

## Shukokai Karaten aikuisten SM -kilpailut Lappeenrannassa

Suomen Shukokai Karateliitto järjestää jäsenilleen avoimen painoluokan aikuisten SM -kilpailut eli Kimura Cup:in Lappeenrannassa lauantaina 23.1.2016. Kilpailut järjestetään Kourulan liikuntahallilla, Katajakatu 15, klo 15 alkaen. Avoimen painoluokan SM -kilpailut käydään naisten ja miesten kata -liikesarjoissa ja Kumite -otteluissa. Ikäsarjat ovat naiset ja miehet yli 16 -vuotiaat sekä veteraani naiset ja miehet eli yli 40 -vuotiaat.

- Tervetuloa mukaan seuraamaan aikuisten SM -kilpailuja Kourulan liikuntahallille, toivottaa sensei **Esa Kaplas**, 7. dan, paikallisen Lappeenranta Shukokai karateseuran päävalmentaja. – Shukokai Karate on toiminnan täyhteistä kamppailu-urheilua kumite -otteluissa ja toisaalta hallittujen liikkeiden kauneutta kata -liikesarjoissa, Kaplas innostaa lappeenrantalaisia mukaan katsomoon tutustumaan lajiin ja sen hienouteen. Kilpailuihin on yleisöllä vapaa pääsy ja paikalla on puffett -myyntiä.

Lappeenrantalaisista mukana Kimura Cup:issa ovat mustat vyöt **Kristian Yanchukovich** (2.dan), **Jesse Stockmakari** (1. dan) ja **Toni Karhula** (1. dan) sekä ruskeat vyöt **Antton Tuomisto** ( 1. kyu), **Aleksi Markoff** (1. kyu) ja **Atte Hölsä** (1. kyu).

Samana viikonloppuna Lappeenrannassa pidetään myös kansallinen Shukokai Karate leiri. Perjantaista sunnuntaihin lajin kaikenikäiset harrastajat ympäri Suomea harjoittelevat Kesämäenrinteen koululla. Sunnuntaina pidetään maajoukkue -katselmus, jossa mukana myös lappeenrantaisia. Sunnuntaina on myös lajin vyö -kokeet, jossa eri vyöarvon omaavilla on mahdollisuus korottaa vyöarvoaan.

Lappeenrannan Shukokai Karate seuran kevään 2016 peruskurssi alkaa Mestarikadun dojolla tiistaina 2.2.2016. - Lajiin on mahdollista tutustua kahden ilmaisen kertakäynnin kautta. Laji sopii kaikille, eikä mitään erityisominaisuuksia tarvita, vaan ne kehittyvät harjoittelun myötä. Lisätietoa tästä alkavasta kurssista saa Kourulan liikuntahallin tapahtumassa sunnuntaina 23.1. tai lajinäytöksessämme torstaina 28.1. Mestarinkatu 2:n harjoittelutiloissa, kertoo Esa Kaplas, Lappeenranta Shukokai Karatesta. Seuran suunnitelmassa on järjestää myös itsepuolustuskurssi helmi-maaliskuun vaihteessa.

**Suomen Shukokai Karateliitto** ( Lisätietoja : <http://www.shukokai.fi/> )

Suomen Shukokai Karateliitto on Shukokai tyyli-suunnan pääorganisaatio Suomessa ja se on perustettu 1977. Ensimmäiset Shukokai tyyli-suunnan seurat perustettiin Espooseen, Imatralle sekä Lappeenrantaan. Vuonna 1993 perustettiin Shukokai-opisto Suomenniemelle, mikä on edelleen ainutlaatuinen Suomen karaten historiassa. Tällä hetkellä Suomen Shukokai Karateliittoon kuuluu 13 jäsenseuraa, seuratoiminnan painottuessa eteläiseen ja itäiseen Suomeen.

**Lisätietoja:** Esa Kaplas, päävalmentaja, puh. 0400 557 558  
Lappeenranta Shukokai Karate / <http://www.shukokai.fi/?cat=96>

*Shūkōkai (jap. 修交会) on karaten tyyli-suunta, jonka kehitti Chōjirō Tani. Sen tekniikassa pyritään mahdollisimman voimakkaaseen suoritukseen kehon luonnollisia jännityslinjoja hyödyntäen. Shūkōkai-karaten oppi-isä on sōke Shigeru Kimura.*