

武道館

Číslo: 16
Červen 2024

BUDOKAN.CZ

Měsíčník pro všechny fanoušky a fanynky bojových umění a sportů

Rozhovor s mistrem Evropy Goju-Ryu Karate

Seminář s Ernie Molyneuxem v ČR

Hoju Undo - doplňkové cvičení v karate

13. ročník Budoshow - 2010

Příprava na zkoušku STV

Novinky



SEBEOBRANA - KRAV MAGA
v Hustopečích již od roku 2009



+420 721 328 832



www.asiabudocenter.eu

*Lekce sebeobrany probíhají od začátku roku 2024, v prostoru tržnice Pavlína v prvním patře.
Kontaktujte instruktora, který vám podá bližší informace.*

Adresa: Bratislavská 465/18, Hustopeče

zdroj: google.com/maps



OBSAH aktuálního čísla

Rozhovor s mistrem Evropy	
Goju-Ryu Karate	04
Seminář Okinawan Goju Ryu Karate Do	06
Nové uniformy na karate	07
Hojō Undo – doplňkové cvičení	08
13. ročník Budoshow Brno 2010	10
Fotogalerie	16
Sociální média	17
Informace pro naše členy	19
Nabídka z našeho klubu	20
Co bude příště	21

Další číslo č. 17 bude k dispozici ke stažení,
v pondělí 1. července 2024.

武道館



BUDOSHOW



KARATE - SEBEOBRANA HUSTOPEČE



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

autorem fotografie na titulní straně je Dominik Drábek
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



Rozhovor s mistrem Evropy Goju-Ryu Karate

V sobotu 2.listopadu 2002 se po několikaleté přestávce opět uskutečnila Grand prix BOHEMIA v karate. Tento již 25.ročník mezinárodní soutěže se organizátorům podařilo přenést do Brna.Všechny předcházející roky to byla Praha, která hostila špičku mezi karatisty. Letos mělo tu čest Brno.Nová sportovní hala v Králově Poli se již od rána zaplnila sportovci z jednotlivých států. Celkem přijelo 180 karatistů ze šesti států.

Mezi naděje českých karatistů lze zařadit mnoho jmen. Rád bych připomenul jen několik. V sestavách Kata to je Petra Nová (FM 4/99), která je mistryní Světa pro tento rok a v Brně podle předpokladů vyhrála. Dalším osobností je Jan Tůček, který se na letošním MS WKF seniorů v Madridu umístil na krásném 3.místě v Kumite mužů, v kategorii +80 kg. V Brně se Honzovi podařilo svojí kategorií vyhrát. Tak bychom mohli pokračovat, protože naše malá zem má mnoho velice nadějných sportovců. Mezi takové naděje patří i mladík z jižních Čech – sedmnáctiletý František Sedlák. Tento závodník, se před nedávnem vrátil z ME juniorů a kadetů z Minska v Bělorusku.Zde dosáhl krásného prvního místa v kategorii Kata a stal se mistrem Evropy. Čtenářům Fighter's Magazinu přináším rozhovor, který jsme udělali o přestávce v brněnské sportovní hale.

Ahoj Františku, představ se trochu našim čtenářům FM. Popiš ve zkratce, jaké byly tvoje začátky? Jmenuji se František Sedlák a narodil jsem se 01.06.1985. S cvičením jsem začal zhruba před deseti lety v kroužku karate u nás v Nové Bystřici. Cvičení tam bylo tehdy vedeno pány Š. Kamasem a R. Neradem. Po dvou letech trénování se kroužek v Nové Bystřici rozpadl. Já měl na výběr: buď také skončit jako ostatní anebo dojíždět do 20 km vzdáleného Jindřichova Hradce, kde byl nejbližší klub karate. Zvolil jsem si dojíždění, a již za pár měsíců jsem poznal, že tohle je pro mne to pravé.

Jakých sportovních úspěchů si nejvíce vážíš? Předně bych rád uvedl, že jsem členem Okinawan Karate Klubu

TJ.Slovan J.Hradec a taktéž ČAOGK (České Asociace Okinawan Goju Ryu Karate do) - www.iogkf.cz. Zde jsem se vše naučil a tam také cvičím klasické okinawské Goju Ryu Karate do dle IOGKF (International Okinawan Goju ryu Karate do Federation) - www.iogkf.com. Jako jeden z mála studentů ČAOGK soutěžím. Líbí se mi atmosféra soutěží a také možnost porovnat se s druhými. Ostatní naši členové nesoutěží pokud vím, tak chtějí hlavně cvičit a rozvíjet se na cestě Karate do. Získávání medailí je neláká. Já si pro soutěže vybírám organizace, ve kterých je náš klub také zaregistrován a které jsou velmi dobré v pořádání sportovních akcí – jako jsou např.: ČSKe – Český Svaz Karate nebo ČSKGr – Český Svaz Karate Goju Ryu.

Můj největší sportovní úspěch je titul mistra Evropy kadetů v kata, který jsem získal na ME Goju-Ryu (EGKF) v běloruském Minsku v září 2002. Celkem naše výprava, která byla vedená ing.J.Bočkem, J. Musilem a T.Dvořákem získala šest medailí. Cením si i dalších medailí, které jsem získal na soutěžích v Č.R. - např. jsem získal titul mistr Č.R. v kata v r. 2002 v karate Goju-Ryu (ČSKGr), dále titul vicemistr Č.R. v kata dorostu v r. 2001 a 2002 v karate všech stylů (ČSKe), také bronz v kata dorostu na mezinárodním turnaji v Mladé Boleslavi Czech Open, kterého se zúčastnilo 13 států.

V roce 2002 se mi začalo dařit i ve sportovním zápase – kumite. Na prosincovém mistrovství Č.R. v karate všech stylů (ČSKe) v Ústí nad Labem jsem se ve váze do 75Kg probojoval do finále a získal stříbrnou medaili.

Jaké jsou tvoje koníčky (mimo karate) a jaké máš zájmy, máš na ně čas? Mimo karate se také doplňkově zabývám volejbalem, lehkou atletikou a gymnastikou. Ale pouze zřídka, protože na tyto koníčky mi nezbyvá mnoho času. Karate je pro mne na prvním místě.

Co máš rád k jídlu? Jaké je tvoje nejmilejší jídlo? Mám rád česká jídla. Nejsem moc vybíravý. Mé nejoblíbenější jídlo je „uzený s bramborovou kaší“. Jak jsem začal závodit, tak jsem se v konzumaci takovýchto jídel musel omezit kvůli sportovnímu tréninku



Cobys nám prozradilo tvém idolu?

At' už v životě nebo třeba vesportu?

Když jsem byl malý, tak jsem často pozoroval akční filmy. Nejraději jsem měl Jean Claude Van Dameho. To byl můj nejoblíbenější akční hrdina. V té době jsem chtěl dokázat to, co on na filmových plátnech: dosáhnout černého pásu, vítězit v soubojích a mít dobrého trenéra. Dnes se těmto filmům spíše usmívám.

V cvičení karate se zaměřuješ jenom na sestavy (Kata) nebo i na sportovní zápas (Kumite)?

Je pravda, že se hodně věnuji kata, ale i kumite trénuji často. Myslím si totiž, že je důležité cvičit oboje z důvodu všestrannosti. V našem dojo by to ani jinak nešlo, sensei (trenér) nás učí tak, abychom uměli dobře všechno co do karate patří – od správného dýchání až po boj. Zvláště v poslední době se kumite hodně věnuji, obzvláště tradičním formám zápasu v goju ryu, jako jsou Kakie kumite nebo Iri Kumi (pouze Ju - Go Iri Kumi zatím nedělám). Tyto zápasy musím znát na zkoušku na 1.Dan, na kterou se teď připravuji. Můžu říct, že mě tyto zápasy velmi „sedí“ - našel jsem si v nich svůj bojový styl.

A co se týče sportovního kumite, které se provádí na soutěžích?

Tak to také trénuji, hlavně pro

to že mě baví soutěžit v Kumite a porovnávat se s jinými zápasníky. Největší význam pro mne však má cvičení tradičních kat a jejich bunkai (sebeobranné aplikace), protože si myslím, že je v těchto cvičeních uložena pravá podstata karate do.

Co Ti karate přineslo a co naopak vzalo?

Karate mi myslím přineslo mnoho dobrého. Sám cítím, jak jsem se za ty roky cvičení změnil – mám větší sílu, lepší soustředění a víc si věřím. V našem dojo se také klade velký důraz na etiketu – chování v dojo i mimo něj, toto si myslím, že mě také hodně ovlivnilo. Snažím se chovat všude slušně, ale na druhou stranu si nedám nic líbit. Zvláštní klíčovou osobou je pro mne můj sensei, protože ten mne vše naučil. Velkou výhodou je, že můj sensei má také svého senseie – okinawského mistra Morio Higaonnu 9.DAN a tak vím, že vše, co mě učí se musel naučit i on. Pomáhá mi to, protože vím že mě neučí nesmysly, ale pouze podstatné věci. Dokážu pak vydržet i hodně tvrdé tréninky a vidím pak na sobě vývoj, prostě že se pořád zlepšuji. Víím to i proto, že jsem na jaře doprovázel svého senseie za M.Higaonnou a pak jsem s nimi několik dní trénoval – to byl velký zážitek!

A co mi karate vzalo?

Nic mě nenapadá!

Na co ve svém životě kladeš největší důraz? Co je prostě důležité pro Tebe samotného?

Pro mě samotného je nejdůležitější zdraví. Doufám, že mi vydrží co nejdéle. Důležité pro mne ale také je kamarádství, dobrá parta a pohoda.

Co bys chtěl nakonec vzkázat našim čtenářům?

Chtěl bych popřát čtenářům hodně štěstí, zdraví a sportovních úspěchů. At' už děláte jakékoliv bojové umění, dělejte ho naplno.

Líbí se mi přísloví, že je jedno CO děláte, ale důležité je JAK to děláte. Mějte se a na shledanou...

Děkuji za rozhovor a držím palce k dalším úspěchům.

Arigato Gozaimashita

www.ioqkf.cz

*Materiál byl zpracován pro časopis
Fighter's magazínu 04/2003*



V několika předcházejících číslech měsíčníku *Fighter's magazin*, jsem čtenáře informoval o jedné z organizací tradičního karate-do v ČR.

**Gasshuku I.O.G.K.F.
v ČR – sensei**

Ernie Molyneux

Pro upřesnění se jednalo o IOGKF (International Okinawan Goju ryu Karate do Federation), která od roku 1999 působí i na našem území.

Také tento rok ČAOGK v spolupráci s Okinawan Karate Klubem TJ Slovan Jindřichův Hradec pozvala jednoho z nejvýznamnějších senseiů okinawského Goju-ryu v Evropě, anglického mistra – Ernie Molyneuxe.

Sensei Ernie je „šéfinstruktor“ okinawského karate IOGKF pro Evropu a člen výkonného výboru IOGKF. Taktéž je jeden z několika senseiů, kteří mají oprávnění zkoušet v Evropě na mistrovské stupně dle okinawského zkušebního řádu IOGKF.

I když se již řadu let nezabývá soutěžením, jeho sportovní úspěchy z mládí jsou impozantní. Získal např. zlatou medaili na mistrovství světa v Iri Kumi (okinawská forma kumite) na Miyagi Chojun Festivalu v San Diegu (USA) v r. 1989 a řadu dalších úspěchů v Evropě – zejména v kumite. Kromě toho je dvojnásobný mistr Anglie v kata.

Jeho čtyřdenní pobyt u nás, v ČR, naplánovala česká skupina zástupců ČAOGK na 4. až 7. dubna 2003. Sensei Ernie Molyneux přiletěl do Prahy v pátek 4. dubna. Po krátké zastávce v Praze se s průvodci přesunuli do dojo (tělocvičny) v J. Hradci, kde se odborný seminář uskutečnil za účasti více než 50 cvičících z Prahy, Jindřichova Hradce, Studené, Českých Budějovic, Benešova a Hustopečí.

Po celý seminář byly tréninky rozděleny do dvou cvičebních skupin. Jedna skupina tvořila pokročilí studenti od 3. kyu výše a druhá od 10. kyu po 3. kyu. Zvláštní osobní tréninky měli také nejvyšší instruktoři. Jeden trénink byl speciálně upraven pro děti a mládež. Každý si našel to, co mu nejvíce vyhovovalo. Mně osobně se velice líbila podrobná výuka dýchací kata Sanchin, kterou jsme cvičili vždy brzy ráno. Samozřejmě se také cvičilo ve dvojicích, ať se jednalo o různé formy soubojů (kumite), a nebo sebeobraně aplikace jednotlivých kat (Bunkai).

Na konci semináře byla uskutečněna tříhodinová zkouška na mistrovské stupně DAN dle okinawského zkušebního řádu. Zkouška byla dost náročná (teoretická zkouška, fyzické testy, praktické cvičení), vše přesně tak, jak je v IOGKF pravidlem. Tři čekatelé uspěli! Mezi těmito adepty byl i František Sedlák (FM 2/03), mistr Evropy Goju ryu Karate juniorů a kadetů v Minsku. Dodatečně BLAHOPŘEJI!

Na závěr semináře poděkoval sensei Ernie jak sensei Jaroslavu Valentovi (šéfinstruktor IOGKF pro ČR), tak i jeho asistentovi MUDr. Petru Syrovátkovi



Seminář s Ernie Molyneuxem v Jindřichově Hradci (4. - 7. 4. 2003)



Aplikace bojových technik v praxi (sensei Ernie Molyneux a Steve Checkley)

za dobře připravený seminář. Podle slov mistra, studenti zde mají dobré vedení a vše probíhá v duchu rodiny IOGKF. Tlumočil také českým zástupcům pozvání na sedmidenní Evropské Gasshuku (19. - 26. 7. 2003) v Hamburku a také na mezinárodní Gasshuku, které se uskuteční na Okinawě v roce 2004. Závěrem mistr Ernie řekl, že pokud bude pozván, opět k nám do Česka velice rád přijede.

Při této příležitosti čtenářům nabízíme minirozhovor se senseiem Erniem Molyneuxem.



Co vy osobně máte v karate Goju ryu nejraději?

Kdybych byl mladší, neostýchal bych se říci, že to byly různé formy kumite a otužování. Nyní jsem však již vyzrálejší, stále rád cvičím kumite, ale co mne skutečně fascinuje, jsou bloky na krátkou vzdálenost, protitůky a pohyby do zakončení pákou nebo škrocením. A také si myslím, že toho stále nevím spoustu o katé Sanchin a její úloze, kterou hraje v ostatních kata. Snažím se cvičit Sanchin každý den.

Jakou radu byste dal tomu, kdo by chtěl začít s bojovým uměním?

To záleží na osobní potřebě i věku. Myslím si ale, že pro mládež je vynikající judo. Zvláště kombinace karate a judo je ideální pro fyzické vzdělávání mládeže. U dospělých je to podobné, judo by se ale mohlo nahradit i nějakým jiným stylem, který využívá hmaty. Také bych si zvolil styl karate, který má možnost otužování a kontaktního zápasení.

Když jsem byl na Okinawě, slyšel jsem přísloví, že „Je lepší strávit pár let hledáním učitele než rychle začít cvičit“. Shrnuto, řekl bych: „Zvaž své potřeby a najdi si dobrého učitele.“

Kam směřuje organizace IOGKF do budoucna s ohledem na tradiční karate?

Současná doba je skvělá především pro mládež. Potvrdilo se, že skutečná disciplína v tradičním tréninku karate může hrát hlavní roli ve vývoji dítěte

jako protiklad moderních stylů soustředujících se pouze na sportovní aspekty.

Rád bych viděl tradiční karate ve školním curriculum. Myslím si, že karate může dnešním mladým nabídnout pocit disciplíny a větší sebevědomí do života.

Proč tak trváte na dodržování jemných detailů při cvičení Kihon?

Najít odpověď není vůbec obtížné. Stačí když se podíváte na našeho senseie (Higaonna Morio sensei, pozn. redakce) a celou řadu jiných okinawských a japonských mistrů. Všichni jsou aktivní a cvičí i v šedesáti a sedmdesáti letech. Proto také cítím i u učím své studenty, že správné držení těla a cvičení Kihon a katy Sanchin jsou zásadní pro dobré zdraví, pokud se cvičí správně a pod dobrým vedením.

Máte nějakou zajímavou historku z vašich cest do různých členských států IOGKF?

Ano, na jednu si vzpomínám. Byl jsem na návštěvě v Baku v Ázerbájdžánu. Zúčastnil jsem se tam několika různých akcí. Jednou z nich byla i svatba natáčená místní televizí, zhruba za účasti 500 lidí. Skupina, která tam vystupovala, hrála typické místní hity, které mají blízko k arabské hudbě. Moderátor mě pozval jako anglického instruktora karate k mikrofonu a zeptal se, co si myslím o této skupině a jaký mám názor na tento styl hudby. Než jsem se nadál, spustila kapela jeden z hitů a já byl vyzván, abych něco zatančil. Zůstal jsem stát uprostřed parketu úplně sám, zabírala mě kamera, zatímco jsem napodoboval pohyby Anthonyho Quinna z Řeka Zorby.

Před nedávnem jste se vrátil z Okinawy, kde jste tři týdny cvičil se senseiem Higaonnou. Proč jste se tam vydal?

Chtěl jsem cvičit se senseiem Higaonnou delší dobu než pouhých 7 dnů na běžném Gasshuku a také proto, abych se zúčastnil jeho osobních tréninků. Doprovázel mě jeden z mých studentů – senior instruktor Gary Excell. Po našem přiletu dorazil na Okinawu také Tesuji Nakamura – senior instruktor z Kanady.

Rozhodně mne návštěva Okinawy nezklamala a více času na cvičení mi umožnilo věnovat větší pozornost detailům ve cvičení a správnému držení těla. Každý den jsem cvičil se senseiem Higaonnou, kromě asi dvou či třech tréninků, které vedli starší instruktoři.

Tréninky byly skvělé, jen rozvrh dne byl však poněkud vyčerpávající. Vstávali jsme ve 4 hod. ráno, snědli lehkou snídani a vydali se na cestu do domu, kde bydlí sensei. Odtud jsme pak šli společně asi 50 minut do zenového kláštera v Shuri. Tam jsme seděli hodinu až dvě a praktkovali zazen. Poté jsme si dali lehkou snídani se zenovým mistrem Sakijama-ros-him a Higaonnou-senseiem. Pak jsme šli do senseiova dojo, kde byl dvouhodinový trénink. Skládal se z hojo undo – nigiri game (keramické vázy – pozn. redakce) a kata Sanchin se Shime. Pak jsme se věnovali detailně dalším kata a opakovali celou řadu složitějších pohybů.

Další tréninky jsme měli i odpoledne a večer.

*Děkuji za váš drahocenný čas a ochotu.
Arigató Gozaimashita*

Seminář s Ernie Molyneuxem v Jindřichově Hradci (4. - 7. 4. 2003)
Zleva MVDr. Evžen Král, Vlastislav Běhoun, Jaroslav Valenta, Ernie Molyneux, MUDr. Petr Syrovátka a Jaroslav Kulík.



Materiál byl zpracován pro časopis *Fighter's magazin* 09/2003



Hayashi



HAYASHI
VYBAVENÍ PRO KARATE
POUZE NA
WWW.HAYASHI.CZ



Hoyo Undo – doplňkové cvičení

Důležitou součástí tréninků na Okinawě je cvičení s tradičními pomůckami Hoyo Undo, které společně s Jumbi Undo (tradiční rozcvičkou) a tréninku na makiwara, tvoří nezbytný základ tréninku tradičních bojových stylů jako je například cesta Karate. Pro lepší pochopení jsme oslovili jedno z instruktorů tradičního karate Igora Vakoše z Bratislavy. V klubu tradičního karate IOGKF Dojo Slovakia se doplňkové cvičení používá na každém tréninku, takže jsme pro čtenáře našeho časopisu Bojová umění – Fighter's magazin vybrali skutečného odborníka.

Co je Hoyo Undo?

Hoyo Undo v doslovném japonském překladu znamená „doplňkové cvičení“. V okinawských stylech je to elementární a nezbytná součást rozvoje každého cvičence. Tento soubor cvičení je typický hlavně pro okinawské styly Goju Ryu a Uechi Ryu. Protože jsem sám cvičencem stylu Goju Ryu a reprezentantem International Okinawan Goju Ryu Karate-do Federation (IOGKF) na Slovensku, budu mluvit o specifikách Hoyo Undo v rámci Karate stylu Goju Ryu. Hoyo Undo posilňuje šlachy a klouby a pomáhá získávat sílu, která udělá z technik drtivou zbraň. Napomáhá nejen rozvoji paží a ramen, ale učí, jak generovat sílu z břicha, ze zad, posilňuje i mezižební svalstvo, čímž zároveň chrání při dopadu úderu v boji. Stejně tak nás učí rozvíjet koordinaci svalů, těla, dechu, rychlosti, jako i držení těla. Význam Hoyo Undo nejlépe dokumentuje vyhlášení mnoha tradičních mistrů okinawského Goju Ryu, kteří říkají „No Hoyo Undo, no Goju Ryu“ (bez Hoyo Undo není Goju Ryu). Samotné Hoyo Undo můžeme rozdělit do dvou skupin. Můžeme mluvit o Hoyo Undo bez náradí a o Hoyo Undo s náradím. Pod pojmem Hoyo Undo bez náradí si můžeme představit téměř všechny doplňkové cviky, které se používají ve všech Karate Dojo na světě. Ať už jsou to typické kliky, dřepy, nebo klasické posilování břišního svalstva. Zvláštností stylu Goju Ryu je takzvané Neko Undo (cvičení kočky), což je jistý druh kliku, kde však váha leží hlavně na ramenou a rozvíjí tak jejich sílu a svalstvo kolem.

Pracovat s vlastní vahou těla je skvělý prostředek na získání základní síly. Pokud však potřebujeme sílu specifikovat a zaměřit se na jisté svalové partie, neobejdeme se bez Hoyo Undo s náradím. Zde už mluvíme o jednoduchém náradí hlavně ze dřeva a kamene. V tomto článku se budeme věnovat alespoň těm nejnámějším.

Chi Ishi (Chishi)

Toto náradí patří k nejpotřebnějším a mělo by být součástí každého tradičního Dojo okinawského Goju Ryu. Je to kámen, nebo jiné závaží, které je upevněno na dřevěné holi. Existuje přesná sestava cviků, která rozvíjí úchop, sílu zápěstí a ramen, ale i pevnost celého těla. Při cvičení s Chi Ishi se klade důraz na správné dýchání a zharmonizování pohybů těla s dechem. Výsledkem je správné kime v každém pohybu. Cvičení se provádí v postoji shiko dachi, čímž se rozvíjí i síla nohou. Váha závaží by se měla být 7-10% tělesné váhy cvičícího. I proto pokročilejší adepti Karate už mají svojí tzv. „osobní Chi Ishi“, která přesně odpovídá jejich váze a délce rukou. Dýchá se aktivně. Doporučuje se cvičit denně 10 – 20 opakování 5 – 6 cviků. Vytvoří se tak dobrý základ pro techniky.

Makiwara

Asi nejnámějším náradí a součástí Hoyo Undo na světě, které se využívá ve všech okinawských stylech Karate. Svou dovedností byli známí i Sensei Funagoshi, zakladatel Shotokanu, jakož i Sensei Motobu Choki, zakladatel Motobu Ryu.

V tradičním ponětí je makiwara dřevěná deska zapuštěná do země a na vrchu obalená rýžovou slámou. Idnes můžeme tuto podobu najít v zahradních Dojo opravdu po celém světě. Problémem dnešního tréninku bojových umění je, že jenom málokdo cvičí ve vlastních prostorách. Většina z nás cvičí v pronajatých tělocvičnách a je proto problematické namontovat tam tradiční makiwara. Proto se v dnešní době jako náhražka používají boxovací pytle, lapy a štíty. Cvičení na makiwara nám pomáhá zpevňovat zápěstí, rozvíjí sílu a tvrdost úderu a pomáhá naučit tělo jak zachovat stabilitu, rovnováhu a zakořenění (muchimi) i při dopadu úderu. Údery do makiwary, nebo pytle by mělo být součástí každého tréninku bojových umění.

Kongo Ken

Toto méně známé náradí je významným nástrojem pro pokročilejší cvičení. Je unikátní pro okinawské Goju Ryu a do systému ho zavedl Sensei Miyagi Chojun po své návštěvě na Hawaji. Cvičí se buď jednotlivě, nebo ve dvojicích.



Cvičení ve dvojici rozvíjí koordinaci těla a spolupráci s partnerem. V opačném případě přichází k nechtěným zraněním. Kongo Ken je železná obruč o váze 20 – 50 kg. Cvičí se s ní například dřepy v shiko dachi, přičemž obruč držíme kolem krku, dělají se s ní kliky kde jeden konec je opřený o zem a druhý o krk cvičence a další namáhavé cvičení. Rozvíjí celkovou sílu těla, nohou, rukou a ramen a učí správnému držení těla. Pomáhá též rozvíjet sílu boků nezbytnou pro hody

Nigiri Game

Na Okinawě se pod tímto jménem ukrývají džbány z pálené hlíny se širokým hrdlem, které se dá uchopit roztáhnutými prsty. Dovnitř se pak může nasypat písek, nalít voda, nebo naklást kameny a dosáhnout tak váhu, kterou vyžadujeme. V některých případech se používají též Nigiri Game ze železa. Cvičení s Nigiri Game rozvíjí sílu v prstech, sílu úchopu, předloktí a ramena, což je nezbytné pro techniky otevřených rukou. Pomáhá rozvíjet pevný postoj, který je pro vykonání techniky nezbytný. V dnešní době se může použít jako náhražka za křehké keramické vázy jednoruční činka s příslušnou velikostí závaží, která je vhodná pro úchop prsty.

Tetsu Geta

Nářadí Tetsu Geta vychází z tradiční japonské obuvi, dřevěného sandálu. Ten se japonsky jmenuje Geta. Pro rozvoj síly a dynamiky dolních končetin se vyvinul sandál ze železa – Tetsu Geta. Provádějí se s ní kopy, čímž se rozvíjí dynamika a síla dolních končetin a rozvíjí se správná technika. Zároveň posiluje i prsty na nohou a napomáhá tak pevným postojům a správnému zakořenění postoje.

Makiage Kigu

Jedná se o krátkou dřevěnou tyč na které je uvázáno lano se závaží. Cvičenec v přirozeném postoji namotává a zpětně rozmotává

závaží, nejrychleji jak to jde. Tyč se může držet nadhmatem, nebo podhmatem v natažených rukou. Cvičení s tímto nářadím rozvíjí sílu zápěstí a předloktí a nutí ohýbat zápěstí až do krajních poloh. Velikost závaží se může měnit v závislosti od síly a fyzické kondice cvičícího.

Ishi Sashi, nebo Tetsu Sashi

Toto nářadí vychází ze zámků, které se na okinawě používali na uzamykání dveří. Protože na Okinawě je problém se železnou rudou (důvodem je bažinatá půda krajiny), tesali se zámkové kamene (Ishi Shashi). Později se objevili i verze ze železa (Tetsu Sashi). V dnešní době se toto nářadí využívá po celém světě pod názvem Kettlebell a je populární zejména při kondičním cvičení MMA a dalších plnokontaktních sportů. Někdy se jako variace používá Tekkan, což je kamenná, nebo železná obruč, která se navleče na ruce jako náramek. Cvičení s tímto nářadím rozvíjí sílu celých končetin, svaly zad, ramenního pletence a hrudního svalstva. Využívají se pomalé techniky a cvičí se s nimi ve stylu Kata Sanchin a Tensho. Dynamické cvičení pak rozvíjí sílu a zručnost v úchopech a koordinaci celého těla. Může se použít i na cvičení nohou, kde se toto nářadí navleče na nohu a cvičí se jako se závažím. Rozvíjí to dynamiku a sílu dolních končetin.

Toto je jenom základní výpočet těch nejznámějších tradičních pomůcek pro Hojo Undo. K těm méně známým patří například Chi Sau (kovový kruh, který se využívá i v čínských bojových uměních), Tan (původně kola z vlaku s osou, využívají se jako činka), Jari Bako (nádobka naplněná pískem do které se prováděly údery zavřenými i otevřenými rukama), jako i moderní nářadí, které se využívá se současnými moderními poznatky, jako je expandér (gumové lano, používá se na rozvinutí dynamiky rukou a nohou), různé formy činek a další množství nářadí. Každé bojové

umění si vyvinulo vlastní soubor cvičení a sestavu nářadí, které rozvíjí to, co to které umění vyžaduje. Je potřeba mít na paměti, že Hojo Undo jsou doplňkové cvičení a jako takové by se měli stát doplňkem pro trénink každého adepta bojových umění. Ať už jsou to cviky bez nářadí, jenom s vahou vlastního těla, nebo specifikované cvičení s nářadím, cílem je rozvinutí fyzické síly, co pomůže rozvoji techniky a učiní tak naše bojové umění ještě nebezpečnějším a efektivnějším v případě fyzického útoku. Zároveň udržujeme tělo v dobré fyzické kondici a přispíváme tak k celkové duševní pohodě, protože jak říkali již staří Řekové: „Ve zdravém těle zdravý duch“.

Pokud máte zájem si vyzkoušet Hojo Undo v praxi, je možné kontaktovat zástupce IOGKF Dojo Slovensko nebo IOGKF Rakousko www.iogkf-austria.at. Dojo instruktoři Vás rádi seznámí s uměním, které přetrvává století až do dnešní doby. Velké setkání všech nadšenců tradičního okinawského karate, se uskuteční začátkem dubna 2011 v Bratislavě při konání Twin Cty Gasshuku II. Jedná se o mezinárodní seminář pod vedením senseie Bakkiese Laubschera (8. Dan), šéfinstruktor JAR a nejvyššího technického poradce IOGKF. Jste srdečně zváni.

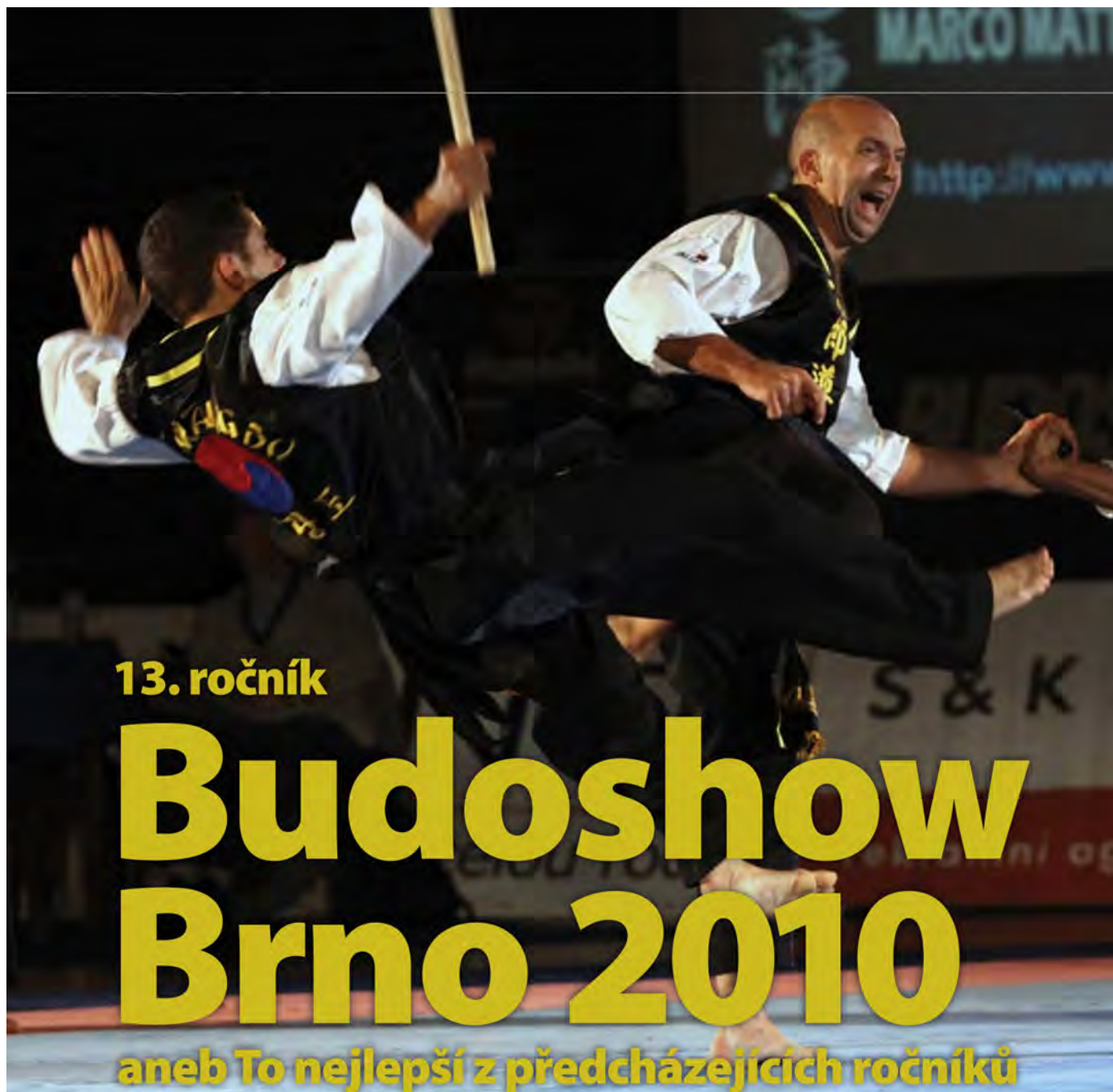
Připravil:

Igor Vakoš a Antonín Grůza

Foto: Mária Šimková, archiv autora Kobudo Kai Slovakia, IOGKF Dojo Slovakia

Materiál byl zpracován pro časopis Bojová umění 01,02/2011





13. ročník

Budoshow Brno 2010

aneb To nejlepší z předcházejících ročníků

Opět uplynul rok od posledního velkého svátku všech fandů bojových umění v Brně. Letošní ročník měl v pořadí číslovku 13 a podtitul To nejlepší z předcházejících ročníků Budoshow. Protože náš časopis Bojová umění – Fighter's magazin byl jedním z hlavních mediálních partnerů a sponzorů akce, můžeme se s vámi podělit o pár postřehů z této sportovně-kulturní akce. Za naši redakci jsem se neúčastnil sám, ale přicestoval také vydavatel pan M. Sobotka s rodinou. Takže jsme měli větší zastoupení, jako tomu bylo v minulosti.

Každý ročník se začíná připravovat již o rok dříve. Takže pořadatelé oslovili několik VIP hostů a čekali na reakce a odezvu, jestli si udělají v jednom listopadovém víkendů čas.

Nakonec se vše podařilo organizačně zvládnout a několik

významných hostů přicestovalo a ukázalo to nejlepší, co mohou předvést.

Již odpoledne se uskutečnily čtyři semináře přímo s vystupujícími mistry. Každý zájemce měl možnost naživo si vyzkoušet na Budoshow Campu tyto umění:

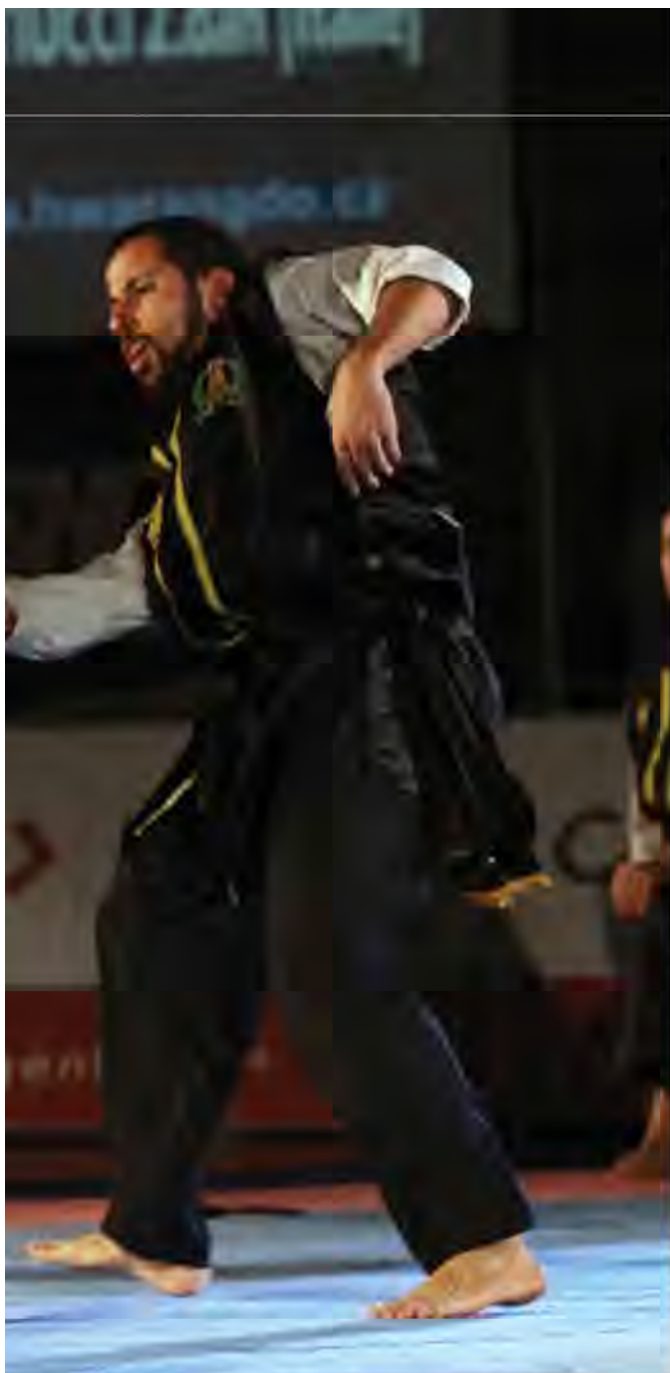
- Krav Maga Liven International pod vedením Kancho Raffiho Livena (10. dan)

- Yaw Tai Chi Self Defence pod vedením Sifu Yaw Hwa China (7. dan)

- FISFO pod vedením Stanislava Gazdíka (3. dan)

- Hwa Rang Do® a Tae Soo Do® pod vedením Marca Matticchio (2. dan)

Ale vraťme se k akci samotné. Letošní ročník byl pod záštitou primátora města Brna Romana Onderky. Dále se akce uskutečnila za podpory statu-



tárního města Brna a Jihomoravského kraje.

Letošní termín byl stanoven na neděli 21. listopadu 2010 a to přesně od 15.00 do 18.00 hodin v nové sportovní hale ve Vodové ulici v Králově Poli v Brně.

Jako hlavní moderátor byl letos osloven Ondřej Vetchý. Možná se ptáte proč?

Lidé co Ondřeje znají, vědí. Pro ostatní krátké vysvětlení. Bojovými uměními se zabývá už pětadvacet let a za tu dobu vyzkoušel judo, box, Taekwondo i Full Contact.

Ondřej je držitelem 2. danu v judu a má za sebou pěknou sbírku úspěchů. V deseti letech

začal cvičit judo v SK Modeta Jihlava u trenéra Toufara, jeho dalším klubem byla Sparta Praha - Tatra Střešovice, kde zápasil v první lize a vyhrál MČR v družstvech. A nejlepším umístěním v jednotlivcích bylo 3. místo na MČR. Svoje mistrovství mohl Ondřej předvést hned na začátku Budoshow po zahájení akce. Takže organizátoři akce oslovili člověka, který není jenom moderátorem, ale ví, co to vše obnáší a jaká je to dřina. Myslím, že to byl dobrý výběr.

Ani letos se v organizaci 13. ročníku Budoshow v Brně nic nezměnilo a pořadatelem byli dlouhodobě zkušený hlavní

organizátor Libor Macháň a škola Taekwondo Club ITF Brno.

Mezi VIP hosty z Japonska byl pozván mistr TODAYOSHI EBINA. Tadayoshi Ebina se narodil v roce 1957 v Tokiu, 1968 absolvoval policejní výcvik, 1979 japonskou vyšší odbornou školu tělesné výchovy, Sportovní věda (tělocvik), BUDO specializace. Mistr je držitelem mistrovských stupňů: Judo 4. dan, sumo 2. dan, Kendo 1. dan. V roce 1984 se dostal do užšího výběru klasifikace na olympiádu v Los Angeles. Zvítězil však nad ním Yasuhiro Yamashita, který pak na olympiádě vyhrál zlatou medaili. Na Budoshow připravil pro partnery občerstvení ve VIP zóně.

Bohužel 13. ročník je magický a vše neklaplo, jak se očekávalo. Jeden z největších VIP hostů se organizátorům musel omluvit. Byla to mladá Angličanka Chloe Bruce, která se bohužel z organizačního důvodu nemohla akce účastnit. Byla to velká škoda, ale co se dalo dělat. Myslím, že ostatní vystupující ji očividně zastoupili na jedničku. Ale držitelku světového rekordu nemáte na Budoshow každý den. Tak snad v dalších ročnících to již klapne dle představ.

Jako první v řadě se divákům představil mistr Johny Lenskens a jeho prezentace Hakkoryu jujutsu. Johny Lenskens, je mu 53 let a žije v Belgii v městečku Zonhoven. V Hakkoryu jujutsu dosáhl nejvyššího možného stupně menkyo kaiden shihan san dai kichu, což odpovídá 8. danu v moderním jujutsu, a byl přímým vnitřním žákem uchideshi zakladatele této tradiční japonské školy velmistra Okuyama Ryuhō shodaisoke. Johny Lenskens od svého učitele obdržel také válečnické jméno, které zní „Seizan“ a v překladu znamená „silného člověka, který pozoruje z vrcholu vysoké hory“. Johny Lenskens shihan je velkým talentem jujutsu a zejména využití vnitřní síly ki v bojových technikách waza a také v léčebných masážích shiatsu, které jsou vnitřní součástí Hakkoryu. Ukázky aplikací vnitřní energie ki lidé mohli zhlédnout v rámci jeho

ukázky.

Spolu s mistrem shihanem vystoupili mistři yudansha a žáci mudansha brněnského klubu Otokodate dojo pod vedením Zdeňka Minaříka, 4. dan, který byl ustanoven zodpovědným za Hakkoryu v rámci České republiky. Otokodate dojo si klade za cíl pokračovat v nejlepších tradicích školy Hakkoryu jujutsu a k tomuto vyvíjí veškerou činnost.

V ukázce diváci viděli kromě základních a mistrovských technik také aplikace a variace technik jako sebeobranu. Techniky jsou prováděny rychle a často není možné vizuálně postihnout provedení techniky, takže se mohou zdát nereálné. Opak je však pravdou, což v závěru mistr Johny Lenskens shihan předvedl demonstrací aplikace své vnitřní síly ki.

Další ukázka byla prezentace Policie ČR. Policie slouží veřejnosti. Jejím úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku a veřejný pořádek, předcházet trestné činnosti, plnit úkoly podle trestního řádu a další úkoly na úseku veřejného pořádku a bezpečnosti svěřené jí zákony, přímo použitelnými předpisy Evropských společenství nebo mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu. Policie ČR je podřízena Ministerstvu vnitra ČR. Ukázka na tatami byla ze zásahu v různých situacích, které vás mohou potkat na ulici v každodenním životě.

V následující ukázce se divákům představilo moderní umění sebeobrany původem z Koreje, a to populární Taekwondo. Jedná o jeho originální verzi, kterou v roce 1955 v Soulu představil poprvé světové veřejnosti jeho tvůrce, jihokorejský generál Choi Hong Hi. Taekwondo bylo vyvinuto nejprve pro potřebu jihokorejské armády. Až o pár let později ho mohla začít cvičit také běžná veřejnost. Již od počátku bylo Taekwondo typické svou velikou silou a účinností, protože každá jeho technika využívá poznatků moderní fyziky. Přehlednout nejde ani vysoká propracovanost technik nohou. S moderním uměním sebeobrany Taekwondo nás na tatami seznámili přední



čeští a moravští instruktoři, držitelé čtvrtých až šestých danů pod vedením korejského mistra Taekwondo a dnes již legendy Hwang Ho Yong, držitele 8. danu, který vyučuje Taekwondo v České republice již od roku 1987. Brněnská škola má více než 200 členů ve věku od 5 do 64 let a má celkem 6 reprezentantů ČR. Hlavním trenérem je Libor Macháň, 4. dan, hlavní organizátor Budoshov v Brně.

Hung Gar je styl jihošao-linského kung fu, který kombinuje techniky stylů tygra a jeřába. Tento styl měli možnost návštěvníci vidět v podání Moravské asociace Hung Gar, která působí v Brně a ve Vyškově. Vyučuje styl se všemi tradičními prvky a klade důraz na jeho praktičnost a použitelnost. Hlavou školy je Sifu Jiří Hauska, který se tradičnímu kung fu věnuje již více než 22 let. Je několikanásobným mistrem republiky a v roce 2008 a 2010 získal zlatou medaili na mistrovství světa v čínském Shiyanu.

FISFO je zkratka pro Federal International Systems Forces de l'Ordre v překladu znamená Mezinárodní systém pro zásahové jednotky. Tento pro-

fesionální systém byl založen mistrem Charlesem Jousotem a vychází z dlouhodobých zkušeností z terénu. Jedná se o sebeobranu přizpůsobenou dnešním podmínkám, využitelnou kýmkoliv – profesio-

nám i laikem. V ČR je FISFO oficiálně zastoupeno firmou Operational Defence Group s.r.o. a jejím zakladatelem Stanislavem Gazdíkem, který má za sebou 15 let Cizinecké legie a to v nejelitnější jednotce CL

Gruppe Commandos Parachutistes.

Stanislav Gazdík a jeho asistenti předvedli ukázky svého umění FISFO v praxi přímo na cvičební ploše.

Kobudo v sobě zahrnuje techniky ovládnání nejrozmanitějších klasických i méně známých zbraní. Kdybychom chtěli mluvit o původu Pobudo, dostaneme se na Okinawu, která se považuje za místo vzniku tohoto bojového umění. Většina zbraní zde využívaných má svoji přímou spojitost se zemědělskými nástroji. Například nunchaku je původně malý dvouramenný cep na rýži, podobný původ byl i u ostatních zbraní. Říká se, že původní systém kobudo má třináct základních směrů umění se zbraněmi. Po válce se toto bojové umění stejně tak jako většina ostatních dostává do světa, kde nachází mnoho svých stoupenců. Svoji ukázkou představil zájemcům Sifu Yaw Hwa Chin, který pochází z Malajsie, ale trvale žije ve Švýcarsku, kde vyučuje ve svém Asia Budo Center Curych.

Karate Klub Brno byl založen 29. 5. 2006 a je rozdělen na dvě sekce. První sekce je výuka





shotokan karate JKA (japonská asociace karate) se specializací na děti a dorost. Druhou sekci je sebeobrana pro dospělé. Cílem trenérů je dosáhnout nejen fyzického zdokonalení svých cvičenců, ale naučit je také morálním hodnotám, které jsou pro cvičení bojového umění nezbytné a bohužel v dnešní době velmi často opomíjené. Patronem celého klubu je Jan Steklý (4. dan, mezinárodní instruktor JKA), který působí jako trenér a poradce vedení KKB a pro celý klub pořádá semináře. Každý rok je pořádán nábor, ale není problém zařadit se do cvičení během celého roku.

Po krátké přestávce se představil Kancho Raffi Liven. Izraelský mistr Krav Maga Liven International, který trvale žije v Dánsku. Raffi Liven začal s tréninkem karate, když mu bylo 9 let. Již v 15 letech dosáhl na mistrovský stupeň (1. dan). V roce 1966 se poprvé setkal Raffi Liven se zakladatelem Krav Maga Imi Lichtenfeldem při návštěvě Imiho Dojo na Pinsker St. v Tel Avivu. V roce 1967 vstoupil Raffi Liven do armády, kde zdokonalil své znalosti sebeobrany. V roce 1967 se aktivně účastnil vojenského konfliktu a následně také v Jom Kipurské válce v roce 1973. Po návratu se stal instruktorem speciálních jednotek v Izraeli. Po ukončení vojenské služby odešel do Japonska a na Okinawu studovat bojová umění. Pod vedením původních mistrů Okinawa-te

studoval karate a účastnil se mnoha soubojů a soutěží. Raffi Liven se udržuje ve formě také přerážením různých překážek (cihly, desky, led, aj.) V přerážení – Tameshi wari drží světový rekord, který je zapsán v Guinnessově Knize rekordů – za 60 sekund rozbil 199 cihel... Mistr Liven je zakladatelem

World Academy of Martial Arts, Karate styl Shoshindo a Krav Maga LI Systém. Krav Maga Liven International je systém, který vzešel skrze bojové zkušenosti mistra Raffiho Livena. Jedná se dosažení maximálního efektu při nejjednodušší technice, aby došlo k poražení nepřítele (útočníka). Na

letošním ročníku Budoshow se pokusil opět o zápis, tentokrát do české Knihy rekordů!

Jeho cílem bylo za 10 sekund pokořit 10 kulatin, a to ve zlomení jeho holenní kostí. Bohužel se tento cíl stal nenaplněný. Ale podařil se jiný rekord a tím je přelomení 6 kulatin v čase 21,28 sec.

Takže Kancho Raffi Livenovi gratulujeme k zápisu a ustanovujícímu rekordu. Ten všem divákům slíbil příště nový pokus. Asistentem mistra Livena byl Ing. Miloš Smejkal, nositel 7. danu Krav Maga LI, který se také nenechal zahanbit a před zraky návštěvníků večera přelomil a rozdrtil pěstí několik kusů velkých říčních kamenů. Takovou ukázkou práce s energií hned tak člověk nevidí a lidé to dali svým potleskem najevo.

Kendó – japonské bojové umění boje s mečem, doslova znamená "cesta meče". Jeho počátky sahají do 12. století, kdy v Japonsku vznikla kasta bojovníků – samurajů. Umění boje s mečem pro samuraje bylo privilegiem, ctností i pod-



mínkou k přežití. Boj s mečem se nazýval Kendžucu (doslova umění meče). Moderní Kendó vznikalo koncem 19. a začátkem 20. století syntézou a standardizací z několika starých škol. Dnešní Kendó používá obou výcvikových metod - jak cvičení kata, za použití dřevěných mečů bokkenů nebo pravých mečů, tak i cvičení s bambusovým šinajem a ochrannou výstrojí.

Ukázku na tatami předvedli zástupci brněnského klubu SEISHINKAN KENDO DOJO.

ASIA GYM SPORT - Rožnov pod Radhoštěm

Asia Gym Sport z Rožnova pod Radhoštěm nemusím našim čtenářům moc představovat. Pan Ing. Zdeněk Tobola je hlavním trenérem ASIA GYM SPORTu a také trenérem státní reprezentace ČR pro čínský kickboxing SANDA, LOW KICK, FULL-CONTACT A K1.

V ukázce bylo k vidění univerzální pojetí tréninku bojových sportů vycházejících z plno-kontaktních disciplín včetně čínského kickboxingu SANDA. Většina vystupujících tohoto sportovního klubu jsou reprezentanti ČR, mistři České republiky a mistři světa v kickboxingu, mistři Evropy v sebeobraně a také medailisté z mistrovství Evropy i světa právě v čínském kickboxingu SANDA.

Členové ASIA GYM SPORT všem následně předvedli ukázku strečinku, účelové gymnastické přípravy včetně pádových technik, trénink



technikami, tradiční i moderní zbraně, rozvoj vnitřní energie, meditační a dechové techniky, léčení, filozofie, etiku, rozvoj osobnosti a vůdčích schopností, sparing (light i full kontakt), kondiční cvičení, boj se zbraněmi. Ukázky mistrovství pod vedením Marca Mattiucciho, 2. dan, z Itálie.

Jako další ukázka se na letošním 13. ročníku Budoshov v Brně představil místní klub Yoshinkan Aikido pod názvem Boyokan Dojo Brno. Historie oddílu sahá do roku 1999, kdy Senci Jiří Kerpan (dnes nositel 3. danu) začal v Brně oficiálně vyučovat Yoshinkan.

Školu Yoshinkan založil Gozo

SHIODA (1915–1994), který byl jedním z nejnadanějších žáků Morihei UESHIBY. Gozo SHIODA již v mládí ovládal bojová umění - v judu získal 3. dan, když se pak dozvěděl o novém bojovém umění - Aikidu, začal navštěvovat školu Morihei UESHIBY. Po osmi letech celodenních tréninků se stal mistrem tohoto bojového umění, a jako první získal 9. dan. Yoshinkan Aikido je dnes známé po celém Japonsku, především v japonských školách a u tokijské policie, ale i u široké veřejnosti. Aikido se celosvětově rozšířilo v roce 1990, kdy Gozo SHIODA také založil mezinárodní federaci Yoshinkan Aikida (IYAF), aby spojil doja a instruktory po celém světě.

Mezi sportovní odvětví se dá také přiřadit novodobý kickbox. Po třileté pauze se na tatami představil místní klub Arena Brno – Fight Club s novou koncepcí výuky K-1 kickboxu, thaiboxu a MMA – 3 nejtvrďší kontaktní sporty dneška. Nové pojetí výuky pod vedením zkušeného trenéra Miloše Šnědara (mistra Evropy a mistra světa v kickboxu) a dalšího trenéra Lukáše Wolfa – profesionálního mistra Evropy v kickboxu, 2násobného mistra světa a 3násobného mistra Evropy, se daří a vychovávají další pokračovatele a budoucí reprezentanty.

MUSADO MCS - Military

MUSADO MCS - Military

MUSADO MCS - Military



Combat Systém je specifický bojový systém určený výhradně pro výcvik armádních, policejních a bezpečnostních složek. Byl sestaven pro řešení krizových situací a ozbrojených konfliktů. Zakladatelem a velmistrem je pan Herbert Grudzenski z Německa. MUSADO MCS vychází z korejských válečných praktik MUSUL doplněných moderními poznatky z oblasti boje zblízka. Systém není myšlen jako sport, ale pouze jako účelový způsob výcviku v ozbrojených a bezpečnostních složkách. Ukázkou předvedli instruktoři a členové klubu MUSADO MCS Univerzity Obrany Brno pod vedením Tomáše Novohradského.

Capoeira - Grupo Candeias de Capoeira

Grupo Candeias de Capoeira pochází z Brazílie. Její kořeny

sahají až do roku 1977, svůj současný název používá od roku 1991 a funguje po celém světě. Mimo Brazílii např. v USA, Argentině, Francii, Španělsku, Irsku či Anglii. V Česku skupinu založil Contra Mestre Sazuki, vlastním jménem Vanilson Alessandro de Abreu, nejprve v Praze. Postupně přibýly pobočky v Ostravě, Brně a Kopřivnici. Sazuki jako mistr na celou skupinu dohlíží, často také hostuje na zahraničních workshopech pořádaných konkurenčními skupinami. Soubor dvou capoeiristů se nazývá jogo. Kruh, který kolem nich ostatní vytvoří, je roda. Bojovníkovi se říká joador. A právě tento styl jsme mohli vidět všichni na závěr celé Budoshow.

Ke konci reportáže, mám pro čtenáře několik dobrých a pozitivních zpráv...

- již se připravuje další 14. ročník Budoshow v Brně (listopad 2011)

- DVD se záznamem z Budoshow je již v prodeji v prodejnách firmy Hayashi

- další informace a mnoho fotografií naleznete na www.budoshow.com

Libor Macháň právě skončený 13. ročník Budoshow hodnotí svými slovy takto:

Jsem rád, že celoroční přípravy letošního ročníku nebyly zbytečné a podařilo se nám latku budoshow posunout zase o kousek dál, a že jsme mohli ukázat veřejnosti krásy bojových umění, aby si udělali přehled, jaké jsou mezi nimi rozdíly. Chtěl bych poděkovat všem partnerům za pomoc, bez kterých by nebylo možné tuto jedinečnou přehlídku uspořádat. Velké poděkování patří také méj rodině za trpěli-

vost, protože letošní organizace budoshow byla tak náročná, že jsem každý večer věnoval přípravám, tak se už těším, až se jim budu moci přes svátky konečně věnovat. Dále všem pořadatelům jmenovitě: Davidu Hermanovi, Lukáši Daleckému, Antonínu Grůzovi, Zdeňkovi Danielovi, Tomáši Novohradskému, manželům Janhubovým a také všem vystupujícím mistrům a školám za skvělé ukázkou. Velké poděkování také patří školám Taekwon-do club Brno a Karate klub Brno. Už se moc těším na další ročník v pořadí a věřte, že bude zase co k vidění.

Přeji všem krásné a pohodové Vánoce a do nového roku jen to nejlepší...

Libor Macháň

Autor: Antonín Grůza

Fotografie: Martin Kocourek
www.fotokocourek.cz



Materiál byl zpracován pro časopis Bojová umění 01,02/2011

FOTO GALERIE



*Seminář střelby
Tišnov 10. 05. 2014*



*ICKKF Military Division
Bratislava 24. 05. 2014*



*Grilování
Brno 08. 06. 2014*



*Ukázka a přednáška
Hustopeče 11. 06. 2014*

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, 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

ASIA BUDO CENTER

Aktuální informace:

Upozornění pro všechny naše studenty a studentky

Nominace na letošní zkoušky STV – Kyu v našem stylu karate Goju Ryu.

4. Kyu (zelené obi)	Vojtěch
5. Kyu (oranžové obi)	Ladislav Š. Ivana
6. Kyu (žluté obi s oranžový páskem)	Jakub Sofie Radek Ondřej
7. Kyu (žluté obi)	Radek Anna Ladislav D. Šimon
8. Kyu (bílé obi se žlutým páskem)	Miroslav P. Jan P. Edwin P. H. Theoderich H. Jakub M. Richard F. Lilly A. V.

Pravidelné zkoušky STV se uskuteční v termínu - sobota **8. června 2024** od 10:00 do 12:00 hodin.





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?

Fotografie na závěrečné stránce - archiv redakce

Články z archivu redakce:

- * Mistři světa z Asia Budo Centra Bratislava
 - * Krav Maga Combat Systém International - International Kapap Union
 - * 6. ročník Budoshow - 2003
 - * Představujeme Aka-Ryu Karate Dojo Brno
- Další materiál a články...



