



JÁSZBERÉNYI KYOKUSHIN



A Jászberényi Yakuzák Sportegyesület lapja

2011. I. félév
megjelenik félévente 2000 példányban

Masutatsu Oyama
1923-1994

Magyar Kyokushin Karate Szervezet • www.kyokarate.hu



TRX



**Bentalvós
táborok**



Házibajnokság



**Shigeru
szeminárium**



**Szakmai
előadás**



Diagnosztika

2011. első félévi programjaink

Január 15. • MKKSZ közgyűlés, Szolnok
 Január 18–23. • Szilágyi István szeminárium, Kókapu
 Január 26. • Küzdőedzés a budapesti Sporttemplomban
 Január 27. • Terheléses vizsgálat I., Budapest
 Február 5. • Reggeli edzés Sziheng Varga Istvánnal
 Február 6. • Háziverseny gyerekeknek 10 órától
 Február 11–13. • Bent alvós edzőtábor, Jászberény Dojó
 Február 14. • Csoportos orvosi vizsgálat a dojoban
 Február 14. • Terheléses vizsgálat II., Budapest
 Február 19. • Diákolimpia selejtező, Hajdúszoboszló
 Február 21. • Fuji-san Karmazin Dojó ünnepélyes nyitó edzése, Szolnok
 Február 25. • 2010. évzáró és 2011. évnitó ünnepség
 Fight Team SE, Nyíregyháza
 Március 6. • Felnőtt Magyar Bajnokság, Veszprém
 Március 12. • Diákolimpiai Döntő, Szeghalom
 Március 14. • Edzés a Mátrában
 Március 17–20. • Válogatott edzőtábor, Tápiószentmárton
 Március 21. • Dr. Bakanek György előadása Jászberényben
 Március 26–27. • Shigeru Uemura szeminárium, Nyíregyháza
 Március 29. • „Sportleg” díj átadás, Jászberény
 Április 2–3. • 12 órás küzdő edzés és shihan Bencze edzése, Budapest
 Április 9. • IX. J&S Speed kupa, Tarján
 Április 10. • TRX Suspension Training Course, Budapest
 Április 10. • T-Home Vivicitá városvédő futás, Budapest
 Április 15–16. • EB Litvánia, EB Szentés ☺
 Április 22. • Sportkórház Teljesítménydiagnosztikai Laborvizsgálat I.
 Április 23. • TRX képzés, Jászberény dojó
 Április 23. • Futás a Földért, Yakuzák SE. bemutatójával,
 Érpárt Jászberény
 Április 30. • Kyo-Hungária SE Agócs sensei bemutató edzése, Debrecen
 Május 1. • TRX képzés, Jászberény dojó
 Május 5. • Sensei Agócs szakmai előadása a Magyar Birkózó
 Szövetségben, Sportok Háza, Budapest
 Május 5. • Előkészítő csoportok összevont edzése, Nagykáta
 Május 7. • Mizse Motel, vízi-technikai edzés, Jásztelek
 Május 12. • Sensei Agócs edzése, Jászboldogházán
 Május 15. • Wasabi Kupa, Felvidék
 Május 18. • Világharmonia Futás és Yakuzák SE bemutatója, Jászberény
 Május 20. • Előkészítő csoportok összevont edzése, Jászberény
 Május 20. • TEDx előadás, Budapest
 Május 21. • Hajnali edzés Nagykátán, a városi strandon
 Május 22. • TRX képzés, Jászboldogháza
 Május 28. • 14. Kékes csúcsfutás
 Június 1. • Sportkórház Teljesítménydiagnosztikai Laborvizsgálat II.
 Június 2. • Összevont edzés, Nagykáta
 Június 3. • Fight team SE rendezvény, Nyíregyháza–Sóstó
 Június 4. • Civil nap, bemutató és főzőverseny, Jászboldogháza
 Június 16. • Kreatív képességfejlesztő szerek módszertani edzése
 Június 17–18–19. • Dojó felújítás
 Június 21. • Bemutató a hátrányos helyzetű gyerekeknek, Jászberény
 Június 24–26. • Nyári bent alvós edzőtábor, Jászberény
 Június 29. • Támogatói estebéd, Nagykáta

20 éves lett a Jászberényi Kyokushin 1990-2010

December 18-án az impozáns Jászberényi Andrassy rendezvény-
 házban, több mint 160 fős vendégsereg előtt zajlott az egyesület
 2010. évzáró és 20 éves jubileumi ünnepsége. Az Jászberényi
 Yakuzák sportegyesület 2010-ben 74 programot valósított meg,
 és az MKKSZ minősítési pontversenyében 4. helyen végzett 63
 egyesület közül.



A jubileumi ünnepségen az egyesület tagjai léptek fel. Az es-
 ten Betlehemes színjáték, hatkezes zongorajáték, versenytánc,
 ének, oboa, képes videó-összeállítás, köszöntők voltak láthatók
 és hallhatók, melyet az egyesület tagjai adtak elő. A tombolán
 igazán értékes nyeremények találtak gazdára. Az est vendégei
 voltak: dr. Szabó Tamás polgármester, Szatmári Antalné, Tamás
 Zoltán, Juhász Dániel, Ferencvári Csaba, Gedei József képviselők,
 Szöllősi Károly sportbizottsági tag, Szántai Tibor volt sportbi-
 zottsági elnök, valamint az egyesület támogatói és mindazok,
 akik segítettek az egyesületet az elmúlt években.

A rendezvényen az elmúlt évek fotói, kupái is kiállításra kerültek,
 melyekkel közös kép készült a jubileum alkalmából összegyűlt
 vendégekkel.

Elkészült a jubileumi kiadvány is. A könyvben az egyesület összes
 megvalósított programja, eredményei megtalálhatóak. Fényképes
 beszámoló, feledhetetlen pillanatok, egy egyesület élete látható
 a közel 150 oldalas kiadványban. A többszáz fotóval illusztrált
 könyv kellemes múltidéző mindenkinek, aki csak akár egy edzé-
 sen is részt vett az elmúlt 20 évben Jászberényben.

Méltó módon ünnepeltük meg azt a húsz évet, ami mögöttünk
 van és reméljük, töretlenül folytatódik az a munka, amelyben
 mindannyian hiszünk.

„A következő húsz év legnagyobb feladata megértetni és elfo-
 gadtatni azt, hogy nem a pillanatnyi sikerekért, kupákért dolgo-
 zunk – még ha azoknak rendkívül fontos szerepe is van az egyén
 motivációja és személyiségfejlődése szempontjából –, hanem az
 ember komplex személyiségét
 szeretnénk építeni, hogy elbírja,
 képes legyen hasznosan tenni
 környezetéért és önmagáért.”

sensei Agócs



Szegedi Gábor



Az ünnepi előadáson az egyesület tagjai szerepeltek. Csikos Nikolett és partnere.



Terheléses vizsgálatok

Egyesületünkben az egészség-
 megőrzés, mint a harcművészetek
 egyik egyetemleges célja, fontos
 helyet kap a kezdetek óta. Ver-
 senyzőink orvosi vizsgálata és
 folyamatos kontrollja épp ezért
 rendkívül fontos. Két típusú viz-
 gálaton vettek részt versenyzőink.
 Az egyiket a Testnevelési Egye-
 temen, a másikat a Sportkórház
 laboratóriumában végezték. A
 speciális diagnosztikán Tóth Hel-
 ga, Szabó Zsófia, Tóth Péter, Kenyő
 Dénes, Beszteri Attila, és sensei
 vett részt. Nyugalmi EKG-val kez-
 dődtek a vizsgálatok, majd szívult-
 rahang következett, ahol a szívfal
 vastagságát, a nyomókamra térfo-
 gatát és az áramlási folyamatokat
 diagnosztizálták. Ezután test-
 arány vizsgálat, testzsírszázalék
 és csontsűrűség vizsgálat követ-
 kezett. Vértétel többször is törté-
 nt a vizsgálat alatt, amiből a
 teljes vérkép mellett tejsavasodási
 mutatókat és genetikai vizsgá-
 latokat is végeznek. A terheléses
 futás speciális maszkban történt,
 pontos képet kapva így a be- és a
 kiáramló levegőről. A folyamato-
 san emelkedő futószalag azonos
 sebességgel működött. Percenként
 pontos adatok érkeztek a moni-
 torokra, melyek alapján jól kö-
 vethető a sportoló mikor jut el az
 élettani maximum pontjára. Mi-
 után elérte a maximumot azonnal
 vérvétel következik és újabb EKG,
 ahol a nyugalmi pulzus visszaesé-
 séig többször is vérnyomást mér-
 nek. Végül jó fél órával az utolsó
 EKG után még egy EKG követke-
 zett. A részletes eredményekkel
 a kezünkben objektív adatokkal
 folytathatjuk a felkészüléseket és
 biztonságban érezhetjük versen-
 zőinket a komoly terhelések alatt.

Házibajnokság, avagy 48 verseny- zót neveztünk a diákolimpiára...

A mi egyesületünkben szín-
 te minden gyerek versenyez-
 ni akar...

2009 őszén szorgos munkával,
 új előkészítő csoportok indul-
 tak Nagykátán, Jászberényben
 és Jászboldogházán egyaránt.
 Az elmúlt másfél évben edző-
 táborok, övvizsgák és közös
 programok színesítették a hét-
 köznapokat. Ezzel a „nekifu-
 tással” eljutottunk oda, hogy
 a mai Háziversenyen 70 indu-
 lónk várta a küzdelmeket.

Az egészen kicsik pacsi partiban
 mérték össze ügyességüket há-
 rom tatamin. A kicsivel nagyobb-
 bak a szervezetünk gyermek
 szabályai szerint küzdöttek.
 Szándékosan sok körmérkőzés
 volt, hiszen a gyakorlás volt a fő



A verseny orvosa, dr. Erdélyi Tibor és egyesületünk elnöke.

igazán megszenvedtek, mert
 a pihenő időket a küzdelmek
 között nagyon lerövidítettük
 számukra.

A szülők a lelátón izgultak a
 csemetékért és közben minden-

ahol mindenki aranyérmet
 vihett haza és egy emlék-
 lapot is kapott. A szülők kü-
 lön megtapsolták azokat, akik
 a diákolimpián indulnak, és
 mindenkit, aki tatamira lépett



szempont. Több kategóriában
 egész komoly létszám jött össze,
 és így igazán parázs küzdelmek
 alakulhattak egyenes kieséses
 rendszerben.

Egyesületünk rutinosabb ver-
 senyzői bemutató küzdelmek-
 ben tették magukat próbára és

ki hozott a büfébe szendvicset,
 üdítőt, süteményt. Sensei Tóth
 Ivett összefogta a bíraskodást
 és az egyesület magas övesei jól
 vizsgáztak a bírói szerepkörben.
 A verseny gördülékenyen és
 jó hangulatban zajlott. Eljött
 az eredményhirdetés ideje is,

a mai napon. Köszönet Simon
 Orsolyának, Borics Zsoltnak,
 Misovits Boginak a felkészí-
 tésért, valamint sensei Tóth
 Ivettnak és a dojónk magas öve-
 seinek a bíraskodásért, és dr. Er-
 délyi Tibornak, hogy ellátta az
 orvosi teendőket versenyünkön.



Központban a

TRX Suspension Training – avagy a funkcionalitás és a karate



TRX képzés Jászboldogházán.



TRX képzés Jászberényben II.



TRX képzés Jászberényben I.



Helga oktat...



Oktatói képzés Budapesten Gulyás Máriával és Pozsonyi Zsolttal.

Egyesületünkben rendkívül fontos volt az elmúlt 20 évben a folyamatos tanulás és képzés, valamint az edzésmódszerek tökéletesítése. Abban a szemléletben teljesítjük ki a kyokushin karatét, ahogyan azt maga sosai Masutatsu Oyama is tette. Ő maga is sokat tanult másoktól, és sok mindent be is emelt ezáltal a rendszerébe. Természetesen ez a folyamat nem állhatott meg a mester halálával, hiszen akkor azt a pillanatnyi állapotot konzerváljuk, amit addig tudott beemelni, és az bizony sok tekintetben elavulhatott már. „Nem az ösöket kell követni, hanem azt, amit az ösök követtek...” cseng fel Kassai Lajos mondása. Ebben a szellemben épült be egyesüle-

szakmaiság...



Szekerés Kriszta egy újabb kreatív szerrel...



Dr. Bakánek György előadása.



Shigeru mester Hacsó "Troll" Lacival.



Szilágyi István szemináriuma Kókapun.



Erőszabályzó képesség és védekezési rendszer...



Kalapácsolás a Mátrában...

tünkbe a felfüggesztéses tréning és sok más kreatív képességfejlesztő szer...
TRX SUSPENSION TRAINING COURSE avagy szakmai továbbképzésen vett részt senpai Tóth Helga és sensei Agócs Tibor a budapesti Fitness Factoryban, 2011. április 10-én, és a TRX edzői kurzust sikeresen el is végezték. A képzést Gulyás Mária és Pozsonyi Zsolt TRX mesteredzők tartották. Eztán több TRX képzés is volt egyesületünkben, ahol a szer helyes használatát, alapgyakorlatokat ismerhettek meg a tagjaink. Jászberényben két képzés, Nagykátán egy és Jászboldogházán is egy képzés történt az első félévben.

info: www.trxinfo.hu

„Kedves Tibor!
...Büszke vagyok arra, hogy ilyen lelkes és elkötelezett sportembereknek adhattam át mindazt, amit a TRX-ről tudok. Nagy örömmel látom, hogy a képzés óta töretlen lendülettel és lelkesedéssel foglalkoztok a TRX-szel. Pedagógusként pedig rendkívül boldog vagyok, hogy sok-sok fiatal „palántát neveltetek”. Neveltek, hiszen nem csak a fizikai képességeiket fejlesztitek, hanem komoly viselkedési normákat kapnak tőletek, amelyek többek között fegyvelméről, erkölcsi értékekről, összetartozásról, barátságáról szólnak...”

Szeretettel:
Gulyás Mária
TRX Master Trainer

„Kedves Tibor!
Rendkívül fontos számunkra, hogy a magyar sport minél többet „profitáljon” a TRX eszközben rejlő lehetőségekből. Fontosnak tartjuk azt is, hogy az adott sportágban hiteles szakember képviselje a TRX edzésrendszert. Te megláttad a benne rejlő lehetőségeket, és mi örülünk, hogy a küzdősportok felé a Jászberényi Yakuzák SE – élükön Veled – képviselik a TRX-et. Sok sikert kívánok a további munkátokhoz és bízom benne, hogy a TRX-es edzések a versenyzőitek felkészülését is hatékonyabbá teszik! Remélem lesz még alkalmunk közös edzésre!”

Üdvözléssel:
Pozsonyi Zsolt
TRX Master Trainer

Shigeru Uemura szemináriuma, Nyíregyháza, 2011. március 26–27.

A 61 éves Shigeru mester könnyedén, derűsen és hihetetlen sugárzó erővel oktat. Tradicionális ősi, samurájok által használt légzéstechnikák és elvek, valamint komplex harcművész szemlélet – ez volt a nyíregyházi szeminárium.



A Magyar Birkózó Szövetségben tartott előadást sensei Agócs Tibor. Az előadásra elkísérte senpai Tóth Helga is. Az előadás több szakmai területet érintett. Módszertani elveket, filozófiát, sport-szakmai szemléletet és edzői tapasztalatokat hallhattak a birkózás szakvezetői, valamint a TRX funkcionális képességfejlesztő eszköz bemutató edzését láthatták Tóth Helgától. A szabadfogású és a kötöttfogású birkózó válogatott edzők, valamint a legnevesebb egyesületek edzői voltak jelen, sok szép eredménnyel a hátuk mögött. Európa-bajnokok, Világbajnokok, Olimpiai Bajnokok vettek részt az előadáson.

„Megtisztelő volt a felkérés és örömmel tettem neki eleget. Befogadók és érdeklődők voltak a vendéglátók, és így jól éreztem magam a magyar birkózás központjában. Köszönet Kovács György Jászberényi birkózónak a segítségért és a szervezésért...” – sensei Agócs

Bent alvós edzőtáborok...

Február 11–13. „Téli”, – Június 24–26. „Nyári” bent alvós edzőtábor.



Nem új ötlet a bent alvós edzőtábor, de ettől az évtől pontosan a nagy létszámú utánpótlás miatt fontosnak tartjuk számukra is a folyamatos továbbképzés, tanulás lehetőségének megteremtését. Ezeknek a táboroknak különös

hangulata van, hiszen ilyenkor péntektől vasárnapig együtt van a csapat éjjel-nappal. Ideálisak a körülmények, mert jól felszerelt dojo van a város központjában néhány méterre a Szent Klára Öregek Otthonától, ahol házias,



Bajban van a mi „Postás Pistánk”



Hölgykoszorúban...

Nem mindig jó dolgok történnek velünk és különösen elmondhatja ezt Barta Pista, aki életében másodszor alkalommal vívja embert próbáló küzdelmét. Barta Istvánt mindenki tiszteli, mert egy súlyos baleset után szinte reménytelenül kezdett el karatét gyakorolni, és vasakarattal, szorgalommal épp kezdett kimászni abból a szakadékból, ahová iskolás korában egy szörnyű baleset következtében került. Sikeres vizsgát tett kék övre több mint 3 év alatt. Számíthatunk rá mindig, amikor munkáról és a közösség építéséről volt szó, ezért Pista a mi „Postás Pistánk” lett sajátos stílus és fazonja miatt.

Május elején azonban egy újabb erőpróba elé állította az élet és visszazuhant oda, vagy talán még mélyebbre, mint ahonnan indult. Most is – ennek az újságnak a megjelenésekor – próbál talpra állni, szó szerint, és ebben a küzdelemben mi is segíteni szeretnénk. Biztatjuk, várjuk vissza közénk, és ezért egyesületünk gyűjtést szervezett Pista felépülésére. A több mint százezer forint adományt Szilágyi Csaba szervezésében sikerült eljuttatnunk Pista családjának.

JOBBULÁST KÍVÁNUNK AZ EGÉSZ CSAPAT NEVÉBEN! VÁRUNK VISSZA MINÉL ELŐBB! OSU



volt. Az edzőtábort természetesen rengeteg közösségi programmal, uszoda- és strandlátogatással, közös mozizással, retró „fotóshow-val”, dinynye-partival színesítettük. Köszönet a szülőknek, akik támogatták és segítették a tábor. Köszönet a Szent Klára Otthon konyhai sze-

jó minőségű ételekkel tudnak jól lakni a táborozók. A téli edzőtábor a Diákolimpiára és a felnőtt Magyar Bajnokságra koncentrált szakmai vonalát tekintve, a nyári tábor pedig inkább harcművész és szemléletformáló jellegű

mélyzetének és vezetőjének Vargáné Deme Katalinnak, valamint Molnár József Igazgató Úrnak a Terplán Zénó Műszaki és Közgazdasági Szakképző Iskola igazgatójának a segítő támogatásért. Folytatás ősszel...

Támogatói est

VENDÉGEINK VOLTAK:

Karmazin György és Karmazinné Bíró Anita – BI-KA logisztika Kft. tulajdonosai és MKKSZ képviselői • Dr. Dobozi József r. vezérőrnagy – Köztársasági Örezred parancsnoka, országos rendőrfőkapitány-helyettes • Halmai Ferenc r. alezredes – Jászberény város rendőrkapitánya • Dr. Farkas Gabriella r. alezredes – Jászberényi rendőrkapitányság • Molnár Péter és neje – Csepel kerékpár Magyarországi forgalmazója • Dr. Pócz János – Deep Media és Szuperinfó tulajdonosa • Vonnák András – Vonnák Transz tulajdonosa • Szatmári Gyula – Szatmári Bau Kft. tulajdonosa



• Szarvas Ferenc – Deer Comp Kft. tulajdonosa • Tamási Gábor – Poli-foam Trocellen Kft. képviselői • Szarvas István – Count-tech Kft. tulajdonosa • Agócs Péter – Agatherm Bt. tulajdonosa • Dr. Lorász Gábor és kedvese, Krisztina • Dr. Csipe László – Pillér élelmiszerek tulajdonosa • Kovács Viktor – építési vállalkozó, tulajdonos • Dr. Tóth Tibor – Jászberényi önkormányzat Humán erőforrás biz. képviselői • Honti Antal és neje, Kriszta – Honti Optika tulajdonosai • Németh László – Nagykáta önkormányzat képviselői • Hegedűs Imre – Fogatos cukrászda tulajdonosa • Kovács György vállalkozó.

AZ EGYESÜLETÜNKBŐL:

Simon Orsolya, Borics Zsolt, Tóth Helga és Agócs Tibor látták vendégül támogatóinkat, segítőinket!



„A minőségi sport és életvezetés megjelenése és megőrzése” címmel tartott bemutató edzés és vacsora a vendégek fogadása után bemutató edzéssel kezdődött. Az edzést senpai Tóth Helga vezette. **RÉSZTVEVŐK:** Tóth Helga, Szabó Zsófi, Csikós Niki, Kókai Dani, Mike Gergő, Bordás Sanyi, Szekeres Kriszta, Mező Lili, Szabó Roland, Móczó Milán, Honti Peti, Szajka Bendegúz, Gál Barnabás, Juhász Attila.

A bemutató edzés szó szerint elkápráztatta a vendégeinket, hiszen a teljes rendszert láthatták, és igazán látványos és meggyőző volt a rendkívül egységes csapatunk a kerthelyiség kis tatamiján. A vendégek ezután az egyesület törekvéseit bemutató prezentációját sensei Agócs Tibor egyesületi elnök előadásában hallgatták meg. Az előadás érintette az egyesületi kultúrát, azokat az elveket melyek mentén szerveződik egyesületünk, majd a tudományos háttér és az edzői-versenyzői munka összekapcsolásáról hosszabban beszélt sensei. **Shihan Karmazin György, szervezetünk ügyvezetője** vette át a szót. Beszédében a hazai kyokushin történetét és ebben a Jászberényi Yakuzák SE szerepét taglalta, és arra kérte a jelenlévő mecénásokat, hogy támogassák egyesületünket és azokat az értékeket-melyeket felhalmoztunk az elmúlt 20 és fél évben. Ezután **Dr. Dobozi József r. vezérőrnagy, a Köztársasági Örezred parancsnoka, országos rendőrfőkapitány-helyettes** kért szót. A tábornok Úr, aki maga is gyakorolja a karatét hiszen wado ryuban 2. danos mester, elismerően szólt a látottakról és együttműködést ajánlott fel szervezetünk felé. Személyesen ismerhette meg Tóth Helga, a Rendőrtiszt Főiskola másod éves hallgatója a rendőrség

kiváló tábornokát, aki láthatóan büszkén és elismerően gratulált Helgának edzését látva. Hasonlóan beszélt Jászberény város rendőrkapitánya, **Halmai Ferenc r. alezredes** is, aki örült, hogy Helga Jászberényben teljesíti majd kötelező nyári gyakorlatát. A vacsora előtt **videokonferencián bejelentkezett Dr. Kovács Péter, a sportkórház kutatólaboratóriumának vezetője** és a tőle megszokott szakmai alapossággal érthetően elmondta az együttműködésünk sarkalatos pontjait. Kovács dr. élettani kutató elmondta, hogy jó kapcsolatban egységes szakmai szemléletben dolgozunk együtt, és hogy tulaj-

ség kiváló tábornokát, aki láthatóan büszkén és elismerően gratulált Helgának edzését látva. Hasonlóan beszélt Jászberény város rendőrkapitánya, **Halmai Ferenc r. alezredes** is, aki örült, hogy Helga Jászberényben teljesíti majd kötelező nyári gyakorlatát. A vacsora előtt

„Köszönjük, hogy vendégeink megtisztelték bennünket és érdeklődve fogadták mondanivalónkat, valamint azt is, hogy támogatásokról biztosítottak bennünket a jövőben is. Köszönöm Simon Orsinak és Borics Zsoltinak a segítséget valamint a kedves szülőknek azt, hogy elhozták Jászberényből is gyerekeiket erre a fontos eseményre!” – sensei

Egy új tatami, egy főzőverseny, egy bemutató, egy esküvő...

A jászboldogházi Civil nap igazi nyári hangulatban zajlott. Mindig meglepő az az elveszettnek hitt világ, mellyel boldogházán lehet találkozni. Simon Orsiék a Boldogházi Gyerekekért Alapítvány közbenjárásának köszönhetően igazán komoly ajándékot kaptak ünnepélyes keretek között, a „falu” színe java előtt. **A Poliform Trocellen Kft. jóvoltából 100 db tatamit vehettünk át a színpadon.** Tamási Gábor a cég képviselőjében ünnepélyes keretek között, jelképesen adott át egy tatamit, hatalmas masnival átkötve.

„A színpadon állva azon gondolkodtam, micsoda szeretet vesz itt körbe bennünket. Az ajándék átvétele után ott álltam és próbáltam megköszönni ezt a fantasztikus, több mint fél millió forintot ajándékot. A polgármester, a pap és sok türelmes nagymama, nagypapa, valamint a „falu apraja-nagya” hallgatta a beszédem. Egy pillanatra egy film jutott eszembe, ahol egy kis amerikai falu hangulatos, családias rendezvénye volt látható. De ez több volt annál. Amikor megérkeztem, csendben ült mindenki, és végighallgatták a műsorokat és a beszédeket. Olyan kellemes falusi idillről van itt szó, amely leírhatatlan...” sensei Agócs Tibor



A Yakuzák SE sátrában közel százán ették a finom gulyáslevest, amivel egyébként **a főzőversenyt is megnyerte egyesületünk.** Köszönet a mindig vidám és mosolygós karatés anyukáknak és a biztos hátteret szolgáltató karatés apukáknak! A házi süteményekre nincsenek szavak... Elmondhatatlan izkavalkád volt! A főzőverseny főnyereménye egy malac volt, melyet a nyári tábor összevont edzésén sütünk majd meg július 22-én pénteken. Egy bemutatóval is kedveskedett a boldogházi dojó, amelyben Bordás Sanyi, Palásti Kristóf, Mike Gergő és Juhász Attila is segédkezett. Köszönet Simon Orsinak és Borics Zsoltinak, hogy hitelesen vezetik a boldogházi dojót és újabb érdemeket szereznek egyesületünknek!

XXXIV. NYÁRI NEMZETKÖZI EDZŐTÁBOR

JÁSZBERÉNY
2011. JÚLIUS 11-17.

Instruktorok:

Shihan **Furkó Kálmán BC.**, 7. Dan
Shihan **Karmazin György BC.**, 5. Dan
Sensei **Kálóczi József BC.**, 4. Dan
A Magyar Nemzeti Válogatott edzői:
Sensei **Agócs Tibor**, 3. Dan
Sensei **Stefanovics József**, 3. Dan

edzések:
6:00-7:00 • 10:00-12:00 • 16:30-18:00

2011. július 16-án
EKO 3. és 4. Dan vizsga

Látványos,
30-40-50 ellenfeles küzdelmek
a Hűtőgépgyári Sportesarnokban.

Magyar Kyokushin Karate Szervezet
www.yakuzakse.hu • www.kyokarate.hu
Sensei Agócs Tibor • +3630/938-1002
edzotabor@yakuzakse.hu

Még kapható korlátozott példányszám-
ban a Jászberényi Yakuzák SE 20. évét
bemutató jubileumi kiadványa!





2011. november 13.
Szakmai szeminárium
Jászberényben

Shihan Bencze Antal – 5. dan:
Közös szemlélet a
harcművészetekben.

Sensei Agócs Tibor:
Kreatív képességefejlesztő
szerek használata a
harcművészetekben.

Folyamatos tagfelvétel!



4-8 éves korig előkészítő csoport.

Tagfelvétel 4 éves kortól: komplex, ügyességet és mozgáskoordinációt fejlesztő gyakorlatok, gimnasztika, szocializációs játékok, képességefejlesztések fiúk és lányok részére.

8-13 éves kortól versenyfelkészítés, versenyeztetés, edzőtáboroztatás, következetes nevelés, oktatás.

sensei Agócs Tibor • Tel.: +3630/938-1002 • www.yakuzakse.hu
Jászberény • Nagykáta • Jászboldogháza

Folyamatos tagfelvétel mindazok számára, akik szeretnék hasznosan eltölteni szabadidejüket vagy értelmes, tartalmas célokat kitűzni maguk elé, jó közösségbe akarnak tartozni, és a harcművészetek által életvezetésüket is kívánják javítani.

Heti öt edzési lehetőség, hétfői edzések, programok, szemináriumok, versenyzési lehetőség, övvizsgák, egyéb szabadidős közösségi programok.

Érdeklődni: sensei Agócs Tibor, MKKSZ szövetségi kapitánynál
Jászberény • Nagykáta • Jászboldogháza



A Jászberényi Yakuzák Sportegyesület lapja

Készült 2000 példányban

Felelős szerkesztő: Agócs Tibor

Fotók: Egyesületi Archivum és Fekete Tamás, MKKSZ

Támogatóink:



Pillér
Élelmiszer üzletek

