

## Każdy może spróbować

06.04.2011.

CHOSZCZNO Na naszej scenie sportowej pojawił się nowy klub Berserkers TEAM Choszczno. &ndash; Stworzyliśmy go dla tych, którzy chcieliby się realizować w sztukach walki. Stawiamy na brazylijskie jiu-jitsu (BJJ), ale zapraszamy do nas też tych, którzy chcieliby nauczyć się podstawowych technik judo, grapplingu, boksu i samoobrony &ndash; mówi prezes klubu MAREK KOŚCIÓW.

Opowiadając nam o idei założenia klubu podkreśla, że pomysł zrodził się przed rokiem i już wtedy został entuzjastycznie przyjęty przez mieszkańców naszego miasta. Tu przytacza ubiegłoroczną galę MMA RFIGHT, której głównym organizatorem była jego żona PAULINA KOŚCIÓW. &ndash; Wypełniona po brzegi hala sportowa przekonała nas nie tylko do tego, że chcemy oglądać podobne widowiska, ale także szukamy miejsc gdzie moglibyśmy uprawiać podobne dyscypliny sportu &ndash; mówi M. Kościów. Tłumaczy, że to głównie po tym wydarzeniu zebrała się grupa ludzi, którzy otarli się o sztuki walki i wspólnie zdecydowali, że założą klub.

Filia Poland

- Berserkers TEAM Choszczno jest filią BERSERKERS TEAM POLAND, która obecnie zrzesza dwanaście podobnych klubów. Nie ukrywam, że głośno liczymy na to, że jeszcze w tym roku będziemy chcieli zorganizować wewnętrzne mistrzostwa, a dopiero potem wystartować w imprezach krajowych &ndash; kontynuuje założyciel Berserkersów. Na treningi zaprasza wszystkich, którzy mają skończone 15 lat

(także kobiety &ndash; red.) i zapewnia, że BJJ jest bezpieczną dyscypliną sportu. &ndash; Tu podstawą są ćwiczenia gimnastyczne kształtujące ogólny rozwój organizmu. O tym, że jest to bardzo bezpieczny sport świadczy fakt, że już razem z nami trenują urzędnicy, nauczyciele, przedstawiciele służb mundurowych, a nawet handlowcy i żaden z nich nie wraca do pracy z podbitym okiem &ndash; zapewnia pan Marek. Tu zauważa też, że w klubie ćwiczy już ponad 20 zawodników, a to kolejny dowód na to, że ich pomysł trafił na podatny grunt. Obecnie trenują w sali sportowej Szkoły Podstawowej Nr 1 i choć nie jest zbyt wielka to jednak docelowo są w stanie przyjąć do klubu około 50 osób. - W przyszłości zamierzamy stworzyć grupę brazylijskiego jiu jitsu dla dzieci w wieku od 6 do 12 lat, którzy będą poznawać techniki na zasadzie zabawy &ndash; dodaje M. Kościów.

Trenują z zawodowcem

Zajęcia prowadzi znany w środowisku fighterów zawodnik TOMASZ &bdquo;PAJA&rdquo; STASIAK, od 10 lat także trener w klubie BERSERKERS STARGARD. - Posiada brązowy pas jiu jitsu, stoczył trzy zawodowe walki MMA i wszystkie wygrał przed czasem. Jest wielokrotnym medalistą mistrzostw polski w jiu jitsu, submission fighting i grapplingu &ndash; wylicza M. Kościów.

Łukasz Młynarczyk

Też możesz spróbować

Treningi odbywają się na sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej Nr 1, w poniedziałki i czwartki o 20.00 oraz w soboty o 18.00.

Więcej szczegółów na stronie na stronie [www.mmachoszczno.pl](http://www.mmachoszczno.pl),

www.tomekstasiak.pl .

## Brazylijskie JIU-JITSU, submission fighting, grappling

To sztuki walki, które początkiem swojej historii sięgają starożytnej Grecji. Wywodzą się z zapasów i judo. Nie ma tu żadnych kopnięć i uderzeń. Celem walki jest zmuszenie przeciwnika do poddanie się poprzez zastosowanie techniki kończącej &ndash; dźwigni lub duszenia. Zawodnicy walczą w zwarcu, a walka odbywa się głównie w parterze.