

武道館

Číslo: 02
Duben 2023

BUDOKAN.CZ

Měsíčník pro všechny fanoušky a fanyšky bojových umění a sportů



Fotogalerie

Videogalerie

Sociální média

**Představujeme
SAMI CZ**

**Český svaz
Karate Goju-Ryu**

**Dlouhá cesta
„Kanadského Tornáda“**

**Karate nebo Kobudo,
cesta je pouze jedna...**

**Zkušební řád
STV Goju-Ryu**

**Japonský
slovníček**

Novinka

SEBEOBRANA

KRAV MAGA - KAPAP - KAJUKENBO - KARATE



WWW.ASIABUDOCENTER.EU



WWW.BUDOKAN.CZ

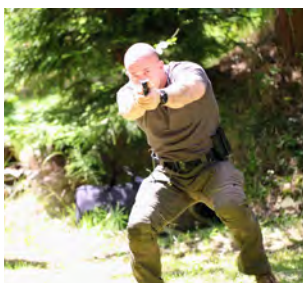


WWW.PLNIMESNY.EU

OBSAH aktuálního čísla

Dlouhá cesta „Kanadského Tornáda“	04
Český Svaz Karate Goju-Ryu	06
SAMI Czechia	08
Karate nebo Kobudo, cesta je pouze jedna	10
Novinky z našeho klubu	12
Reklama	13
Japonský slovníček - Karate	14
Zkušební řád 5.Kyu, 4.Kyu a 3.Kyu	15
Nová výzbroj - volně stojící pytle	18
Nová výstroj - Karate Gi (Do-Gi)	19
Fotogalerie	20
Videogalerie	21
Sociální média	22
Nabídka z našeho klubu	23
Co bude příště	25

Další číslo č.3 bude k dispozici ke stažení,
v pondělí 1. května 2023



BUDOKAN.CZ vydává Antonín Grůza
a spolek Asia Budo Center, z.s.

Autor fotografie na titulní straně: Filip Hanilec
Toto číslo je ke stažení zdarma.

Adresa redakce:

Asia Budo Center, z.s.

Masarykovo nám.183/5

693 01 Hustopeče

e-mail: info@asiabudocenter.eu

mobil: +420 721 328 832

Budokan.cz

e-mail: info@budokan.cz

Spolek je zapsána v spolkovém rejstříku vedeném Krajským soudem v Brně, oddíl L, vložka 12718. IČ: 22671862.

Datová schránka: zivbnjf



Dlouhá cesta „Kanadského Tornáda“

*Název může každému zavánět meteorologickou naukou, ale velice se pletete. Přece by někdo nepsal do časopisu o bojových uměních o přírodních katastrofách. Když se zeptáte deseti karatistů, co je to „Kanadské Tornádo“ minimálně sedm jich odpoví, že se jedná o několikanásobného mistra světa v karate a držitele mnoha titulů jehož jméno je Sensei **JEAN FRENETTE***

Před pětatřiceti lety začala v Montrealu cesta tohoto sportovce, kterého znají po celém světě jako odborníka přes hudební kata a karate. Kdo spatřil mistra při demonstraci své hudební sestavy v sportovní hale, dá mi za pravdu, že člověkem, který uvidí tuto harmonii mezi bojovým uměním a hudbou, projede tělem taková síla a nadšení, že to můžete srovnat s bouří či tornádem.

Kdo se jen trochu zajímá o „Martial Arts“, musí ho mistr Frenette upoutat svou neuvěřitelnou ohebností a rychlostí. Poznáte ho podle toho, že stojí na jedné noze a kope nad sebe a to několikrát za sebou a v souladu s hudbou, která přidává na stoprocentní atmosféře.

Svoje dětství prožil jako každé malé kanadské dítěto znamená se zaměřením na hokej a zimní

sporty. Časem, jak byl starší, ho přestávalo bavit honit se za kotoučem a bruslit na ledě. Jednoho dne se seznámil s mistrem a zakladatelem stylu „SANKUKAI“. Jméno tohoto mistra bylo Yoshinao Nanbu. A tak se začal Jean Frenette zajímat o bojová umění.

Dále přibral styly jako Goju-Ryu, Shito-Ryu, Kobudo, Kendo a jiné tradiční i netradiční styly. Jean byl velice dobrý žák a učil se rychle. Jeho cesta pokračovala a časem přicházel jeden titul za druhým.

Stal se např. mistrem světa W.A.K.O. pro roky 1987, 1988, 1989, 1990, 1991., dále mistr U.S. Open, AKA Grand Nationals a docílil mnoha dalších úspěchů během krátké doby. V roce 1990 založil Jean Frenette svoji organizaci S.I.K.O.,

což znamená *Sankudo International Karate - Do Organization*.

Styl **SANKUDO** znamená:

- SAN: 3 (mysl, duše, tělo)

- KU: Harmonie - prázdnost

- DO: Cesta - styl

Tato mezinárodní organizace má mimo Kanadu a U.S.A., svoje kořeny i v Evropě (např. Švýcarsko, Německo, Itálie, Švédsko, Holandsko, Norsko a v jiných státech světa). Sensei Frenette jednou za čas pořádá mezinárodní tréninkový tábor ve francouzském středisku Val D'Isere.

U nás nejbližší byl Jean Frenette v sousedním Slovensku, kde před pár lety vystupoval na akcích a to BUDO GALA ,92 a BUDO NIGHT ,93. Součástí návštěvy na Slovensku byl i trénink s touto kanadskou hvězdou.





Kdo tam nebyl, nebude vědět o čem píše. Byl to zážitek na celý život! Se svým vystoupením jezdí po celém světě. (např. Paříž, Atény, Curych, atd.).

To bylo krátké seznámení s mistrem karate. Následuje trochu toho, co předává v učení svojí moudrosti.

„První nutností je zvládnout základy karate, cviky stále opakovat a získávat zručnost. Za druhé je speciální příprava a ta spočívá ve stoprocentním strečinku jak před, tak i po cvičení. Závěrem je konečné zvládnutí cviků.“

Krok za krokem procvičovat jednotlivá cvičení, a ne celé sestavy. Žáci tak dlouho opakují sekvence do té doby, než přejdou na následující skupinu cviků.“ Pro realnost nechává mistr Frenette svoje žáky cvičit tzv. Aplikaci kata.

Jde o procvičování kombinací cviků s partnerem proti sobě ve skutečných situacích.

Kdo si chce nacvičit kata podle hudby, tady je rada od mistra: „Nejtěžším úkolem je najít opravdovou hudbu, která se dá doplňovat jednotlivými kroky.“

A nejvíce důležité na tom je to, že tuhle hudbu si musíte vžít do srdce, znát ji nazpaměť.“ Jak dále radí Jean Frenette, začátek (to je asi prvních pět technik) musí totálně ladit s hudbou např. bubny, jinak neupoutáte pozornost diváků ani rozhodčích. Sám mistr zná kolem 30 kata a to přímo v japonské nebo okinawské verzi. Dalších 20 zná z jiných stylů a může je předvést na jakýchkoliv soutěžích nebo turnajích. „Všechno je velice důležité a jedno je spojeno s druhým v nekonečný koloběh.“

Znamená to, že polovina dřiny je fyzická a polovina zátěže mentální stránka člověka. „Já kladu velký důraz na strečink. Tento jsem popsal v knihách: **STRETCHING a BEYOND KICKING.**“

Když Sensei Frenette začínal, nebyl tak ohebný jako nyní. Za vše vděčí dřině a hlavně strečinku. „Je mnoho lidí a každý je jiný. Jsou takoví, kteří jsou od přírody ohební a pružní, ale nemají silné nohy.“

Na druhé straně jsou takoví, kteří mají sílu v nohou, ale nejsou ohební. No a v poslední řadě, jsou lidé, kteří patří doprostřed a tam patřím i já. Moje sestava trvá přibližně kolem minuty a půl, ale rozcvičuji se asi hodinu.“

Mistr Frenette je velice zaneprázdněný člověk. Hodně cestuje po celém světě a předvádí své učení buď hudební kata nebo Sankudo. V současnosti se věnuje rodině, ale k tomu se ještě vrátíme. Jean cvičí každý den a to přibližně 3 hodiny. Začíná během, jízdou na kole, skákáním přes švihadlo, naposled posiluje s činkami a vše je zaměřeno na bojová umění.

Šest roků se věnoval boxu a bouchnout si do pytle s pískem je pro něj požitek. Mistr Frenette není jenom sportovcem v kata, ale i v kumite. Málokdo ví, že si čtyřikrát zlomil zápěstí pravé ruky. Protože se nemohl již více spoléhat v kumite na ruce, začal se více zajímat o kata, ale nikdy na kumite nezaněvřel.

Jean Frenette má co dočinění i s Hollywoodem. Zná se osobně s Chuckem Norrisem, Arnoldem Schwarzeneggerem, Jeanem Claudem Van Dammem a mnoha dalšími herci a sportovci.

Před časem dělal koordinátora v bojových scénách filmu **HIGHLANDER III.** s Christopherem Lambertem v hlavní roli. Osobně Jean hrál ve filmu např. *Policie Academy*, *Scaners III.*, *Speed Zone* a ztvárnil další role.

Vraťme se znovu do soukromí Jeana. Před nějakou dobou se oženil se svou žákyňou Paoulou, která mu porodila dceru Naomi. Celý jeho život se změnil od základů a pokud nebude na cestách, tak se bude věnovat rodině. V současnosti ho cvičení zavedlo až na dalekou Okinawu, kde se seznamuje se starodávným učením mistrů „prázdných rukou“.

Vypracováno za podpory zahraničních materiálů a knih *Stretching a Beyond Kicking.*

*Materiál byl zpracován pro časopis **Fighter's magazin** 04/1996*

*Autor: Antonín Grůza
Fotografie: archiv redakce*

Současnost

Jean Frenette letos oslaví 62 narozeniny. Je nositelem mistrovského stupně 9. Dan. <https://karateboucherville.com/>

Český Svaz Karate Goju-Ryu

Chtěli bychom představit čtenářům Fighter's magazínu jeden ze svazů karate u nás. Nejdříve trochu o rozdělení karate a vůbec o historii. Karate – bojové umění zaznamenalo v dnešní moderní době velkého rozmachu jako sportovní odvětví. Ve své rozmanitosti technik se podle místa cvičení a dle svého zakladatele dělí do několika směrů tzv. škol. Světová federace karate uznává pouze čtyři nejvíce zastoupené směry:

GOJU - RYU, SHOTOKAN, SHITO - RYU, WADO - RYU.



Soutěží, pořádaných Světovou nebo Evropskou federací karate, se zúčastňují zástupci těchto směrů a bojují tak o tituly. Zároveň probíhají tzv. stylová mistrovství, kde účastníci jsou zástupci pouze jednoho stylu karate.

Goju - ryu je styl, který svou krásou pohybu přitahuje zájemce laiky, a zároveň dynamičností a rychlostí zájemce z řad odborníků. Samotný název je složen ze dvou japonských slov.

GO - prudký, tvrdý, silný je přirovnáván k technikám útočného charakteru, kdy většinou na krátkou vzdálenost bojovník zasahuje svého protivníka. Technika je vykonávána přímo, s dynamikou pohybu a prudkým nasazením.

JU (džu) - měkký, obloukový je přirovnáván většinou k technikám obranného charakteru, kdy stejně jako voda (nemá žádné ostré hrany atd.) vymílá tvrdé skály nebo vítr láme stoleté stromy. Spojením těchto dvou vlastností vznikne způsob boje, který na první pohled upoutá svou elegancí a účinností.

Na soutěžích jsou provozovány dvě základní disciplíny:

KATA, cvičenec předvádí boj proti imaginárním nepřátelům ve formě sestavy, kde postup je pevně stanoven a hodnotí se správné provedení, technická vyspělost, přesnost a dynamika, jakož i bojový duch. Rozlišujeme kata jednotlivců a kata družstev.

KUMITE, dva cvičené; bojují spolu navzájem, kde jsou stanoveny povolené a zakázané techniky útoku a obrany a hodnotí se rovněž rychlost, způsob provedení, a hlavně počet zásahů.

Kontakt je stanoven pravidly karate, kde ve všeobecnosti:

- horní část těla (hlava) je zakázán kontakt, vyjma technik kopů, kde musí být pouze lehký a kontrolovaný.

- střední část těla (od hrudníku do pasu) je povolen lehký kontrolovaný kontakt.

- spodní část těla (od pasu dolů) je kontakt zakázaný.

Rozlišujeme kumite jednotlivců (ve váhových kategoriích nebo bez rozdílu hmotnosti) a kumite družstev (tří, pěti, popř. jiný lichý počet členů teamu). První doložené známky o bojových uměních přicházejí již z roku 2000 př.n.l. Boj holýma rukama jako takový se formoval už v 7.stol. př.n.l. v Řecku známý jako Pankration.

Tento bojový sport, a můžeme o něm jako o sportu mluvit protože se v něm i soutěžilo, byl už v roce 648 př.n.l. přizván na olympijské hry. Bojovému umění se v té době věnovali hlavně představitelé tehdejších kultur, např. na 48 OH vítěz slavný matematik Pythagoras právě v Pankrationu.

Historie karate se začíná datovat od 6. stol. našeho letopočtu, kdy do Číny přichází indický mnich, učitel Buddhismu Bodhidarma (japonsky Daruma Taiši).

Při svém působení v legendárním klášteře Shaolin, zjistil, že mniši mají velmi slabou fyzickou kondici, a proto zavedl speciální sebeobránná cvičení, která se postupem času rozvíjela v ucelený bojový systém Chuan-fa.

V 6.stol.n.l. má japonský ostrov Okinawa vůbec první, i když ne příliš přátelské, kontakty s Čínou. V 7.století se pak přenáší Chuan-fa na Okinawu díky čínským vojákům.

Původní okinawské bojové umění Tode se tak mísí s čínským Chuan-fa a vzniká Té (japonsky ruka), které se posléze přejmenovalo na Okinawa té.

Velkému rozvoji boje beze zbraně na Okinawě přispělo paradoxně i to, že ostatní obyvatelé pod nadvládou Japonska nesměli nosit zbraně. Bojová umění se tedy vyučovala tajně.

Největšími středisky bojových umění se stala tři města Shuri, Naha a Toman, díky kterým vznikly tři základní směry Okinawa té a to: Shuri te, Naha te a Toman te.

Zatím co představitelé Shuri té preferovali tvrdé externí provedení Te, zastánci Nahá té očividně inklinovali k interním a měkčím formám Okinawa té. Tomari té využívalo oba směry (externí a interní) rovnoměrně. V roce 1875 končí okupace Okinawy. Okinawa se stává součástí Japonska a bojová umění se začala vyučovat veřejně.

Bojechtiví Japonci chtěli poznat okinawské Te, a proto zvou v roce 1922 do Japonska experta na bojová umění Gichina Funakoshiho, který přejmenovává Okinawa te na Dai Nippon Kempo Karate do (bojové umění prázdných rukou velkého Japonska).

Toto nové umění se Japoncům rychle zalíbilo. V roce 1936 se sešli tehdejší největší představitelé tohoto umění a shodli se na názvu karate do (cesta prázdných rukou). Byli to například: Jabu, Kijamu, Motobu, Funakoshi a Miyagi.

V této době zakládá mistr Chojun Miyagi jednu z nejslavnějších škol Goju ryu. Byl to nejlepší žák mistra Higaony, představitele směru Naha te. Na Higaonův popud prožil Miyagi mnoho let v Číně, kde studoval interní směr Pakua Chang.

Skloubením Higaonova učení s měkkými cirkulačními pohyby interního Chuan-fa se podařilo Miyagimu vytvořit skutečně unikátní školu. Goju ryu má prvky

Go (tvrdé přímočaré techniky) i prvku Ju (měkké obloukové techniky) spojené v harmonické rovnováze. Miyagiho Goju ryu se rychle rozšířilo do Japonska i celého světa, kde představuje velmi silný styl.

Nejslavnějším Miyagiho žákem se stal Gogen Yamaguchi, přezdívaný „cat“ (kočka) pro svou hbitost a obratnost.

Gogen Yamaguchi se zasloužil o prosazení karate na půdě Butoku kai, což je oficiální vládní ústředí Japonska pro bojová umění. Gogen Yamaguchi zakládá v roce 1964 federaci Goju kai, kde se velmi přísně dodržují tradiční principy Goju ryu.

Je společně s mistrem Nakayamou zodpovědný za vznik pravidel pro sportovní zápas kumite. Miyagiho nástupcem na Okinawě se stal Meitoku Yagi.

Karate Goju ryu se na území bývalého Československa dostalo díky několika karatistům, které na Slovensku v Bratislavě vedl od roku 1971 mistr Takeji Ogawa.

Obrovský rozmach Goju ryu na Slovensku znamenal i jeho počátky v České republice, kdy studenti nebo vojáci ze Slovenska pobývající dočasně v ČR založili oddíly Goju ryu nejdříve u vojenských útvarů, popř. Vysokých školách a následně samostatně i když malé sportovní kluby.

Iniciativou Ing. Jiřího Bočka se tyto regionální kluby seskupily do Českého svazu Goju ryu založeného v roce 1994. Z několika málo malých klubů se náročnou prací, vedením trenérů těchto klubů a postupným udělováním stupňů technické vyspělosti stal v současnosti svaz o 18 oddílech a 2000 členech.

Český svaz Goju ryu (ČSGr) je řádným členem České unie bojových umění. V Evropě je ČSGr začleněn do E.G.K.F. (European Goju ryu Karate Do Federation), která sestává z 25 států.

Český svaz Goju ryu (ČSGr) mimo úspěchy na Evropských mistrovstvích, má své místo v Evropském hnutí Goju ryu i díky svému zástupci ve vedení EGKF sensei Ing. Jiřímu Bočkovi, 4. Dan, presidentu ČSGr.

Díky velmi dobrému jménu České republiky v Evropské federaci Goju ryu bylo přiděleno pořadatelsví významné události v dějinách Českého Goju ryu a to Mistrovství Evropy kadetů 1998 České republiky. Bude se konat ve dnech 25.-27. září 1998 v Brně.

Jakékoliv informace podá President ČSGr - Ing. Jiří Boček na adrese svazu: Český Svaz Karate Goju Ryu www.goju-ryu.cz

Na konec bych chtěl poděkovat panu Ing. Jiřímu Bočkovi za informace a materiály k článkům, který by jinak nevznikl.

Materiál byl zpracován pro časopis Fighter's magazin 05/1997

*Autor: Antonín Grůza
Zdroj fotografie: ČSKe*



Součastnost

V roce 2023 je stále prezidentem ČSKGr a člen rady pan **Ing. Jiří Boček, MBA.** Je nositelem mistrovského stupně 8. Dan.

Seznam klubů:
www.cubu.info/
cesky-svaz-goju-ryu

Oficiální web svazu:
www.goju-ryu.cz



SAMI CZECHIA

SAMI je zkratka Self Defense and Martial Arts Institute a je školou sebeobrany a bojových umění, která byla založena ve Vídni (Rakousku) v roce 2001 zakladatelem Petrem Weckaufem. V Česku zastřešuje její aktivity pobočka SAMI Czechia, která má centrálu v Brně.



Unikátní multi úroňový systém výuky, který vychází z různých technik několika zcela odlišných bojových stylů, vzájemně je kombinuje a spojuje do jediného funkčního celku.

Při tréninku technik a pohybů jednoho stylu, dochází k rychlému vývoji i v jiných stylech, které vychází z jediného programového základu. A to je právě geniálnost celého konceptu, která všechny styly, i přestože jsou praktikovány odděleně, spojuje v jedině a funkční bojové umění.

Oslovili jsme šéf instruktora pro Českou republiku pana **Mariana Komrsku**, aby nám systém sebeobrany představil. S Marianem se známe řadu let. Mimo jiné, jsme v minulosti chodili do stejného oddílu Karate. Proto nám dovolte, naše tykání.

Ahoj Mariane, není tajemstvím, že jsme společně již jeden rozhovor před lety uskutečnili. Psal se rok 2013. Od této doby, uplynulo deset let. Co je u tebe nového?

Připomeň prosím čtenářům, jak se dostal k bojovým uměním? Jak vzpomínáš na tvoje začátky na cestě Karate?

Moje cesta k bojovým uměním začala v jedenácti letech, kdy jsem přemluvil mámu, aby mě zapsala do klubu karate. Tehdy jsem trpěl astmatem a začátky vůbec nebyly lehké, obzvláště udýchat. Nikdy jsem nepatřil mezi ty talentované bojovníky, kterým to šlo samo.

Právě naopak, vše jsem si musel tvrdě vydřít. I díky výborným trenérům (František Varga a Miroslav Haluza) se postupem času dostavily první úspěchy včetně titulu Mistra ČR v kumite karate Goju-Ryu, trenérská licence apod. Za největší úspěch a štěstí však považuji to, že jsem se díky karate v období puberty zcela vyléčil z astmatu.

Sebeobrannými systémy jsem se začal více zabývat až po nástupu k Policii ČR. Uvědomil jsem si, že ne vše lze řešit hned kopy nebo údery. Navíc na ulici neexistují žádná pravidla ani rozhodčí, často musíte čelit přesile, nebo zakročovat proti ozbrojené osobě.

Opět jsem měl štěstí, když jsem se v té době seznámil se Stanislavem Gazdikem a systémem FISFO, který vyučoval. FISFO je profesní systém sebeobrany, určený zejména pro speciální policejní a armádní jednotky. Se Standou jsme

spolupracovali přes 6 let, pořádal jsem desítky seminářů pro ozbrojené složky i civilní sektor a otevřel jsem první klub na pravidelné tréninky v Brně. I přes to, že se naše cesty rozešly, velmi si ho vážím.

Díky němu se mi otevřely oči a já začal vnímat realitu ulice.

Jak jste se společně seznámili s hlavním instruktorem SAMI v Rakousku Peterem Weckaufem?

Peter Weckauf mě popravdě poprvé zaujal na videích na YouTube. V té době jsem se okrajově věnoval Sitra Achra (Španělská škola boje nožem). Pojetí boje nožem a obrany v Peterově podání bylo však naprosto něco jedinečného. Proto když byla možnost, zúčastnil jsem se jeho semináře boje nožem v Bratislavě. To se psal rok 2009 a od té doby jsem se stal jeho žákem, co se vlastně nezměnilo do teď.

Věnuji se zejména systémům Knife Fighting Concept (boj nožem) a Panantukan Concept (pouliční box), které také pravidelně vyučuji ve svém klubu v SKP Kometa Brno. Policejní a ostatní ozbrojené složky vyučují systém SAMI-X PRO (dříve KAPAP Concept). Ve všech uvedených systémech jsem nejvýše postaveným instruktorem v ČR.

Vím, že jezdíte vyučovat po celém světě. Kam si se všechno, za ten čas podíval?

Měl jsem možnost trénovat civilisty, ale také ozbrojené složky v Rakousku, podíval jsem se do Německa, Švýcarska a Francie.

Každý z výše postavených instruktorů má na starosti jednu ze zemí, kde pravidelně nejprve po boku Petera a posléze sám provádí výcvik. Já, i přes to že mluvím plynule pouze německy a anglicky, jsem dostal Francii. Mám tu čest zde vyučovat ozbrojené složky systém SAMI-X PRO.

Hodně sebeobranných technik, využíváš také při službě u Policie ČR. Nebo sepletu?

Ano využívám i zároveň zařazuji do výcviku. Zejména systém SAMI-X PRO je přímo vytvořen pro ozbrojené složky. Měli jsme možnost prostřednictvím semináře seznámit s tímto systémem zástupce všech zásahových jednotek PČR včetně URNA.

V současné době je navázána velmi dobrá dlouhodobá spolupráce se Zásahovou jednotkou KŘP Jihomoravského kraje, pro kterou společně s Peterem pořádáme pravidelné semináře. Tento rok jsme také provedli první ze seminářů pro Speciální pořádkovou jednotku KŘP Jihomoravského kraje.

U nás v Česku, každý rok pořádáte Camp, můžeš mě o tom trochu více sdělit

Kemp je vždy výjimečný, protože zde máme čas krom pořádného tréninku i na to v klidu posedět u skleničky něčeho dobrého a v klidu si popovídat. Bývá zpravidla pětidenní a každý den se cvičí zhruba 3 hodiny tzv. pouliční box (Panantukan Concept) a další 3 hodiny boj nožem (Knife Fighting Concept).

Letos to byl již 11. kemp, vždy za účasti Petera a dalších rakouských instruktorů. Kempu se může zúčastnit naprosto kdokoliv a vždy probíhá v letních měsících. Bližší informace nejenom o kempu, ale i o dalších našich akcích, můžete najít na našich facebookových a instagramových stránkách SAMI Czechia a také na www.samiczechia.cz

Jaké jsou vaše plány v novém roce 2023, co připravujete v SAMI pro svoje členy a zájemce?

V novém roce připravujeme jako vždy čtyřdenní intenzivní kurzy v systémech Panantukan Concept a Knife Fighting Concept.

Samozřejmě jsou i jednodenní semináře v uvedených systémech napříč celou republikou, v letních měsících nás čeká kemp, rádi budeme pokračovat ve výcviku zmíněných policejních jednotek, určitě se opět podívám do Francie

i Rakouska. Nejdůležitější je však tvrdá práce na pravidelných trénincích.

Kam mohou lidé přijít si váš systém vyzkoušet naživo?

Základnu máme v Brně v areálu Sportovního klubu Policie Kometa Brno (tělocvična „Boxárna“), na ul. Bauerové č. 5. Zde se můžete setkat se mnou, ale také s druhým trenérem – Marianem Cintulou. Rád bych využil této příležitosti a poděkoval mu.

Marian je nejenom výborným instruktorem, sparringpartnerem, kolegou, ale hlavně kamarádem, který to se mnou táhne již neuvěřitelných 18 let. Dále si můžete přijít zacvičit do naší pobočky v Praze 9, kde cvičíme ve Fitness Ronnie, na ul. Stará Spojovací č. 9. Tuto pobočku vede Martin Dubský.

Děkuji Mariane za tvůj drahocenný čas a odpovědi. Pevně doufám, že se potkáme dříve než za dalších deset let.

Materiál byl zpracován pro časopis Bojová umění 01,02/2023

*Autor: Antonín Grůza
Fotografie: Archiv Mariana Komrsky, SAMI Czechia*



Peter Weckauf, Marian Komrsky, Marian Cintula



Karate nebo Kobudo, cesta je pouze jedna...



Skalní čtenáři našeho časopisu si dozajista vzpomenou na seriál, který u nás vycházel v minulých letech. Stručně připomenou, že se jednalo o tradiční okinawské zbraně, které se používají v umění Kobudo. Mohli jste si přečíst o využití zemědělských pomůcek, které se používaly, mimo svůj primární účel, také jako zbraně. Tak schválně, říká vám něco Nunchaku, Bo, Sai, Kama, Tonfa, Hanbo nebo Sansetsukon?

Po letech jsme oslovili autora této série s nabídkou na pokračování, abychom se dozvěděli, co se událo nového na poli tradičních bojových umění Karate a Kobudo.

Představujeme tedy slovenského mistra Igora Vakoše, nositele mnoha mistrovských titulů, 5. dan Okinawa Goju-Ryu Karate, 4. dan Okinawa Kobudo nebo 3. dan Gendai Kobudo. S Igorem se známe více než 20 let, a proto přejdu k tykání.

Ahoj Igore, naposledy jsme se osobně viděli v roce 2019 v Japonsku. Od té doby se hodně věcí událo. Můžeš nám dát aktuální informace, co je u tebe nového na poli Karate či Kobudo? První otázka na úvod.

Kdy a jak ses dostal k bojovým uměním?

S bojovým uměním jsem začal v roce 1991. Začínal jsem s Karate, jako v té době většina smrtelníků, pohybujících se v tomto sportovním odvětví. V té době se cvičilo hlavně Goju Kai, a s tím jsem začal i já. Měl jsem trošku výhodu v tom, že hlavní instruktor klubu se zajímal i o tradiční formy bojových umění a dělali jsme i jakousi formu Kobudo, která byla částečně z knížek, částečně z videokazet a částečně od „Vietnamců z tržiště“. V tomto klubu jsem cvičil až do roku 2003, kdy jsme ukončili spolupráci. Začal jsem hledat to opravdové tradiční bojové umění, ne jenom z knížek, ale od skutečných mistrů a instruktorů.

Jedno rčení říká, že „když je žák připraven, mistr se objeví“. A to se tenkrát stalo i mně. V roce 2003 jsem začal cvičit Gendai Kobudo v organizaci Kobudo Kwai, založil si klub Kobudo Kai, který se přetransformoval v občanské sdružení a funguje nepřetržitě dodnes. A v tom samém roce jsem se poprvé setkal s hanshim Patrickem McCarthym, který mě hodně ovlivnil na mé cestě bojových umění,

s kterým udržuju kontakt dodnes na úrovni cvičebné, výzkumné i přátelské. V roce 2004 jsem začal cvičit tradiční okinawské Goju Ryu v organizaci IOGKF, nejdříve v České republice, později zakládáme organizaci IOGKF na Slovensku, setkáváme se se senseiem Raulem Vogelem (7. dan) a organizujeme akce IOGKF na Slovensku. Neodradila nás ani pandemie koronaviru a cvičili jsme přes internet. Střešní organizace IOGKF pořádala cca každé dva měsíce Gasshuku (soustředění) s top instruktory. Naše poslední velká akce byla letos v červnu, kdy v Bratislavě, za účasti 140 cvičenců z celé Evropy, vedli seminář IOGKF sensei Bakkies Laubscher (9. dan), sensei Nakamura Tetsuji (8. dan, světový šéf instruktor IOGKF) a sensei Raoul Vogel (7. dan).

V roce 2009 jsme začali chodit na semináře a cvičení Matayoshi (Okinawa) Kobudo, světové organizace World O-Shu Federation (WOF), kterou vede světově uznávaný mistr hanshi Chinen Kenyu (10. dan Karate, 9. dan Kobudo). Od roku 2011 jsme oficiálním členem organizace WOF s povolením vyučovat a šířit Okinawa Kobudo na Slovensku. S hanshim

Chinenem jsme cvičili naposled toto léto na evropském Gasshuku ve Francii.

Co tedy preferuješ více, tradiční Karate, nebo Kobudo?

Toto je trošku zavádějící dotaz. Pokuším se to dovysvětlit. Úplně nejjednodušší vysvětlení. Karate je okinawské bojové umění beze zbraní (Kara – prázdné, Te – ruce) a Kobudo je okinawské bojové umění se zbraněmi.

Pravdou však je, že hodně mistrů Karate cvičilo prázdné ruce i zbraně zároveň. V té době se to nebralo jako dvě bojová umění, ale jako bojové umění Te (ruce), nebo ToDe (Toudi – cesta ruky, cesta pěsti). Až v roce 1915 se koná první ukázka, kde je systém zbraní prezentován jako samostatné umění. Jako zajímavost uvádím, že zbraně demonstroval právě zakladatel našeho stylu sensei Matayoshi Shinko. Druhá ukázka se pak uskutečnila v roce 1921 při příležitosti návštěvy císaře Hirohita na Okinawě a Kobudo prezentoval opět sensei Matayoshi, zatímco Karate prezentoval sensei Miyagi Chojun, zakladatel stylu Goju Ryu.





Mezi mistry Kobudo patřil kupříkladu i sensei Funakoshi Gichin, zakladatel stylu Shotokan, který byl mistrem Bo (dlouhá tyč) a Sai (kovový trojzubec). Jeho žákem byl sensei Taira Shinken, který je považován za otce stylu Ryu-Kyu Kobudo. A zase obráceně, sensei Matayoshi Shinpo cvičil v mládí Goju Ryu Karate u senseie Seko Higy a dosahoval značné kvality technik. Po své poslední návštěvě Číny si osvojil styl Kingai Ryu a cvičil ho až do své smrti.

Z mého pohledu dnes nevidím velký rozdíl mezi Karate a Kobudo. Pro mě je to jedno bojové umění, protože Karate podporuje Kobudo a Kobudo podporuje Karate. U mě je to spíše o období a náladě, co cvičím více a čemu věnuji více času a pozornosti.

Je samozřejmostí, že ne všechny principy se dají používat v obou uměních. Kobudo nepoužívá skoro vůbec kopy, vzdálenost je jiná, v Kobudo si mohou dovolit tvrdší bloky, protože kovová zbraň vydrží mnohem více, v Karate musím pracovat precizněji s přesunem těla, s absorbováním síly, s prací s těžištěm a podobně. Nicméně je pro mě opravdu Karate a Kobudo jedno bojové umění

Každý rok pořádáš na Slovensku zajímavé akce. Prozrad' prosím čtenářům, co je to Budo Camp nebo Gasshuku, které organizuješ?

Gasshuku je pojem z japonského jazyka. Pochází ze starého japonského názvu „Gau Suru“, což znamená sjednotit se, spojit se, promíchat, sejít se. Je to unikátní koncept tradičních bojových umění, princip spočívá v tom, že si vzájemně, bez soutěživosti, odevzdáváme znalosti a zručnosti, učíme se navzájem od sebe, od starších a zkušenějších a pomáháme si při společném cvičení. Budo Camp je koncept,

kdy se setkáváme se zástupci jiných stylů bojových umění, a ve vzájemném respektu si odevzdáváme znalosti. Cílem není určit, kdo je nejlepší, ale pochopit úhel pohledu toho druhého. Všichni používáme lidské tělo, pracujeme s ním. Každý styl používá něco, např. měkké techniky, hody, páky, údery, kopy, jiný přesun těla, krokování atd. Věřím tomu, že bojová umění by měla lidi spojovat a ne rozdělovat. Díky tomu měli naši studenti možnost seznámit se s Iaido, Kendo, Jodo, Aikido, Ju Jutsu, Wing Tsun, Tai Chi, Cchi Qong a dalšími bojovými uměními. Na Slovensku pořádáme tři velké semináře neboli Gasshuku Karate a dva velké Gasshuku na Kobudo ročně. Jezdíme po celém světě, kde se snažíme učit od těch nejlepších, a to samé chceme zabezpečit i pro naše studenty. Proto se snažíme zvát dostupné špičky v tradičních stylech.

Je samozřejmostí, že na akce, které pořádáme, chodí i členové organizací z jiných zemí. Máme úzkou spolupráci s Rakouskem, s Českou republikou, Polskem a dalšími zeměmi po celé Evropě. Za tu dobu jsme se s mnohými stali přáteli.



Jaké jsou tvoje plány do budoucna? Co připravuješ ke konci roku 2022 anebo v roce 2023?

Plánů je stále dost a dost, i když pandemie mnohé věci zpomalila, a naučila nás neplánovat až tak do budoucna. Koncem roku 2022 plánujeme náš tradiční Podzimní seminář Kobudo se senseiem Honzou Kopeckým (šéfinstruktor WOF pro Českou republiku), v prosinci bude naše tradiční Winter Gasshuku v Bratislavě se senseiem Raoulem Vogelem (šéfinstruktor IOGKF pro Rakousko) a senseiem Jaroslavem Kulikem (šéfinstruktor IOGKF pro Českou republiku), v dubnu plánujeme naše Twin City Gasshuku, v červnu doufáme, že přijede hanshi Kenyu Chinen poprvé na Slovensko a školní rok zakončíme naším Letním Budo Campem, doufám, že ve městě Modra. Kromě toho budou určitě regionální Gasshuku, které budou pořádat naše členské kluby po celém Slovensku. Chystáme se i na akce v jiných zemích, kam se pojedeme učit a potkat se s rodinou bojových umění, se starými přáteli a udělat si nové. To je princip Ichariba Chode (když se jednou potkáme a cvičíme spolu, jsme bratři na celý život). Plánů je dost, pevně věříme, že se povede všechno.

Kde vás mohou naši čtenáři potkat osobně?

Pandemii jsme využili, jak se jen dalo, a v roce 2020 jsme založili organizaci Slovenskou unii Okinawa Karate a Kobudo (SUOKK), kde sdružujeme kluby, které chtějí cvičit Goju Ryu Karate a Matayoshi Kobudo tak, jak se cvičí v našich střešních organizacích IOGKF a WOF. V této chvíli jsme ve městech: Bratislava (Kobudo Kai), Ivanka při Dunaji (Seishin Dojo), Trnava (Kazoku Dojo), Žilina (Seishin Dojo), Kysucké Nové Město (Kuma Kan), Poprad (Tora Kan) a Kráľovský Chlmec (Heiwa Dojo). Informace o nás najdete buď na stránkách www.suokk.sk, anebo na stránkách www.kobudo.eu, případně na Facebooku.

Děkuji Igore, za tvoje odpovědi. Těším se na naše další setkání a přeji všechno dobré na tvé cestě Karate a Kobudo.

Materiál byl zpracován pro časopis Bojová umění 11,12/2022

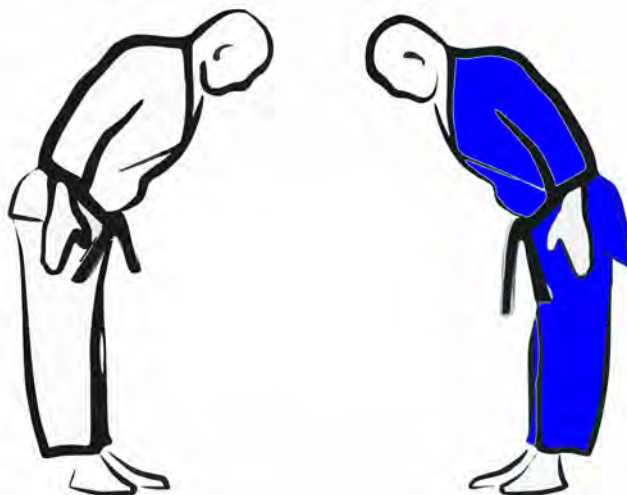
*Autor: Antonín Grůza
Fotografie: archiv autora,
archiv Igora Vakoše*

ASIA BUDO CENTER

Aktuální informace:

Upozornění pro všechny naše studenty a studentky

- * 8. dubna 2023 se koná mezinárodní seminář Kajukenbo na Slovensku, další informace na našich sociálních sítích.*
- * V rozmezí měsíce května, bude několik tréninků zastupovat šéf instruktora - Jan Valíček (3. Kyu).*
- * Pravidelné zkoušky STV se uskuteční ke konci měsíce června nebo první týden v červenci 2023.*



Narozeniny v dubnu 2023 oslavuje:

* 07.04.	Jackie Chan	69 let
* 10.04.	Steven Seagal	71 let
* 19.04.	Shannon Lee	54 let
* 26.04.	Jet Li	60 let



ASIA BUDO CENTER, z. s.

*Centrum pro rozvoj a propagaci
východoasijské kultury,
bojových umění a sportů.*

www.asiabudocenter.eu



BUDOKAN HUSTOPEČE

klub tradičního karate

www.budokan.cz

夢 **plnimesny.eu**
nejen bojovníkům a bojovnicím



Termíny a povely v športovom zápase:

kansa (kansa)	arbitr (dohliadajúci rozhodca)
šušin (shushin)	zápasový rozhodca, rozhodca
fukušin (fukushin)	pomocný rozhodca, sudca
šimpan (shimpan)	rozhodca (všeobecne)
šimpan—ni—rei (shimpan—ni—rei)	povel na pozdrav rozhodcom
otageni—rei (otageni—rei)	povel na vzájomný pozdrav
šomen—ni—rei (shomen—ni—rei)	čelný pozdrav, pozdrav publiku
sanbon—šobu— hadžime (sanbon—shobu—hajime)	„zápas na tri body začnite!“ — povel na započatie zápasu
cuzukete—hadžime (tsuzukete—hajime)	„pokračovať!“ — povel začať znovu zápasit' po prerušení
jame (yame)	„zastavte!“ — povel na prerušenie zápasu
soremade (soremade)	koniec zápasu
fukušin—šugo (fukushin—shugo)	porada rozhodcov
džikan (jikan)	čas
atošibaraku (atoshibaraku)	„zostáva ešte trochu času“ — oznámenie 30 sekúnd do konca zápasu
hansoku (hansoku)	faul, diskvalifikácia za faul
hansoku—čui (hansoku—chui)	napomínanie za faul
džogai—čui (jogai—chui)	napomínanie za opustenie zápasiska
keikoku (keikoku)	napomínanie
mubobi—čui (mubobi—chui)	napomínanie za pasivitu, vyhýbanie sa boju
šikkaku (shikkaku)	diskvalifikácia

Pripravili sme pro naše studenty a studentky, část technik zkušebního řádu na STV v Goju Ryu Karate.

Podklady jsou ve Slovenštině (slovenském jazyce). Pokud něčemu nerozumíte, zeptejte se na to hned rodičů nebo použijte slovník na netu nebo třeba překladač Google.

Jednotlivé techniky se nezkouší přesně za sebou. Ale zkušený komisař si vybírá dle zadání namátkově.

Zdroj:
Slovenský svaz karate pro styl Goju-Ryu.

torimasen (torimasen)	neplatná, nedostatočná technika
vazaari (wazaari)	platná, efektívna technika, hodnotí sa polbodom
ippon (ippon)	platná, efektívna technika, hodnotí sa celým bodom
sanbon (sanbon)	tri ippony
ai—učí (ai—uchi)	obidvaja súperí udreli súčasne a účinne, neplatí ani jedna technika
ma—ai (ma—ai)	správna vzdialenosť
sendžucu (senjutsu)	stratégia boja, zápasu
širo (shiro)	biely
aka (aka)	červený
širo (aka)—no—kači (shiro (aka)—no—kachi)	biely (červený) víťazí
hikivake (hikiwake)	nerozhodne, remíza
sai—šiai (sai—shiai)	nový zápas
enčo—sen (encho—sen)	predĺženie, v ktorom víťazí ten, kto prvý boduje

Úderové plochy:

seiken (seiken)	čelo päsťe, tretí kíb ukazováka a prostredníka
uraken (riken) [uraken (riken)]	tie isté kíby na strane chrbta ruky
ippon—ken (ippon—ken)	druhý kíb ukazováka zovretej päsťe
nakadaka—ippon—ken (nakadaka—ippon—ken)	druhý kíb prostredníka zovretej päsťe
hiraken (hiraken)	druhý kíb ukazováka, prostredníka, prstenníka a malíčka zovretej päsťe
šuto (shuto)	vonkajšia, malíčková hrana dlane
haito (haito)	vnútorná hrana dlane (na strane ukazováka)

Zkušební řád Goju Ryu Karate Do Žákovské stupně technické vyspělosti



Chōjun Miyagi * 25. dubna 1888 Naha, Japonsko – 8. října 1953 Okinawa, Japonsko
byl okinawský mistr karate, zakladatel školy Goju Ryu.

Použité skratky spôsobu premiestňovania

SA	Suri aši – posun, pohyb začína predná noha (v smere pohybu)
CA	Cugi aši - posun, pohyb začína zadná noha (v smere pohybu)
AyA	Ayumi aši – premiestňovanie s prekročením
TS	Tai sabaki – pohyb do boku
TH	Tai hiraki – zakročenie, alebo vykročenie s obratom o 90°

Použité skratky postojov

SD	Sančin dači
SHD	Šiko dači
ZD	Zenkucu dači
NAD	Neko aši dači
BP	Bojový postoj
HD	Heiko dači
UHD	Uči hači dači

Uke - ustupovať (AyA) v SD s džodan uke, joko uke a v SHD s harai otoši uke (45°).

6. Tori postupovať (AyA) v SHD s gedan oi cuki.

Uke – ustupovať (AyA) v SHD s harai otoši uke.

Kata: Taikyoku gedan 1, Taikyoku kake uke 1, Geksai 1

5. kyu – Oranžové obi

Kihon: 1. z BP vykročiť do ZD s kizami džodan a následne gyaku cuki čudan (dôraz na prácu bokov).

2. z BP vyročit' do ZD s uraken učí džodan a gyaku cuki čudan.

3. Tai sabaki v BP s blokom sukui (nagaši) uke a následné vystúpenie do ZD s gyaku cuki čudan, na opačnú stranu šotei barai (harai otoši uke) a gyaku cuki čudan .

4. Joko geri čudan (**do strany, aj do predu**)

5. **Tai hiraki s joko cuki**

6. **Mawaši uke v HD, UHD**

7. **Uširo geri v HD**

8. **Haito uke v SD, HD**

9. **Vykročiť (AyA) z BP do ZD s aši barai, giaku cuki**

10. **V UHD kakuto uke, teišo uke**

Kihon Ido: 1. Postupovať (SA) z BP do ZD s giaku cuki čudan, BP.

2. Postupovať (SA) z BP do ZD s kizami cuki džodan, BP.

3. Postupovať (SA) z BP do ZD s kizami a giaku cuki čudan, BP.

4. Postupovať v BP kosa dači zadnou nohou a joko geri, BP.

5. Postupovať (SA) z BP do ZD s giaku cuki čudan, zadnou nohou (AyA) mae geri (mawaši geri), BP.

6. Ustupovať vzad (AYA) v BP, hneď po premiestnení prednou nohou vykonať džodan mawaši geri.

7. **Postupovať (AyA) v SHD s joko cuki (ako v kata taikioku gedan 2).**

8. **Postupovať a ustupovať (AyA) v NAD s mae geri (mawaši geri).**

9. **Postupovať a ustupovať (AyA, SA) v NAD s kake uke (soto uke).**

Kumite: 1. Nihon kumite - útok čudan mae geri a oi cuki džodan v BP, obrana a protiútok.

2. Tori – voľný pohyb z BP, útok yoko geri a gyaku cuki (CA).

Uke - obrana a protiútok.

3. Tori – Postupovať (SA) z BP do ZD s gyaku cuki, zadnou nohou (AyA) mae geri (mawaši geri), BP.

Uke – obrana a protiútok.

4. **Tori z NAD do ZD s giaku cuki.**

Uke z HD zakročiť do strany do NAD s kake uke, protiútok nohou (rukou).

Kata: Taikyoku gedan 2, Taikyoku mawaši uke 1, Geksai 2, Sančin

4. kyu - Zelené obi

Kihon: 1. Vykročit' z BP do ZD s giaku cuki čudan džodan (2x jednou rukou)

2. Uširo geri čudan

Zmena naznačených techník priamych kopov na oblúkové v BP, kop je vykonaný zadnou nohou:

3. z čudan mae geri - mawaši geri

4. z čudan joko geri - mawaši geri

5. Z HD ustúpiť do BP s nagaši uke (kake uke), druhou nohou vykročiť do ZD s giaku cuki.

6. Teišo cuki v UHD

7. Haito uchi v UHD, HD

8. Ura mawaši geri v HD

9. Z BP vykročiť do ZD s furi uči

Kihon Ido: 1. Ustupovať (AyA) z BP do ZD s nagaši uke, kizami cuki džodan, giaku cuki čudan, BP.

2. Postupovať (CA) v BP do ZD s kizami cuki džodan a (CA) do ZD giaku cuki čudan, BP.

3. Postupovať (CA) v BP prednou nohou mawaši geri džodan (čudan mae geri).

4. Postupovať (AyA) v BP s aši barai do ZD s oi a giaku cuki, BP.

5. Postupovať (AyA) z BP do ZD s kombináciou mae geri čudan a uraken uči džodan, BP.

6. Postupovať (AyA) v BP s uširo geri čudan.

7. Postupovať (AyA) z BP oi komi giaku cuki (počas premiestnenia džodan cuki s dokrokom do ZD giaku cuki čudan).

8. Vykročiť z BP do ZD s giaku cuki, postupovať (AyA) do BP s aši barai a druhou nohou gedan sokuto. Nohu vrátiť späť do BP.

9. San ren cuki jodan, chudan, gedan v SD (BP, ZD).

Kumite 1. Nihon kumite – útok z BP zadnou nohou mawaši geri čudan a uraken uči džodan, obrana a protiútok

2. Tori - voľný pohyb v BP, prednou nohou mawaši geri + giaku cuki

Uke - obrana a protiútok

3. Tori - v pohybe z BP – ajumi aši počas premiestnenia džodan cuki, s dokrokom do ZD giaku cuki čudan

Uke – obrana a protiútok

4. Tori - voľný pohyb v BP, aši barai

Uke - uvoľnenie podmietanej nohy s kopom džodan (čudan) mawaši geri

5. Tori - voľný pohyb v BP, náznak gyaku (kizami) cuki

Uke - z BP protiútok giaku cuki (dôraz na rýchlosť reakcie)

Kata: Geksai 1, Geksai 2, Taikyoku kake uke 2, Sančin,

3. kyu – Modré obi

Kihon: 1. z BP prednou nohou mawaši geri džodan, čudan) a giaku cuki čudan s dokročením o ZD.



fighter
MARTIAL ARTS EQUIPMENT

POP RUHY
VYUŽITÍ ZÁVĚSNÉHO PYTLE

VÝPLŇ
HD PĚNA PRO VYŠŠÍ
BEZPEČNOST

STABILITA
NÍZKÉ TĚŽIŠTĚ A ZVÝŠENÁ
VAHA PODSTAVY

BARVY
NEJŠIRŠÍ VÝBĚR
S MOŽNOSTÍ POTISKU

**VOLNĚ
STOJÍCÍ
BOXOVACÍ
PYTEL**

ROZŠÍŘENÍ
POMOCÍ CHYTRÝCH DOPLŇKŮ
VYUŽIJ TRÉNINK NAPLNO





Hayashi



HAYASHI
VYBAVENÍ PRO KARATE
POUZE NA
WWW.HAYASHI.CZ



FOTO GALERIE



*Prezentace Krav Maga
Hustopeče 20.09.2008*



*Trénink Krav Maga
Brno 07.10.2008*



*Prezentace Krav Maga
Mikulov 01.05.2009*



*Workshop Krav Maga - Kapap
Hustopeče 27.06.2009*

VIDEO GALERIE



Vánoční trénink 2018



*Nabídka činnosti
Asia Budo Centra*



*Zkoušky STV Goju Ryu
2019*



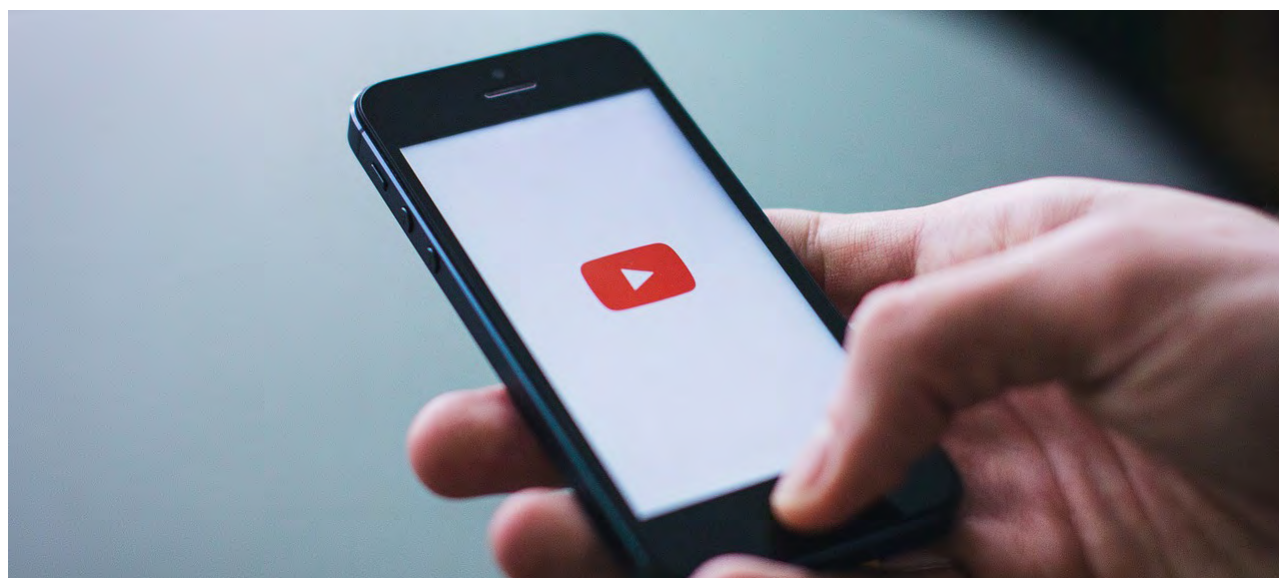
*Zkoušky STV v Sebeobraně
2019*



*Gishiki - Naha, Okinawa
2019*



*Těžko na cvičišti
lehko na bojišti*



SOCIAL MEDIA



ASIA BUDO CENTER

<https://asiabudocenter.eu/>

YouTube

<https://www.youtube.com/channel/Uct2DpjykJ6bmKcSIbF0f94Q>

Instagram

<https://www.instagram.com/asiabudocenter.eu/>

Facebook

<https://www.facebook.com/AsiaBudoCenter>

<https://www.facebook.com/groups/AsiaBudoCenter>



BUDOKAN.CZ

<https://budokan.cz/>



PLNÍME SNY

<https://plnimesny.eu/>

Instagram

<https://www.instagram.com/plnimesny.eu/>

Facebook

<https://www.facebook.com/plnime.sny.nejen.bojovnikum>



ASIA BUDO CENTER

TEAM CZECH REPUBLIC

KARATE - SEBEOBRANA HUSTOPEČE







ASIA BUDO CENTER

TEAM CZECH REPUBLIC

Asia Budo Center, z. s. funguje v Hustopečích již 15 let. Jeho hlavní činností je propagace a rozvoj východoasijských bojových umění a kultury. Včetně prevence kriminality a sociálně patologických jevů dětí a mládeže formou cílené všeobecné sportovní přípravy.

Věděli jste, že v letech 2014–2016 jsme přivezli do Česka:
10x zlato, 5x stříbro a 7x bronz z mistrovství světa bojových umění v Portugalsku!



- * KARATE - japonské bojové umění
- * KRAV MAGA - izraelský systém
- * KAPAP - izraelský systém
- * KAJUKENBO - havajské umění
- * SEBEOBRANA - pro dívky a ženy

- * Soukromé lekce - Kondiční lekce
- * Celoroční nábor do kurzů a lekcí
- * Vybavený sportovní prostor v Hustopečích

GSM: +420 721 328 832



Praxe v bojových uměních,
sportech a sebeobraně

Antonín Grůza
instruktor bojových umění
vicemistr světa z roku 1998

www.asiabudocenter.eu



Co bude v příštím čísle?

Články z archivu redakce:

- * Karate - je to cesta nebo sám život?
 - * Ve znamení vítězství z Ameriky
- Představujeme
- * Tchaj-ti Čchüan jako životní styl
 - * Taekwondo cesta na celý život

Další materiál a články...

Autorem karikatury na poslední straně je
Milan Boček - www.karikatury.cz





U.P. 2012