



Masutatsu Oyama
1923-1994



JÁSZBERÉNYI KYOKUSHIN



A Jászberényi Yakuzák Sportegyesület lapja

2008. I. félév
megjelenik félévente 2000 példányban

Magyar Kyokushin Karate Szervezet • www.kyokarate.hu



Szolnok, Tápiószentmárton, Gyöngyös, Debrecen, Tarján, Hajdúszoboszló, Martfű, Bulgária, Plovdiv, Kaba,



Földes, Nagykőrös, Budapest, Almásfüzitő, Mátrafüred, Veszprém

Kedves olvasó!

Hasonlóan izgalmas, programokban bővelkedő évet kezdtünk 2008-ban is, mint az előző években. Minden év végén számot vetünk, és az újév tervezésekor, ha felülmúlni nem is tudjuk az előzőt, minőségében mindenképpen szeretnénk többet, jobbat elérni. Hazánkban a legnagyobb és legerősebb harcművészeti szervezet a Magyar Kyokushin Karate Szervezet XXXI. Nyári Nemzetközi Edzőtáborának megrendezését céloztuk meg az év elején. Az elnökség bizalmát elnyerve, kihívásokkal teli programot valósíthat meg egyesületünk júliusban. A jászság fővárosa Jászberény egy hétig a magyar kyokushin élet fellelővára lesz. 2008 július 14. és 20. között itt táborozik a Világ Bajnokunk az Európa Bajnokaink a klubvezetőink, és itt szerezhetnek fekete övet azok akik évek óta készülnek életük e fontos megmérettetésére. 18 éve, amikor elindult a jászberényi kyokushin álmodni sem mertük, hogy idáig eljuthatunk. Ez év februárjától egyesületünk vezetője sensei Agócs Tibor a Magyar Nemzeti Válogatott szövetségi kapitánya lett, amely a szakmai lehetőségeken túl nagy felelősséget jelent a jászberényi dojo minden tagjának, hiszen így reflektor fénybe került egyesületünk. A 2007-es évi teljesítményünk alapján két junior versenyzőnk, Kenyő Dénes és Zrupkó Ádám készülhetett a bulgáriai Európa Bajnokságra. Mindeközben a 2008-as versenynaptárban kijelölt minden első félévi eseményen részt vett egyesületünk..., szóval elindult ez az év is...

a szerkesztő

XXXI. NYÁRI NEMZETKÖZI EDZŐTÁBOR
JÁSZBERÉNY, 2008. JÚLIUS 14 - 20.
MAGYAR KYOKUSHIN KARATE SZERVEZET

K
Y
O
K
U
S
H
I
N



K
A
R
A
T
E

LEHEL VEZÉR

INSTRUKTOROK: SHIHAN FURKÓ KÁLMÁN 7.DAN, SHIHAN KARMAZIN GYÖRGY 5.DAN
SHIHAN BENCZE ANTAL 5.DAN
MEGHÍVOTT INSTRUKTOR: SENSEI TANIGAWA KOU 4.DAN - JAPÁN

EDZÉSEK: 06.00-07.00, 10.00-12.00, 16.30-18.00 A JÁSZBERÉNYI SE. SPORTPÁLYÁN.

2008. JÚLIUS 19 - ÉN DAN VIZSGA,
LÁTVÁNYOS 30 - 40 - 50 ELLENFELES KÜZDELMEK
A HŰTŐGÉPGYÁRI SPORTCSARNOKBAN 15 ÓRÁTÓL!

INFO: WWW.KYOKUZAKSE.HU, WWW.KYOKARATE.HU

SENSEI AGÓCS TIBOR

06 90/ 938-10-02

EDZŐTÁBOR@KYOKUZAKSE.HU

www.yakuzakse.hu



Elég munkát és elfoglaltságot ad a jászberényi dojo működtetése és vezetése sensei Agócs Tibornak, mégis rendszeresen ellátogat Kabára, hogy poraiból segítse újra élesztetni a kis város karatéját.

„2006-ban ismertem meg Nagy Tibort kabai klubvezetőt, aki hihetetlen történeteket mesélt azokról a viszontagságokról, melyek addig a karate pályafutását kísérték. Többek között az én hatásomra is 2007. január 1-jétől a Magyar Kyokushin Karate Szervezet keretein belül kezdte újra szervezni a kabai kyokushint.

2007-től elvállaltam a kabai klub szakmai vezetését, igaz akkor még csak néhány fő állt a sorban. Nulláról elindítani egy karate klubot csak nagy hittel lehet, mert 8-10 év kell az első látványos eredményekhez. Az elmúlt egy évben, a hatezres kisváros-

ban, olyan pezsgő kyokushin élet zajlik, amit példa értékűnek tartok, hiszen minden hónapban meghívott edzők népszerűsítik a karatét nyílt edzéseken, bemutatókon. Felsorolni is nehéz azokat a mestereket akik rajtam kívül ott jártak a szűk egy év alatt. Shihan Furkó Kálmán, Shihan Karmazin György, Sensei Hegedűs Livia a kata válogatott mester, sempai Rác Csaba a Debreceni Shogun SE. edzője stb...

Az edzéseken a válogatottban működő verseny felkészítési rendszerből kapnak ízelítőt a tanítványok. Így a különböző szermunkák (zsák, pajzs, pontkesztyű), a küzdelem oktatás, a képesséfejlesztések tudományosan igazolt módszerei mellett egy olyan kihon és kata szemléletet oktatok Kabán, amely elkerüli a forma felesleges túl hangsúlyozását és ezáltal olyan tartalmi összefüggésekre



2008 első félévi programjaink



Január 12. Szolnok • MKKSZ éves közgyűlés

Január 14. Jászberény • Wass Albert est

Január 19. Kaba • Bemutató edzés

Január 31. – február 03. Tápiószentmárton,

Kincsem Lovaspark • Egyesületi edzőtábor

Február 9. Kaba-Földes-Debrecen • Bemutatóedzés

Február 13-16. Martfű • Martfűi téli edzőtábor

Március 07. Jászberény • Czakó Gábor előadása - „A négy nagy”

Március 07. Jászberény • Szövetes Veronika Világ bajnok edzést tart

Március 08. Gyöngyös • Közép Magyarországi Diákolimpia Selejtező

Március 13. – 16. Tápiószentmárton • Junior Válogatott edzőtábor

Március 15. Abony • Abonett Kupa

Március 20-23. Jászberény • Vendégünk ifj. Nemes József 2. dan

Március 23. Hajdúszoboszló • Küzdőedzés

Március 25. Jászberény • Öv vizsga

Március 27-30. Martfű • Martfűi tavaszi edzőtábor

Március 29. Kaba • Nyílt edzés, Hegedűs Líviával és Agócs Tiborral

Április 05. Szolnok • Hungarian Open Nemzetközi Nyílt MB.

Április 11. Veszprém • Edzés Veszprémben

Április 13. Budapest • 23. Vivicitta Futóverseny

Április 24-27. Nagykőrös • Felnőtt Válogatott edzőtábor

Április 26. Jászberény • „Zöld Parlament” Hulladékgyűjtés

Május 01. Debrecen • Országos Diákolimpia Döntő

Május 15-18. Tápiószentmárton • Összevont Válogatott edzőtábor

Május 17. Tarján • III. J & S Speed Kupa

Május 20. – május 25. Bulgária, Plovdiv • KYOKUSHIN KARATE EB.

Május 31. Kaba városi strand • Bemutató edzés

Június 14. Mátrafüred • Kékes csúcs futás

Június 21. Kaba • Nyílt edzés Karmazin Györggyel és Agócs Tiborral

világít rá, amelyek közel állnak a valós küzdelmekhez és a belső tartalmakhoz. Több tanítványom is látta az ott folyó munkát és csak jót tudott mondani a kabai emberek vendégszeretéről. Kölcsönös a tisztelet Nagy Tibor és közötttem. „

Agócs Tibor



„Agócs sensei-jel egy debreceni edzőtáborban találkoztam először 2006-ban. Mivel szobatársak voltunk, éjszakákba nyúló beszélgetéseink során meggyőződtem arról, hogy hasonlóan gondolkodunk a kyokushinről. Olyan témákat boncolgattunk, amiket a volt szervezetemben még megemlíteni is bűnnek számított. De nem csak beszélt róla, hanem be is mutatta az edzéseken. Örömmel vettem, hogy felajánlotta, tartana egy edzést Kabán. Az elsőt még több tucat követte... Azóta rendszeres vendégünk, már alig várjuk, hogy megint eljöjjön hozzánk. Reméljük, hogy még sokáig a kabai klub egyik mentoraként számíthatunk rá!”

Nagy Tibor, klubvezető - Kaba

Egyesületi edzőtábor az erőgyűjtés jegyében...



A tél az erőgyűjtés az alapozás időszaka. Ilyenkor van lehetőség a versenyzőnek a technikák csiszolására, speciális képesség fejlesztésekre valamint az övvizsgára való felkészülésre is. Ezt a célt szolgálva, a lelkes szülők karácsonyi ajándékának is köszönhetően egyesületünk kiemelt környezetben kiemelt ellátással táborozhatott a tápiószentmártoni Kincsem Lovasparkban. Több mint negyven fővel vettünk részt az igazán impozáns környezetben fekvő edzőtáborban. Versenyzőink nagy erővel vetették bele magukat a felkészülésbe és magas szintű munkát produkáltak a tábor egész ideje alatt. Szekeres Krisztina különösen jó formát mutatott és nagyot lépett előre önmagához képest. A gyerekek nagyon élvezték az úszómedencét, és örök emlék marad a közös vízilabda mérkőzés is. Ezek azok a pillanatok, amelyek összekovácsolnak egy dojót (klubot), és később a versenyeken az egymásért való szurkolásban- ami nagyon sokszor se-



Ushiro geri - forduló rugás



gíthet egy kritikus pillanatban a tatamin küzdőnek- nagy erőtartalmakat jelenthet. A szervezés oroszlán részét Misovits Bogi végezte a zsákok, pajzsok szállítását Kenyő László és fia Dénes segítette. A Kincsem Múzeumot Windischmann Mercedes mutatta be a kicsik, nagyok nagy

öröme. Erőt adott mindannyiunk számára a csodás környezet, és nagy tisztelettel néztük meg Attila az első magyar király mellsobrát. Külön köszönet a szülők támogatásáért és Kocsi János tulajdonosnak, hogy segíti a fiatalok harcossá válásának útját.



Az elmúlt huszonöt évben sok edzésen, versenyen, edzőtáborban, bemutatón, újságcikkben, interjúban vett részt és népszerűsítette a kyokushin karatét. Agócs Tibor 3. danos mester az MKKSZ szövetségi kapitánya. Mégis vannak kérdések melyek soha nem hangzottak el...

a karate...

25 éve csinálni valamit... Nem válik unalmassá?

„Érdekes felvetés, de nem lehet unalmas a karate. Legfőképpen azért nem, mert egy emberi élet is kevés ahhoz, hogy minden zeg-zugát bejárja az ember. Fiatalon a bajnoki cím és a Magyar Válogatottba való bekerülés és még nagyobb versenyek jelentették a célt, majd a tanítás és a saját utam kiszélesítése következett. Ma már nem is tudom elképzelni, hogy valaki versenytapasztalatok nélkül komolyan oktassa a karatét és értse azt. Megvan az ideje és a helye a dolgoknak. Szerencsém volt, amikor három hónapot shihan Yukio Nishida dojo-jában tölthettem. Az pont jókor jött, mert akkor fejeztem be a versenyzést, és akkor kaptam új feladatot az élettől. Az ott látott és hallott dolgok a mai napig meghatározzák a gondolkodásom a karate tartalmát illetően. Ott világosodott meg bennem, hogy üres formaként került a karate Magyarországra és, hogy mi valami teljesen más dolgot gyakorlunk itthon. A bajt az emberek okozzák mint mindenhol. Az, hogy sokan még mindig csak gyűjtögetik az övet, és ha letelt a vizsgák közötti kivárási idő rohannak vizsgázni tragikus. Pedig az nem azt jelenti. Vizsgát tehet amennyiben megtanulta, elmélyítette az ismereteit! Ez nagy különbség. Ma még mindig látszik az egész magyar karaté társadalmon a szellemi-szakmai út hiánya. Az európai ember akkora jelentőséget tulajdonít a danok számának, hogy az gátolja a szakmai fejlődést. Így volt ez az első normafai válogatott táborban 1998 – ban, ahol még első danosként igazgattam egy nagyon ügyetlen két danos „mestert”. Az edzés után visszahallottam, hogy azt mondta mit képzelek én hát neki két danja van!?!.

Ebben a tekintetben nem sokat léptünk előre... Ettől függetlenül külön szerencsének tartom, hogy az akkori magyar válogatott koncepció nélküli felkészülésében az új szövetségi kapitány Bencze Tóni barátom segítségül hívott. A szakmai lehetőség és kihívás óriási volt. Úgyhogy unalomról nem beszélhetek.

a válogatott...

Mit jelent számodra a válogatottban dolgozni?

Az elmúlt tíz évben szinte minden szabadidőm és plusz energiám a válogatottba fordítottam. Rengeteg utazás, edzőtábor, verseny, konfliktus jár ezzel a feladattal. Barátaimmal ingyen társadalmi munkában csináljuk, sőt sokszor a saját pénzünket is beletettük, azért mert mindannyian tenni akartunk a szakmai felemelkedésért. Hihetetlenül nehéz a válogatottban működő szakmai és szervezési feladatokat csinálni. Minden mindennel összefügg alapon egyszerre kell törődni a pillanatnyi eredményességgel és a jövő építéssel. Nem beszélve arról, hogy ez a „szakmai laboratórium” amely a legjobbakkal dolgozik, hasonlóan a Forma 1 –hez viszszahat a hétköznapi világra, vagyis a klubokban folyó munkára. Szerintem ebben az értelemben is nagyot alkotott ez a csapat. A következő nagy feladat ennek a szélesítése lesz. Az, hogy ettől az évtől „szövetségi kapitány” lettem, mert shihan Bencze Antal lemondott számomra semmit nem jelent. Eddig is egy csapatmunka folyt és ezután is az érvényesül. Sokan azt hiszik, hogy mi soha nem vitatkoztunk pedig voltak bőven vitáink a szakmai vonalat illetően. 1998-ban olyan képzetlen volt az akkori válogatott, hogy az mai szemmel röhej. Tragikus hátrányból indulunk az akkori országos szakmai nihil letaposta a tehetségeket és ehhez a „távol-keleti kód” mint egy agymosoda még a gondol-

kodást és a befogadó készséget is kiirtotta. Abból állt a felkészülés egy versenyre, hogy ész nélkül püföltek emberek különféle dolgokat pl. zsák, pajzs vagy egymást és jól tönkretették egészségileg magukat. Ennek megfelelően öt évig alig voltak eredményeink. Egy új generáció kellett ahhoz, hogy lehessen értelmes munkát végezni.

Ma Európában sőt az egész világon egyedülálló felkészítési rendszerrel dolgozunk amely minden jel szerint a legjobb. Európa legjobb utánpótlása most a miénk és a felnőtteknél sem szégyenkezhetünk. Idén Plovdivban levertük Európát. 26 országból senkinek nem lett két arany érme küzdelemben. Nekünk nyolc lett... Az a munka amit Tóni barátom tíz évig összefogott és vezetett tehát megkérdőjelezhetetlen, még ha néhány klubvezető szkeptikus is velünk szemben. Tíz év küzdelem, munka, sok anyagi és egyéb áldozat, sikerek, és alázatos a versenyzők és a szervezet érdekeit szem előtt tartó munka. Ezt jelenti számomra a válogatott.

a „berényi” klub

Hogy ment, megy a Jászberényi dojo e mellett?

A Jászberényiek talán a munkabírásomnak és a személyiségemnek köszönhetően ezt egy laza plusz feladatnak látták, látják. Sok tanítványom bepillantást is nyert a válogatottban folyó munkába de az igazi siker még várat magára Jászberényben.

Miért?

Mert ahhoz, hogy valaki komoly eredményt érjen el nem elég fizikálisan és technikailag toppon lenni. A szellemi, lelki, akarat tényezőknek harmóniában kell lennie, és olyan önfejlesztő személyiséget kell létrehozni magának a versenyzőnek saját-magából, aki nem elégszik meg egy kupával... A harcos karakter nem terem csak úgy a fán...

Több tanítványt is elküldtél a klubból. Miért?

Ez nagyon egyszerű! Mert nem karatézni akartak csak ezt ők nem látták magukban. Természetesen a maguk képére akarták formálni a környezetüket. Van-

nak, akik szekta tagok lettek azóta és szektásítani szerették volna a klubot, volt aki bulizni akart itt és innen szerette volna szervezni a bulisapatot. Aztán volt, aki saját gyengesége miatt nem vallotta be magának, hogy nem akar már karatézni és nyúglódott én megkönnyítettem neki a döntést. Jól döntöttem szinte mind letették a karate ruhát... Néhányan másban találják meg az örömet. Az nem baj, ha valaki sportolni akar morális szellemi tartalom nélkül, de azt én nem tudom tanítani, mert ez harcművészet és azt tegye máshol. A dojómban én nem „üti-rugi-dobi-fogit” tanítok hanem tudatos életvezetést és olyan személyiségfejlesztő programot ajánlok minden tanítványnak, amely egy életen át elkíséri azt aki komolyan gondolja. Ezért voltunk többször erdélyben edzőtáborozni és ezért szerveztek különböző előadásokat, ahol szellemi táplálékot is kapnak a tanítványok. Épp ezért nagy károkat tud okozni egy olyan ember, aki nem a karate a tanulás iránti alázattal van közöttünk, és más keres. Ebben a közösségben a teljesítmény állít fel hierarchiát nem a duma vagy a parkolóban álló vasdarab stb.. Ahogy kivesszük a teljesítményt az egymás közti viszonyból, összeesik az egész és sógor-koma karate kezd kialakulni. Ezt nem engedem. Sajnos már előfordult, hogy valaki ebbe az irányba vitte volna el a dolgokat épp ezért el is váltak útjaink, ezért erre minden nap nagyon odafigyelek. Ha valaki tudatosan vagy éppen csak a személyiségéből fakadóan rombolja a munka morált a belső tartást, legyen az bárki azonnal elválnak útjaink. Szerintem ez természetes. A mestert nem lehet kötelezni arra, hogy olyan embert tanítson, akit nem akar...!? Tanításkor a tanítványt nekem meg kell értenem és neki is engem, bizalom és kölcsönös tisztelet az alapja mindennek e nélkül nincs miről beszélni.

Sokan nem tudtak különbséget tenni a baráti, haveri viszony és a mesterhez fűződő viszony között és ezt nem lehet tolerálni. Ez harcművészet.

Miért nincs még fekete öves tanítványod?

A mai napig együtt edzem, küzdök, zsákolok a tanítványokkal, mert ebben hiszek. A személyes példamutatásnak itt iszonyatos ereje van. Czakó Gábor neves író szokta mondani „minden ember annyit ér amennyi megvalósult benne abból a mit mond vagy tesz...”

Azért várok el sokat egy zöld vagy barna övestől, mert ott már nagy a felelősség, hogy mit mond vagy tesz. A tudást tovább kell adnia, mert a tanítás a másik fele a tudás megszerzésének. Nálam nem lesz egy fekete öves sem aki csak úgy az idő múlása miatt eljut a danvizsgáig és tudással, folyamatos tanulással nem tölti meg azt. Van aki soha nem lesz barna öves sem mert egyszerűen nem terjednek el addig a képességei. Sajnos rengeteg a rossz példa, és ezért van az hogy elhízott pocakos „mesterek” tanítanak mintegy sugallva - „kövess engem és ilyen szép elhízott leszel.” - ez aztán életút nem...? Mindenkinek saját magához kell a fejlődését viszonyítani. Van aki egész életében a zöld vagy a barna öves szint eléréseért küzd, és ez nagyszerű dolog! Az európai-amerikai felfogás miatt mindenki azt hiszi, hogy csak a fekete öves a karaté és mindenki minél előbb az akar lenni. Ennek nincs köze ahhoz amit harcművészetnek neveznek. Nem javasolhatom fekete övre, vagy nem adhatok magasabb övet senkinek mint amit tud, mert azzal hazudok neki és becsapom. Nálam világosak az övfokozatokhoz tartozó fizikai, mentális, szellemi elvárások és ezt a tanítványok el is fogadják. Nem lehet mindenből Attila, Kinizsi Pál, Hunyadi János stb.. akik előjáróként valóban a harcban elől jártak ezért kapták ezt a rangot. Jól nézett volna ki ha a csatából hazatérve vállon veregette volna a pocakos kufár vagy a szakács a véres mellvédű Hunyadi és azt mondta volna neki: „mi harcosok tudjuk mitől döglök a légy...” Na ne! Persze a szakácsnak is megvan a feladata meg a kufárnak is csak az egyik esetleg elsózza a másik meg esetleg elszámolja a dolgát.. Hunyadi ha hibázik belehal...

Na ezért nem lehet még egy lapra sem leírni itt dolgokat...



Ádám és Dénes



Ádám: 1997 végén 98 elején kezdtem el karatézni. Nagyon érdekelt a verekedés és a „bunyó” állandóan a Bruce Lee filmeket néztem és csatároztam. Édesanyámnak mindig mondtam szeretnék karatézni nézzen már utána hol lehetne elkezdni valami olyasmit. Az első edzésre tisztán emlékszem sensei akkor még sempai éppen akkor érkezett haza japánból shihan Nishidától, azon az edzésen volt az élménybeszámoló. Az edzés elején arra emlékszek, hogy sensei és Roland küzdenek és Roli egy ushiro gerivel a sensei-t ágyékon rúgta! Az edzés végén már a sérelmeket kipihenve volt a bizonyos élménybeszámoló és ajándékosztás, ami egybe volt kötve az újonnan megszerzett övek kiosztásával is. Roli akkor kapta meg a zöld övét az én első edzésem. Nagyon szívesen emlékszem vissza azokra az időkre mert még kisgyerekként nagyon csodáltam

a nálam nagyobbakat és minden szavukat, mozdulatukat tátott szájjal néztem. Az akkori csapatból mára már nem sokan maradtunk és ez egy kicsit rossz is mert akikre én példaként néztem mára el tűntek előlem... Akkor még Attila, Dénes, Bogi se jártak még pedig ők az én generációm.

Dénes: 2001-ben 11 évesen álltam be először a sorba. Édesapám vitt el először edzésre aki 16 év után ismét edzeni akart. Szüleim nagyon sokat meséltek nekem a kyokushin-ról így már kíváncsian vártam az edzéseket amitől többet kaptam mint amit vártam.

Milyen indíttatásból kezdte el versenyezni?

Ádám: A kihívásért kezdtem el versenyezni meg a „bunyó” miatt, hogy legyőzhessek másokat. Az első versenyem '99-ben volt Fóton „Mikulás Kupa” Az akkori klikker

rendszerben indultam még mert túl fiatal voltam a versenyzéshez és akkor ebben a klikker szabályrendszerben a hozzám hasonlóak csaphattak össze. A versenyre magára nagyon nem emlékszem már, de azt tudom hogy nagyon izgultam, és győzni akartam. Aminek meg is lett az eredménye mert életem első versenyén az első helyet szereztem meg és nagyon örültem neki. Nem úgy mint az utána következő 3 évnek ahol nem tudtam elérni semmilyen eredményt... köszönhető a szerencsétlenségemnek és annak, hogy nem voltam rendesen felkészülve. Ennek ellenére 2002-ben megtört a jég és Veszprém egy országos versenyen gyermek I kategóriában első helyezett lettem. Attól kezdve eredményes versenyzőnek számítottam mert folyamatosan tudtam hozni az eredményeket.

Dénes: Ki akartam magam próbálni és nem utolsó sorban kíváncsi voltam magamra hogy hogyan teljesítek. Az első versenyem a 2005-ös diákolimpia volt ahol a Veszprémi döntőig jutottam itt az első ellenfelem egy 25 kg-al nehezebb barna öves srác volt akit nagy küzdelem árán legyőztem ami nekem egy óriási motivációt jelentett a további versenyekhez.

Milyen volt az út a válogatottig?

Ádám: Ha egy szóval el lehetne írni akkor rögzös! Nehéz bekerülni olyannak aki nem edz vagy nem edz eleget, de aki rendesen edz és beleteszi magát annak nem olyan nehéz az út a válogatottba. Nekem se volt annyira nehéz bekerülni inkább bent maradni nehezebb, ha már ott vagy abban a közösségben és Magyarország Válogatottjának tagja vagy. Én nagyon szeretem azt a közösséget, mert nagyon jók az edzések ebbe beleértve a szakmai vonalat és a szakmai irányítást is. Az első válogatott táborom nagyon jól sikerült mert, beválogattak az EB-re utazó juniorok közé akkor még első évesen és ennek nagyon örültem és beigazolódt, hogy a munka meghozza gyümölcsét. A válogatottban nagyszerű edzők dolgoznak mint: Bencze Antal, Agócs Tibor, Stefanovics József, Tóth Tibor, Jarábik László és Po-

lyák József és az új edző Szóvetes Veronika. Ők azok akik Magyarországon elindítottak egy szakmai vonalat egy más rendszert mint ami azelőtt volt (elkezdtek gondolkodni, és nem pedig ész nélkül edzeni...). Minden karatésnak és leendő karatésnak azt tanácsolom, hogy ő is edzen és akarjon bekerülni a válogatottba, hogy megtapasztalja mi is van ott.

Dénes: Nagyon hosszú de nagyon jó volt. Örültem hogy a Magyar Válogatottal utazok az EB-re és ennek a csapatnak én is részese vagyok. A válogatott egyszerű átlátható, de ugyanakkor nagyon komplex edzőmunkát folytat, amelyben nem csak az erő és mennyiség hanem a technikai és taktikai küzdelmek is szerepet kapnak

Milyen volt az Eb-re felkészülni?

Ádám: Nagyon nagy öröm volt, hogy megint felkészülhetek egy Európa Bajnokságra. Jól indult a felkészülés mert a Magyar Bajnokságon jól küzdöttem és ez nagyban segítette a felkészülésem, nagy erőt adott hozzá, hogy még jobban odategyem magam az edzésekhez. A felkészülés felénél volt a diákolimpiai selejtező, ahol ismét jól ment a küzdelem és ez megint adott egy plusz löketet, valamint a hibák is megmutatkoztak. Ez jó mert tudtuk min kell még javítani. A felkészülésem nagyon jól sikerült sokkal jobban mint tavaly, mert többet tudtam rá edzeni egy évvel. Már a tavalyi EB után a következőre készültünk és szisztematikusabb volt az alapozó időszak, több súlyzós képességfejlesztés volt benne és a max erő növelése illetve a tömeg növelés. A versenyhez közeledve a sportág specifikus súlyzót és más munkákat (zsák, pontkesztyű, és állóképesség növelés) helyeztük előtérbe. Szépen fejlődtem mindenben és jó formában kezdtem magam érezni, már nem sok kellett volna ahhoz, hogy tökéletes legyen a felkészülésem.

Dénes: Nehéz, amit még az erettség is nehezített. A hétvégi utazások állandó edzőtáborok nagyon kevés szabadidőt hagytak és mindezek mellett folyamatosan teljesíteni kellett. Fizikális



Dénes az EB-n

része viszonylag jól sikerült csak sajnos az EB előtti versenyen inszalag szakadást szenvedtem ami hátráltatta az utolsó egy hónap edzéseit és kihatással volt a versenyre is. Ezúton is szeretném megköszönni edzőmnek sensei Agócs Tibornak a felkészítést.

Hogy életed meg a balesetet?

Ádám: Nagyon-nagyon rosszul, mert a saját butaságom és figyelmetlenségem miatt majdnem véget vetettem a karaté pálya futásomnak. Lelkileg jobban megviselt, mint testileg, de együtt nagyon földhöz vágta. Azt hittem hogy nem tudok újra a régi önmagam lenni és ez nagyon elszomorított és lelkileg kicsit megrogytam... Hála a edzőtársaimnak akik inkább barátok mint csak edzőtársak és még más egyéb magánéleti dolgoknak köszönhetően úgy ahogy össze szedtem magam és onnantól kezdve csak a gyógyuláson és az EB-n járt az

eszem. Biztos voltam benne, hogy meggyógyulok, mert ha valaki egy célt kitűz maga elé azt ha nagyon akarja el is érheti, és én ezt nagyon akartam... De sajnos hiába a nagy erőfeszitésemnek mégsem indulhattam az álmotornán mert más kapta meg a helyemet – szerintem jogtalanul –, de ez mára már mindegy. Ennek ellenére ugyanúgy edzettem tovább mentem a táborokba mintha mi sem történt volna és csak edzeni és edzeni. Legalább segíthettem klubtársamnak Dénesnek és a többi jó karaté cimborámnak a felkészülésbe és ez egy kicsit csillapította a fájdalmam. A versenyre kiutaztam, mint néző, segítő. Ott lenni és nézni, hogy a magyar fiúk és lányok hogy küzdenek a tatamin és a szurkolók, hogy biztatják őket azt az érzést nem tudom elfelejteni. Mert belül éreztem, hogy nekem is ott lenne a helyem. A nap végén a verseny végeztével a magyar sikerek után



Kreatív megoldás a szaltós rúgás sarokkal

az a hiányérzet és bánat amit éreztem elmondhatatlan volt. A sensei többször is mondta „ennek így kellett lennie, majd az élet visszaadja”. Vissza is adta mert a verseny után egy héttel már a felnőttek között indulhattam. Ott kiadtam majdnem mindent magamból, amit csak kilehetett szó szerint mindent és nemcsak a versenyre való felkészülésre utalok hanem haragot, csalódottságot... Két szép KO-t is csináltam azután nyertem egy mérkőzést nagy fölénnyel, majd a döntőben kaptam egy tőlem hét évvel idősebb felnőttől. Egy szóval – bizonyítottam.

Milyen volt az Eb-n részt venni?



Test-test ellen

Dénes: Úgy gondolom, hogy annak ellenére, hogy nem lettem dobogós elégedett vagyok. A küzdelmeimben helyt álltam és nem hoztam szégyent a csapatra. Az ottlét szavakkal leírhatatlan, a versenyre édesapám is elkísért, ami még jobban erősítette bennem a küzdeni akarást, és mivel nemrég együtt tettünk övvizsgát a vele való kapcsolatom teljesen más mint egy átlagos apa fia kapcsolat.

Jövőbeli terveid a karatéban?

Ádám: A jövőben szeretnék elindulni a Hungarian Openen, mert az egy hatalmas kihívás egy magyar karatéka számára, ez az itthoni legnagyobb és talán az Európában is a legnagyobb és legszínvonalasabb verseny. A Hungarian Openre nagyon sokat és „teljes gázon” kell készülni mert számos ország legjobbjai jönnek ide megméretetni, és mindenki győzni akar! Én azért szeretnék indulni, hogy egy újabb akadályt egy kihívást le-

győzhessenek és ezáltal fejlődjön a személyiségem. Övvizsga tekintetében nyáron Jászberényben megrendezésre kerülő Nemzetközi edzőtáborban szeretnék továbblépni és levizsgázni, számot adni a tudásomról. Remélem majd egyszer danra is felállhatok és büszke lesz rám a Sensei amikor majd a 30 ellenfeles küzdelemben 30.-nak Ő állhat oda és utána igazi mestere leszek a kyokushin karaténak.

Dénes: Övvizsgázni szeretnék hogy minél közelebb kerüljek az 1. Dan-hoz, és természetesen folytatni a versenyzést a felnőttek között is és a jövő évi Hungarian Open-en elindulni.

Hogyan látjátok a Jászberényi dojt?

Ádám: A jászberényi klubot egy nagyon jó klubnak tartom nem csak az edzések tekintetében, hanem mester és emberek (személyiségek) tekintetében is, nagyszerű emberek járnak ide és nagyszerű érzés egy ilyen közösséghez tartozni. Minden dolog, amit együtt csinálunk össze kovácsolja az embereket, és életre szóló barátságok szövődnek, mert a karate a közös cél összetartja az embereket... Mindenkinek csak ajánlani tudom, hogyha teheti látogasson el az edzésünkre és vegyen részt ebben a nagyszerű közösségben.

Dénes: Szerintem az ország egyik szakmailag legkomolyabb klubja, ami bizonyítja, hogy legtöbb versenyzője dobogós helyen végez és nem egy Európa Bajnok kikerült már Sensei-ünk keze alól. Egy nagyon jó közösség ahol barátokat találtam.

Európa tetején a magyarok...

Junior és felnőtt Kyokushin EB
2008. Plovdiv

10 aranyérem
4 ezüstérem
4 bronz érem
3 különdíj



„Aranyos” öröm a juniorokkal

A bulgáriai Plovdivban május 23-24.-én az Európa Bajnokságon 26 ország versenyzői jelentek meg. A Magyar Válogatott több mint harminc versenyzőt indított a kontinens viadalon a junior és felnőtt küzdelmekben valamint katában összesen.

A Jászberényi Yakuzák Sportegyesület két juniorversenyzőt adott a junior válogatottnak, az egyesület mestere sensei Agócs Tibor pedig a szövetségi kapitányi teendőket látja el ez év elejétől.



Három válogatott tábor után erőttől duzzadó magyar csapat indult Bulgáriába, hogy beteljesítse a hozzáfűzött reményeket. Az utazó csapatból sajnos Zrupkó Ádám súlyos kézsérülése miatt kiesett, így a jászberényi remények jelentősen megfogyatkoztak.

Kenyó Dénes maradt tehát a junior 70 kg-ban, aki képviselte egyesületünket.

26 ország versenyzői küzdöttek meg az érmeért és minden súlycsoport első nézésre nagyon nehéznek tűnt a létszámok miatt.

A 20 főből álló junior 70 kg-os mezőnyről első ránézésre nem sokat lehetett kiolvasni, hiszen a junioroknál kevés még az ismert versenyző. Az elmúlt év helyezettei közül azonban a tavalyi egyik dobogós Dénes ágára került. Dénes első ellenfele egy moldáviai barna öves srác volt, aki szívós ellenfélnek tűnt, de Dénesnek nem volt szüksége 6 perc küzdő időre mert 2 perc után erős fölényt mutatva meggyőzte a bírót és így ő mehetett tovább.

A következő küzdelemben az elmúlt év dobogója a litván Arturas Skerlo várta Dénest. Kiegyensúlyozott küzdelem után enyhe fölényt mutatott a nagyobb tapasztalattal bíró litván versenyző és így elszálltak a Jászberényi érem remények.

Végül Arturas Skerlo nyerte a 70 kg-os súlycsoportot, úgyhogy a mi versenyzőnk az Európa Bajnokságtól kapott ki. Ha ez nem is volt vigasz számunkra a továbbiakban azonban feltétlenül.

A magyar csapat 30 év óta leg-sikeresebb Európa Bajnokságán van túl, amely 10 éve még elképzelhetetlen volt. 10 arany, 4 ezüst, és 4 bronzérem mellett, három különdíjat is elhoztak a magyarok a két nap alatt.

A nemzeti válogatottban 1998-ban elkezdett edzéselméleti és módszertani alapelveken nyugvó felkészülési rendszer 10 év után leiskolázta Európát.

Egyesületünk tagjai nem akármilyen apa-fia kapcsolatnak lehetnek szemtanúi, és ebből a

szempontból is izgalmas volt az EB. Kenyó Laci aki is maga gyakorolja a kyokushint elkísérte fiát a nagy „beavatódásra” a kontinensviadalra. Amit ő élt át Dénes küzdelmei közben azt nem lehet leírni egy újságban. Sokat kapunk ezekből a pillanatokból és példát állít a jövő generációjának az apai szerepkört illetően.

Gratulálunk Dénesnek és Ádám-nak a komoly felkészüléshez, köszönjük a válogatott edzők munkáját, segítségét valamint a szülők támogatását!



A „csapat” - válogatott edzők

Nagykátá - Új időszakítás

Ahol minden elkezdődött 1982-ben. Itt kezdte a karatét Sensei Agócs Tibor még Lendvai László, Kenyő László, Sárközi Zsolt tanítványaként, de innen indult Király Gabriella, Zombori István és Danka József is. Milyen érdekes, hogy ugyanazon Oyama kép elé ülnek le szertartásosan ma a dojó tagjai mint annak idején a fehér öves kezdő Agócs Tibor akit az akkor sárga öves Kenyő László tanított az első lépésekre!? Ma Kenyő Lászlót és fiát is tanítja, vizsgáztatja Agócs sensei. Mára a szereposztás változott és az arcok is, a tűz a szívekben a kyokushin iránt azonban változatlan. Nehéz évek után egyenesben a nagykátai kyokushin is.

Zomori István: „Több mint húsz éve annak, hogy ráléptem erre az ösvényre, bár voltak kisebb kihagyások, hasonlóan a nagykátai klub élete is igen hullámzó volt, főleg az utóbbi tíz évben.

Nem volt követhető szakmai vonal és eljött a mélypont, amikor Danka Józsi barátommal, edzőtársammal ketten álltunk a teremben. Meghajoltunk a Sosai Oyama képe előtt és gyakoroltuk a kyokushin karatét. A kitartásnak és az akaratságnak köszönhetően a csoport létszáma elkezdett folyamatosan növekedni. A nehéz időszak összekovácsolta a kis csapatot. Hogy legyen jövőnk, 2005 augusztusában azzal a kéréssel kerestem meg az akkor még sempai Agócs Tibort, hogy vegye át a klub vezetését. Érzéseim szerint megfelelőbb emberhez nem is fordulhattam volna. Sensei Tiborban olyan embert ismerhettem meg, aki a lehetetlent nem ismerve kifogyhatatlan tudásvágygal tapossa a hegyre felvezető ösvényt. Neki köszönhetően nem csak felszínes mozdulatokat tanulunk, hanem azokat értelmezzük is. A hajnali edzéseknek van egy varázsa, hangulata, ahol igazán el lehet merülni a kyhon és a káták gyakorlásában, rejtelseiben. Közben rájön az ember teljesen mindegy, hogy milyen színű öv van a derekán, ha nincs megfelelő tudás ami párosuljon vele. Klubunk folyamatosan fejlődik. Szakmailag és létszámban is. Szerencsés vagyok, hogy feleségem és családom is elfogadta ezt az élet stílusomat és, hogy a fiam is három éve rendszeresen eljár velem az edzésekre. Sokan csodálkoznak a környezetemben, hogy ilyen kitartóan gyakorlom a karatét, de ebben a mai önző, rohanó másokat eltipró világban

segít megtalálni a belső harmóniát és egyensúlyt.”

Danka József: A karate általános iskolás koromban érintett meg először, a nagykátai moziban egy osztálytársammal megnéztük, az első Kyokushin VB történetét és Sosai Oyama csodálatos ember feletti tetteit. Gimnáziumi éveimben az iskola torna termében karate oktatás folyt, elkezdtem én is az edzéseket látogatni.

Az edzések iszonyatos kemények voltak. Rendszeresen látogattam az edzéseket és minden nyáron edzőtábor tiszafüreden. A tiszafüredi edzőtáborok néha már brutálisak voltak. Egyik éjszakai edzésen több mint 3000 jodan mavashi gerit kellett rugni, a vége felé már a túlélésre mentek az első sorban állók is. Sensei Karmazin, sensei Borza és sempai Lendvai és Shihan Furkó gondoskodtak a színvonalról. A rendszeres edzések

jutalma a sikeres vizsga volt. Egy téli edzőtáborban aztán valami mással találkoztam Sensei Brezovainál. Egyedül vettem részt Nagykatáról. 8. kyra vizsgáztam sikeresen. Rengeteg pajzs munka, speciális súlyozás, mezítláb futottunk a hóban. Reggel békaszökdelés egy kicsi egy óriás, s ez széria szerűen. Mikor haza sántikáltam és elmeséltem furcsán néztek rám a karatés társaim. Sajnos sempai Lendvai László edzéseinak színvonalja megrekedt egy szinten, ami miatt sokan abbahagyták a harcművészetet vagy stílust váltottak. A pontkesztyűt nem ismertük két darab pajzsunk volt és egy zsákunk. Védő felszereléseket nem nagyon használtunk. Újabb áttörést a bukkszéki táborok hoztak. Küzdő mozgás, pontkesztyű teljesítmény orientáltság és sok-sok új dolog. A magyarországi VK előtt Szombathelyre költöztem. Több évbe telt míg elkezdtem az edzéseket Sempai Magedlinél. Amilyen nehéz volt a kezdés olyan csodálatos más fél évet mondhattam magam mögött. Nagy tanúsággal szolgált ez a pár év. Ne adjam fel karatét semmiért! Volt olyan időszak mikor, szó szerint megmentette az életemet. 2004-től ismét Nagykatán tréningeztem. Sempai Lendvai egyre kevesebbet látogatta az edzéseket. Először Bognár Dani, majd Zombori Pisti irányításával folytak az



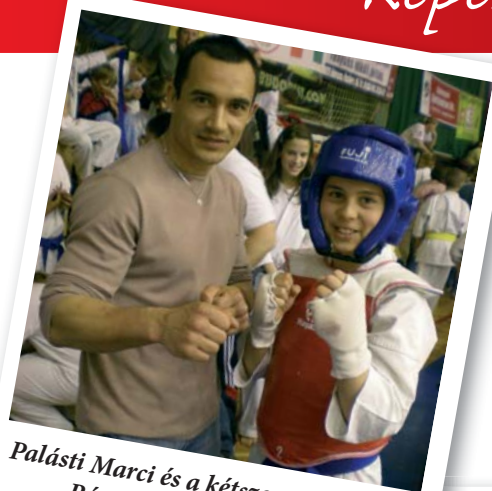
Danka József és Zombori István

edzések. 2005-től Sensei Agócs szakmai irányítása mellett edzünk. A létszám folyamatosan növekedése mellett szakmai fejlődés is megfigyelhető. Vannak újra versenyzőink. Időközben a Jászberényi Yakuzákhoz csatlakoztunk, amely szerintem jó döntés volt. Sensei Agócs sikeresen vizsgázott 3. danra. A 2007-es VB után pedig japánban mélyítette tudását. Lassan egy éve Sensei Agócs irányításával elkezdődtek a hajnali edzések melyek új távlatokat nyitottak, Tibi próbálja átadni tapasztalatait. A hajnali edzésekről nem lehet beszélni, ki kell őket próbálni, olyan ez mint egy finom ételről mesélni.

Ma már minden megváltozott, kitaposott úton indulhatnak el a karatékák. Nevelt lányom Mező Lili is beállt a sorba. Reményem szerint most 3 hónapos fiam is karatés lesz.



Képes krónika 2008 első félév



Palásti Marci és a kétszeres EB győztes Rózsa Gábor Debrecenben



Övvizsga 2008 tavasz, Jászberény • A két Kenyő - apa és fia



Abonett Kupa, Abony
Tóth Péter, Gergely Laci, Misovits Bogi



Hungarian Open 2008, Szolnok
Bogi és a 9 perc



Diákolimpia Közép-Magyarországi Területi Elődöntő



Edzés után... Szővetes Veronika világbajnokunkkal

Gondolatok

Az idézetek:
Czakó Gábor, Beavatás - Ádám
Bokra című könyvéből

„Ami a földet éri az eléri a föld gyermekeit is. Meg kell tanítanotok a gyermekeiteket arra, hogy a föld, amelyen járnak, nem más, mint őseink haló pora. A föld – édesanyánk. Ha az emberek a földre köpnek, saját magukat köpik le. Mert mi tudjuk, hogy nem a föld az emberé, hanem az ember a földé: nagyon is jól tudjuk. Az ember nem az élet szövete, csak annak egy fonala.

Ha megsértitek az élet szövetét magatoknak is ártotok vele.”

Szi-etl indián főnök (1885)

„Az ember minden más élő fajtától gyökeresen különböző faj, mert lelki alkatának lényeges része a szimbólumalkotás, azaz a transzcendens létezés jelkép-rendszerbe való foglalása. A legegyszerűbb paraszt ember

is állhat a kultúra legmagasabb csúcsán – tehát személye- alkalmas rá, hogy a tudattalan létezés és a transzcendens világ közti villámok felfogó eleme legyen. A barlanglakó ősemlék kultúrlény volt, a technikai civilizáció embere nem szükségképpen az, csak, mert rendelkezik a civilizáció eszközeivel...”

Kodolányi János

„Remek volt látni Jászberényben a sok csillogó szemet, az Őszinte érdeklődést és emelked-

ni vágyást. Ha ez tovaterjedne sebesen, Magyarország hamar föltámadna..!”

Czakó Gábor, 2008

„Az ember élete két részből áll. Az elsőben reménylünk egy boldog jövőt, a másodikban bánkódunk elkövetett hibáink felett. E két időszak között alig marad egy percünk a csendes, boldog élvezetre.”

Gróf Széchényi István

Karate egy pedagógus és egy szülő szemével

Laczkó Andrea: Kissé feszélyezve ragadtam papírt és tollat, hogy csekély karaté tapasztalataim tükrében, vajon milyen magvas gondolatokat írhatnék én a Kedves Olvasóknak?

Sokféle érzélem és gondolat kavarg bennem a karatéval kapcsolatban, de közülük most a legerősebb és legmeghatározóbb számomra, az emberi-erkölcsi értékek és a karate kapcsolata.

Még gimnazista koromban kerültem rövid, de annál intenzívebb kapcsolatba a karatéval.

Amilyen rövidnek hatott az a pár év, annál inkább meghatározta későbbi életemet. Amilyen sok mindent kaptam a karatétól, amire egész életemben támaszkodhatok: nemcsak fizikai és lelkiezt, kitaratást, talán egy kis önbizalmat is, de barátokat, emlékeket, mosolyt, fájdalmat és ami a legfontosabb, megerősítést! Megerősítést abban a hitemben, hogy nem én vagyok az, akinek az elvei miatt kényelmetlenül kell(ene) éreznie magát ebben a világban, ami kezd teljesen kifordulni önmagából. Pedagógusként naponta tapasztalom az ifjúságnál a szocializálatlanság és deviancia különböző megnyilvánulási formáit. Az alapvető normák, a munkafegyelem, kitaratás, szorgalom, a lehető legjobbra való törekvés, az alázat és tisztelet hiányát önmagukkal, másokkal, a tanulással és a munkával szemben. Elkeserítő az az értékesztett szemlélet, ami a fiatalok többségében dolgozik. Elkeserítő, hogy nagy részük mind a munkában (tanulásban), mind a viselkedésben megelégszik a középszerűséggel, sőt, a minimummal. Tisztelet a kivételnek! Mert hál' Istennek kivételek azért vannak!

Ki(k)től is tanulhatnák meg gyermekeink, hogy melyek az igazi értékek, amelyek emberré tesznek valakit? Alapvetően és ideális esetben a szülőktől, ugyanis a szocializáció első számú színhelye maga a család. A szülők többsége ennek megfelelően neveli és készíti fel gyermekét és nagyszerűen helytállnak a "szülő, az óvoda és az iskola első számú partnere" szerepkörben

is. A szülők mellett azonban nagy szerepe van a pedagógusoknak, esetünkben az edző(k)nek!

Számomra kellemes meglepetés volt megtapasztalni, mennyi módszertani hasonlóság van az edzések és a tanítási órák között. Minden edzés a bevezetéstől, motivációtól, a befejezésig, egy kerek egészet alkot, mint egy jól felépített óra. Remekül elkülöníthető az oktatási, képzési, nevelési cél. Pedagógusként talán annak örülök leginkább, hogy szinte minden edzésnek van valamilyen nevelési célzata is. Szívvel örülök, hogy a fiatalokat, a legfőbb szocializációs színtereken-család, óvoda, iskola- kívül, az edzéseken is nevelik a kitaratásra, fegyelemre, alázatra, tiszteletre, esztétikára, testkultúrára, környezettudatosságra, nemzeti öntudatra és még folytathatnám az alapvető értékek sorát. Ha a gyermekekben csak egy szó megragad az edzéseken, nevelési célzattal elhangzott mondatokból, "kiselőadásokból", már jó irányban haladnak, hogy igazi erkölcsi értékekkel rendelkező emberré váljanak.

„Nem olyan világ közeleg a nyugati civilizáció felé, melyben a virtuális valóságban élők akárcsak életben is maradhatnak”...

Dr. Erdélyi Tibor

Azt hiszem, soha nem volt aktuálisabb az „ép testben ép lélek” ókori görög mondat. Civilizációnk az amerikai szubkultúra, melyet mi magyarok majd húsz éve oly lihegve majmolunk, már közvetlenül a hátában érezheti az erős és egészséges, testileg és erkölcsi szilárd társadalmak, nagy kultúrák közeledtét és számomra úgy tűnik, a futóverseny fél-egy évszázad alatt eldőlt. Gyermekeinkre tehát embert próbáló idők várnak. És akkor még nem is feszegetjük az országon belüli erőátrendeződések hatásait az elkövetkező nemzedékekre.

Vajon milyen közeli vagy távoli jövőképe van annak a 13-17 éves korosztálynak például, aki felmenőitől ugyan erőn felül is „mindent megkapott”, de nap mint nap láthatjuk, a hangos köszönést sem ismeri, fiúként általános iskolásan melírozott hajjal, többszörösen átfűrt, testékszerezett testrészekkel, kihúzott szemmel trendi, akikre minden alkalommal rá kell szólnom a rendelőben, hogy ugorjon ki a zsebéből és köpje ki a rágógumit.

Ki ezeknek a jó adottsággal született fiúknak a példaképe? Mert ugye PÉLDAKÉP-re minden fiúgyermeknek nagy szüksége van! Talán a focista, akit a rágógumi és a hajráf tart össze és pénzért adják-veszik a nemzetközi piacon? Ki tanítja meg őket férfiként viselkedni, kezét fogni s mindeközben a másik szemébe nézni?! Ki szól ma egy kamaszra a testtartása miatt?? A tanár, akit bármikor büntetlenül megverhet a diák és a szülő is? Ki állít elé elérhető közelségbe hús-vér, tisztelhető, szerethető felnőttet? Egyáltalán ki tanítja meg neki a Himnusz énekelni? Ja, hogy az nálunk ciki és a legtöbben kukán állodálnak abban a kínos 3 percben...Nincs már itt kérem gyermek és diákmozgalmam, sem kicsiknek, sem nagyobbaknak, nincs már sereg, ahol életre szóló barátságok szövődhetnek és a bajtársiasság és az áldozathozatal még értéként tűnhettek fel. Nem, a liberális „nyugati világban „ezek már elavult, „retro” gondolatok. Mindenki valósítsa meg önmagát,

építse karrierjét a másik, de akár sajátjai rovására is. Mindenkinek van számítógépe, amivel még görnyedt háttal és izzadó tenyérrel is csajozhat és ha megunt osztálytársát, agyonverheti és a tőba dobhatja.

Ne féljete, még léteznek szigetek, ahová betérve és egy edzést végignéve reménykedve léphetsz az utcára. Reménykedve, hogy a Te fiad jó közösségben ébred öntudatra, mert van aki érhetően megmagyarázza neki miért illik a másik szemébe nézni, miért lesz jó ha pár év múlva lesz önbizalma, miért nem hagyunk abba soha semmit, és miért nem lehetetlen a legelcsigázottabb 19.gyakorlat után is megcsinálni a huszadikat.

Az én öt éves kisfiamnak van példaképe és nem magamra, Dart Weder-nagyúrra vagy Szecska mesterre gondolok. Nem hollywoodi sztár, de valódi Mester, akit a gyermeki lélek meglepően tisztelve szeret. Nem féli, tiszteli! A Sensei, akinek soha sem kell kétszer mondan, aki átad valamit a tradícióiban és tradíciótól gazdag Japán értékrendjéből. És aki emellett nem mellesleg öntudatos magyar.

Hát, kedves Olvasó, kedves Szülő, én ezért hordom egy másik megyéből minden héten az öt éves fiamat a berényi Yakuzákhoz...(jövőre már az öccse is jön!)

Dr. Erdélyi Tibor családorvos

JÁSZBERÉNYI KYOKUSHIN

A Jászberényi Yakuzák Sportegyesület lapja

Készült 2000 példányban

Felölös szerkesztő:

Agócs Tibor

Szöveg:

Misovits Boglárka

Készítette:

VM Média Kft.

Majzik Zoltán

Telefon: 30/928-7682

Folyamatos tagfelvétel:

Agócs Tibor

Telefon: 30/938-1002

Jászberény, Ferencesek tere 1.

H., Sze., P.: 18.30-20.00,

Gyerekek: hétfőn 17.00-18.30

és a Nagykáta Gimnázium

tornaterme

kedd, csütörtök 17.30-19.30

Egy nagymami tollából

„Dóri nagy izgalommal várja a hétfői és pénteki edzéseket. Ő még nem fogja fel, hogy mennyire fontos a fejlődő gyermek számára az itt megszerezhető jó testtartás, magabiztosság, önbizalom. Úgy érzem minden sport, főként a küzdősport nagy önfegyelemre, kitartásra, céltudatosságra nevel. A gyermekek, fiatalok jobban tudnak koncentrálni az előttük álló feladatok megoldására. Annak ellenére, hogy a kislány csak rövid ideje jár edzésekre, mozgása már most is sokkal koordináltabb, ügyesebb. Tibi bácsi hatalmas türelemmel tanítja, oktatja őket. Fiatalabb tanítványaival gyakran mutat be nehéz gyakorlatokat a kis lurkóknak, megmutatva hová is lehet eljutni ha kitartóan végzik a gyakorlatokat.”

Kalocsa Dóri nagymamája

4-5 éves kortól komplex ügyességet és mozgáskoordinációt fejlesztő gyakorlatok, gimnasztika, szocializációs játékok, képesség fejlesztések...

Nagy örömmel és szeretettel tanítjuk egyesületünk legfiatalabb tagjait, az ovisokat. Nagyon fontos, hogy a gyerekek életének a kezdetektől fogva része legyen a mozgás, a sport. Nem csak fizikális képességfejlesztő hatása van, ha közösségbe jár a kisgyerek. A közösségnek rendkívül nagy hatása van a kicsik személyiségére, hiszen megtanulnak alkalmazkodni, és együtt végigcsinálni dolgokat, barátokat szereznek.

A Magyar Kyokushin Karate Szervezet edző bizottságának vezetője sensei Kálóczi József által készített tematika – „Az utánpótlás-korú kyokushin karatéka felkészítésének sportszakmai követelményei” – kitűnő módszertani elveket tartalmaz a fiatalok egészségének megőrzésére és a képességfejlesztésekhez.

Saját tapasztalatainkat is ötvözve a tudományos módszerekkel játék közben tanulják a gyerekek a karatéban az első lépéseket...



Folyamatos tagfelvétel - nincs nyári szünet!

