
Při Rektorském sportovním dni si studenti vyzkoušeli i krav magu nebo wing chun

Při Rektorském sportovním dni si studenti vyzkoušeli i krav magu nebo wing chun

Užít si pohybu a slunce před tím, než se zavřou o zkouškovém do knihoven, si přišly stovky studentů Univerzity Karlovy. Ve středu 13. května se konal už tradiční Rektorský sportovní den, během kterého si zájemci, a to i z řad zaměstnanců UK, mohli zahrát fotbal, florbal, softbal či tenis nebo si vyzkoušet nějaký méně obvyklý sport, třeba s raftem sjet divokou vodu. Letošní novinkou byly lekce bojového umění wing chun a izraelské sebeobránné techniky krav maga.

Ukázkovou lekcí východního bojového umění wing chun, které svět zná spíše pod souhrnným názvem kung-fu a jež proslavil herec Bruce Lee, si do Sportovního centra UK v pražské Hostivaři přišli vyzkoušet nejen studenti, ale i studentky. Od lektora si vyslechli, že trvá roky, než člověk skutečně ovládne tuto sportovní disciplínu, a že proto vyžaduje od sportovců skutečný zápal a nadšení. „Neznám nikoho, kdo by se ho naučil za méně než za dvanáct let,“ podotkl.

Studentům nejenže vysvětlil základní filozofii tohoto sportu, kterému se západní svět věnuje až v posledních čtyřiceti letech, ale naučil je také základní postoje a nechal je vyzkoušet některé bojové techniky.

Mezi zájemci o wing chun byla i Denisa Fraňková, studentka biologie z Přírodovědecké fakulty UK. „Chtěla jsem tento sport porovnat s jiu-jitsu, na které jsem před několika lety chodila. Zjistila jsem, že to je opravdu úplně jiný sport, nejde tolik o svaly, ale především o stabilitu těla a správné využití energie a síly. Wing chun se tedy může více hodit i pro štíhlejší typy, jako jsem já. Hodně mě zaujal, škoda, že ho nemáme na fakultě v nabídce sportovních kurzů, které bychom mohli navštěvovat,“ povzdychla si Denisa.

Ještě větší pozornost než wing chun však mezi studenty vzbudily lekce krav magy, souboru sebeobránných technik, které se ve čtyřicátých letech vyvinuly v Izraeli. Popularita krav magy v České republice dnes stoupá, o čemž svědčí i množství studentů, jež si přišlo tento sport vyzkoušet.

Kromě Hostivaře se ve středu sportovalo i na dalších místech v Praze i mimo ni, třeba na divoké vodě v Troji, na atletickém oválu Fakulty tělesné výchovy a sportu UK na Veleslavíně, na Albertově, kde se utkali volejbalisté, na řece Sázavě, kterou na kanoích sjeli vodáči, nebo v Podolí na Vltavě, kde si užili sportovního dne handicapovaní studenti.

Zdravotně tělesně postižení studenti a absolventi se během Rektorského sportovního dne scházejí tradičně v podolské loděnici, k níž je bezbariérový přístup a která disponuje sportovním vybavením speciálně upraveným pro handicapované. Ze „suchých“ sportů je tu možné volit mezi stolním tenisem a cyklistikou, kterou si mohou užít nevidomí i lidé s omezením pohybu. Pro zrakově postižené s doprovodem je k dispozici dvojkolo, handbiky umožní jízdu sportovcům s postižením dolních končetin a loňskou novinkou je turistický handbike s elektropohonem, který pomůže zdolávat i náročnější terény. Z vodních sportů se pak nabízí jízda v kajaku, motorovém člunu nebo na oplachtěném katamaránu.

Zápal studentů pro sport a skvělé počasí během letošního ročníku Rektorského sportovního dne si pochvaloval i jeho hlavní organizátor PaedDr. Josef Marcoň, přednosta Ústavu tělesné výchovy 1. lékařské fakulty UK. „Zvlášť turnaje v těch obvyklejších sportech, jako jsou fotbal, basketbal nebo volejbal, byly letos kapacitně úplně plné. V mezičasech si pak studenti zkoušeli i něco nového, třeba nordic walking, slackline (*chůze po laně, pozn. red.*) nebo bojové sporty. O sportovních výkonech a také o zábavě by právě Rektorský sportovní den měl být,“ usmíval se Josef Marcoň.