

## „Salacgrīvas kauss 2011”.

3. decembrī Salacgrīvā notika karatē sacensības „Salacgrīvas kauss 2011”. Šis bija trešais Latvijas Karatē asociācijas organizētais turnīrs saskaņā ar *World Karate Confederation* (WKC) noteikumiem. Sacensībās piedalījās apmēram simts sportistu no astoņiem Latvijas novadiem. Dalībnieki sacentās divās disciplīnās: kumite un sumo. Laureāti tika apbalvoti ar diplomiem un medaļām. No Zvejniekciema vidusskolas skolēniem, kurus trenēja Kaspars Riekstiņš, divi ieguva godalgotas vietas: Roberts Ābelītis - 1. vietu un Krista Brigita Čerpakovska - 2.vietu kumitē disciplīnā. K. B. Čerpakovska atzina, ka cīņas esot bijušas ļoti sīvas un ilgstošas, jo vajadzēja izcīnīt katru punktu, bija nepieciešams ļoti daudz spēka un enerģijas, lai iegūtu otro vietu, lai uzvarētu.

Šīs sacensības tiek organizētas, lai sportisti varētu parādīt savus sasniegumus un izaugsmi kā tehnikā, tā fiziskajā sagatavotībā, kā arī, lai smeltos sacensību pieredzi, kas palīdzēs mazināt saspringumu un uztraukumu, tiekoties ar pretinieku turpmāk.

*Krista Brigita Čerpakovska*





