

# Obsah

PŘEDMLUVA K ČESKÉMU VYDÁNÍ	5
ÚVOD K NĚMECKÉMU VYDÁNÍ	6
<b>1. ÚVODNÍ ÚVAHY KE SPORTU KARATE</b>	<b>11</b>
SPORTOVNÍ SLOŽKY KARATE	11
Sportovní etika v karate	11
Sportovní závod v karate	12
Sportovní trénink v karate	13
SPORTOVNÍ AKCE V KARATE	14
Znaky sportovního zápasu karate	15
Znaky výcviku ke sportovnímu zápasu karate	18
Žádoucí znaky systému sportovního zápasu karate	19
<b>2. ZÁKLADY BOJOVÝCH AKCÍ VE SPORTOVNÍM KARATE</b>	<b>21</b>
TECHNICKÁ ČÁST	24
Všeobecné průběhy pohybů	24
Průběhy útoků	25
Schéma kombinací	27
Jednostranné kombinace	36
Diagonální kombinace	48
TAKTICKÉ ZÁKLADY	60
Taktická struktura střetnutí	60
Ochranná opatření	64
Bojové akce	69
<b>3. VZOR POUŽITÍ BOJOVÝCH AKCÍ VE SPORTOVNÍM KARATE</b>	<b>80</b>
BOJOVÉ DĚJE (DĚNÍ)	80
Průběh sportovního zápasu	80
Bojování s kombinacemi	80
ZÁKLADNÍ BOJOVÉ KOMBINACE	82
Variace útoků	82
Variace protiútoků	100
VOLNÉ BOJOVÉ KOMBINACE	112
Série	112
Speciální kombinace	115
Pojednání o skákavých útocích	129
DOSLOV	132
POZNÁMKY	133
O AUTOROVÍ	135