



WAKUZAK SE KYOKUSHIN

JÁSZBERÉNY
NAGYKÁTA
JÁSZBOLDOGHÁZA
KARATE



2012/3 » MEGJELENIK REGYESENTE DIGITÁLISAN, FÉLÉVENTE NYOMTATÁSBAN » SHINKYOKUSHIN KARATEMŰVÉSZ SZÖVETSÉG » WWW.WAKUZAKSE.HU



Svéd Open



Fejős László kiállítása

Edzőtáborok



Beszteri Attila Londonban az olimpián



Jászberény Jászboldogháza

Támogatói estebéd és prezentáció

„A minőségi sport és életvezetés megjelenése és megőrzése...”

Magyarország egyik legeredményesebb harcművészeti egyesülete utánpótlás és felnőtt kategóriában a Jászberényi Yakuzák Se. Jelenleg a legnagyobb szövetség az MKKSZ több mint hatvan egyesülete közül a minősítési pontverseny első helyezettje.



sensei Agócs Tibor



shihan Karmazin György

Június 28-án az egyesület támogatóinak egy kellemes vacsora keretében mutatta be a sikerhez vezető utat az egyesület vezetője sensei Agócs Tibor 3.dan az SHSZ szövetségi kapitánya.

A rendezvény fő támogatója a BI-KA Logisztika Kft. volt, melynek tulajdonosa Karmazin György baráti és szakmai kapcsolatban áll a Jászberényiekkel, hiszen az SHSZ ügyvezetőjeként és 5. danos mesterként nagy figyelmet szentel az ország egyik kiemelt karatés bázisának. Az egyesület

A folytatásban Agócs mester prezentációjában az egyesület tagjainak „hétköznapi teljesítményei” is bemutatásra kerültek. A projektor által kivetített képeken egy egyesület szemlélete, filozófiája és a szorgalmas munka eredményei köszöntek vissza. Az iskolai kitűnő bizonyítványok sora és a sportteljesítmények önmagukért beszéltek. Más célok, más típusú közösség, értékek és elvek mentén történő szerveződés ez a jászberényi karate. A tanítás központjában az ember áll, egy olyan személyiség formáló

program keretében mint a harcművészet. Különleges vendége is volt az estének, dr. Kovács Péter a Sportkórház teljesítménylaboratóriumának vezetője, aki Skype-on jelentkezett be. A londoni olimpiára készülő csapat biztos háttere szerves teendői mellett időt szakított, hogy elmondja a jászberényi Tóth Helga legmodernebb technológiára támaszkodó felkészülésének sarkalatos pontjait.

Teljesítménydiagnosztika, laboratóriumi tesztek, pályateszt, műholdas sportoló figyelés, képesség analízis, edzés napló és szoftver, orvosi team és a sportoló kapcsolata...

Egy objektív rendszer képe rajzolódott ki a résztvevők számára ahol a high-tech nélküli lehetetlen a komoly eredmények eléréséhez. Az egyesület más jellegű, de szintén a csúcstechnológiára támaszkodó fejlesztése a QR kódos edzésnapló, amit a TRX nevű képességfejlesztő szer használatához készítettek. Kifejezetten a harcművészetben használt izmokat, funkcionális mozgásokkal lehet fejleszteni a TRX-el. Az okos telefonok világában azonnal elérhetők az interneten a konkrét edzéstervet, azok gyakorlatainak rövid bemutató filmjei és sok egyéb hasznos tanács is, bárhol is legyünk a világon.

A jászberényi Yakuzák Se. zászlós hajója a minőségi sportnak és életvezetésnek, amely mögé sokak felsorakoznak, hiszen láthatóan sokkal több az ami ebben a „műhelyben” folyik mint egyszerű versenyztetés, vagy sport oktatás. Karmazin György szavai még most is visszacsengenek: „...egy sziget, amely remélhetőleg sok hasonló szigethez fog kapcsolódni és akkor erőteljesen pozitív irányba változik a környezetünk...”



Beszteri Attila a Londoni Olimpián



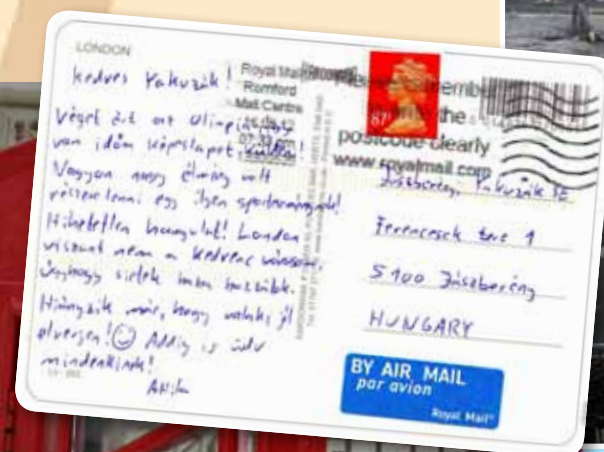
„A 2012-es nyári londoni Olimpiára előző év novemberében jelentkeztem, mint takarító csapatvezető. Állásinterjú és referenciák alapján felvettek az állásra. Júniusban, az Olimpia előtt 3 héttel kiutaztam Londonba, ahol 10 fős mobil-konténerekben voltunk elszállásolva. A táborban nagyon sok, körülbelül 1200 ember volt, akik mind takarítási feladatokat láttak el, különböző országokból. (Spanyolország, Amerika, Olaszország... és persze körülbelül 300 magyar). A hangulat nagyon jó volt, mindenki barátságos és abszolút segítőkész volt, olyanok lettünk „kint” mint egy nagy család. Az Olimpia több területen zajlott, a mi részünk az úgynevezett „Falu” és „Park” tisztántartása volt. Az én részlegem, a parkon belül legnagyobb stadion, a 90 ezer fős „Olympic Stadium” karbantartása és takarítása lett. Minden nap körülbelül 80- 100 emberrel kellett kitakarítani a stadion belsejét. Elég megterhelő és felelősségteljes feladat, mert a felső vezetők rajtam kérték

számom, hogy tiszta legyen a stadion, a takarítók pedig minden apró bajjal-gonddal hozzám fordultak. Mindettől eltekintve, nagyon nagy élmény egy Olimpiára kijutni. A belépő kártyával lehetőségünk volt a világ legjobb sportolóit előben látni, találkozni velük. Szabadidőnkben minél több eseményre próbáltunk bemenni, láttam a magyar vízilabda válogatottat nyerni-veszíteni, a kézilabdásokat, amerikai kosárlabda meccset. Hibetetlen, amikor egy angol sportoló lépett a pályára, 90 ezer angol üvöltött és zengett tőle a stadion, a hideg futkosott a hátamon... ezeket igazából nem lehet szavakkal leírni, a tévé sem adja át, örökre maradandó

élmény lesz. Nagy álmom egyszer ilyen körülmények között versenyezni, a hazámban, ahol több ezer ember üvölti a nevem és bíztat. Egyszer adódott alkalmam Usain Bolt közelébe férkőzni, a 100 méteres futás döntője előtt. Nézttem ahogyan melegít, koncentrált, teljesen más volt mint az ellenfelei, higgadt volt és jókedvű, a többiek pedig feszültek. Az eredményen látszódott a különbség...

A napi 12-14-16 órás munka, eléggé megviselt, de csak testileg. Fogytam nyolc kilót, a „jó minőségű” angol kajából és a nem alvásból eredően. A karaténak köszönhetően lelkileg nem viselt meg a dolog, úgy fogtam fel mindent mint egy kihívást. A rengeteg lépcsőzést edzésnek tekintettem, míg a többiek sírtak, hogy fáj a lábuk, addig én vidáman szökdécseltem a fokokon, ezzel is példát mutatva. Nagyon jó megerősítést kaptam, hogy a sport mindenre megtanít, ad egy bizonyos tartást, az élet kihívásait pedig könnyebben lehet kezelni. Hiányoztak a barátok, klubtársak, de az élmény kárpótolt mindenért.”

Beszteri Attila



Londonban – hölgykoszorúban

2012. III. NEVÉNÉVI PROGRAMJAINK

- június 28. • Támogatói estebéd, Jászberény
- július 3-8. • I. SHSZ Nyári Tábor, Jászberény,
- július 21. • Sportágválasztó nap, Jászberényben
- július 27-29. • III. Jászboldogházi edzőtábor, Jászboldogháza
- augusztus 2. • Fuji san dojó edzőtábor, Törökszentmiklós
- augusztus 16-19. • SHSZ szeminárium, Sopron
- augusztus 26. • V. Zagyvamenti Marathon, Jászberény
- szeptember 15. • Svéd Open – Göteborg
- szeptember 27. • Összevont edzés, Jászboldogháza
- szeptember 28. • Összevont edzés, Jászberény
- szeptember 29. • SHSZ szeminárium, Nyíregyháza

I. SHSZ Nyári edzőtábor

2012. július 3-8., Jászberény

Egyesületünk 2008-2009-2010-2011 után ötödször rendezte meg az ország egyik legnagyobb nyári edzőtáborát. Most először a Shinkyokushin Harcművész Szövetség kezei között jött létre az egyhetes program. Az edzőtábor plakátját Fejős László nagykáta grafikusművész tervezte a sanchin kata egy részletét megjelenítve. A védikus kultúra lábnyomait viselő plakáton azok az elemek jelennek meg melyek meghatározzák a létünket. A sanchin kata az összes alkalmazott kata alapja. Ezért került az I. Shinkyokushin Harcművész Szövetség Nyári Edzőtáborának plakátjára az abból vett mozdulat illusztrációja. A nyolc elem: a föld, víz, tűz, levegő, éter, elme, értelem és hamis ego jelenik meg színekkel illusztrálva, amely szervesen építi fel az egységes testet a keleti filozófia szerint.

Az egyesített test állapotot „Touitsu-tai”-nak hívják Japánban, amely azt jelenti, hogy felépítjük a testet a felső és alsó test összekapcsolásával, az elme belső és a teljes test külső központosításával. Ez a szellemi és testi állapot lehetőséget ad a maximális erőközlésre, az „energiára”.



Mező Lili sikeres vizsgát tett



Misovits Boglárka sikeres vizsgát tett



A színek a következő elemeket jelölik:
a barna a föld
a kék a víz
a piros a tűz
a lila a levegő
a rózsaszín az éter
a zöld az elme
a narancs az értelem
a sárga a hamis ego

A plakátot megfigyelve jól láthatóak a formai vonalak, melyeket a belső tartalom szétfeszít, szétrobbant. Így változik a szögletes - csupán a külsőségeket másoló koreográfiával ellátott „forma”- gyakorlat - igazi egységes testet létrehozó harcra felkészítő gyakorlássá.



shihan Bencze Antal a tábor instruktora



Ünnepélyes megnyitó a dan vizsgán



Kenyő László sikeres vizsgát tett



Fejős László grafikusművész



Ezen gondolatok és szakmai törekvések jegyében tanultunk mestereinktől az edzőtáborunkban, ezért tértünk el a hagyományos „reklám” plakáttól amely csupán információt közöl. Ez a plakát volt az első tanítása az edzőtáborunknak.

A tábor iszonyatos kánikulában zajlott ezért az edzéseket eltoltuk, hogy a legnagyobb melegben lehetőség legyen a pihenésre. Sajnos a kollégium is felforrít így nehéz éjszakai voltak. De hát ez is hozzátartozik a nyári táborozáshoz. A szakmai programot shihan Bencze Antal állította össze. A tábor welcome parti nyitotta meg az első este a Türi borpincében. Jót beszélgettünk miközben a jászági borokat kóstoltuk a táj jellegű sajtókkal közösen. Vendéglátóink a Türi család kedvesen vezettek be bennünket a borászat világába. A tábor a tervezettként szerint gördülékenyen zajlott. Szilágyi István előadása szerda este rávilágított a harcművészetek mélyebb rétegeire és ismét ünnepélyes keretek között szerezhették meg sokan az újabb dan fokozatot Jászberényben. Nagyon reméljük, hogy elégedetten utaztak haza a táborozók és hasznos tapasztalatokkal gyarapodtak. Az éjszakai strandok hangulata, Jászberény város és a tábori élmények talán ott maradnak sok-sok évig vendégeink emlékeiben...

Harcoldj a harc kedvéért, s ne gondold boldogságra vagy szomorúságra, nyereségre vagy veszteségre, győzelemre vagy vereségre! Így cselekedvén sohasem követsz el bűnt. Bhagavad Gita 2.38.

Do thou fight for the sake of fighting, without considering happiness or distress, loss or gain, victory or defeat - and by so doing you shall never incur sin. Bhagavad Gita 2.38.

2012. 07. 03. - 07. 08.

I. NYÁRI EDZŐTÁBOR

Jászberény

shinkyokushin HARCMŰVÉSZ SZÖVETSÉG

Az edzőtábor instruktora:

Shihan Karmazin György 5. Dan

Shihan Bencze Antal 5. Dan

Sensei Tóth Tibor 3. Dan

Sensei Szóvates Veronika 3. Dan

Senpai Rózsa Gábor 1. Dan

Az edzőtábor szervezője:

Sensei Agócs Tibor, a Jászberényi Yakuzák SE. elnöke

INFO: 06-30/938-1002

edzotabor@yakuzakse.hu

Dan vizsga: 2012. 07. 07-én

III. Jászboldogházi edzőtábor

2012. július 27-29.

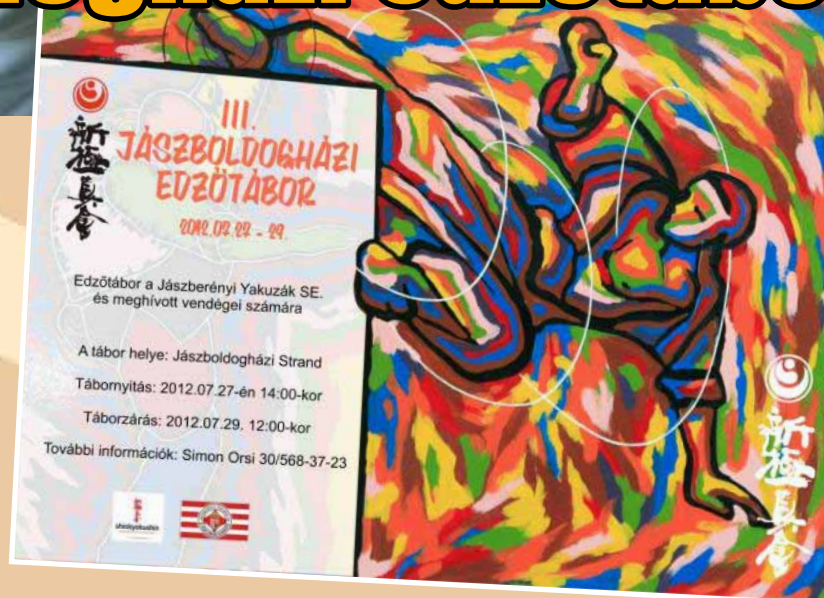
Harmadik alkalommal rendezte egyesületünk Jászboldogházi nyári edzőtáborát. Simon Orsolya és Borics Zsolt valamint a mögöttük álló szülői team ismét maradandót alkotott. A tábor pénteken kezdődött a „három dojó túrával”. A péntek 0 óra 0 perckor induló túra útvonala Jászboldogházról Jászberénybe vezetett, majd kis pihenő után Nagykátát célozta meg. A több mint ötven induló a második etapra tizenhét főre zsugorodott. Végül tíz óra alatt 40 km-t túrázott a kemény mag...

A tábor kialakítása péntek délután 14 órától sátorveréssel kezdődött. 18 órától csoportokban folyt az edzés, melynek végén közös csapatjáték is volt. A pénteki edzés képek itt tekinthetők meg:

<http://www.jaszboldoghaza.hu/galeria/iii-jaszboldoghazi-karate-tabor-pentek/161>



Játékos vetélkedők



Szombaton (képek itt: <http://www.jaszboldoghaza.hu/galeria/iii-jaszboldoghazi-karate-tabor-szombat/162>) reggel finom kakaó illatára ébredt a kissé meggyötört csapat, és újult erővel kezdtük el az edzést délelőtt. A szombat délutáni küzdő edzésen voltunk a legtöbben. Az edzés után rövid megemlékezés volt †Marton Attiláról akinek a családja is ellátogatott a táborunkba. A megemlékezésen gyertyát gyújtottunk Attila emlékére. A vacsora kiadós töltött lángos volt, ami nem véletlenül került az asztalra, hiszen az éjjeli próbához kellett a kalória. Az esti szakmai programot motivációs film vetítése zárta le sensei kommentálásával.

Emlékezés

Éjfél körül hangos sípolásra ébredt a tábor, majd futás és „kommandós próba” következett. A boldogházi szülők olyan mini vizes parkot készítettek ahol a négy csapatnak csúszni, kúszni, mászni, hemperegni kellett... Nagy élmény volt mindenkinek annak ellenére, hogy férfiasan hideg volt a víz... :) Vasárnap a délelőtti edzésre az utolsó energiákat kellett mozgósítani, de a dinnye evő verseny és a csapatok versengés feledtette a fáradtságot.

„Az edzőtábor szakmai programja sikeresen megvalósult, az SHSZ képzéseinek megfelelő módon. Köszönet mindenkinek, aki hozzájárult a tábor megvalósításához. Köszönet a sütiért a sok kedvességért és az odaadó munkáért! Jó volt együtt ismét Jászboldogházán!” osu! sensei



Vendéglátóink



A kalandparkban...



sensei



Fuji san dojó nyári edzőtábora, Törökszentmiklós 2012. augusztus 2.

Shihan Karmazin és csapata Törökszentmiklóson a strand melletti kempingben edzőtáborozott. A tábornak igazi alföldi stílusú szép faházak adnak szállást a pihentető gyógyvíz mellett. Shihan a komplexitás jegyében rendkívül komoly szakmai programot rakott össze a táborozók számára. A táborban több neves vendég megfordult, hogy edzést tartson. sensei Stefanovics József, senpai Rózsa Gábor mellett sensei Agócs Tibor mint az SHSZ szövetségi kapitánya is segítette a táborozókat. Az edzésen a küzdőállás-mozgékony-ság-védekezési rendszer és a reakció képességével foglalkoztak. A edzés kétharmadában együtt gyakorolt mindenki, majd külön vált a gyermek-serdülő



lő korosztály akik speciális versenyszituációt gyakoroltak az SHSZ szakmai szemléletében. A közös gyakorlás után kellemes für-

dőzés, gulyásleves, túrós csusza tette igazán egészsé a nyári tábor. Lesz mit feldolgozni a tábor utáni hetekben a résztvevőknek...))



„Nagy örömmel mentem shihan Gyuri meghívására a Fuji-san dojó első nyári edzőtáborába. Leles csapat fogadott, valamint shihan és felesége vendégszeretete. Azt hiszem a táborozók rendkívül sokat kapnak ezen a héten a változatos edzéseken, amit ráadásul több oktató szemléletében ismerhetnek meg...”
sensei Agócs



Mátra futások

A nyáron sokszor vágunk neki a Mátraháza-Kékestető távnak. Kora reggel 5 órakor indultunk, hogy reggeli munka kezdésre már haza is érjünk. A reggeli vastag harapható mátrai levegő és a nehéz terep egy pillanat alatt felébresztett bennünket. Itt nincs komfort zóna, itt nincs lazítás... Fejben olyan ez a táv mintha háromszorosa lenne. Szegedi Gabi (Indi) azt mondta „fejben olyan ez mint egy félmarathon...” Sokan életükben először vágta neki a kifejezetten szenvedős terepnek. Szentiványi Tamás, Muhari Márk, Trabach Sanyi először találkoztak így a Mátrával. Külön gratulálok Márknak aki nagyot szenvedett, de leküzdötte a távot és ami fontosabb önmagát is! Szajka Bendegúz remekelt...fene a szöcske fejét még a végén lefut bennünket... Az egész csapat egy-két kivétellel jobb időt futott és láthatóan hamarabb regenerálódik a terhelés után... Jó volt így kezdeni a napot nyáron! Köszönet Móczó Krisztiánnak, a Szajka házaspárnak, a Honti házaspárnak a példamutatásért. Karmazin shihan azt mondta valami nincs rendben velünk...)) Ez többünknek is eszébe jutott fél távnál...)



Sportágválasztó nap Jászberényben 2012 július 21.



A jászberényi Margit-sziget adott otthont a sportágválasztó napnak július 21-én szombaton. Egyesületünk tagjai reggel 9-től folyamatosan bemutató edzést végeztek. A szigetre látogatók, érdeklődők ki is próbáltak néhány dolgot, a létrát, a pálcát, és az egyéb képességfejlesztő szereket. „Móczó anyuka” finom pizza szeleteket süített, ami gyorsan el is fogyott dél körül.



Marton Attila emlékezés



Nehéz feldolgozni és elhinni, hogy az aki még tegnap velünk edzett és lelkes tagja volt a csapatnak az egyik pillanatban még ott van, azután pedig soha többé nem látjuk. Tragikus csapás érte egyesületünket Marton Attila elvesztésével. Attila mindig alázattal és szerényen tanulta a karatét. Értette a karate és az élet lényegét. Tenni becsülettel, és annak látszani ami a való. Sokan voltunk a temetésén, és azok akik ott voltak más emberként tértek haza. Mindenben felöltött, hogy mennyire fontos az a közösség amiben együtt vagyunk, és, hogy mennyire fontos odafigyelnünk egymásra. Pár hónappal a szörnyű tragédia után edzésről-edzésre eszünkbe jut a felfoghatatlan. Árva Jani már csak egyedül jön Tápiószeléről. Mi megszoktuk, hogy ők ketten jönnek. A mai napig a fejünkben Attila is jön hozzánk edzeni Nagykátára. Hisszük, hogy ott van velünk minden edzésen...

Osu! Attila! Nyugodj Békében!



Sopron szeminárium

2012. augusztus 16-19.

A hétvégén Sopronban jártunk az SHSZ szakmai nyílt napján. Sensei Demeter Zsolt és senpai Polyák József mindent megtettek a sikeres rendezés érdekében. Az edzéseket shihan Bencze Antal vezette rendkívül energikusan. Jászberényből három fő vett részt ezen az eseményen, Tóth Helga, Szabó Zsófia és sensei Agócs Tibor. Ismét sokat

tanultunk és szakmailag megerősödve térünk haza. Jól éreztük magunkat. Köszönjük az SHSZ-nek, hogy támogatta a rendezvényt és hogy az étkezést biztosította. Egyesületünk igyekszik majd a jövőben nagyobb létszámmal részt venni ezeken a programokon, melyet a motiváltabb tanítványok számára ajánlunk első sorban...



Fejlesztések

Egyesületünk tagjai számára a szakmaiság az első és legfontosabb közös érték. Ezért folyamatosan fejlesztjük azt a szakmai háttérrel amely egyre kifinomultabban segíti a munkánkat. Az előkészítő csoport új felszereléseket kapott a szermunka elsajátításához, a haladó versenyzők pedig 8 új testvédővel gyarapodtak. De szélesítettük az együttműködést a felnőtt versenyzők területén is



V. Zagyvamenti marathont

2012. augusztus 25.



Idén ötödik alkalommal rendezték meg városunkban a Zagyvamenti Maraton elnevezésű futóversenyt. Egyesületünk minden évben kisebb - nagyobb létszámmal képviseli magát a versenyen. Idén sem volt ez másképp. Egyesületünkben szülők, gyerekek, felnőttek vettek részt a rendezvényen. Voltak akik félmaratont és voltak akik a félmaraton váltót teljesítették. A legfiatalabb indulónak járó különdíjat idén a Yakuzák SE. tagjai közül Moczó Márk kapta aki legfiatalabbként 6 évesen teljesítette a félmaraton váltó távját. **GRATULÁLUNK!!!**



a tudományos felkészülésben, amely szintén komoly beruházást jelent. Szeptemberben kiutazott velünk Göteborg-ba Dr. Kovács Péter is, az egyesület költségén. Ettől az évtől negyed évente jelenik meg egyesületünk digitális magazinja, melyet az egyesületünk új médiatámogatója a Deep Média segítségével juttatunk el a szélesebb nyilvánosság felé.

deep
médiacsoport

Svéd Open – Göteborg



2012. szeptember 15.



A KO pillanata és utána

Helga kifejezetten hasznos versenyen szerepelt a Világkupa felkészülés jegyében Göteborgban. A sorsolás hagyott némi kívánnivalót maga után, hisz a legutóbbi EB két dobogósát egy ágra tették és így a valós döntőre előbb került sor. Helga első ellenfelét erős testütésekkel támadta, és három perc után bírói döntéssel nyerte meg ezt a küzdelmet. A szakmai feladata ez volt Helgának, hiszen olyan küzdelmet szeretnénk volna, amelyből a Litván Inga Mikstaite nem sokat tud elemezni. A második küzdelmet KO-val zárta Helga egy jodan ushiro mawashi gerivel (forduló rúgás fejre). Kapkodó ellenfelével nem lett volna szerencsés tovább húzni a

küzdelmet. Szerencsére nem lett nagy baja a lánynak. Következett a többszörös EB győztes Inga... Az első három percben erős fölényt mutatott Helga és comb rúgásaival wazari közeli helyzetbe hozta magát, de erős hajrája is nagyon meggyőzőre sikerült. Két bíró ki is hozta Helgát három perc után győztesnek, de a vezető bíró döntetlent ítélt. A folytatásban is az előző menetrend érvényesült kicsit élénkebb Ingával és következett egy újabb hosszabbítás. Inga rendkívül rutinosan tette a dolgát, és színészi tehetségét is bevetette, majd két intés miatt a szétrúgott combú Litván lányt hozták ki győztesnek. Helga megkapta a legtechnikásabb

versenyzőnek járó különdíjat is, és harmadik hellyel tért haza. A versenyen egyedülálló és korszakalkotó metodikát is teszteltünk, amely komoly beruházása egyesületünknek. „Eredménykényszer nélkül utaztunk Svédországba és amiért odautaztunk megkaptuk. Sokat tapasztaltunk ezen a versenyen és sokat lépett előre Helga. A világkupa felkészülésében ez egy jó állomás volt ahol, komoly nemzetközi tapasztalatokat szereztünk...Örülök, hogy ismét hét percet küzdött Ingával, rendkívül hasznos volt...” sensei „

Köszönöm Támogatóinknak a Bi-Ka Logisztika Kft-nek, a Vonnák-Trans Kft-nek, Sas Gábornak, Nagykatá Önkormányzatának a segítséget, és mindenkinek, aki az edzéseken hozzá tudott tenni a felkészülesemhez Osu.”

Tóth Helga



Svédországba elkísért bennünket Dr. Kovács Péter élettani kutató is

BI-KA

Logisztika Kft.

SZÁLLÍTMÁNYOZÁS
RAKTÁROZÁS

KOMPLEX LOGISZTIKAI MEGOLDÁSOK

2011-ben a Magyar Gazdaságért Díjjal is kitüntetett **BI-KA Logisztika Kft.** immár **20 éves szakmai tapasztalattal rendelkezik** belföldi és nemzetközi szállítmányozás, raktározás és vámügyintézés területén. Az egykori kis családi vállalkozásként induló cég napjainkra a régió meghatározó, piacvezető szállítmányozó és logisztikai szolgáltató társaságává fejlődött. **Szolgáltatásaink széles palettájáról választhatnak megbízóink:**



Nemzetközi szállítmányozás: ➔ Több mint 20.000 fuvarfeladat évente ➔ Korszerű járműpark, magasan képzett szállítmányozók ➔ Komplet és részrakományok mellett különleges szállítmányok fuvarozása ➔ Európa egész területén költséghatékony és egyedi igényekre szabott megoldások

Belföldi szállítmányozás: ➔ Országos lefedettségű belföldi raklappos áruterítés, disztribúció ➔ BI-KA Expressz szolgáltatás ➔ Költöztetés rakodók biztosításával ➔ Rakománybiztosítás

Raktárlogisztikai szolgáltatások: ➔ Tárolás fedett és nyitott tárolóterületeken ➔ Kézi és gépi anyagmozgatás, számítógépes készletnyilvántartás ➔ Teljes körű vámügyintézés ➔ Mozdó raktár szolgáltatás ➔ Közvámraktár, ÁFA raktár

További kiemelt szolgáltatásaink: ➔ Szállítmánybiztosítás ➔ Személyes logisztikai szaktanácsadás ➔ Komplex logisztikai projektek megvalósítása

Ismerje meg és vegye igénybe Ön is szolgáltatásainkat!

Elérhetőségeink: **BI-KA Logisztika Kft.** 5000 Szolnok, Városmajor u. 23. ☎ Tel.: 06-56/524-050 ☎ E-mail: info@bi-ka.hu ☎ www.bikalogisztika.hu



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, hétféle edzések, programok, szemináriumok, versenyzési lehetőség, övvizsgák, egyéb szabadidős közösségi programok.

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



Médiatámogatóink:



YAKUZÁK SE KYOKUSHIN

A Jászberényi Yakuzák SE lapja

Készült 500 példányban

Felelős szerkesztő: Agócs Tibor

Fotók: Egyesületi Archivum,

Fekete Tamás, MKKSZ

Támogatóink:



Pillér
Élelmiszer üzletek

