



# הצלחה לנבחרת הקראטה של תל-מונד

באליפות שהתקיימה בנתניה זכו חניכיו של יוסי שור בשלל מדליות בתחרויות ה"קאטה" וה"קומיטה"

האירוע התחרותי השני הוא "קומיטה" - קרב חופשי. שני מתחרים מתייצבים זה מול זה ונלחמים. המטרה היא לפגוע ביריב באיברים המותרים על פי התקנות (כגון, פנים, חזה וגב) בלי לעבור על חוקי הקראטה. כדי לזכות במרב הנקודות, על התוקף להציג רמה טכנית גבוהה, דייקנות ומהירות. בטורנירים מסורתיים כמו אלה שנתמכים על ידי ITKF, אסור להכות בחוזקה בפנים, רק מגעי עור קלים מותרים. הגוף סופג מכות מתונות שהמתחרים, השומרים על רמה גבוהה של כושר, מסוגלים לעמוד בהן.

המתחרים מתל-מונד שזכו במדליות: מדליית זהב לנועם שחר, מדליית כסף לליאור הרשוויץ ומדליות ארד לנועם דגני, רן שני וגבי פלטסקי. בראש קבוצת תל-מונד עומד המאמן יוסי שור המחזיק בחגורה שחורה בדרגה דאן 4. עוזרי המאמן: ליאור הרשוויץ, אדם פלאום ורן שני - כולם בעלי חגורה שחורה בדרגה דאן 1.

עוד השתתפו באליפות והפגינו רמה מצוינת: אורן טוריאל, אבי לוי, אלון שור ואדם פלאום.

חיים ספדה



למתחרים על דיוק, כוח, מהירות, תנוחה, תזמון ותקינות. מטרת ה"קאטה" היא לשפר את רמת הביצוע של תנועות הקראטה מבחינת הסגנון והרצף. למעשה, ה"קאטה" הוא קרב דמינני נגד כמה יריבים בעת ובעונה אחת. בנוסף לתחרויות ה"קאטה" האישיות התקיים גם אירוע קבוצתי שבו הופיעו שלושה מחברי הנבחרת מתל-מונד בתצוגות "קאטה" מתואמות. האירוע הקבוצתי דורג על פי רמת התיאום בין המשתתפים.

המתחרים מתל-מונד שזכו במדליות ב"קאטה": במדליות זהב זכו נועם שחר ונועם דגני, במדליות כסף זכו: איתי דותן וליאור הרשוויץ והקבוצה שכללה את ליאור הרשוויץ, אורי רובינשטיין ודניאל אמיר. במדליית ארד זכתה שליה סימון.

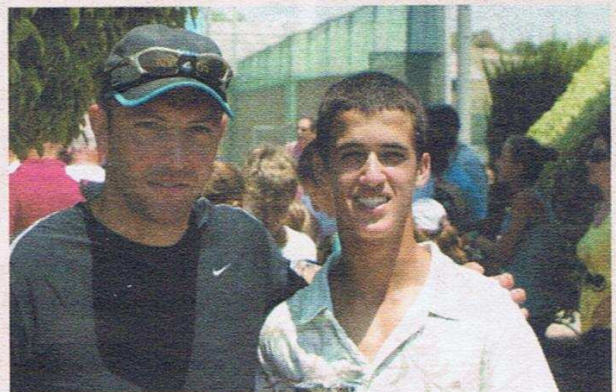
חמישה שופטים, וכל מתחרה נדרש להדגים סדרה של כ-40 תנועות קראטה. הניקוד הוענק

בתחילת יולי התקיימה בנתניה אליפות קראטה בחסות "הפדרציה הבינלאומית של הקראטה המסורתית" (ITKF). בטורניר השתתפו קבוצות של ילדים ובני נוער מכל רחבי הארץ, כולל תל-מונד, והתקיימו בו תחרויות אישיות של "קאטה" (תצוגות) ו"קומיטה" (קרבנות) שמשותפים דורגו על פי גילים ורמות. בתחרויות ה"קאטה" ישבו

## טניס: מקום שני לאביחי מגידיש

הארצי. את הגביע העניק שחקן העבר של נבחרת ישראל, שלמה גליקשטיין. אביחי מתאמן מזה 4 שנים במרכז הטניס ברעננה בהדרכתם של עודד יעקב, שי פוני, אייל, צביקה ומיקי.

בתחרות טניס ארצית אשר נערכה בקרית גת ובה השתתפו עשרות שחקני טניס מכל הארץ, זכה אביחי מגידיש מקדימה במקום השני המכובד. נמסר כי זכייה זו תקפיץ את מגידיש משמעותית בדירוג



אביחי מגידיש ומאמנו הנוכחי מיקי דרמון