушин каратэ

Загородная  
спортивно  
тренировочная база

«Крепкое  
Орешково»