Сколько времени надо посвящать тренировкам?

Сколько необходимо посвящать времени тренировкам для достижения результатов?   
Некоторые люди, утверждают, что достаточно двух трёх тренировок в неделю по часу-полтора. Да, этих занятий хватит, чтобы лет через пять хорошо знать технические действия, ну или поправить здоровье.   
Большинство людей изучают каратэ только в зале, т.е. выходя из додзё для них каратэ заканчивается: ни самостоятельных тренировок, ни чтения литературы. Если почитать интервью или биографии с мастерами старой закалки, с теми, кого сейчас принято называть легендами, то с легкостью можно обнаружить, что тренировки для них были стилем жизни, и занимались они не два-три раза в неделю, а каждый день, а то и по два раза на день. Чему можно научиться не занимаясь самостоятельно, не работая над своими ошибками? Взять хотя бы, к примеру, школу или университет. Разве можно хорошо сдать экзамен, да и вообще стать действительно хорошим специалистом (а не просто получить бумажку) по его окончании, не изучая предмет дополнительно, не подтягивая те области, в которых проблемы?   
Нет ни одного великого спортсмена, чемпиона, который бы стал таким, посещая лишь стандартные тренировки.   
Необходимо быть фанатом своего дела, только так можно не только добиться успеха, но и стать Великим!

