



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon



Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

DADES GENERALS DE L'ENTITAT

Qui som:

El Club Kihon és una Entitat privada sense ànim de lucre i de caràcter social dedicada a la pràctica i ensenyament del Karate-Do i regida pels principis democràtics. Des de 1985 estem formant Karatekes. Creiem en la capacitat de superació de l'ésser humà i en la importància que el Karate-Do té per al desenvolupament general de la persona i el manteniment de la salut, tant física com psíquica.

Raó social:

C/ Santaago R y Cajal
08902 L'Hospitalet (Barcelona)
NIF: G61229449

Lloc de l'activitat:

Escola Pompeu Fabra
C/ Pi i Margall 27
08902 L'Hospitalet (Barcelona)

Dades de contacte:

Teléfono: 657 999 404
Email: clubkihon@gmail.com
Web: <https://kihon.es/>

Organigrama aprovat per l'entitat

- **Junta Directiva del Club Kihon:**
 - Presidente: José Fernández Tejero
 - Vicepresidente: Antonio Mula
 - Secretaria: María José Maya
 - Tesorera: Alicia Heredia Romero
- **Departamento técnico del Club Kihon**
 - Director Técnico: José Fernández Tejero
- Seleccionador de Kumite: Jonathan Fernández Heredia

Web on s'anuncia <https://kihon.es/quienes-somos/>

Missió i objectiu general de l'entitat:

La nostra raó de ser és la de posar els mitjans materials i humans necessaris per a la formació física, psíquica i ètica dels nostres socis i afins. Crear un vincle entorn de la pràctica esportiva del karate amb estrets llaços entre companys i les seves famílies aconseguint un sentiment de pertinença al grup al club i a la seva ciutat per a aconseguir que els nens/as, joves i adults gaudeixin d'aquesta pràctica des d'un clima de concòrdia, respecte i harmonia. Sent un aspecte important per a nosaltres l'educatiu i formatiu utilitzant el karate i els seus entrenaments com una eina per a inculcar valors.

Des de 1985 a 2024, 39 Anys Transmetent Valors

En aquests 39 anys hem participat en nombrosos esdeveniments a nivell Català, Autonòmics, Nacionals i Internacionals i això ens ha permès que el club Kihon i la Ciutat de L'Hospitalet siguin coneguts i respectats a nivell Català Nacional i Internacional, en el món del karate. En els 39 anys s'han obtingut moltíssims triomfs esportius i en tots els nivells de participació: Mundials (goju), Europeus, Espanya, Catalunya i a nivell de base com els jocs escolars i tornejos de promoció de l'esport basí. El més important per a nosaltres no ha estat el llegat esportiu sinó l'educatiu i formatiu utilitzant el karate i els seus entrenaments com una eina per a inculcar valors. Hem prioritzat la Família, els estudis, la cohesió del grup i el treball per sobre de la competició esportiva. Hem potenciat la solidaritat amb la nostra ciutat L'Hospitalet, hem canalitzat el nostre potencial Humà en benefici de tots i hem educat en la corresponsabilitat a tots els nostres esportistes.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

El projecte de l'Activitat Esportiva Anual 2024 ha estat un èxit notable tant en la participació dels esportistes i les seves famílies com en els resultats esportius i tècnics obtinguts.

Vull agrair sincerament als esportistes i les seves famílies per l'esforç en assolir els objectius. També vull reconèixer la col·laboració altruista de Maritxell Ramirez en xarxes socials, Nieves Navarro en vídeos i fotos, i Alfredo López en arbitratge de karate.

José Fernández Tejero ha exercit com a coordinador i responsable del muntatge i desmuntatge dels tatamis diàriament, per tal de dur a terme els entrenaments i les activitats esportives del Club Kihon. A més, ha coordinat l'àmbit tècnic i ha actuat com a entrenador i jutge de graus, desplaçant-se i assistint a totes les activitats organitzades pel club indicades en la memòria present i el calendari del 2024.

Valoració dels resultats obtinguts en relació als objectius perseguits amb les activitats del projecte 2024.

Els resultats esperats van ser aconseguits.

1. Consolidar el procés participatiu

Es va consolidar, es va penjar a la Web i es va enviar per correu electrònic als socis. Això va resultar molt positiu perquè també es va animar els pares dels alumnes a participar-hi.

2. Col·laborar i Participar en esdeveniments organitzats a la nostra ciutat.

Participem a ENRODAT A L'H 2024, Festes de Primavera, exhibicions esportives i tallers. També a les Jornades Esportives Familiars de l'AFA Escola Pompeu Fabra. Els informes es troben en les pàgines següents d'aquesta memòria.

3. Intentar Conservar i mantenir les millores obtingudes en el 2023 i que han quedat reflectides en la memòria corresponent.

L'objectiu s'ha aconseguit clarament: hem mantingut el mateix nombre de socis i el nivell d'ingressos, així com tots els serveis proporcionats durant el 2023. Tot això queda reflectit en la present memòria.

4. Mantenir actualitzada i activa tant la pàgina web <https://kihon.es/> com el servei de gestió a través de l'aplicació Playoff. <https://kihonblogspot.playoffinformatica.com/FormLogin.php>

Objectiu aconseguit: mantenim i actualitzem constantment la pàgina web, així com el servei de gestió amb PLAYOFF que millora continuament l'aplicació per oferir un millor servei.

5. Intentar dur a terme el Calendari d'activitats del Club Kihon 2024.

L'objectiu ha estat aconseguit, ja que s'han realitzat més activitats de les inicialment programades.

6. Intentar elaborar i dur a terme un taller sobre Fisioteràpia Esportiva.

Aquest objectiu també es va complir, ja que es van organitzar i realitzar dos tallers de Fisioteràpia.

En el 2024 és de destacar:

La proclamació de Marta com a Subcampiona d'Espanya.

La participació de Carla en la "Karate 1 Youth League A Coruna".

L'àmplia participació i col·laboració dels nostres esportistes i familiars en els esdeveniments organitzats a la nostra ciutat.

Que el nostre director tècnic i Mestre de karate ha rebut el 8è Dan de Karate.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Calendari d'activitats del Club Kihon dut a terme en el 2024:

Descripció de l'activitat	Data d'inici	Data final	Lloc	Nú as	Difusió
Entrenaments de base, Segons les respectives categories.(dilluns, dimecres i divendres)	03/01/2024	23/12/2024	L'Hospitalet	100	Email-Web-Altres
Entrenament de Base i Tecnificació Kata i Kumite Shiai. (dimarts, dijous i dissabtes.)	02/01/2024	19/12/2024	L'Hospitalet	35	Email-Web-Altres
FORMACIÓ ARBITRAL- CANVIS ARBITRATGE- FCK	13/01/2024	13/01/2024	Barcelona	4	Email-Web-Altres
Entrenament de Tecnificació de Kata i Kumite Shiai	13/01/2024	13/01/2024	L'Hospitalet	19	Email-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA SÈNIOR 2024	20/01/2024	20/01/2024	Esparraguera	4	Email-Web-Altres
INTERCOMUNITARI de KARATE CATALUNYA ZARAGOZA FCK	27/01/2024	27/01/2024	Zaragoza	1	Email-Web-Altres
Entrenament de Tecnificació de Kata	27/01/2024	27/01/2024	L'Hospitalet	10	Email-Altres
Taller de Fisioteràpia Deportiva abierto a padres y familiares (2)	27/01/2024	15/06/2024	L'Hospitalet	30	Email-Web-Altres
Jocs escolars de Karate TROBADA D'ENTITATS	03/02/2024	03/02/2024	En Sabadell	13	Email-Web-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA BENJAMÍ, ALEVÍ, INFANTIL I JUVENIL	10/02/2024	10/02/2024	Granollers	12	Email-Web-Altres
Examens de graus de kyus fins marró. (5) Febr,Abri,Jun,Oct,Dic	14/02/2024	16/02/2024	L'Hospitalet	80	Email-Web-Altres
Entrenament de preselecció per a Campionat Espanya Infantil	17/02/2024	17/02/2024	Barcelona	2	Email-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA DE KYUS SÈNIOR	24/02/2024	24/02/2024	Lliçà d'Amunt	11	Email-Web-Altres
Taller d'entrenament especial d'Educació Física obert als pares i familiars. 5	08/03/2024	8/11/2024	L'Hospitalet	20	Email-Web-Altres
Intercomunitario Senior FCK	09-03-24	09-03-24	Tarragona	1	Email-Altres
Jocs escolars de Karate I FINAL COMARCAL	16/03/2024	16/03/2024	En Sabadell	28	Email-Web-Altres
CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO 2024	05/04/2024	07/04/2024	Pontevedra	1	Email-Web-Altres
Entrenament de Tecnificació de Exhibicions	13/04/2024	13/04/2024	L'Hospitalet	12	Email-Altres
Intercomunitario Infantil FCK	13-4-24	13-4-24	Cheste	1	Email-Altres
FESTA ESPORTIVA ENRODAT A L'H 2024, Exhibicions i tallers esportius. (14 o 21)	14/04/2024	14/04/2024	L'Hospitalet	70	Email-Web-Altres
1ª RONDA LIGA NACIONAL JUNIOR/SUB-21 y VETERANOS	19/04/2024	21/04/2024	GUADALAJARA	2	Email-Web-Altres
Jornades esportives familiars que estaran organitzades per la AFA Pompeu Fabra	27/04/2024	27/04/2024	L'Hospitalet	40	Email-Web-Altres
CAMPIONAT D'ESPANYA INFANTIL Guadalajara RFEK (depèn de resultats)	27/04/2024	28/04/2024	Guadalajara	1	Email-Web-Altres
CAMPIONAT D'ESPANYA Universitario	03-05-24	04-05-24	Albacete	1	Email-Web-Altres
Campionat de Catalunya de Clubs	04/05/2024	04/05/2024	Montmeló	14	Email-Web-Altres
Campionat de Catalunya de Kyus Infantil FCK	18/05/2024	18/05/2024	Lloret de Mar	20	Email-Web-Altres
Karate 1 Youth League A Coruna	15/05/2024	17/05/2024	A coruña	1	Email-Web-Altres
Jocs escolars de Karate II FINAL COMARCAL (por confirmar)	25/05/2024	25/05/2024	En Sabadell	39	Email-Web-Altres
III COPA DE ESPAÑA DE ESTILOS INTERNACIONAL	24/05/2024	26/05/2024	GUADALAJARA	3	Email-Web-Altres
FORMACIÓ COACH FCK	01/06/2024	01/06/2024	Barcelona	2	Email-Altres
Trofeo Senshi Dojo / FCK	08/06/2024	08/06/2024	STA. PERPETUA	39	Email-Web-Altres
Controles Fíficos, Protocolo del EuroFit adaptado de forma empirica al Karate. (2)	17/06/2024	07/10/2024	L'Hospitalet	20	Email-Web-Altres
EXÀMEN de Graus FINS A C.N. 5è DAN Kihon FCK i R.F.E.K.	06/07/2024	14/12/2024	L'Hospitalet	9	Email-Web-Altres
Entrenament de Tecnificació de Kata i Kumite Shiai	07/09/2024	07/09/2024	L'Hospitalet	10	Email-Altres
Taller de Fisioteràpia Deportiva	14/09/2024	14/09/2024	L'Hospitalet	12	Email-Altres
Torneo y encuentro Club Natació Terrassa	22/09/2024	22/09/2024	Terrassa	13	Email-Web-Altres
Formació Arbitral. Titulació i Reciclatge FCK	28/09/2024	29/09/2024	Barcelona	7	Email-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA CADET, JÚNIOR I SUB21	05/10/2024	05/10/2024	Sant Celoni	14	Email-Web-Altres
2ª RONDA LIGA NACIONAL ABSOLUTA/CADETE	26/10/2024	27/10/2024	Santander	3	Email-Web-Altres
2ª RONDA LIGA NACIONAL MASCULINA ALE/INF/JUV	09/11/2024	10/11/2024	Tarragona	10	Email-Web-Altres
Nit de l'Esport 2024	15/11/2024	15/11/2024	L'Hospitalet	6	Email-Web-Altres
FORMACIÓ I ACTUALITZACIÓ JUTGE TRIBUNAL DE GRAUS	16/11/2024	16/11/2024	Barcelona	2	Email-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA DE KYUS INFANTIL	23/11/2024	23/11/2024	Moncada y Reixach	26	Email-Web-Altres
CAMPEONATO ESPAÑA CADETE, JUNIOR Y SUB-21 (depende de resultados)	29/11/2024	01/12/2024	Cordoba	3	Email-Web-Altres
CAMPIONAT DE CATALUNYA KYUS CADET, JÚNIOR I SÈNIOR	14/12/2024	14/12/2024	Cardedeu	10	Email-Web-Altres
GRAN FINAL LIGA NACIONAL (RFEK) (depèn de resultats)	13/12/2024	15/12/2024	Galicia	1	Email-Web-Altres
Taller d'entrenament de karate obert als pares i familiars	20/12/2024	20/12/2024	L'Hospitalet	100	Email-Web-Altres

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

FORMACIÓ ARBITRAL FCK (13 de gener de 2024).

La FCK durà a terme una formació arbitral amb motiu d'actualització i repàs de punts importants en el reglament arbitral segons la WKF i la RFEK. El lloc de la formació serà en la sala de reunions (sala 60) del GIMNÀS DINAMIS Barcelona, (entrada pel C/ Rosalía de Castro 32) en horari de 10:00 h. a 13:00 h. en sessió teòrica/pràctica, el proper dissabte 13 de gener de 2024. Aquesta formació va dirigida a tots els àrbitres i tècnics federatius.

Por parte del Club Kihon asistieron:

Alfredo Lopez - Jon Pichel – Ivan Blanco y Berta Pichel.



CURS DE TÈCNIC NIVELL I EN KARATE - ANY 2024

Federació Catalana de Karate i D.A. i l'Escola Catalana de l'Esport

El dissabte 13 de gener de 2024



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport
Consell Català de l'Esport



Al present curs van assistir 15 alumnes pertanyents als diferents clubs de karate del tot el territori Català. I el nostre director tècnic i president del club, va impartir l'assignatura d'Història i Filosofia del karate.

FCKIDA
FORMACIONS ESPORTIVES

KARATE
José Fernández Tejero

A HISTÒRICS FILOSÒFICS del KARATE I
17:00 a 18:00 h. Examen

- Entrenador Nacional de Karate
- Cinturó Negre 7è DAN
- Licenciat en Psicologia
- Màster en Psicologia Clínica i de la Salut
- Director esportiu FCKIDA

Descans 18:00 a 18:15 h.

GENER 13

esportcat

En l'actualitat el nostre director tècnic i president del Club Kihon el sr. José Fernández Tejero forma part de l'Escola Catalana de Preparadors de la FCK Impartint les assignatures d'Aspectes Històrics i Filosòfics Del Karate I i II i la de **Detecció de Talents Esportius en Karate i Entrenament a llarg termini**. En totes dues

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon
assignatures ha elaborat els textos i el material didàctic.

CAMPIONAT DE CATALUNYA SÈNIOR 2024

Día: sàbado 20-01-2024 Horario: comienza a las 9 h.

Lugar: **POLIESPORTIU EL CASTELL**

Passeig del Castell, s/n, 08292 Esparreguera

Organitzat per la FCK i classificatori per als Campionats d'Espanya

Listado con los karatekas seleccionados para participar y sus resultados:

Noms	Cognoms	Categoria	Resultados
CARLA	GAMIZ NIETO	KUMITE SENIOR FEM. -61 kg	1ª Clasificada
IVAN	BLANCO RAMIREZ	KATA SENIOR MASCULI	Eliminatorias
JON	PICHEL VALLS	KUMITE SENIOR MASC -67 kg	Eliminatorias

Coach: Jose Fernandez y Jonatan Fernandez.



PRESELECCIÓ CAMPIONAT D'ESPANYA SÈNIOR

1º Dia: 20 de enero de 2024 en el Gimnàs Dinamis de Barcelona de a las 16:30 h.

2º Dia: Dissabte, 3 de febrer de 2024. Lloc: Gimnàs Dinamis de Barcelona Travessera de Gràcia, 419

Horari Kumite: De 11:45 h. a 13:30 h. i de 16:00 h. a 17:30 h. **Carla Gamiz**

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

INTERCOMUNITARI de KARATE CATALUNYA ZARAGOZA FCK

Dia: Sábado 27 de enero de 2024.

Los competidores que a continuación detallamos están convocados para participar en el próximo intercomunitario a celebrarse en Zaragoza el sábado 27 de enero a las 15:30 h. FCK

KUMITE: MARCOS GUNDIN y en KATA: IVAN BLANCO

Resultados obtenidos en el Intercomunitario celebrado en Zaragoza:

Marcos Gundin Navarro Kumite Junior -67Kg 2º Clasificado.





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Taller de Fisioteràpia Deportiva abierto a padres y familiares.



Dia: Sábado 27-1-24.

Horário de 11:30 a 13 h.

Lugar: en el Dojo del Club Kihon.

Edad: a partir de los 12 años.

Vestimenta: prenda deportiva cómoda.

Fue interesante y formativo.

En total asistieron 30 personas.

Los familiares de los alumnos menores de 12 años si pueden asistir al taller.

La inscripción y la participación fue totalmente gratuita, tanto para los alumnos como para sus familiares.



Entre familiares y alumnos asistieron un total de 30 personas.

El club Kihon con este tipo de actividades quiere poner los medios materiales y humanos necesarios para mantener y mejorar la salud y el bienestar de sus alumnos y familiares.

A través de nuestra pagina web se les facilito información y un enlace para inscribirse:

<https://kihon.es/taller-de-fisioterapia-deportiva-abierto-a-padres-y-familiares/>

El sábado 14-09-24 se llevo a cabo el 2º taller de Fisioterapia, entre familiares y alumnos asistieron un total de 12 personas.

La fecha escogida y la coincidencia con la preparación del inicio de temporada hizo que el nivel de asistencia fuera más bajo.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon
Juegos Escolares de Karate Trobada d'Entitats de Karate 2024.



Dissabte 3 de febrer 2024
Pavelló Nord de Sabadell

Nuestra cantera de base participa en este proyecto en la competición a nivel Escolar y siempre defendiendo por encima de todo los valores educativos y de formación.

La participación es más importante que la competición.



Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPIONAT DE CATALUNYA BENJAMÍ, ALEVI, INFANTIL I JUVENIL 2024

Dia dissabte 10 de Febre de 2024

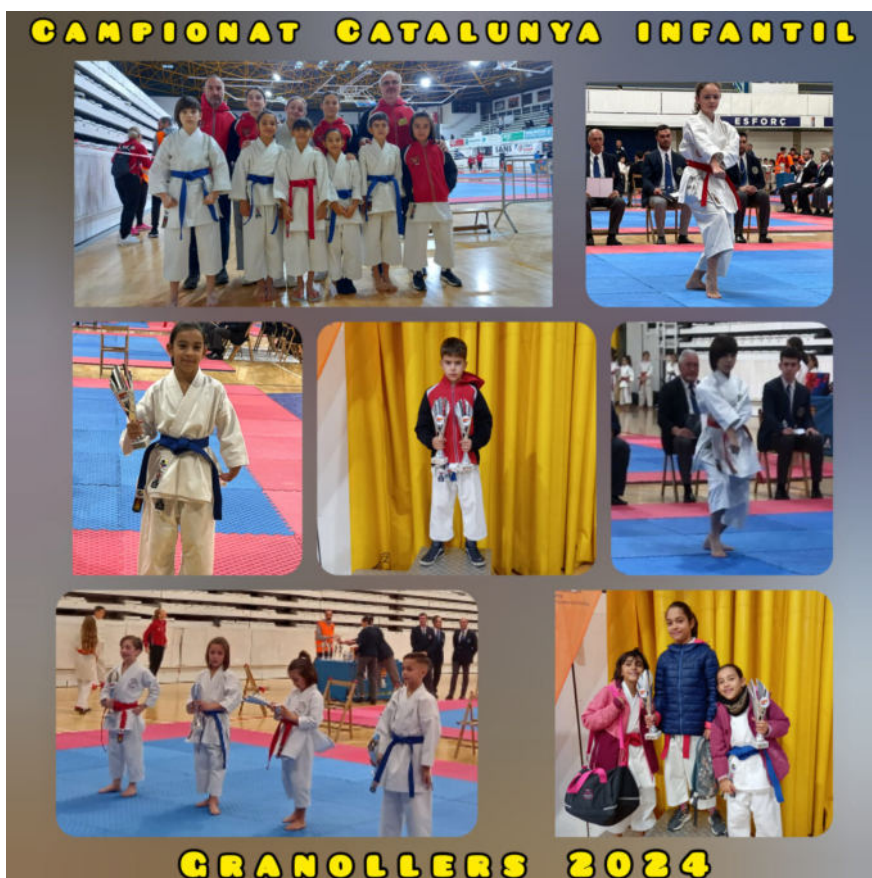
Pavelló Club Bàsquet Granollers, C/ Girona, 222 08402 Granollers

Organitzat per la FCK i classificatori per als Campionats d'Espanya

Aquest és el llistat amb els karatekes seleccionats per part de la direcció tècnica de el club Kihon i els seus resultats:

Nom	Cognoms	Modalitat i Categoria	Resultats
HUGO	VEIGAS CANTON	Kata Infantil Masculino	1r Classificat
TONI	MULA SOTO	KATA ALEVÍ MASCULÍ	2n Classificat
HUGO	VEIGAS CANTON	Kumite Infantil Masculino -30 kg	2n Classificat
JULIA	TORRENT GARCIA	KATA ALEVÍ FEMENÍ	3a Classificada
FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	Kata Infantil femenino	Eliminatòries
EMMA	TORRENT GARCIA	Kata Infantil femenino	Eliminatòries
NURIA	CABALLERO FRANCH	Kata Juvenil femenino	Eliminatòries
Alexandra	De los Reyes Ripalda	Kata Juvenil femenino	Eliminatòries

Coach: Alici Heredia, Antoni Mula, Jonatan Fernandez y Jose Fernandez.



Felicitats a tots els nostres competidors per l'actitud i companyonia independentment dels resultats.

Us informem que el proper dissabte 17 de febrer es durà a terme la primera preselecció pel Campionat d'Espanya Infantil de karate. La preselecció es realitzarà en les instal·lacions del Gimnàs Dinamis de Barcelona (Carrer Travessera de Gràcia, 419 de Barcelona).. Tots els competidors classificats en primera, segona i tercera posició, tant de kata com de kumite s'hauran de presentar en els horaris corresponents: De 10 a 11.30 h sala blava gran: Totes les categories de Kata. **Hugo-Toni-Julia** De 11.45 a 13.15 h sala blava petita: Kumite infantil masculí i femení. **Hugo** *Els competidors que no participin en aquesta primera preselecció no podran accedir a cap altra convocatòria.*

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPIONAT CATALUNYA CADET, JÚNIOR I SÈNIOR DE KYUS I DANS DE KARATE.

Dia: Dissabte 24 de Febre de 2024. **LLOC:** PABEL·LÓ D'ESPORTS DE LLIÇÀ D'AMUNT

Aquest és el llistat amb els karatekes seleccionats per part de la direcció tècnica de el club Kihon i els seus resultats:

Noms	Cognoms	Categoria	Classificació
Kheira	Sanchez Sanchez	Kata Cadete Femenino A	1ª Clasificada
Marta	Arrabal Torres	Kumite Cadete Open Femenino C	2ª Clasificada
Sergi	Parra Naranjo	Kumite senior masculino C -70 KG	2º Clasificado
Sara	González Gutiérrez	Kumite Cadete Open Femenino A	3ª Clasificada
Erik	Caracuel oya	Kata Cadete Masculino B	Eliminatorias
OSCAR	AULET TORRENTE	Kumite Cadete masculino B +60 kg	Eliminatorias
Oscar	Ruiz Herrera	Kumite senior masculino B +70 KG	Eliminatorias
Yannick	Tchivoulou	Kumite senior masculino C +70 KG	Eliminatorias

CAMPIONAT CATALUNYA KYUS CADET-SÈNIOR



LLIÇA D'AMUNT 2024

Coach: Alicia – Jonatan y Jose (Participaron 11 personas 8 competidores y 3 Coach)

Bona feina i excel·lent actitud la de tots els nostres competidors.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Intercomunitario de karate Catalana-Aragonesa-Navarra-Valenciana El 9-3-24 en Valls, Tarragona.

La Federación Catalana de karate se ha desplazado hasta Valls para participar en un Intercomunitario junto a la Federación Aragonesa - Federación Navarra y Federación Valenciana de karate.

Carla Gamiz Nieto seleccionada por la FCK para participar en:

Kumite Sénior Femenino <61kg y Kumite Equipo Senior

Carla ha ganado los tres encuentros en los que ha participado a nivel Individual y también realiza un combate en Categoría equipos contra la selección Aragonesa.

INTERCOMUNITARIO KUMITE 2024

VALLS

Éste intercomunitario ha servido de preparación para el próximo Campeonato de España Senior que se celebrará en Pontevedra Del 5 al 7 de Abril.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Jocs Escolars I Final Comarcal Karate Dissabte 16 De Març (Sabadell)

Aquests són els karatekes que han participat i els resultats obtinguts en aquesta Primera Final:

Nom i Cognoms	Categoria	Modalidad	clasificacion
Julia Lozano Ruiz	3B1	kata	1 clasificada
HUGO VEIGAS CANTON	3B2	kata	1 clasificado
EMMA TORRENT GARCIA	4B1	kata	1 clasificada
ADRIA RUIZ MARTINEZ	4B2	kata	1 clasificado
MARTA ARRABAL TORRES	5C1	kata	1 clasificada
Kheira Sanchez Sanchez	6B1	kata	1 clasificada
Erik Caracuel oya	6B2	kata	1 clasificado
Marc García Sánchez	4A21	Kumite	1 clasificado
EMMA TORRENT GARCIA	4B12	Kumite	1 clasificada
Sara González Gutiérrez	6B12	Kumite	1 clasificada
Erik Caracuel oya	6B21	Kumite	1 clasificado
MARTA ARRABAL TORRES	6D11	Kumite	1 clasificada
Toni Mula Soto	2A2	kata	1 clasificado
Nora Arriaza Bagán	3A1	kata	1 clasificada
EREN CARPIO TRIGUERO	3A21	Kumite	1 clasificado
HUGO VEIGAS CANTON	3A22	Kumite	1 clasificado
OSCAR AULET TORRENTE	6C21	Kumite	1 clasificado
ADA GRANDE GOMEZ	3B1	kata	2 clasificada
Martí Fernández Falagán	3B2	kata	2 clasificado
Gerard Jaramillo Corzo	4A2	kata	2 clasificado
Guillermo Grande Gomez	4B2	kata	2 clasificado
ELIADES PEREZ MARTI	5B2	kata	2 clasificado
Alexandra De los Reyes Ripalda	5C1	kata	2 clasificada
JANA ESTÉVEZ CADIerno	6B1	kata	2 clasificada
ADRIA RUIZ MARTINEZ	4B22	Kumite	2 clasificado
Kheira Sanchez Sanchez	6B12	Kumite	2 clasificada
Zoe Mula Soto	6D11	Kumite	2 clasificada
MARTA MORENO LAHUERTA	3A1	kata	2 clasificada
Max Reuss Guitart	3A2	kata	2 clasificado
Julia Lozano Ruiz	3A12	kumite	2 clasificada
Anna Victoria Jara Palma	3B1	kata	3 clasificada
JULIA TORRENT GARCIA	3B1	kata	3 clasificada
EREN CARPIO TRIGUERO	3B2	kata	3 clasificado
Pau Collantes Algarra	3B2	kata	3 clasificado
JULIA BUSTOS VEIGA	4A1	kata	3 clasificada
DIEGO VEIGAS CANTON	4B2	kata	3 clasificado
Zoe Mula Soto	5C1	kata	3 clasificada
Sara González Gutiérrez	6B1	kata	3 clasificada
DIEGO VEIGAS CANTON	4B22	Kumite	3 clasificado
CHLOE GISELLE OLAVARRI MAQUI	2A1	kata	Eliminatorias
Dídac Piqueras Miravalls	2A2	kata	Eliminatorias

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Cinc àrbitres del Club Kihon van ser convocats pel Consell Esportiu de Sabadell per a arbitrar aquesta primera final de karate:

Alfredo Lopez, Carla Gamiz, Jon Pichel, Ivan Blanco y Berta pichel.

Coach: Alica, Jonatan y Jose



Èxit sense precedents en uns jocs escolars de karate on els nostres karatekes han obtingut 39 podis, mostrant un bon nivell tècnic una ferma actitud i una excel·lent companyonia.

Ara a entrenar i preparar-se per a l'última final que està prevista realitzar-la a Sabadell el 25-5-24.

Participaron en esta actividad: 41 deportistas, 5 árbitros y 3 coach. 49 personas

CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO

Días 5, 6 y 7 de abril de 2024 Organizado por la RFEK

PAVILLÓN MUNICIPAL DOS DEPORTES Rúa Xoan Manuel Pintos, Pontevedra

Carla Gamiz Nieto seleccionada por la FCK, participo en:

Kumite Sénior Femenino <61kg quedando 4ª clasificada

Kumite Equipos Senior quedando el equipo catalán 4º clasificado.



Carla ha tenido una buena actuación en este Campeonato de España Senior:

En Kumite Sénior Femenino <61kg. Pasa tres rondas de eliminatorias, pierde el pase a la final y el encuentro para el 3º puesto pierde por un ajustado 4 a 3.

En Kumite Equipos Senior Femenino pasan la primera ronda de eliminatorias y en el encuentro para el 3º puesto pierden por un ajustado tres victorias a dos.

Nuestras felicitaciones.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Campeonato Intercomunitario Valencia-Zaragoza-Madrid y Cataluña 13-04-2024 en Cheste.

Hugo Veigas Canton seleccionado por la Federación Catalana de Karate



**CAMPEONATO
INTERCOMUNITARIO
INFANTIL 2024**
13 DE ABRIL
PABELLÓN MUNICIPAL CHESTE

Ayuntamiento de Cheste
GENERALITAT VALENCIANA
Comunitat Valenciana
COMUNITAT DE L'ESPORT

K
FCH
FCH
FCH



CAMPEONATO ESPAÑA INFANTIL
KARATE
46 CAMPEONATO DE ESPAÑA INFANTIL
GUADALAJARA, 27-28 ABRIL

FCH

Hugo Veigas Canton seleccionado por la Federación Catalana de Karate ha participado en el Intercomunitario en Cheste en la modalidad de [Kata y Kumite Infantil](#).

Éste intercomunitario ha servido de preparación para el próximo Campeonato de España Infantil que se celebrará en Guadalajara Del 27 al 27 de Abril.

Muchas Felicidades y te deseamos mucha suerte!



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

ENRODAT A L'H 2024 Participació Club Kihon

Organitzat per la Regidoria d'Esports del'Ajuntament.

Diumenge 14 d'Abril de 2024 de 10 h a 14 h a la Plaça d'Europa.

Emmarcat en el programa de Festes de Primavera de L'Hospitalet,



Les recerques sobre els beneficis de l'activitat física i l'esport solen estar emmarcades dins del discurs mèdic, que recomanen la pràctica d'esport amb la intenció de disminuir la probabilitat d'ocurrència de patologies d'origen cardíac, respiratori, metabòlic, entre altres. Si bé aquests discursos són importants, per molt de temps s'ha desconegut, o almenys no s'ha reconegut la importància de l'esport en altres contextos de la vida humana. Diferents estudis fan evident els beneficis que l'esport té quant a processos de socialització, processos mentals, rendiment escolar i millorament de la qualitat de vida de les persones que ho practiquen. **L'esport és salut, benestar i qualitat de vida.**

Vull agrair a tots els alumnes i familiars la vostra participació en les activitats de karate dutes a terme pel Club Kihon. Gràcies a vosaltres hem aconseguit donar més visibilitat al karate en general i al Club Kihon en particular. Així mateix, agrair i felicitar l'Ajuntament de l'Hospitalet per haver organitzat l'esdeveniment.

El Club Kihon va participar en l'exhibició de Karate a l'escenari i dos tallers de karate.

Participants en l'exhibició: 12 noies i 10 nois en total 22 participants de 5 a 76 anys.

Edad	Nombre	Apellidos	Nom Exhibició
5	IZAN	SERRANO GOMEZ	kata de iniciación
14	Kheira	Sanchez Sanchez	
76	Manel	Sanchez Jorge	Kata familiar nieta-abuelo
13	ZOE	MULA SOTO	
47	ANTONIO	MULA MENGUAL	Kata familiar padre-hija-hijo
7	TONI	MULA SOTO	
9	JULIA	TORRENT GARCIA	
9	Anna Victoria	Jara Palma	
9	ADA	GRANDE GOMEZ	kihon creativo
9	Julia	Lozano Ruiz	
10	EMMA	TORRENT GARCIA	
10	FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	
11	NURIA	CABALLERO FRANCH	
11	MARTINA	SERVIAN BLANCO	Kata Equipo Juvenil
12	Alexandra	De los Reyes Ripalda	
17	BERTA	PICHEL VALLS	Kata shiai femenino
16	IVÁN	BLANCO RAMÍREZ	Kata shiai masculino
16	MARCOS	GUNDIN NAVARRO	
17	BERTA	PICHEL VALLS	
19	JON	PICHEL VALLS	Kumite - Combate
24	PABLO	GAMIZ NIETO	
16	MARCOS	GUNDIN NAVARRO	
19	JON	PICHEL VALLS	Defensa Personal.
24	PABLO	GAMIZ NIETO	
Realizarán: Ivan - Berta – Marcos-Jon y Pablo			Roturas de Maderas
38	JONATAN	FERNANDEZ HEREDIA	Entrenador.
66	JOSE	FERNANDEZ TEJERO	Coordinador





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon



KARATE
FESTES DE
PRIMAVERA
Club KIHON
ESCOLA DE KARATE-DO
Ajuntament de L'Hospitalet



Ajuntament de L'Hospitalet

14 d'abril del 2024
Exhibició de karate



Tallers d'entrenaments de karate.



KARATE
FESTES DE
PRIMAVERA
Club KIHON
ESCOLA DE KARATE-DO
Ajuntament de L'Hospitalet



14 d'abril del 2024



El meu agraïment i felicitació a tothom. (participaron 70 personas)

Jose Fernandez Tejero
President Club Kihon

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

1ª FASE DE LA LIGA NACIONAL MASCULINA JÚNIOR, SUB-21 del 2024

Días: Viernes y sábado 19 y 20 de abril de 2024

Lugar: PALACIO MULTIUSOS AGUAS VIVAS Avenida de El Vado, 13 19005 - GUADALAJARA

Listado de los Karatekas seleccionados por la dirección técnica del Club Kihon:

Nombres	Apellidos	Modalidad y Categoría
MARCOS	GUNDIN NAVARRO	Kumite Júnior masc -76 kg.

Coach: José Fernández



Marcos el año pasado participo en -68 kg y este año ha subido de categoría y ha participado en -76 kg. Hemos de reconocer que en esta categoría este año han participado karatekas con un excelente nivel y no sido posible, a pesar del buen nivel de Marcos, pasar las eliminatorias y acceder a los puestos de pódium.

Hemos tomado conciencia de los aspectos que tenemos que mejorar si queremos optar a obtener unos mejores resultados. Estoy seguro de que Marcos conseguirá mejorarlos.

Mi felicitación a Marcos por su buena actitud luchando hasta el final por dar la vuelta al marcador.

Coach: José Fernández

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Jornades Esportives Familiars Organitzades per l'AFA de l'escola Pompeu Fabra.

Día: sàbado 27 de abril de 2024 Horario de 10:00 a 11:15 h. Lugar: en el Dojo C/ Pi i Margall 27.

El Club Kihon llevó a cabo una exhibición de karate y un taller de entrenamiento abierto a los familiares y amigos. En las mencionadas actividades participaron un total de 40 karatekas en edades comprendidas entre los 5 y los 76 años y numeroso público compuesto en su inmensa mayoría por los familiares y amigos de los karatekas participantes y de los cuales algunos de ellos se animaron a participar e interactuar con nuestros karatekas dentro del tatami.

Estos son los karatekas que participaron en la exhibición:

Izan Serrano (el más joven 5 años), Manel Sánchez (el de más edad 76 años), Kheira Sanchez, Emma Torrent, Fiona Caballero, Julia Lozano, Ada Grande, Julia Torrent, Anna Jara, Nuria Caballero, Martina Servian, Alexandra de los Reyes, Marcos Gundin, Berta Pichel, Jon Pichel, Pablo Gamiz, Ivan Blanco, Marta Arrabal, Jonatan como Sensei y Jose como coordinador.



Queremos Felicitar a los karatekas que realizaron la excelente exhibición y expresar nuestro agradecimiento a todos los karatekas y familiares que han participado en este evento y a la AFA de la Escola Pompeu Fabra por la organización.

También queremos destacar el excelente comportamiento del público.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE KARATE INFANTIL 2024

Días: 27 y 28 de abril de 2024 en Guadalajara.

Organitzat per la Federació Espanyola de Karate.

Hugo Veigas Canton, seleccionat per la FCK hi ha participat.

Nombre	Apellidos	Categoria	Resultados
Hugo	Veigas Canton	Kata y kumite Infantil Masculí	Eliminatorias



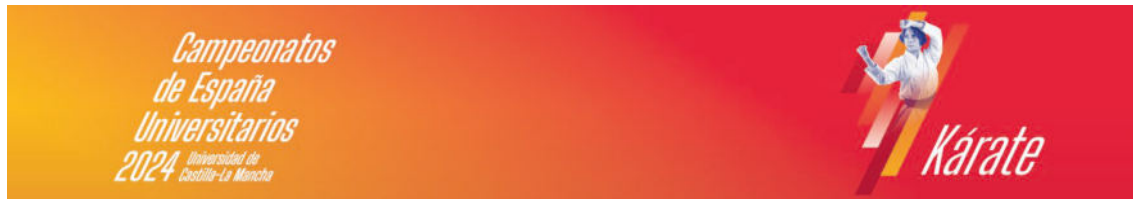
Haver estat seleccionats i haver pogut gaudir de l'experiència ha estat tot un assoliment. Per a aconseguir pòdium encara ens falta molta feina.

Felicitats.

José Fernández Tejero
President Club Kihon



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon



LUGAR DE COMPETICIÓN. Pabellón Polideportivo Universitario.
C. Guillermina Medrano Aranda, s/n 02006 Albacete
<https://maps.app.goo.gl/GiwxQpjBZGz9H3Tw7>

Carla Gamiz Nieto ha sido **seleccionada** he inscrita por la Universidad de Barcelona para participar en el Campeonato de España Universitario de karate en la modalidad de **Kumite Senior femenino menos de 61 kg.**



Carla ha realizado un buen trabajo de recuperación después de haber quedado Campeona de España en Kumite femenino sub-21 y en este su primer Campeonato de España Universitario Senior paso la primera ronda de eliminatorias ganando su combate por 9 a 0; pero no pudo superar la segunda ronda de eliminatorias quedando fuera de la posibilidad de entrar en la repesca.

Nuestro reconocimiento por el esfuerzo realizado.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS 2024

DIA: Dissabte, 4 de maig de 2024

LLOC: Pavelló d'Esports de Montmeló C/ Dr. Ferran,11 Montmeló

Los cuatro equipos consiguieron pódium realizando un buen trabajo. Felicidades a todos.

Estos son los karatekas que participaron por el Club Kihon y sus resultados:

Kata Alevin Equipos 3º Clasificado

Nombre	Apellidos
Nora	Arriaza Bagán
JULIA	TORRENT GARCIA
MARTA	MORENO LAHUERTA
TONI	MULA SOTO

Kata Infantil Equipos 3º Clasificado

Nombre	Apellidos
Julia	Lozano Ruiz
EMMA	TORRENT GARCIA
FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ
Martí	Fernández Falagán

Kata Juvenil Equipos 2º Clasificado

Nombre	Apellidos
NURIA	CABALLERO FRANCH
MARTINA	SERVIAN BLANCO
Alexandra	De los Reyes Ripalda

Kata Cadetes Equipos 2º Clasificado

Nombre	Apellidos
ZOE	MULA SOTO
MARTA	ARRABAL TORRES
Kheira	Sanchez Sanchez

Campionat Catalunya Clubs



Equip Aleví



Equip Infantil



Equip Juvenil



Equip Cadet



Montmeló, 4 Maig

Los cuatro equipos entrenaron duro y con mucha ilusión para este Campeonato y por encima de los resultados obtenidos está el buen compañerismo y la renuncia del individualismo en beneficio del grupo. Nuestra Felicitación y reconocimiento por el trabajo realizado.

Coach: Alicia y Jose



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Karate 1 Youth League A Coruna

Días: 15 – 16 – 17 –de mayo.

Lugar

Palacio de los Deportes de Riazor C/ Manuel Murgía s/n
A Coruña, A Coruña 15011 España [+ Google Map](#)

Carla Gamiz Nieto, seleccionada he inscrita por la RFEK ha participado en el Youth League de karate en la modalidad de **Kumite Senior femenino menos de 61 kg.**



Un día antes de la competición convocada por la RFEK a la concentración del equipo nacional de karate ha participado en los entrenos de kumite femenino.

Carla Gamiz: miércoles 15 Entrenamiento equipo nacional femenino jueves 16 compite en kumite sub21 femenino -61 kg. Pero no logra pasar la ronda de eliminatorias.

Una nueva experiencia para su evolución y progresión.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Campionat De Catalunya De Karate De Kyus Kata I Kumite Benjamin A Juvenil.

Dia: Dissabte 18 de maig de 2024. En Lloret de Mar Organitzat per la FCK.

Aquest és el llistat amb els competidors que van participar del Club Kihon i els seus resultats:

Noms	Cognoms	Modalitat i Categoria	Resultats
FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	Kata Infantil Fenmeni Verd	1a Classificada
Alexandra	De los Reyes Ripalda	Kata Juvenil Femeni Marro i Negre	2a Classificada
LUCAS	CORDON RAMIREZ	Kumite Infantil Mas Blau-Marro -43 B	2º Classificat
JULIA	BUSTOS VEIGA	Kata Infantil Fenmeni Taronja	3a Classificada
Nora	Arriaza Bagán	Kata Alevi Fenmeni Taronja	3a Classificada
Julia	Lozano Ruiz	Kata Infantil Fenmeni Verd	3a Classificada
NURIA	CABALLERO FRANCH	kata Infantil Fenmeni blau i Marro	3a Classificada
MARTINA	SERVIAN BLANCO	kata Infantil Fenmeni blau i Marro	3a Classificada
Anna Victoria	Jara Palma	kata Alevi Fenmeni Verd	3a Classificada
EREN	CARPIO TRIGUERO	Kumite Infantil Mas Blau-Marro -43 B	3r Classificat
MARTA	MORENO LAHUERTA	Kata Alevi Fenmeni Taronja	Passa una ronda
ADA	GRANDE GOMEZ	Kata Alevi Fenmeni Verd	Eliminàtories
Guillermo	Grande Gomez	Kata Juvenil Masculi Verd i Blau	Eliminàtories
ADRIA	RUIZ MARTINEZ	Kata Juvenil Masculi Verd i Blau	Eliminàtories



Campionat De Catalunya De Karate De Kyus Kata I Kumite Benjamin A Juvenil

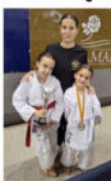
Els nostres karateques van mostrar un bon nivell tècnic.

Sens dubte fruit de l'esforç i la tenacitat dels nostres esportistes i tècnics.

Les meves felicitacions per doble partida, pels èxits esportius aconseguits i pel bon nivell tècnic demostrat a cadascuna de les vostres actuacions.



Lloret de Mar, 18 de Maig



Enhorabona a tots independentment dels resultats obtinguts.

Coach: Alicia Heredia y Jose Fernandez

Participaron: 14 deportistas, 4 arbitros y 2 Coach 20 personas.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.

Jocs Escolars de Karate 2024



**CONSELL
ESPORTIU
L'HOSPITALET**



Algo más que un Club.
Club KIHON
ESCOLA DE KARATE-DO
Algo más que un deporte.



CONSELL ESPORTIU - SABADELL



CONSELL ESPORTIU



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

II Final Comarcal de Karate el dissabte 25/05/24 a Sabadell.

Aquests són els karatekes del Club Kihon que van participar i els resultats que van obtenir:

Nom i Cognoms	Categoria	Modalitat	Classificació
MARTA MORENO LAHUERTA	3A1	Kata	1a Classificada
Julia Lozano Ruiz	3B1	Kata	1a Classificada
EMMA TORRENT GARCIA	4B1	Kata	1a Classificada
Alexandra De los Reyes Ripalda	5C1	Kata	1a Classificada
Zoe Mula Soto	5C1	Kata	1a Classificada
Kheira Sanchez Sanchez	6B1	Kata	1a Classificada
JANA ESTÉVEZ CADIerno	6B1	Kata	1a Classificada
EMMA TORRENT GARCIA	4B12	Kumite	1a Classificada
Sara González Gutiérrez	6B12	Kumite	1a Classificada
Zoe Mula Soto	6D11	Kumite	1a Classificada
EREN CARPIO TRIGUERO	3A21	Kumite	1r Classificat
HUGO VEIGAS CANTON	3A22	Kumite	1r Classificat
OSCAR AULET TORRENTE	6C21	Kumite	1r Classificat
HUGO VEIGAS CANTON	3B2	Kata	1r Classificat
EREN CARPIO TRIGUERO	3B2	Kata	1r Classificat
ADRIA RUIZ MARTINEZ	4B2	Kata	1r Classificat
Erik Caracuel oya	6B2	Kata	1r Classificat
Marc García Sánchez	4A21	Kumite	1r Classificat
ADRIA RUIZ MARTINEZ	4B22	Kumite	1r Classificat
DIEGO VEIGAS CANTON	4B22	Kumite	1r Classificat
Erik Caracuel oya	6B21	Kumite	1r Classificat
Nora Arriaza Bagán	3A1	Kata	2a Classificada
Julia Lozano Ruiz	3A12	Kumite	2a Classificada
JULIA TORRENT GARCIA	3B1	Kata	2a Classificada
JULIA BUSTOS VEIGA	4A1	Kata	2a Classificada
FIONA CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	4B1	Kata	2a Classificada
Sara González Gutiérrez	6B1	Kata	2a Classificada
Kheira Sanchez Sanchez	6B12	Kumite	2a Classificada
Pau Collantes Algarra	3B2	Kata	2n Classificat
Guillermo Grande Gomez	4B2	Kata	2n Classificat
Anna Victoria Jara Palma	3B1	Kata	3a Classificada
ADA GRANDE GOMEZ	3B1	Kata	3a Classificada
Martí Fernández Falagán	3B2	Kata	3r Classificat
Gerard Jaramillo Corzo	4A2	Kata	3r Classificat
DIEGO VEIGAS CANTON	4B2	Kata	3r Classificat
Max Reuss Guitart	3A2	Kata	4a Classificat

Rotund èxit dels nostres karatekes, les dades parlen per si sols, sent de destacar que alguns dels nostres karatekes van aconseguir quedar campions en les dues modalitats Kata i Kumite.

Les nostres Felicitacions a tots els participants i l'agraïment als seus familiars.

Coach: Jose, Alicia y Jonatan. (36 deportistas y 3 coach 39 personas)



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

IV COPA DE ESPAÑA DE ESTILOS-INTERNACIONAL

Del 24 al 26 de mayo de 2024 en Alovera (Guadalajara)

Estos son los alumnos que han participado en este evento y sus resultados:

Iván Blanco Ramírez	Kata Junior Masculino	2º Clasificado
Berta Pichel Valls	Kata Senior Femenino	3ª Clasificada
Iván Blanco Ramírez	Kata Senior Masc.	4º Clasificado
Marta Arrabal Torres	Kata Cadete Fem.	Eliminatorias



Buen trabajo y actitud de los tres competidores.

Lo más importante el aprendizaje adquirido y haber disfrutado de la experiencia.

Nuestro agradecimiento a sus familiares por el apoyo incondicional a sus hijos.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

FEDERACIÓ CATALANA DE KARATE



FORMACIÓ I ACTUALITZACIÓ COACH F.C.K.

La FCK i D. A. realitza una formació de titulació i actualització de COACH, requisit IMPRESCINDIBLE per a poder exercir com a tal en els campionats organitzats per aquesta federació (d'obligatori compliment).

Dia: Dissabte, 1 de juny de 2024.

Lloc: Gimnàs Dinamis de Barcelona – Sala 60. c/ Rosalia de Castro, 30 08025 - Barcelona

Hora: De 10:00 h. A 13:00 h.

Se inscribieron y aprobaron la correspondiente actualización:

Jose Fernandez Tejero y Jonatan Fernandez Heredia.





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

TROFEU DE KARATE SENSHI DOJO SANTA PERPETUA i KYUS - F.C.K.



Dissabte 08/06/2024 a Santa Perpètua de Mogoda

Aquest és el llistat amb els competidors que van participar del Club Kihon i els seus resultats:

Nombre	Apellidos	Modalidad-Categoria	Resultados
NURIA	CABALLERO FRANCH	Kata Infantil Femenino	1ª Clasificada
MARCOS	GUNDIN NAVARRO	Kumite Junior Masc +65 kg	1º Clasificado
Sergi	Parra Naranjo	Kumite Senior Masc -70 kg	1º Clasificado
JULIA	BUSTOS VEIGA	Kata Juvenil-Cadete Fem	2ª Clasificada
HUGO	VEIGAS CANTON	Kata Infantil Masculino	2º Clasificado
ZOE	MULA SOTO	Kata Juvenil-Cadete Fem	3ª Clasificada
MARTA	MORENO LAHUERTA	Kata Alevín Mixto	3ª Clasificada
MARTINA	SERVIAN BLANCO	Kata Infantil Femenino	3ª Clasificada
EMMA	TORRENT GARCIA	Kata Infantil Femenino	3ª Clasificada
ZOE	MULA SOTO	Kumite Cadete Fem Open	3ª Clasificada
MARTA	ARRABAL TORRES	Kumite Cadete Fem Open	3ª Clasificada
BERTA	PICHEL VALLS	Kumite Junior Femenino Open	3ª Clasificada
CARLA	GAMIZ NIETO	Kumite Senior Fem Open	3ª Clasificada
IVÁN	BLANCO RAMÍREZ	Kata Senior Masculino	3º Clasificado
JOEL	CARPIO TRIGUERO	Kumite Cadete Masc -65 kg	3º Clasificado
OSCAR	AULET TORRENTE	Kumite Cadete Masc -65 kg	3º Clasificado
JON	PICHEL VALLS	Kumite Senior Masc -70 kg	3º Clasificado
MARTA	ARRABAL TORRES	Kata Juvenil-Cadete Fem	4ª Clasificada

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de l'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Kheira	Sanchez Sanchez	Kata Juvenil-Cadete Fem	4ª Clasificada
JANA	ESTÉVEZ CADIerno	Kata Juvenil-Cadete Fem	4ª Clasificada
Nora	Arriaza Bagán	Kata Alevín Mixto	4ª Clasificada
Anna Victoria	Jara Palma	Kata Alevín Mixto	4ª Clasificada
Alexandra	De los Reyes Ripalda	Kata Juvenil-Cadete Fem	Eliminatoris
ADRIA	RUIZ MARTINEZ	Kata Juvenil-Cadete Mas	Eliminatoris
Erik	Caracuel oya	Kata Juvenil-Cadete Mas	Eliminatoris
EREN	CARPIO TRIGUERO	Kata Infantil Masculino	Eliminatoris
DIEGO	VEIGAS CANTON	Kata Infantil Masculino	Eliminatoris
JULIA	TORRENT GARCIA	Kata Alevín Mixto	Eliminatoris
Pau	Collantes Algarra	Kata Alevín Mixto	Eliminatoris
FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	Kata Infantil Femenino	Eliminatoris
Sara	González Gutiérrez	Kumite Cadete Fem Open	Eliminatoris
ADRIA	RUIZ MARTINEZ	Kumite Juvenil Mas -55 kg	Eliminatoris
Erik	Caracuel oya	Kumite Cadete Mas -65 KG	Eliminatoris

Coach: Jonatan, Antonio, Alicia y Jose Arbitro: Alfredo

Bona actuació dels nostres karateques. Aquest torneig ens ha servit per posar a prova la nostra capacitat d'acceptació i de lluita. Acceptar les decisions que només competeixen als jutges i lluitar per millorar el nostre nivell per als propers Campionats.

Mitjançant aquests campionats intercanviem les nostres experiències amb altres esportistes i ens permet entrenar i adquirir una major experiència.

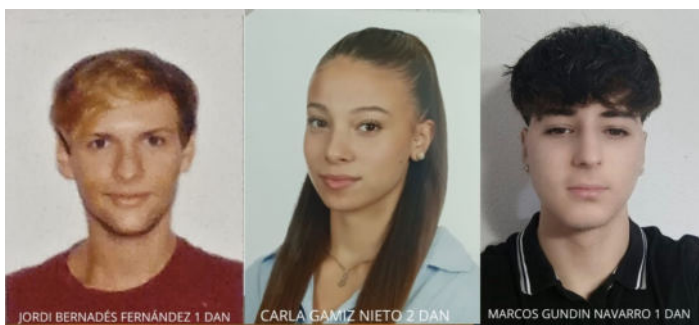
Les nostres Felicitacions a tots els participants i l'agraïment als seus familiars.

Participaron: 34 competidores, 1 arbitro y 4 Coach. 39 personas.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

El sábado 06-07-2024 se ha llevado a cabo exámenes de cinturón negro hasta 2º Dan según normativa de grados de la FCK, resultandos aprobados los siguientes:

Apellidos	Nombre	Grado
GAMIZ NIETO	CARLA	2º Dan
BERNADÉS FERNÁNDEZ	JORDI	1º Dan
GUNDIN NAVARRO	MARCOS	1º Dan



La jerarquía dentro del Karate Do se establece en el Grado.

El aspirante, tras años de práctica, aspira a superarse y a reflejar sus progresos a partir de un cambio en el cinturón.

Dicha experiencia tiene como fin el dotarlo de mayor conocimiento, pero a la vez, de mayor modestia, mayor respeto y mayor interés en el aprendizaje, que como todos descubrimos un día u otro, no finaliza jamás.

El sistema de grados de karate supone un enorme refuerzo para los karatekas que acceden a los mismos y es un método de refuerzo perfecto para el reconocimiento al esfuerzo, la perseverancia, la constancia y la humildad del que lucha día a día para mejorar.

Llegar a cinturón negro no es el final sino el inicio de algo nuevo. A partir del cinturón negro es cuando se nos abren las puertas para aprender de verdad el Karate-Do, pero bajo una nueva dimensión.

Los exámenes de Grados es un derecho que tienen todos los Karatekas y el Club Kihon se compromete a garantizar este derecho. <https://kihon.es/grados/>

Nuestras Felicitaciones a los tres por haber realizado un excelente Examen.
Jueces: Jonatan, Antonio, Alfredo, Luis y Pablo. D. Técnico Jose Fernandez

Participaron: 3 aspirantes, 5 jueces y el director técnico.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Torneig Inter-clubs de Karate Natació Terrassa de Kumite

DATA: Diumenge 22 de Setembre de 2024, de 8:30 a 14:30 h

Lloc: Club Natació Terrassa, avinguda Abat Marcet, s/n 08225 Terrassa

Aquest és el llistat amb els competidors que van participar del Club Kihon i els seus resultats:

NOM I COGNOMS	Categoria	Classificació
Sara González Gutiérrez	Kumite Junior Femenino Open	1ª Clasificada
CARLA GAMIZ NIETO	Kumite Sub21 Femenino Open	1ª Clasificada
MARCOS GUNDIN NAVARRO	Kumite Junior Masculino Open	1º Clasificado
MARTA ARRABAL TORRES	Kumite Cadete Femenino Open	2ª Clasificada
BERTA PICHEL VALLS	Kumite Sub21 Femenino Open	2ª Clasificada
JON PICHEL VALLS	Kumite Senior Masculino Open	2º Clasificado
Kheira Sanchez Sanchez	Kumite Cadete Femenino Open	3ª Clasificada
OSCAR AULET TORRENTE	Kumite Junior Masculino Open	3º Clasificado
JOEL CARPIO TRIGUERO	Kumite Junior Masculino Open	3º Clasificado
Erik Caracuel oya	Kumite Junior Masculino Open	Eliminatorias

Coach: Jose Fernandez y Alicia.



La participación en el presente Torneo nos ha servido de preparación para la participación en el CAMPIONAT DE CATALUNYA CADET, JÚNIOR I SUB21 FCK , que está previsto que se lleve a cabo el 05/10/2024. Estamos muy cerca de conseguir los objetivos que nos habíamos propuesto: Conseguir pódium en el Cpto Oficial del 5-10-24 por parte de Marcos, Jon, Carla, Berta, Joel y Marta. Y Que Sara, Oscar, Kheira y Erik adquieran una mayor experiencia de cara a tener mayores opciones de conseguir pódium en el 2025.

Mis felicitaciones por vuestra contundente actuación, por los resultados obtenidos y sobre todo por **vuestro excelente comportamiento y compañerismo**.

Quiero agradecer a **Alfredo Lopez**, director de arbitraje del Kihon, su **altruista** colaboración.

Participaron: 10 competidores, 1 arbitro y 2 coach. 13 personas.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

FEDERACIÓ CATALANA DE KARATE I D.A. CURS D'ARBITRATGE DE KARATE 2024

Durant els dies 28 i 29 de setembre, S'ha dut a terme el curs oficial d'arbitratge, corresponent a l'any 2024.

OBLIGATÒRIA l'assistència en la **totalitat de l'horari** per a tots (aspirants a titulació i reciclatge).

HORARIS: Dissabte dia 28/9:

- De 10:00 h. a 11:30 h.: LECTURA i ACLARACIONS DEL REGLAMENT DE KATA
- De 11:45 h. a 13:30 h.: LECTURA i ACLARACIONS DEL REGLAMENT KUMITE
- De 15:30 h. a 16:00 h. EXAMEN TEÒRIC DE KUMITE
- De 16:00 h. a 16:30 h. EXAMEN TEÒRIC KATA
- De 16:45 h. a 18:00 h. VISUALITZACIÓ KATAS (PRÀCTIQUES)
- De 18:00 h. a 19:00 h. EXAMEN PRÀCTIC DE KATA

Diumenge dia 29/9:

- De 10:00 h. a 12:00 h. PRÀCTIQUES DE KUMITE
- De 12:15 h. a 13:30 h. EXAMEN PRÀCTIC DE KUMITE

REALITZACIÓ DEL CURS

El curs es realitzarà íntegrament en el Gimnàs Dinamis de Barcelona (travessera de Gràcia, 419)

La part teòrica i els exàmens es realitzaran en la sala 60 entrant pel carrer Rosalía de Castro número 30.

La part pràctica, es realitzarà en la sala blava del Gimnàs i l'entrada es farà per travessera de Gràcia.

Set dels nostres karatekas van assistir a l'esmentat curs de Formació:



Barcelona 28 y 29 de
septiembre de 2024



Alfredo Lopez, Berta Pichel i Jose Fernandez com a àrbitres per reciclar. Carla Gamiz, Marta Arrabal, Joel Carpio i Kheira Sanchez com a competidors de kumite i col·laboradors perquè els àrbitres facin les pràctiques i els exàmens pràctics. (Participaron 3 jueces y 4 competidores total 7 personas)

El nostre agraïment i felicitació.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Campionat De Catalunya Cadet, Júnior I Sub-21.

Dissabte 5 d'octubre de 2024. Organitzat per la FCK i classificatori per als Campionats d'Espanya

Aquest és el llistat amb els competidors de Club Kihon: Coach: Jonatan y Jose.

NOM I COGNOMS	Modalitat i Categoria	Classificació
CARLA GAMIZ NIETO	KATA SUB-21 FEMENÍ	1a Classificada
MARTA ARRABAL TORRES	KUMITE CADET FEMENÍ -54	1a Classificada
CARLA GAMIZ NIETO	KUMITE SUB-21 FEMENÍ -61	1a Classificada
MARTA ARRABAL TORRES	KATA CADET FEMENÍ	2a Classificada
Sara González Gutiérrez	KUMITE JÚNIOR FEMENÍ -53	2a Classificada
Kheira Sanchez Sanchez	KUMITE CADET FEMENÍ -47	3a Classificada
ZOE MULA SOTO	KUMITE CADET FEMENÍ +61	3a Classificada
BERTA PICHEL VALLS	KUMITE SUB-21 FEMENÍ -68	3a Classificada
IVAN BLANCO RAMIREZ	KATA JÚNIOR MASCULÍ	3r Classificat
JOEL CARPIO TRIGUERO	KUMITE JÚNIOR MASCULÍ -55	3r Classificat
MARCOS GUNDIN NAVARRO	KUMITE JÚNIOR MASCULÍ -76	3r Classificat
OSCAR AULET TORRENTE	KUMITE JÚNIOR MASCULÍ -68	Eliminatòries
JON PICHEL VALLS	KUMITE SUB-21 MASCULÍ - 60	Eliminatòries



Bons resultats en el Campionat oficial classificatori per als nacionals. 11 podis **3 primers classificats** 2 segons i sis tercers. Bona actuació de tots els nostres competidors que van mostrar un bon nivell físic i tècnic. També es va dur a terme, el primer entrenament de preselecció per al Campionat d'Espanya que serà a Còrdova del 29 de novembre a l'1 de desembre. **!Enhorabona a tots.** (Participaron 12 competidores y 2 coach total 14 personas)



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CURS DE TÈCNIC NIVELL I EN KARATE - ANY 2024 Presentació

Federació Catalana de Karate i D.A. i l'Escola Catalana de l'Esport

El dissabte 19 de octubre de 2024



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport
Consell Català de l'Esport



Al present curs van assistir 15 alumnes pertanyents als diferents clubs de karate del tot el territori Català. I el nostre director tècnic i president del club, va impartir l'assignatura d'Història i Filosofia del karate.



En l'actualitat el nostre director tècnic i president del Club Kihon el sr. José Fernández Tejero forma part de l'Escola Catalana de Preparadors de la FCK Impartint les assignatures d'Aspectes Històrics i Filosòfics Del Karate I i II i la de **Detecció de Talents Esportius** en Karate i Entrenament a llarg termini. En totes dues assignatures ha elaborat els textos i el material didàctic.

El nostre director tècnic i Mestre de karate ha rebut el 8è Dan de Karate



Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

2ª FASE DE LA LIGA NACIONAL IBERDROLA CADETE Y SÉNIOR

Día: DOMINGO día 27 de Octubre de 2024. Horario: a las 08'30 horas

Lugar: PALACIO DE DEPORTES DE SANTANDER (Cantabria)

Este es el listado con las karatekas que han participado:

Nombre	Apellidos	Modalidad y categoría
CARLA	GAMIZ NIETO	KUMITE SENIOR FEMENINO -61
MARTA	ARRABAL TORRES	KATA CADETE FEMENINO
MARTA	ARRABAL TORRES	KUMITE CADETE FEMENINO -54

Coach: Pablo Gamiz Nieto.



Buena actuación de nuestras dos karatekas que a pesar de no haber obtenido pódium realizaron un buen trabajo y compitieron a un alto nivel.

Marta Arrabal en kumite cadete -54 kg. Con una ligüilla de 48 participantes quedo en un merecidísimo 4º puesto. Ganando 4 combates y solo perdió el pase a la final y el combate para el 3º puesto.

Carla Gamiz en kumite Senior -61 kg. Paso la primera ronda de eliminatorias; pero no pudo pasar a la repesca.

La participación en la Liga también les ha servido de preparación para la posible participación en el Campeonato de España de karate Cadete a sub-21 que se celebrará en Córdoba el 30-11-24

Nuestras Felicitaciones a las dos.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

2ª FASE DE LA LIGA NACIONAL MASCULINA DE KARATE INFANTIL

2ª FASE DE LA LIGA NACIONAL IBERDROLA INFANTIL FEMENINO

Días: sábado 9 y domingo 10 de noviembre de 2024. (Inicio a las 8:30 h.)

Lugar: (La entrada al público es gratuita)

PALAU D'ESPORTS ANELLA MEDITERRÀNEA Camí XXV, 2 43006 Tarragona

Este es el listado con las karatekas que han participado: (Coach Jonatan y Jose)

Nombre	Apellidos	Modalidad y categoría
Toni	Mula Soto	Kata Alevín Masculino
HUGO	VEIGAS CANTON	Kata Infantil Masculino
Julia	Lozano Ruiz	Kata Infantil Femenino
NURIA	CABALLERO FRANCH	Kata Juvenil Femenino
Alexandra	De los Reyes Ripalda	Kata Juvenil Femenino
MARTINA	SERVIAN BLANCO	Kata Juvenil Femenino
HUGO	VEIGAS CANTON	kumite Infantil Masculino -35 kg
EREN	CARPIO TRIGUERO	Kumite Infantil Masculino +45 kg
LUCAS	CORDON RAMIREZ	Kumite Juvenil masculino -48 kg



Hugo Veigas paso la primera ronda de eliminatorias en Kumite y Martina Servian en Kata.

Los ocho participantes se han esforzado en los entrenamientos de preparación y la participación en la Liga Nacional nos ha servido de preparación, para futuras participaciones en Ligas Nacionales y o Campeonatos de España.

Destacar el excelente comportamiento de nuestros karatekas y agradecer el apoyo de los padres para que sus hijos/as hayan podido disfrutar de esta experiencia. (8 competidores+2 coach total10)

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.El nostre
agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Nit de l'Esport 2024

Organitzada per l'Ajuntament de L'Hospitalet.

Data: divendres 15 de novembre de 2024 .

Lloc: El Poliesportiu Municipal del Centre. C. Riera de l'Escorxador 15 08901, L'Hospitalet de Llobregat

Carla Gamiz Nieto, ha rebut un premi en reconeixement dels bons resultats aconseguits en competició la temporada passada.



La Nit de l'Esport arriba aquest any carregada de novetats i amb la vista posada en les dones.

D'altra banda, la gran trobada de l'esport de L'Hospitalet canvia enguany d'escenari i tindrà lloc el pròxim 15 de novembre al Poliesportiu Municipal del Centre Marcel·lí Manéja.

La Nit de l'Esport reconeix els bons resultats esportius obtinguts la temporada anterior per esportistes i equips de la ciutat. Es tracta d'un acte de reconeixement que aquest any vol refermar el seu paper com a trobada anual de tota la gent de l'esport de la ciutat: esportistes, equips tècnics, integrants de les entitats i directives



La Nit de l'Esport es va poder seguir en estríming, a través de digitalh.

Les nostres felicitacions a tots els esportistes que rebran premis.

Participaron 6 personas, la galardonada y 5 acompañantes.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de L'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

FEDERACIÓ CATALANA DE KARATE

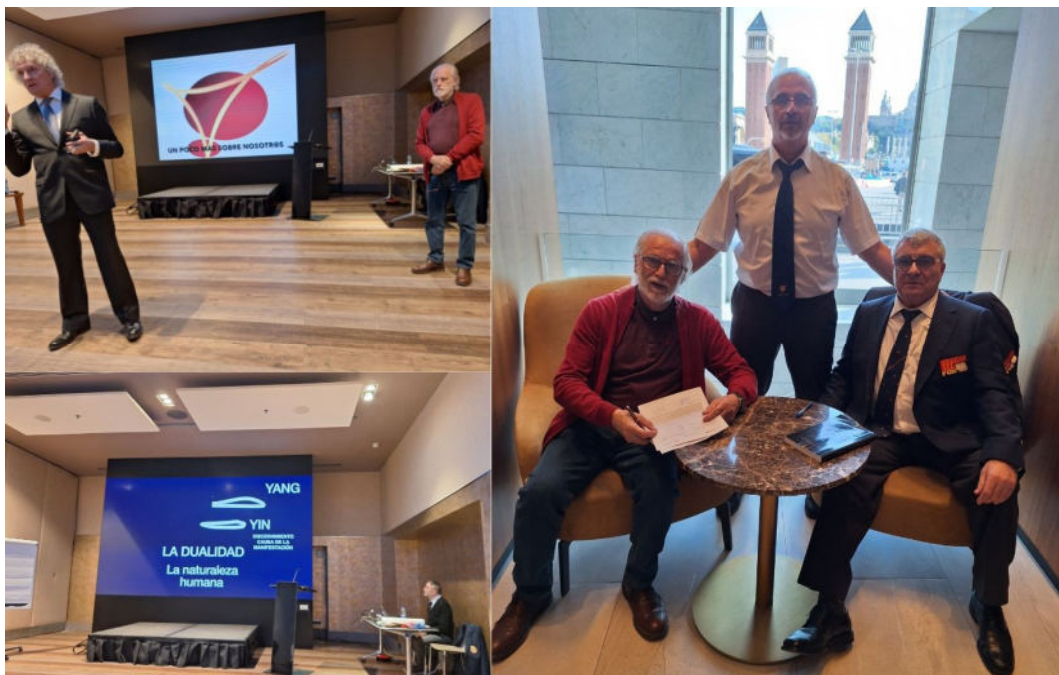


TROBADA AMB EL MESTRE ANDRÉS CONGREGADO CIUDAD



El día **16 de noviembre en horari de 9:30h. a 13:00h.** al'hotel PLAZA de Barcelona Va tenir lloc un curs en el que estractarà de establir connexions entre les artsmarcials que practiquem i el creixement de la persona ; s'exposarà de quina manera aquesta practica pot ajudar-nos a conèixer millor el funcionament del nostre cos reforçant el domini de la ment i el control emocional.

Va assistir per part del Club Kihon el nostre director tècnic: Jose Fernandez Tejero.



El curs va ser molt profitós i ajudarà a millorar la salut de les persones.

FEDERACIÓ CATALANA DE KARATE



FORMACIÓ I ACTUALITZACIÓ de JUTGE TRIBUNAL DE GRAUS

La Federació Catalana de Karate i Disciplines Associades comunica la realització de la formació de JUTGE TRIBUNAL DE GRAUS. Aquesta formació va destinada a totes les persones que vulguin realitzar exàmens de Dans en els dojos.

Per part del club Kihon han assistit a la formació:

Jonatan Fernandez Heredia y Jose Fernandez Tejero.



Tots dos han actualitzat la titulació de JUTGE TRIBUNAL DE GRAUS.

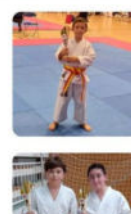
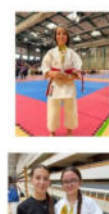
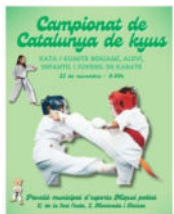
Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE KYUS KATA I KUMITE BENJAMÍ, ALEVÍ, INFANTIL I JUVENIL DE KARATE 2024
Dissabte 23 de novembre de 2024 a MONTCADA I REIXAC

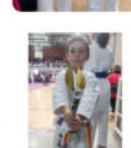
Aquest és el llistat amb els competidors de Club Kihon: **Coach: Jonatan, Jose, Alicia i Marta**

Nom	Cognoms	Nom Competició	Clasificació
EREN	CARPIO TRIGUERO	KUMITE INFANTIL MASCULÍ "B" +43 KG	1r Classificat
EMMA	TORRENT GARCIA	KATA INFANTIL FEMENÍ BLAU I MARRÓ	2a Classificada
ALEXANDRA	DE LOS REYES RIPALDA	KATA JUVENIL FEMENÍ MARRÓ I NEGRE	2a Classificada
JULIA	BUSTOS VEIGA	KATA JUVENIL FEMENÍ GROC I TARONJA	2a Classificada
TONI	MULA SOTO	KATA ALEVÍ MASCULÍ VERD	2n Classificat
LUCAS	CORDON RAMIREZ	KUMITE INFANTIL MASCULÍ "B" +43 KG	2n Classificat
JULIA	LOZANO RUIZ	KATA INFANTIL FEMENÍ VERD	3a Classificada
FIONA	CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	KATA INFANTIL FEMENÍ VERD	3a Classificada
NURIA	CABALLERO FRANCH	KATA JUVENIL FEMENÍ MARRÓ I NEGRE	3a Classificada
NORA	ARRIAZA BAGÁN	KATA ALEVÍ FEMENÍ TARONJA	3a Classificada
MARTA	MORENO LAHUERTA	KATA ALEVÍ FEMENÍ TARONJA	3a Classificada
MARTINA	SERVIAN BLANCO	KUMITE JUVENIL FEMENÍ "B" -47 KG	3a Classificada
PAU	COLLANTES ALGARRA	KATA INFANTIL MASCULÍ VERD	3r Classificat
BIEL	MUÑOZ SANZ	KATA ALEVÍ MASCULÍ GROC	3r Classificat
ANNA VICTORIA	JARA PALMA	KATA INFANTIL FEMENÍ VERD	4a Classificada
JULIA	TORRENT GARCIA	KATA ALEVÍ FEMENÍ VERD	Eliminatòries
GUILLERMO	GRANDE GOMEZ	KATA JUVENIL MASCULÍ VERD I BLAU	Eliminatòries
ADA	GRANDE GOMEZ	KATA INFANTIL FEMENÍ VERD	Eliminatòries
IZAN	SERRANO GOMEZ	KATA BENJAMÍ MIXTA GROC	Eliminatòries
YAGO	GARCIA PEDRETTI	KATA BENJAMÍ MIXTA GROC	Eliminatòries
MAX	REUSS GUITART	KATA ALEVÍ MASCULÍ VERD	Eliminatòries
MARC	GARCÍA SÁNCHEZ	KUMITE JUVENIL MASCULÍ "A" -55 KG	Eliminatòries

CAMPIONAT DE CATALUNYA DE KYUS KATA I KUMITE BENJAMÍ, ALEVÍ, INFANTIL I JUVENIL DE KARATE



MONTCADA I REIXAC 23-11-24



Enhorabona a tots pel treball i l'actitud que heu tingut durant el campionat i també amb el treball que dia a dia realitzeu en El nostre Dojo. (Participaron 26, 22 competidores y 4 coach)

CAMPEONATO DE ESPAÑA CADETE, JÚNIOR Y SUB-21

Los días **29, 30 de noviembre y 1 de diciembre de 2024** en la ciudad de **Cordoba**.

PALACIO MUNICIPAL DE DEPORTES VISTA ALEGRE Plaza de Vista Alegre, s/n Poniente Sur 14004 - Córdoba

Aquest és el llistat amb els competidors que van participar del Club Kihon i els seus resultats:

NOM I COGNOMS	Modalitat i Categoria	Clasificació
MARTA ARRABAL TORRES	KUMITE CADET FEMENÍ -54	2a classificada
MARCOS GUNDIN NAVARRO	KUMITE JÚNIOR MASCULÍ -76	Eliminatòries
CARLA GAMIZ NIETO	KUMITE SUB-21 FEMENÍ -61	Eliminatòries

**Cpto España de
Karate Kumite
Cadete femenino
Marta Arrabal
2ª Clasificada
Córdoba 30-11-24**



Bona actuació dels nostres tres karatekes que van fer una bona feina i van competir a un alt nivell. Sent de destacar l'actuació de Marta Arrabal en kumite cadet -54 kg on va guanyar quatre combats amb determinació i solvència, a la final no va poder alçar-se amb el primer lloc per un estret marge, quedant en un merescudíssim 2n lloc. Excel·lent actitud de Marta en tots els combats.

Tots tres van ser seleccionats per la Federació Catalana de karate per representar Catalunya a l'esmentat Campionat.

El nostre reconeixement a tots tres.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CAMPIONAT CATALUNYA CADET, JÚNIOR I SÈNIOR DE KYUS I DANS DE KARATE

Dia: Dissabte de 14 desembre de 2024.

Aquests són els resultats dels nostres esportistes: (Coach: Jonatan, Jose y Alicia)

Noms	Cognoms	Categoria	Classificació
JOEL	CARPIO TRIGUERO	Kumite Cadete Masculi -60 kg C (Negre i Dans)	1r Classificat
ZOE	MULA SOTO	Kumite Cadete Open Femenino C (Negre i Dans)	1a Classificada
IVÁN	BLANCO RAMÍREZ	Kata +16 Anys Masculi C (Negre i Dans)	2n Classificat
Sara	González Gutiérrez	Kumite Open Femenino +16 Anys B (Blau i Marró)	3a Classificada
JANA	ESTÉVEZ CADIerno	Kata Cadete Femenino B (Blau i Marró)	Va participar
Kheira	Sanchez Sanchez	Kata Cadete Femenino B (Blau i Marró)	Va participar
BERTA	PICHEL VALLS	Kumite Open Femenino +16 Anys C (Negre i Dans)	Va participar



Bona actuació dels nostres karatekes a l'últim Campionat del 2024.

El 2024 hem obtingut 166 pòdiums. 54 1r, 50 2n i 62 3r classificats.

Participaron 7 competidores y 3 Coach total 10 personas.

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

GRAN FINAL DE LA LIGA NACIONAL IBERDROLA DE KARATE



Nuestra Competidora Marta Arrabal Torres ha participado en La Gran Final de La Liga Nacional Iberdrola donde solo las mejores de cada Categoría se clasifican.

El evento se llevó a cabo en Pontevedra del 13 al 15 de diciembre de 2024.

Marta participo en Kumite Cadete -54Kg. Pasando la primera ronda de eliminatorias frente a una oponente muy experimentada.

Durante todo el 2024 ha entrenado muy duro y fruto de ello ha conseguido una excelente mejora a todos los niveles y ha obtenido un total de 10 podiums entre ellos el de Sub-Campeona de España karate en Kumite Cadete -54Kg.

Muchas Felicidades Marta, tu nivel de **compromiso** para la **mejora personal**, tu club y tus compañeros/as es **extraordinario**.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CURS DE TÈCNIC NIVELL I EN KARATE - ANY 2024 Examens

Federació Catalana de Karate i D.A. i l'Escola Catalana de l'Esport



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport
Consell Català de l'Esport



Els exàmens de titulació es van dur a terme a barcelona el diumenge 15-12-2024.

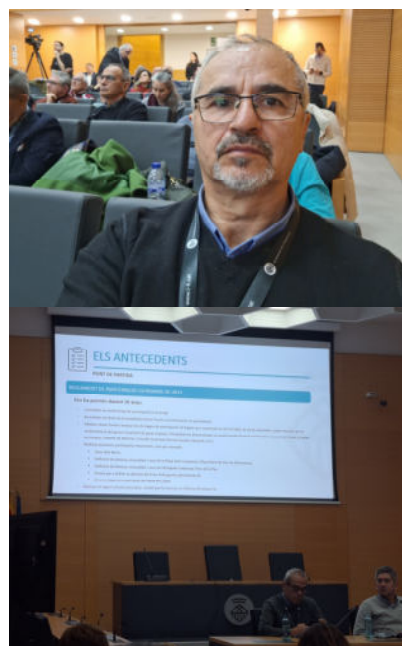
Al present curs van assistir 15 alumnes pertanyents als diferents clubs de karate del tot el territori Català. I el nostre director tècnic i president del club, va impartir l'assignatura d'Història i Filosofia del karate.



José Fernández Tejero forma part de l'Escola Catalana de Preparadors de la FCK Impartint les assignatures d'Aspectes Històrics i Filosòfics Del Karate I i II i la de **Detecció de Talents Esportius en Karate i Entrenament a llarg termini**. En totes dues assignatures ha elaborat els textos, el material didàctic i les proves d'avaluació,

Jose Fernandez Tejero va assistir a la sessió ordinària del Consell de Ciutat de L'Hospitalet de Llobregat, el **17 de desembre de 2024** amb el següent Ordre del Dia:

1. Lectura i aprovació de l'esborrany de l'acta de la sessió de 23 de novembre de 2023
2. Donar compte de l'acord del ple de 23.09.24 i 25.11.24, relatiu a la composició del Plenari del Consell de Ciutat
3. Donar compte dels decrets de l'alcaldia RES/11974/2024 de 2 d'agost relatiu al nomenament de vicepresident del Consell de Ciutat, RES/16220/2024 de data 12 de novembre relatiu a la designació de secretària del Consell de Ciutat i la RES/16369/2024 de data 15 de novembre relatiu a la designació d'un membre del Plenari del Consell de Ciutat
4. Aprovar la constitució i règim de funcionament de la taula sectorial d'Habitatge.
5. Donar compte del procés participatiu sobre la modificació del Reglament Orgànic de Participació Ciutadana.
6. Presentació del pressupost general municipal per a l'any 2025.
7. Precs i preguntes



Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Entrenamiento de karate abierto a los padres y familiares de la clase de alevines.

Día: Viernes 20 de diciembre de 2024 a las 18h. Lugar: en el Dojo C/ Pi i Margall 27

Una vez finalizado el entrenamiento se les entregó a todos los alumnos participantes una medalla de karate por haber participado en el entrenamiento.

Estos son los katekas que asistieron al entrenamiento:

Nombre	Apellidos	Nombre	Apellidos
Iago	Alvarez Huayna	Toni	Mula Soto
HUGO	ARENAS CARBÓ	Biel	Muñoz Sanz
Nora	Arriaza Bagán	CHLOE GISSELLE	OLAVARRI MAQUI
Gerard	Batlle Plaza	ARIADNA	OTINIANO VALDIVIA
Adrián	Beneitez Gómez	Dídac	Piqueras Miravalls
Aarón	Cervilla Alberich	Max	Reuss Guitart
Clara	Escribano Medina	Irene	Rubio Sanchez
Jana	Gallardo Toro	IZAN	SERRANO GOMEZ
YAGO	GARCIA PEDRETTI	JAN	SERRANO NICOLAS
Itziar	Lama Sánchez	Mateo	Torres De Leon
RAI	LOPEZ RODRIGUEZ	ABRIL	TORRES MOREIRA
MARTA	MORENO LAHUERTA		



Asistieron en torno a las 100 personas, 77 familiares y 23 alumnos. Responsables: Alicia, Jonatan y Jose

En este entrenamiento de puertas abiertas para los padres y familiares se llevó a cabo una síntesis de cosas que habitualmente los alumnos entrenan en clase. Y se les permitió a los familiares que interactuaran con sus hijos/as. El karate además de ser un excelente deporte y arte marcial sobre todo educa en valores.

Nuestro agradecimiento y felicitación a todos los asistentes.

Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Durant el 2024 es van dur a terme diferents entrenaments especials, segons les necessitats de la temporada:

Taller d'entrenament especial d'Educació Física obert als pares i familiars. (4)
Controls físics protocol EuroFit. (2)



Entrenament de Tecnificació de Kata i Kumite Shiai i E.Física.



Durant tot el 2024 els dimarts i dijous i els dissabtes quan no participem en competicions.

Exàmens de Graus 2024:

La jerarquia dins del Karate Do s'estableix en el Grau. L'aspirant, després d'anys de pràctica, aspira a superar-se i a reflectir els seus progressos a partir d'un canvi en el cinturó. Aquesta experiència té com a fi dotar-ho de major coneixement, però alhora, de major modèstia, major respecte i major interès en l'aprenentatge, que com tots descobrim un dia o un altre, no finalitza mai. El sistema de graus de karate suposa un enorme reforç per als karateques que accedeixen als mateixos i és un mètode de reforç perfecte per al reconeixement a l'esforç, la perseverança, la constància i la humilitat del qual lluita dia a dia per a millorar.

Durant el 2024 es van realitzar 103 exàmens de kyus.



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Alumnes que han aprovat els exàmens de Kyus realitzats durant el 2024:

Apellidos	Nombres	Grado	Fecha Examen
ESTÉVEZ CADIerno	JANA	VERDE	23/02/2024
ZAZO BLAZQUEZ	PAULA	AMARILLO	23/02/2024
MUÑOZ ORTEGA	DIEGO	AMARILLO/NARANJA	23/02/2024
González Gutiérrez	Sara	AZUL	23/02/2024
CARPIO TRIGUERO	EREN	AZUL	23/02/2024
GALI ROLHION	MAXIME	AZUL	23/02/2024
Sanchez Sanchez	Kheira	Azul	23/02/2024
RODRIGUEZ NORIEGA	IZAN DANIEL	BALNCO/AMARILLO	23/02/2024
AKIMOV	KIRRIL	BALNCO/AMARILLO	23/02/2024
SÁNCHEZ PÉREZ	JAVIER	BALNCO/AMARILLO	23/02/2024
SERRANO GOMEZ	IZAN	BALNCO/AMARILLO	23/02/2024
JIMENEZ CHINCOA	HABANA	BALNCO/AMARILLO	23/02/2024
AULET TORRENTE	OSCAR	MARRON	23/02/2024
Arriaza Bagán	Nora	NARANJA	23/02/2024
ROCA MARTIN	PAOLA	NARANJA	23/02/2024
GUARNIZ GÁMEZ	DENNYS	Verde	23/02/2024
Jimenez Lopez	Joel	VERDE/AZUL	23/02/2024
Merts Samico	Jan	AMARILLO	20/04/2024
García Sánchez	Marc	AMARILLO	20/04/2024
GARCIA PEDRETTI	YAGO	AMARILLO	20/04/2024
GARCIA MARTIN	ANDREA	AMARILLO	20/04/2024
Escribano Medina	Clara	AMARILLO/NARANJA	20/04/2024
Gallardo Toro	Jana	AMARILLO/NARANJA	20/04/2024
YE	JUN HUI	AZUL	20/04/2024
Muñoz Sanz	Biel	BALNCO/AMARILLO	20/04/2024
AMADOR FRONGIA	CARLO JUNIOR	NARANJA	20/04/2024
GUARNIZ GÁMEZ	ADRIAN	NARANJA	20/04/2024
BUSTOS VEIGA	JULIA	NARANJA/VERDE	20/04/2024
Grande Gomez	Guillermo	VERDE/AZUL	20/04/2024
Muñoz Sanz	Biel	AMARILLO	20/06/2024
SERRANO GOMEZ	IZAN	AMARILLO	20/06/2024
RODRIGUEZ NORIEGA	IZAN DANIEL	AMARILLO	20/06/2024
SÁNCHEZ PÉREZ	JAVIER	AMARILLO	20/06/2024
OTINIANO VALDIVIA	ARIADNA	AMARILLO	20/06/2024
Rubio Sanchez	Irene	AMARILLO	20/06/2024
Alvarez Huayna	Iago	AMARILLO/NARANJA	20/06/2024
ZAZO BLAZQUEZ	PAULA	AMARILLO/NARANJA	20/06/2024
MARTINEZ GARCÍA	INDIA	BLANCO/AMARILLO	20/06/2024
Lama Sánchez	Itziar	NARANJA	20/06/2024
Rúbies i Jiménez	Omar-Guillem	NARANJA	20/06/2024
Batlle Plaza	Gerard	NARANJA	20/06/2024
MORENO LAHUERTA	MARTA	NARANJA/VERDE	20/06/2024
BENITO MESA	FELIX	NARANJA/VERDE	20/06/2024
BENITO MESA	RUBEN	NARANJA/VERDE	20/06/2024
Pérez Fabregat	Marta	VERDE	20/06/2024
Borut Royuela	Xavier	VERDE	20/06/2024
RUIZ MARTINEZ	ADRIA	VERDE/AZUL	20/06/2024
Lozano Ruiz	Julia	VERDE/AZUL	20/06/2024
Merts de Carvalho	Jan	Amarillo/Naranja	20/07/2024
García Sánchez	Marc	Amarillo/Naranja	20/07/2024
ESTÉVEZ CADIerno	JANA	Azul	20/07/2024
PÉREZ MARTÍ	ELIADES	Azul/Marron	20/07/2024





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

CORDON RAMIREZ	SERGIO	Azul/Marron	20/07/2024
CORDON RAMIREZ	LUCAS	Azul/Marron	20/07/2024
VEIGAS CANTON	DIEGO	Azul/Marron	20/07/2024
VEIGAS CANTON	HUGO	Azul/Marron	20/07/2024
ROCA MARTIN	PAOLA	Naranja/Verde	20/07/2024
Merts	Victoria	Verde	20/07/2024
Reuss Guitart	Max	Verde	20/07/2024
OLAVARRI MAQUI	CHLOE GISSELLE	Verde	20/07/2024
Jaramillo Corzo	GERARD	Verde	20/07/2024
Fernández Falagán	Martí	Verde/Azul	20/07/2024
GRANDE GOMEZ	ADA	Verde/Azul	20/07/2024
Jara Palma	Anna Victoria	Verde/Azul	20/07/2024
GARCIA PEDRETTI	YAGO	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
Muñoz Sanz	Biel	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
OTINIANO VALDIVIA	ARIADNA	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
Rubio Sanchez	Irene	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
SERRANO GOMEZ	IZAN	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
SANCHEZ PEREZ	JAVIER	AMARILLO/NARANJA	20/10/2024
TORRENT GARCIA	EMMA	AZUL/MARRON	20/10/2024
GARCIA MARTIN	ANDREA	NARANJA	20/10/2024
García Sánchez	Marc	NARANJA	20/10/2024
Arriaza Bagán	Nora	NARANJA/VERDE	20/10/2024
Seivane Cobos	Héctor	VERDE	20/10/2024
Seivane Cobos	Valentina	VERDE	20/10/2024
Collantes Algarra	Pau	VERDE/AZUL	20/10/2024
RUEDA SAN NARCISO	ITZIAR	VERDE/AZUL	20/10/2024
MARTINEZ GARCÍA	INDIA	AMARILLO	20/12/2024
Grande Gomez	Guillermo	AZUL	20/12/2024
CABALLERO DE LEON RODRIGUEZ	FIONA	AZUL	20/12/2024
Jimenez Lopez	Joel	AZUL	20/12/2024
TORRENT GARCIA	JULIA	AZUL	20/12/2024
BECERRA SILVA	LUIS RICARDO	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
García Palau	Nahia	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
TORRES MOREIRA	ABRIL	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
Cervilla Alberich	Aarón	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
Garcia Cesar	Leire	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
González Rodríguez	Lara	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
SERRANO NICOLAS	JAN	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
Garrido Mesa	Marina	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
Beneitez Gómez	Adrián	BALNCO/AMARILLO	20/12/2024
Piqueras Miravalls	Dídac	NARANJA	20/12/2024
MUÑOZ ORTEGA	DIEGO	NARANJA	20/12/2024
ZAZO BLAZQUEZ	PAULA	NARANJA	20/12/2024
Escribano Medina	Clara	NARANJA	20/12/2024
Merts de Carvalho	Jan	NARANJA	20/12/2024
GUARNIZ GÁMEZ	ADRIAN	NARANJA/VERDE	20/12/2024
BENITO MESA	FELIX	VERDE	20/12/2024
BUSTOS VEIGA	JULIA	VERDE	20/12/2024
BENITO MESA	RUBEN	VERDE	20/12/2024
Mula Soto	Toni	VERDE/AZUL	20/12/2024
Martinez Martinez	Ivan	VERDE/AZUL	20/12/2024



Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Rànquing dels esportistes del Club Kihon en el 2024

Nom	Cognoms	Cognoms	Punts	Classificació
MARTA	ARRABAL	TORRES	382	1
CARLA	GAMIZ	NIETO	232	2
HUGO	VEIGAS	CANTON	196	3
Kheira	Sanchez	Sanchez	189	4
IVAN	BLANCO	RAMIREZ	174	5
ZOE	MULA	SOTO	169	6
EMMA	TORRENT	GARCIA	167	7
Julia	Lozano	Ruiz	154	8
MARCOS	GUNDIN	NAVARRO	152	9
ALEXANDRA	DE LOS REYES	RIPALDA	146	10
BERTA	PICHEL	VALLS	133	11
Sara	González	Gutiérrez	131	12
NURIA	CABALLERO	FRANCH	128	13
FIONA	CABALLERO DE LEON	RODRIGUEZ	126	14
TONI	MULA	SOTO	125	15
JULIA	TORRENT	GARCIA	115	16
MARTINA	SERVIAN	BLANCO	112	17
Nora	Arriaza	Bagán	110	18
EREN	CARPIO	TRIGUERO	104	19
JULIA	BUSTOS	VEIGA	82	20
ERIK	CARACUEL	OYA	78	21
JOEL	CARPIO	TRIGUERO	76	22
MARTA	MORENO	LAHUERTA	70	23
Anna Victoria	Jara	Palma	69	24
JON	PICHEL	VALLS	68	25
ADRIA	RUIZ	MARTINEZ	68	26
OSCAR	AULET	TORRENTE	66	27
Ada	Grande	Gomez	52	28
SERGI	PARRA	NARANJO	49	29
Martí	Fernández	Falagán	45	30
LUCAS	CORDON	RAMIREZ	41	31
DIEGO	VEIGAS	CANTON	38	32
Pau	Collantes	Algarra	37	33
JANA	ESTÉVEZ	CADIerno	36	34
Marc	García	Sánchez	36	35
IZAN	SERRANO	GOMEZ	34	36
PABLO	GAMIZ	NIETO	30	37
MANUEL	SANCHEZ	JORGE	30	38
Guillermo	Grande	Gomez	28	39
GERARD	JARAMILLO	CORZO	18	40
Max	Reuss	Guitart	17	41
Biel	Muñoz	Sanz	16	42
ANTONIO	MULA	MENGUAL	15	43
ELIADES	PEREZ	MARTI	13	44
YAGO	GARCIA	PEDRETTI	2	45
CHLOE GISSELLE	OLAVARRI	MAQUI	2	46
Dídac	Piqueras	Miravalls	2	47
Oscar	Ruiz	Herrera	2	48
Yannick	Tchivoulou	*	2	49





Escola de Karate Pompeu Fabra-Kihon

Un dels indicadors més fiables respecte als resultats esportius és el rànquing que el club Kihon elabora anualment. Cal destacar que, en els darrers sis anys, una dona ha liderat el nostre rànquing.



El karate és una disciplina esportiva per a homes i dones, amb entrenaments mixtos. Les dones poden millorar la seva elasticitat natural i aprendre tècniques de defensa personal, millorant la seva seguretat i autodefensa. El Club Kihon prioritza la igualtat d'oportunitats i el tracte igualitari entre homes i dones.



El Club Kihon comprometès amb la ciutadania i les institucions de l'Hospitalet. JOSÉ FERNÁNDEZ TEJERO ha exercit en qualitat de representant del Club Kihon en el Plenari del Consell de Ciutat de l'Hospitalet de Llobregat assistint a totes les reunions que van ser convocades.

Sense cap dubte res de tot això hauria estat possible sense la col·laboració i la generositat, tant de la direcció del col·legi com de l'AFA de l'Escola Pompeu Fabra i també del nostre Ajuntament. Gràcies a ells avui podem continuar desenvolupant el nostre projecte esportiu i formatiu en el barri de Santa Eulàlia.

El nostre Agraïment a:



Ajuntament de L'Hospitalet



Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet.

Pertanyem a:

Consell de Ciutat de L'Hospitalet de Llobregat.
Consell Esportiu de L'Hospitalet de Llobregat.
Federación Catalana de Karate FCK
Real Federación Española de Karate RFEK.

Difusió:

Mitjançant correu electrònic i Grups de WhatsApp

Pàgina web: <https://kihon.es/>

En Facebook <https://www.facebook.com/clubkihon/>

Instagram: <https://www.instagram.com/escuelaclubkihon/>

El Calendari d'activitats penjat en la nostra web: <https://kihon.es/calendario/>

Publicacions en Business gogle: [Club Kihon - Buscar con Google](#)

Amb la col·laboració i suport de l'Ajuntament de l'Hospitalet. El nostre agraïment a l'Escola Pompeu Fabra i al nostre Ajuntament.



Ajuntament de L'Hospitalet
Regidoria d'Esports i Joventut