

YAKUZÁK SE KYOKUSHIN KARATE

JÁSZBERÉNY : JÁSZBOLODOVÁZA : ПАБЫКАТА : JÁSZFÉNYSZARU : 2014/2



[www.facebook.com/
jaszberenyi.yakuzakse](https://www.facebook.com/jaszberenyi.yakuzakse)



www.yakuzakse.hu

Megújuló formában...

...jelentjük meg legújabb magazinunkat. Eddig a kronológiát követve adtuk közre beszámolóinkat, mostantól azonban próbáljuk egy újfajta tematizálással segíteni a Kedves Olvasó dolgát.

Rovatokba szedtük mindazt a sok eseményt, amelyek velünk történtek az elmúlt fél évben és így témánként kategorizálva is visszakereshető egy-egy beszámoló a Yakuzák SE Krónikájából.

Első oldalainkat az egyesületi élet legfontosabb történéseinek részletes bemutatására szánjuk, majd a versenyeket idézzük fel – rovaton belül immár időrendben.

S aztán haladunk szépen, sorban, ahogy a mindennapok is telnek: edzésekkel, edzőtáborokkal, szakmai elemzésekkel, háttér munkával, közéleti szerepléseinkkel, tati-mi melletti beszélgetésekkel és minden mással, ami nem „csak” karate.

A nyitásról a sportra, a kultúrára, a párbeszédre és mindenre, ami része az Élet mindhalálíg tartó Iskolájának.

Az „iskolásoknak” ezennel fényképalbumot is nyitunk. Serdülő és gyermek versenyzőinkről októberben készültek professzionális stúdiófotók Majzik Zoltán barátunk műtermében. Szerencsére olyan sokan vannak, akik versenyzői jogosítványuk alapján helyet követelhetnek maguknak ebben az albumban, hogy terjedelmi okok miatt egyetlen lapszámba nem férnek bele mindannyian.

Ezért (egy-két esettől eltekintve, amikor is az esemény, tudósítás témája megkívánja) többnyire Fortuna kegyeire bízunk az éppen bemutatásra kerülő ifjakat.

Aki most kimarad, nem marad le semmiről. A következő újságban velük is találkozhatunk. Mert, ugye, találkozunk jövőre is? Dojban és edzőtermen kívül egyaránt.

Ugye, közös lesz az utunk továbbra is?

Utunk a végtelenbe, és tovább...

Utunk az „Y”-ba. Tartson velünk mindenki!

OSU!

Programjaink 2014. II. félév

Július 1-6. III. SHSZ Nyári Edzőtábor–Balatonföldvár
Július 8-13 Edzőtábor – Nagykáta
Július 13. Jász Világtalálkozó bemutató – Jászapáti
Július 16. Sajtótájékoztató – Jászberény
Július 18-20. Edzőtábor – Hollóstató
Július 21-24. Edzőtábor – Nagykáta
Július 24. Fuji-San dojó edzőtábora – Törökszentmiklós
Július 25-27 Edzőtábor – Balatonföldvár
Július 27. Strandedzés – Jászboldogháza
Július 31 – augusztus 3. Edzőtábor – Balatonföldvár
Augusztus 5-7. Edzőtábor – Nagykáta
Augusztus 6. Diagnosztika, Lili, Milán – Budapest
Augusztus 8-10. Edzőtábor – Balatonföldvár
Augusztus 11-12. Edzőtábor – Nagykáta
Augusztus 13. Vacsora a Mizse Motelben – Jásztelek
Augusztus 14-18. Edzőtábor – Balatonföldvár
Augusztus 18-28. Japán
Augusztus 29-szeptember 5. Edzőtábor – Balatonföldvár
Augusztus 31. VII. Zagyvamenti maraton
Szeptember 6. Oyama Memorial – Veszprém
Szeptember 19. Bemutató – Nagykáta
Szeptember 20. Sysman Open – Cegléd
Szeptember 23. Tornapálya avató – Jászberény
Szeptember 30. Székely Mihály Ált. Isk. Sportnap – Jászberény
Október 2. Összevont edzés – Jászboldogháza
Október 3-5. Edzőtábor – Hegykő
Október 4. Nyílt Szlovák Bajnokság – Nagymegyer
Október 9. Vizsgálat Szántó Zita – Budapest
Október 11. XVI. J&S Speed Kupa – Tarján
Október 11. 19.Branco Bosnjak Memorial – Horvátország
Október 17. Sportnap – Jászberény
Október 17-18. Edzés Balatonföldváron
Október 19. Túra – Tarjánka völgy
Október 22. Dányi Laci a vendégünk

Október 23. Fotózás – Szolnok
Október 23. Összevont edzés – Jászberény
Október 25. MKSZ Utánpótlás MB. – Nyíradony
Október 28. Fotózás II. – Szolnok
Október 29-31. Őszi „bentalvós” edzőtábor – Jászberény
November 5. Szakmai tervezés – Budapest
November 9. Találkozó Mocsai Lajossal – Balatonboglár
November 9. Övvizsga felkészítő edzés – Jászberény
November 12. Látványterv és koncepció bemutató – Jászberény
November 13. Összevont edzés – Nagykáta
November 16. Kertgondozás az új székhelyen – Jászberény
November 16. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
November 19. Övvizsga felkészítő edzés – Jászberény
November 22. MKKSZ Utánpótlás OB. – Gyöngyös
November 23. Övvizsga felkészítő edzés – Jászberény
November 23. Falbontás elkezdődött – Jászberény
November 25. Törpebunyó – Nagykáta
November 27- 30. Litván Utánpótlás Bajnokság – Litvánia, Vilnius, Kedainiai
November 30. Falbontás II. – Jászberény
November 30. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
December 2. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
December 4. Mikulás Ünnepségek – Nagykáta
December 7. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
December 7. Szuper Fight Palásti Kristóf- Budaörs
December 12. Küzdelemoktatás gyerekeknek – Debrecen
December 14. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
December 15. Övvizsga – Jászberény
December 16. Övvizsga felkészítő edzés – Nagykáta
December 16. Sportkórház, Fekete Farkas, Gál Csaba – Budapest
December 17. Övvizsga – Jászberény
December 20. Egyesületi gyűlés és 2014. évvégi rendezvény – Szentmártonkátá

Dr. Szabó Tamás: „Gyerünk, fogjunk hozzá!”

Pályára állt az Y Akadémia

– szeptemberben indulhat az Élet Iskolája

Nem csalódott Jászberény polgármestere. Ahogyan dr. Szabó Tamás fogalmazott: „hatalmas vehemenciával előadott óriási gondolatömeget” kapott Agócs Tibortól és nem is várt mást, amikor meghívást kapott a 2014. november 12-i előadásra. A városvezetők, a szülők és természetesen a tanítványok jelenlétében ezen a délutánon mutatta be sensei Agócs Tibor az Y Ház terveit és a hozzá kapcsolódó, sokrétű, közösségépítő cselekvési programot.

Átéptetés után a Korcsolya utca 5. szám alatti egykori közkonyha lesz a Yakuzák SE új dojo-ja, ami azonban jóval több lesz egyszerű edzőteremnél. Az Y Háza keresztelt mintegy 500 m²-es épületben egy komplex sport, ifjúsági és kulturális koncepció mentén nem csak regionális, hanem országos, vagy akár európai szintű képzési központ létesülhet. Ez lenne az Élet (Jászberényi) Iskolája. Legalábbis Sensei, mint ötletgazda, ezt szeretné elérni. S ehhez – úgy tűnik – megtalálta végre a segítséget minden szinten.

mécsesekkel az épület régi étkezdéjét, hogy legyen világosság (áram ugyanis még nincs a házban, ezért például a kivetítőhöz is a Szent László úti lakótelep egyik közeli lakásából érkezett az áram 60 méteres kábelén). A gyertyafényes fogadáshoz az anyukák liter-szám főzték a teát, valamint kenték a liba- és kolbászsíros kenyereket: az előadások után ez volt a jutalma azoknak, akik kitartottak és végig figyelemmel kísérték az elhangzottakat. A

mécse-romantikát vöröshagyma illat fűszerezte az egyedi állófogadáson, amelyen a beszélgetések témáját természetesen az előző 45 perc előadásai szolgáltatták.

Sensei Agócs Tibor utolsó alkalommal beszélt úgy, mint a Yakuzák SE elnöke. Az Y Ház és Akadémia prezentációja kezdetén ugyanis bejelentette: **dr. Rédei István** személyében új vezetője van az egyesületnek. A CO-OP Star Zrt. elnök-vezérigazgatója Agócs Tibor felkérésére elvállalta, hogy 2017-ig betölti ezt a posztot, ezáltal is kifejezve egyetértését Yakuzák SE megújulásával. Ez a megújulás, pontosabban az új irány, amely felé az egyesület elmozdul, az Y Akadémia létrehozásában ölt testet. Erről szólt a november 12-i prezentáció. A Korcsolya utcai ingatlan birtokba



A Jászság országgyűlési képviselője, Pócs János ugyanúgy vendége volt a Korcsolya utcai Y Háza épülő Y Akadémiáról, mint képzési koncepcióról szóló prezentációnak, mint **Szatmári Antalné** és **Hajnal-Nagy Gábor**, Jászberény alpolgármesterei, és több önkormányzati képviselő, illetve Nagykáta alpolgármestere Tóth István, valamint az ötletben fantáziát látó, lelkes támogatók és szülők.

Utóbbiak már órákkal a délután 5 órai kezdés előtt elkezdtek körberakni tea-

vételével az egyesület sok-sok év hányattatás után végre hozzájut egy olyan épülethez, amely végleges bázisa lehet a Yakuzáknak. Ebből a réges-régen várt lehetőségből szökött szárba az a gondolat, hogy mindaz a szerteágazó sport-szakmai tudás, kapcsolatrendszer, amit Agócs Tibor több évtizedes versenyzői és edzői pályafutása során kiépített, az új generáció számára teremjen gyümölcsöt. **Korunkat jelentős mértékben meghatározza az Y generáció. Azok a fiatalok, akik az információs kor gyermekeiként lettek és lesznek felnőttek. Nekik, általuk, az ő inspirációjuk alapján találtuk ki az Y Akadémiát.**

„Az Y generáció tagjai a mai huszonévesek és fiatal harmincasok, az információs kor gyermekei. Világukban mélyen megváltoztak az érintkezési szokások. A közösségi élményt sokszor az interneten találják meg: közösségi portálokon, blogokon, hálózatszervezésen alapuló játékokban. Nincs könnyű dolguk...” Tari Annamária, pszichológus ezekkel a szavakkal jellemzi azt az új típusú nemzedéket, melynek kialakulásában a technológia száguldo fejlődése játszott rendkívül fontos szerepet. Az Y generáció az 1980 és 1995 között született embereké, őket pedig ma már az 1996 után születettek Z nemzedéke követi. Úgy gondolom, ehhez a Z nemzedékhez az Y generáció tudásával, modern gondolkodásával és együttérzésével vezet az út. Azt szeretném, ha az Y és a Z nálunk még annál is közelebb lenne egymáshoz, mint az ABC-ben – magyarázta az érdeklődő szülőknek az Y Akadémia filozófiáját Agócs Tibor.

„Az Y Házra keresztelt épületben egy komplex sport, ifjúsági és kulturális koncepció mentén nem csak regionális, hanem országos, vagy akár európai szintű képzési központ létesülhet.”



Az „Életnek” azt az „Iskoláját”, ahol napjaink gyermekeit, fiataljait az általános műveltségen és edzettségen túl - annak kiegészítéseként- edzettségre, egészségre, kultúrára, illetve és tudásra nevelhetik Jászberényben. Az új dojo megépülésével párhuzamosan a Yakuzák SE „Y”-ja így egészül ki teljes tartalommal az „Y” Házban beinduló „Y” Akadémiában. Az „Y” így módon épül be az egyesület új arculatába is, feltűnve

az új logóban és valamennyi újabb megjelenésben.

- Látva az oktatás hiányosságait, a fiatalság mai fizikai, kondicionális és mentális állapotát - fogalmazódott meg, hogy az egyszerű testedzésen túlmutató programmal töltsük meg az új székházat. Az Y Ház, mint közösségi tér, a város számára sokrétű szolgáltatást tud majd nyújtani. „Minőségi nevelést szeretnének nyújtani a tanítványok-

nak a sport, az illem, a kultúra és az életmód szervezettségének megjelelésével. Egy olyan „második otthon” szeretnénk adni ebben az épületben a gyerekeknek, ami számukra majdan a siker bázisa lehet. Amit itt megtanulnak, egész életükre tartást jelenthet nekik. Ezen a helyen, ebben a teremben, ahol most állunk, nem csak a fekete övre és egyes bajnokságokra, hanem életük versenyére, az életre is felkészülhetnek majd. Az Életet szeretnénk teljesebbé tenni a felnövekvő generáció számára. Segíteni a szülőknek abban, hogy a nevelés és az egészséges életmód összekapcsolásával a gyereket biztonságban érezhessék egy érték alapú közösségben- mondta el Agócs Tibor az előadás bevezetőjében.”

Nem előzmények nélküli ez a törekvés. A Yakuzák SE-ben, mint kyokushin karate egyesületben az elmúlt évtizedek során százak kaptak máig kitartható municiót az élethez. A tanítványok megtanultak küzdeni, szembenézni a nehézségekkel és nem meghátrálni.

A Yakuzák SE most elért arra a pontra, hogy túl akar lépni a kizárólagosságon. Agócs Tibor azt szeretné, ha a karate tiszta mélységből azok is meríteni tudnának, akik más irányba kötelezték el magukat. A Yakuzák SE immár nem karate egyesület. Az egyesületben ma már mintegy 300-an sportolnak, négy szakosztályban. A karate mellett a Nippon Zengo, a triatlon, a túrázás és a mountain bike is szerepel a Yakuzák SE kínálatában. Ez egészül majd ki a megújuló Korcsolya utcai épületben személyi és funkcionális edzéssel, sportdiagnosztikával és a most pályára állított Y Akadémiával. Ennek lényege: nagyon magas színvonalú oktatás és képzés elsősorban a sport terén, ami már nem „csak” karate. Az Y Akadémia mellett az Y Generációs programjaiban a kultúra és a művészet különböző válfajai is kiemelt szerepet kapnak majd, de foglalkoznak drogprevencióval, életmód tanácsadással, játékokkal - integrálva és mederbe terelve a fiatalok informatikai szenvedélyét. Teret kapnak azok is, akik rajzolni, alkotni szeretnek.

Megújuló arculat az „Y” jegyében

Új logók és megújuló egyesületi honlap kíséri az Y Ház és Y Akadémia létrejöttét. Hónapok óta folyik a munkamodern és dinamizmust tükröző arculat megteremtésén, melyen többen is dolgoznak.

Az egyesület honlapjának, megújuló webes felületének gazdája Fekete Tamás, aki a lehető legmodernebb, legdinamikusabb rendszer kiépítését ígérte a Yakuzák SE honlapjára.

Elmondása szerint olyan reszponzív interaktív blokkrendszerből felépülő webes megoldást fognak alkalmazni, ami ma piacvezető Magyarországon és minden igényt ki tud elégíteni. Ehhez illesztik majd azt a Smart QR bázisra épülő, online és offline anyagokat összekötő rendszert, amely a QARD alapjait is képezi. Referenciaként most csak annyit, hogy erre a rendszerre építi például teljes városi kommunikációját Keszthely városa is, de több hazai

sportszervezetnek is dolgoznak. Például a Nemzeti Kézilabda Akadémia online és offline arculatát is Fekete Tamásék készítik. Az „Y” arculat grafikai munkáit Fejős László és Nagy Viktor végzik. Laci, aki grafikus művészként a Hamza Stúdió alkotócsoportjának tagja, kijelentette: munkájuk során töreksenek a képzőművészet, a sport és a kultúra találkozásának szemléltetésére. Az Y Ház homlokzatára készülő művészi alkotás ezt fogja szimbolizálni, hiszen kiállítások, képzőművészeti programok és kulturális események is lesznek az épületben.

- Művészeti munkánkkal a múltat szeretnénk megőrizni, a jelent bemutatni és a jövőt építeni. Az ingatlannak olyan vizuális értéket kívánunk adni a Hamza Stúdióval, ami a város kulturális értéke is lehet, bekerülhetne az idegenforgalmi kiadványokba és eljutnának ide is a Jászberénybe látogatók.



„Y” akuzák; „Y” generáció; „Y” Ház; „Y” Akadémia - az „Y” úgy teljeseedik ki a Yakuzák SE életében, amiként a kiteljesedés természetes velejárója egy ember felnőtté válásának. Ezért épül az „Y”-ra az egyesület új arculata is. Mindez visszaköszön az új logókban is, amelyek Agócs Tibor ötletei alapján készültek.

A minőséget és a színvonalat igazolja olyan kiváló sportszakemberek részvételi szándéka is, mint Mocsai Lajos (a Testnevelési Egyetem mestertanára, a Nemzeti Kézilabda Akadémia főigazgatója), Mocsai Tamás (válogatott kézilabdázó, a Nemzeti Kézilabda Akadémia manager igazgatója), illetve dr. Dörgő Sándor, az El Paso-i Egyetem professzorának közreműködése.

Dörgő Sándor a képességfejlesztés egyik legelismertebb szakembere, kutatója és előadója. Munkásságát fémjelzi egyebek közt az is, hogy El Paso-ban ő tanítja az USA hadseregének testnevelő tisztjeit. Agócs Tiborhoz ma már nem csak sportbarátság, hanem nagyon személyes, baráti viszony is fűzi. A kiváló professzor úgy gondolja, hogy az Y Akadémiában való részvételével több évtized után ismét közelebb kerülhet hazájához és tenni tud az itt élő fiatalokért. Elhangzott, hogy a jászberényi Y Akadémia közvetítésével akár külföldi tanulmányokra is benevezhetnek majd a legjobban teljesítő tanítványok. Dörgő professzor az USA-ból skype-on kapcsolódott az előadáshoz november 12-én.

– Örömmel veszek részt az Y Akadémia megvalósításában. Ez egy olyan ötlet, ami helyi, regionális és országos szinten is támogatja a magyar ifjúságot azáltal, hogy előre mozdítja a sportot, illetve a sporttanulmányokat. Amennyiben az Y Akadémia a tervek szerint kel életre, úgy hiszem, hogy egy modern, sporttudományos alapokra épülő edzőképzést és edző továbbképzést indít majd be a régióban, illetve akár országos szinten is. Indirekt módon válik majd a magyar ifjúság és sportélet javára, javítja az ország egészségi állapotát, sportsikereket hozhat az országnak, illetőleg a szakemberképzésekkel elősegítheti a sportoló gyerekek és felnőttek tanulmány és munkateljesítményét. Ezt több program és tudományos kutatás is bizonyítja. A magam részéről nem csak, hogy szívesen veszek részt ennek a tervnek a megvalósításában, de azt tudom ígérni, hogy önzetlenül és jó szándéktól vezényelve a szakmai és tudományos tudásom legjavát fogom adni az Y Akadémia programjához és a terv megvalósításához – jelentette ki Dörgő Sándor.

Az Y Ház kialakítása (az egykori konyha átalakítása) novemberben meg is kezdődött. Komoly bontási munkák után új tereket alakítanak ki az épületben. A látványtervet bemutatva minderről **Gattyán István** építész beszélt. Elmondta: Agócs sensei ragaszkodik

ahhoz, hogy egyetlen négyzetméter sem mehet feleslegbe, ahol csak lehet, mindenütt edzőtermet kell kialakítani. Ezzel együtt az átalakítás után közösségi térként is működnie kell a háznak. Lesz egy központi edzőterem, a jelenleginél nagyobb belmagassággal. Külön edzőtermet kapnak a gyerekek, és kialakítanak funkcionális edzőtermet is, például zsákokkal és a street workout felszerelésekhez hasonló beltéri eszközökkel felszerelve.

A férfiak és a hölgyek külön bejáraton jutnak be az udvar felől a számukra kialakított öltözőbe. A szülők, akik elkísérik a gyereket edzésekre, a főbejáraton érkezve, egy közlekedőn át jutnak el a

váróba. Itt egy kis konyha is lesz, ami különösen jó szolgálatot tehet majd bent alvós táborok idején, illetve a vendégek komfortérzetét is emelni fogja. Az Y Házban lesz az egyesület irodája is. Decemberben szeretnék végezni a bontással, hogy tavasszal, mielőtt beáll a jobb idő, elkezdődhesen az edzőtermek és öltözők, zuhanyzók kialakítása. Az átépítés nagy feladat, a tehermentes falak, áthidalók kivitelezése kiváló, precíz és komoly szak és engedély köteles munkát igényel.

Az Y Ház átadását 2015 szeptemberére, a Yakuzák SE fennállásának 25. évfordulójára tervezik. Addig még nagyon sok munka van hátra és szükség

„Ezen a helyen, ebben a teremben, ahol most állunk, nem csak a fekete övre és egyes bajnokságokra, hanem életük versenyére, az életre is felkészülhetnek majd tanítványaink. Az Életet szeretnénk teljesebbé tenni a felnövekvő generáció számára.”

Az Y Ház látványterve és alaprajza



Gyerek dojo



Központi dojo



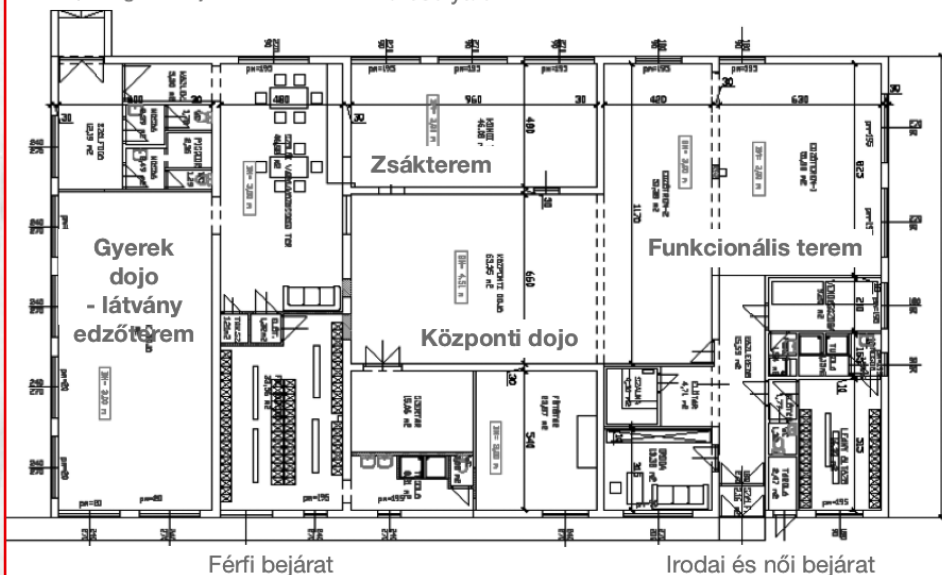
Szülői váró és közösségi tér



Funkcionális terem

Szülői, látogatói bejárat

Korcsolya u.



Hatékonyság, céltudatosság

– szervezeti változások a tökéletes megújulásért

Miután dr. Rédei István igent mondott a megkeresésre, és 2017-ig elvállalta a Yakuzák SE elnöki tisztségét, sensei Agócs Tibor immár szakmai elnökhelyettesként dolgozik tovább az egyesületért, a tanítványokért. Más változások is történtek/történnek.

A Yakuzák SE-n belül mind a pénzügyi, mind a humán feltételeket az utánpótlás nevelés, egészségmegőrzés és a gyerekek legmagasabb szintű képzése érdekében igyekszünk biztosítani. Ennek rendeltük alá az egyesület működését. Több szülő is segítségünkre lesz. Dr. Crespo Zsuzsanna például pályázatokkal foglalkozik, Virág Imre segít a szervezetfejlesztésben. A tanítványok közül Szabó Zsófia intézi az adminisztrációt. Ez nem jelenti azt, hogy nem versenyez tovább! Sőt! 2017-re akár Világkupa győztes is lehet, erre készülünk. Új edzőkre is szükségünk lesz. Szegedi Gábor, Fülöp Roland, Trabach Sándor ez irányú képzése is a közeli tervek között szerepel. A legmagasabb szintű és legmodernebb sportszakmai tudás megszerzése érdekében pedig dr. Dörgő Sándor instrukcióit is átadhatom majd a tanítványoknak a képességfejlesztés terén. A legjobbak és legszorgalmasabbak előtt meg szeretnénk nyitni a külföldi továbbtanulást (USA, Dánia) lehetőségét is – mondta Agócs sensei a minden részletre kiterjedő november 12-i előadáson.



Móczó Márk és Kun Pistike
a jövő nemzedéke

van mindenfajta segítségre. Van már olyan építési vállalkozás, amely támogató jelleggel áll az ügy mellé, részt vesz a közös gondolkodásban. A tanítványok és a szülőktől már eddig is sok munkát végeztek, vannak anyagi felajánlások is, de a jó tettekből soha nem lehet elég. Agócs sensei nagyon bízik abban, hogy mindenki kitart a közös elhatározás mellett és folyamatos marad a támogatás. Ebben a hitében megerősítette őt dr. Szabó Tamás, jászberényi polgármester és Pócs János, a Járszág országgyűlési képviselője is. Mindketten az elismerés hangján szóltak hozzá. Pócs János azt mondta, hogy számára iskolapélda, ami itt történik.

– Három gyermek szerencsés édesapja vagyok, akiknek a sikereihez nem csak a szülői szeretet és a tanári nevelés kellett, hanem az is hogy hosszú éveken keresztül sportoltak, karatéztek. Megtanultak küzdeni és kitartani. Az élet is arra tanít mindenkit, hogy aki küzd, veszíthet, de aki nem küzd, az már eleve veszített. Ezért örülök az itt megjelenő „Élet Iskolájának”. Köszönöm, hogy megismerhettem a programot és természetesen minden adandó alkalommal, lehetőségben támogat-

ni fogom a megvalósulását, hiszen ez egy valódi nemzetépítés. Ha mindenki ilyen szeretettel és szenvedéllyel tenné a dolgát, mint amit itt tapasztalok, sikeresebb lenne minden ember, minden család és az ország! – jelentette ki az országgyűlési képviselő.

Dr. Szabó Tamás szerint az Y Ház és Akadémia koncepciójában megjelenő közösségépítő és közösségformáló elemek teljes mértékben a város közösségének fejlődését és javát szolgálják és ezt a város vezetésének figyelembe kell vennie. A koncepcióban határozottan megjelennek azok a feladatok, amelyeket az egyesületnek, a támogatóknak és más közreműködőknek, illetve az önkormányzatnak kell elvégeznie.

– Megnyugtató, hogy az épületnek jó gazdája van, és az is világosan látszik, hogy milyen feladat, munka és támogatói jelenlét hárul az önkormányzatra a teljes megvalósulás érdekében. Nagyon remélem, hogy ezt a részfeladatot a lehetőségeinkhez mérten el tudjuk majd végezni. Hajrá! Fogjunk hozzá! – ezekkel a szavakkal biztatott mindenkit további közös cselekvésre Jászberény polgármestere a november 12-i prezentáció végén, amellyel a remények szerint „pályára állt” az Y Ház.

Köszönet Borics Zsoltnak a technikai lebonyolításban nyújtott segítségével, és Szabó Zsófiának a prezentáció összeállításában és az előkészületekben nyújtott segítségével, köszönet Majzik Zoltánnak a grafikai munkák gyors és lelkiismeretes elkészítéséért.



Rena, Brigi és Anita készíti
a zsíros kenyereket

Nem előzmények nélküli...

Nem előzmények nélküli, hanem óriási szervezőmunka előzte meg az Y Ház és Y Akadémia terveinek létrejöttét és az alapok megteremtését. Az egyik legfontosabb mérföldkő a 2014. július 16-i szülői értekezlet és sajtótájékoztató volt a jászberényi Szikra Galériában. Az eseményen ott az egyesület aprajánagyja, szülők, nagyszülők, karatésok. Több, mint százan, hogy személyes jelenlétünkkel is mutassák a Yakuzák SE támogatottságát.

A sajtótájékoztatót dr. Szabó Tamás, Jászberény polgármestere tartotta. A képviselő-testületből ott volt még Juhász Dániel, Szatmári Antalné, Hajnal-Nagy Gábor, Nagy András, valamint Bátonyi Attila aljegyző és Keresztesi János, bizottsági tag is. A szervezők nagy öröme dr. Rédei István, a CO-OP Star vezérigazgatója is ellátogatott erre a kiemelt fontosságú eseményre,

illetve több régi támogatónk mellett újabbak is eljöttek. A félévértékelő beszéd után Agócs Tibor átadta azt az ezer aláírást, amelyet a Yakuzák SE tagjai és szimpatizánsai gyűjtöttek az elmúlt időben az egyesület méltóbb támogatása ügyében.

Dr. Szabó Tamás beszédében elmondta, hogy elismeri az egyesület munkáját és megnyugtató módon szeretné rendezni a közösség jövőjét. Ekkor jelentette be, hogy a Korcsolya úton lévő



ipari konyhát és étkezdét átadják az egyesületnek végleges székhely használatra. A polgármester bejelentését taps fogadta. Elhangzott az is, hogy a jövőben nagy sportegyesületként, kiemelten fogja támogatni az önkormányzat a Yakuzák SE-t és megfogalmazódtak az együttműködés további lehetséges területei is.

A július 16-i összejövetelt színesítette Fejős László grafikus művész karatével kapcsolatos festményeinek kiállítása és a „Robbanáspont” című, (Youtube-on látható), közel félórás riportfilm bemutatója, amely a Yakuzák SE aktuális törekvéseiről, célkitűzéseiről szól. A program a meghívott vendégek vacsorájával zárult, ahol kötetlen beszélgetés zajlott.

Dr. Rédei István a Yakuzák SE új elnöke

A Yakuzák SE-t több mint egy évtizede támogató CO-OP Star Zrt. elnök-vezérigazgatója, dr. Rédei István Agócs Tibor felkérésére elvállalta az egyesület elnöki tisztségét. Dr. Rédei István 2017-ig vállalkozott a feladatra ami nem más, mint az egyesület szakmai értékeinek képviselete és a megfogalmazott célok méltó megjelenítése. Elmondta, több évtizede figyelemmel kíséri a Yakuzák SE tevékenységét, illetve Agócs Tibor szervező, sportépítő, sportszakmai és közösségépítő munkáját.

– Azt gondolom, hogy ez a munka, amivel Tibor a sportág és a közösség felemelkedése érdekében végzett és végez, rendkívül kiemelkedő. Városi szinten ez egy olyan pozitív folyamat, amihez az ember szívesen csatlakozik, illetve ad hozzá segítséget. Példaértékű Jászberény városában az a fajta szisztematikus építkezés, az a fajta gondolkodás, amit ebben a sportágban a sportvezetés és a sportolók képviselnek. Ezért szívesen tettem eleget a felkérésnek és szívesen elvállaltam a tisztséget.



dr. Rédei István, egyesületünk új elnöke

A következők sem maradnak el – van munka bőven!

Kertrendezés és bontás az új dojóban

Meg is kell becsülni azt, ami a mienk! – alig pár nappal a nagy bemutató után (lásd cikkünket a 3. oldalon) ezzel a jelzővel már folytatódott is az Y projekt novemberben. Az új székház iránti megbecsülést ezúttal környezetrendezéssel fejezte ki a Yakuzák SE közössége.



„November 16-án, a meghirdetett módon, pontosan 9 órakor közel negyvenen fogtunk neki az első közös munkának leendő székhelyünkön. Kertrendezés, favágás és sok ház körüli munka volt. A munkát Nemes Józsi kertész szakember már pénteken elkezdte, így már lekaszált fű várt bennünket. Hatalmas munka volt a lakótelep felőli kerítés megtisztítása és a Korcsolya úti utcafront rendbetétele. Itt 10-15 ember dolgozott erőteljes tempóban, hogy délre végezni tudjunk. A belső kert és udvar szintén lekötött több felnőttet és gyereket. Egy teherautó, egy utánfutó, 4 láncfűrész, favágó, dolgozott egyszerre. Elképesztő mennyiségű zöld hulladék keletkezett, melynek az elszállítása még nagy kérdés számunkra.” Ezekkel a mondatokkal kezdődött a kertrendezésről szóló beszámoló a yakuzakse.hu-n, miután az



egyesület apraja-nagyja felvonult a nagy munkára.

Elsősorban a ritkítás és a favágás volt a feladat, de hamarosan meg kell tervezni a kertet is. Ezt a munkát Gál Barina anyukája, Györgyi vállalta, hiszen ő ebben szakember. Az utcafront rendbetétele különösen fontos volt, ugyanis a téglahomlokzat különleges mozaikszerű művészi alkotást kap a téglák egyenkénti megfestésével, ezért ennek egészben kell látszódnia. Hasonlóan rendbe kell tenni a Szent László utca elburjánzott fáit is, hiszen a gyerekek dojoja „látvány edzőteremként” fog működni, tehát szükséges az ez oldali rálátás is.

A kertrendezés „első felvonásához” Móczó anyuka (Heni) főzött forró teát, Szántó Zita szüleitől pedig a Sancho pékség felajánlása érkezett be, így ezúttal is az ő általuk készített finom péksüteményeket és falusi kenyereket ettek a dolgozók.

Hat nappal később, november 23-án a belső bontásnak is „nekiugrottak” néhányan. Fekete Farkas Mór és sensei elkezdték a dojo belső bontásait. Három falat tüntettek el, ezáltal több he-

lyiséget is összesenítve a tervezett funkcionális terem helyén. A kertrendezés és a bontások ezt követően is folytatódtak. November 30-án például Treba Antal vezetésével (Sensei és több versenyző ez idő alatt Litvániában voltak) a törmelékeket is kihordták a szorgos, erős kezek (és talicskák).

A bontási munkák során nagy előrelépés, ha két teherhordó fal kiváltása után elkezdődhetnek a villanszerelési, fűtőkorszerűsítési, vízszelvényi illetve egyéb szakmunkák (riasztó, WIFI, hangosítás kábeleinek behúzása és szerelése stb.). Közben tovább folyik a pénzügyi tervezés, a folyamatkommunikáció az önkormányzattal. Remélhetőleg márciusra szerkezet kész lesz az Y Ház, ehhez azonban közel 70-100 tonna törmelékkel kell megmozgatni.





Dream Cup – a megvalósult „Álom”

Álomszerűen szép napokat töltöttek Japánban a Yakuzák SE kiemelkedő versenyzői. A hasznost kötötték össze a kellemessel, hiszen a versenyt, amire kiutaztak, kiváló eredménnyel hozták, ugyanakkor –és nem utolsósorban – élmények tucatjaival gazdagodtak. Az év egyik legkiemelkedőbb eseménye volt az augusztusi japán turné, amelyre hosszú hónapok kemény, izzadságos munkájával készült minden érintett. S ezek az érintettek nem „csak” a versenyzők és edzőjük voltak. Az, hogy Mező Lili, Palásti Kristóf és Fekete Farkas Mór tulajdonképpen Magyarországot is képviselhették a Távol-Keleten, valamennyi egyesületi tag és hozzátartozó, illetve a támogatók és szimpatizánsok összefogásának eredménye.

Mező Lili harmadik helyen végzett a 2014.évi Dream Cup-on, Palásti Kristóf és Fekete Farkas pedig beverekedte magát a legjobb nyolc közé.

Óriási siker!

A japán precizitással megszervezett nemzetközi viadalon 1800 ifjú versenyző lépett tatamira. A magyarok közül Fekete Farkas kezdte a versenyt, augusztus 23-án. Bemutatkozása erőteljes volt. Harcos agresszív küzdelmet mutatott japán ellenfelével szemben és térd rúgással wazarit is szerzett rövid időn belül, fejen. A küzdelem ezután nagyon egyoldalú volt, majd egy erős sorozat után Farkas ipponra váltotta a wazarit. Második küzdelme hasonlóan indult, de megintették, mert kartámasztással indított térd rúgást. Sajnos ezt másodszor is megcsinálta. Így a második intés, azaz a genten után a szabályok szerint nem győzhetett, pedig végig dominált és egy fejrúgása talált is erőteljesen. Fekete Farkas a legjobb nyolcban fejezte be a küzdelmeket. Kristóf első (szintén japán) ellenfelét könnyen verte wazarival (térd fejrúgás). Második ellenfele 105 ki-



Palásti Kristóf

Születési év: 2000.

Karatézik: 2006 óta

Övfokozat: 8. kyu

Kiemelt eredmények:

Sokszoros Magyar bajnok
Sokszoros Diákolimpia győztes
Többszörös Európa Kupa győztes
Országos versenyek sokszoros győztese
Ázsia Bajnokság 2. hely
Dream Cup - a legjobb 8 között
Számítalan különdíj birtokosa
2 évvel idősebbek között is bajnok

Célja:

„Szeretném, hogy a karate olimpiai sportág legyen és majd ott szeretném képviselni Magyarországot!”

Tanulmányi átlag: 4



logramm volt, azaz 35 kilóval volt nehezebb Kristófnál. Ennek ellenére végig Palásti dominált és megtartva az ellenfelét, aki dulakodva küzdött, komoly hajrában sokszorosát ütötte ellenfelére. Két piros zászlót is kapott, de a vezető bíró ilyen súlykülönbség ellenére és technikai fölény után is döntetlent mutatott. A folytatásban ismétlődött az előző menet, de alacsonyabb hőfokon. Sajnos Kristóf egyszer véletlenül fejbe ütötte a folyamatosan toló - dulakodó ellenfelet, akit végül kihoztak győztesnek. Azt ugyan a mai napig sem tudni, hogy milyen elv, illetve szabály alapján hozták meg döntésüket a bírók, ítéletük azonban természetesen végleges, így Palásti Kristóf a nyolcban maradt.

Mező Lili jól kezdte a küzdelmeit. Első ellenfelén térd rúgással gyorsan wazarit szerzett, s ezek után a japán épp, hogy kibírta a menetet. Lili erős ütéseitől végig nagyon hajlott a hazai lány. Mező második japán ellenfele egy hosszabbítást bírt ki. Őt egy erős hajrával és közbeillesztett fejrúgással - wazarival verte a mi Lilink.

A döntőbe jutásért vívott mérkőzésen Lili erősen összeverte japán ellenfelét, akinek azonban egy fejrúgására pontot adtak a bírók. Ezek után azonban már

szűkösebben mérték kegyüket a bírók, s így Lili -bár többször visszaadta a fejrúgást és jól összeverte a lányt- már nem kapott wazarit. Ezzel az eredménnyel Mező Lili megszerezte a 2014. évi Dream Cup bronzérmét!

Sensei Agócs Tibor:

„Nagyot álmotunk, amikor elkezdünk a felkészülést az idei Dream Cup-ra. Az elmúlt egy évben ez a kiemelt projekt szötte át a hétköznapijainkat és adott motivációt nem csak a versenyre utazóknak, hanem az egész egyesületnek is. Versenyzőink közel 30 edzőtáborban vettek részt hosszabb-rövidebb időre, és felkészítő tornákon küzdöttek Litvániában, Kazahsztánban, Ausztriában és természetesen a hazai versenyeken. Az eltervezett egy év fárasztó és hosszú programsorozatát, illetve a Japánba eltervezett szakmai és szabadidős programokat hiánytalanul, sikeresen végrehajtottuk!

Mező Lili 3. helye és a két fiú 5-8. helyezése közös összefogásunk eredménye. Versenyzőink és a magam nevében köszönjük a támogatást Jászberény Város Önkormányzatának, Nagykáta Város Önkormányzatának, Shiha Karmazin Györgynek és a BI-KA Logisztika Kft-

nek, Horváth Attilának, Bodócs Lászlónak, Lendvai Zoltánnak és Fazekas Istvánnak, Nagy Sándornak és Tóth Tihamérnek, Dr. Kovács Péternek és csapatának, a Csizmadia Kft-nek, Arizona Steak House-Szántai Attilának, a Kozári Gumi Kft-nek, Bíró Zsoltnak és több névtelen támogatóknak az anyagi segítségért. Köszönet minden jó szóért, gesztusért és a felkészítésben segédkező tanítványoknak, szülőknek! Külön köszönet a versenyzők szüleinek, Balázs Eszternek, Danka Józsefnek, Szalka Évának, Palásti Csabának, Feketéné Széll Tündének, Fekete Tamásnak, hogy támogatták és segítették a hosszú felkészülésben gyermeküket. Nagyon reméljük, hogy támogatóink meglepedéssel és örömmel nyugtázzák munkánkat, és visszakapják azokat a gesztusokat emberi és érzelmi oldalon, melyeket önzetlenül nyújtanak felénk. További munkámmal, munkánkkal szeretnénk bizonyítani minden segítő számára.

Folytassuk a közösen megkezdett utat és tegyünk meg mindent a gyerekekért és közvetlen környezetünk felemeléséért. Kiváló lehetőségünk lesz erre, hiszen egyesületünk végleges székhelyét ki kell alakítanunk, ami hasonlóan nagy kihívást jelent számunkra.”



Mező Lili

Születési év: 2000.

Karatézik: 2006 óta

Övfokozat: 6. kyu

Kiemelt eredmények:

Sokszoros Magyar Bajnok

Sokszoros Diákolimpia győztes

Többszörös Európa Kupa győztes

Országos versenyek sokszoros győztese

Ázsia Bajnokság 1. hely

Litván Utánpótlás Bajnokság 2. hely (2x)

Dream Cup 3. hely

Számtalan különdíj birtokosa

2 évvel idősebbek között is bajnok

Célja:

„Szeretnék felnőttben is versenyezni, több Eb-re kijutni és jól szerepelni. Szeretnék világbajnok lenni.”

Tanulmányi átlag: 4,8

Mező Lili:

„Nem csalódtam sokat, a kép, ami a fejemben volt Japánról, szinte teljesen megegyezett a valósággal. Robi szeszinek köszönhetően rengeteg híres épületet, helyi jellegzetességet láttunk, tapasztaltunk. Az utak nagyon zsúfoltak, rengetegen közlekednek egyszerre. Az embereket a robotokhoz tudnám hasonlítani, nagyon erős szabályok szerint élnek a mindennapjaikat.

Voltunk Sosai sírjánál is, nagyon nagy élmény!

A verseny nagyon tudatosan meg volt tervezve, minden az előre kiírt időpontban valósult meg. A szabályrendszer teljesen más, mint Magyarországon. Már a 7 éves gyerekek is KO rendszerben küzdenek. Nagyon jó érzés volt látni, hogy ezekben a gyerekekben mekkora hit és akarat van. Szerintem a bírók nagyon a japánok mellett álltak, de ez érthető.

Egyébként a japán versenyzők, köztük a mi ellenfeleink is, nagyon agresszíven és akaratosan küzdöttek. Tolakodtak, lökdöstek, és ami nagyon fontos nem adták fel. Számomra nagyon hasznos volt ez a tíz nap. Rengeteget tanultam, megismertem egy másik kultúrát, más ízeket, más szokásokat. Én úgy gondolom, hogy a verseny is jól sikerült. Nagyon jól éreztem magam. Köszönöm! Osu! Lili”

Részletek az útinaplóból

Augusztus 19-én érkeztünk meg 25 óra utazás után, japán idő szerint hajnali 2-kor. Az utazást a vártnál jobban bírta mindenki. Reggel Tokióban ébredünk!

Az **1. nap** igazán mozgalmasra sikeredett. Az ilyenkor szokásos dolgokkal kezdtünk, mint pl.: térképek, útvonaltervezés, Passmo (gyorsvasút bérlet). Első utunk a közeli Japán Kard Múzeumba vezetett. Mindannyiunkat elbűvölt a japán kard tökéletessége... Utána a Meiji-jingu Shrine templomot néztük meg egy gyönyörű parkban. Hatalmas shinto kapuk vezettek a templomhoz. Igazi keleti hangulatot és egyben szimbolikus megtisztulást kaptunk, amikor belépés előtt lemostuk az út porát a hűvös vízzel... Ebéd után megnéztük a verseny helyszínét is, épp asztalitenisz viadal volt a csarnokban. Természetesen Kristóf színesítette a napunkat. Már kétszer elveszítette a telefonját, ami szerencsére még meglett, és elveszítette kétszer a Passmo bérletét is, ami másodjára sikeres volt és nem lett meg! Kristóf szerint nem ő a hibás, mert más is elveszítheti a bérletét. No comment... Este kocogtunk egyet és megnéztük a panorámát az 54.(!) emeletről... Tradicionális japán étteremben vacsoráztunk.



Sosai sírjánál.

A **3. nap** később keltünk, felturbóztuk a reggelit, majd közös megbeszélés volt a versennyel kapcsolatban a hihetetlenül kicsi hotel szobájában. Azután indultunk Norichika Tsukamoto dojójába edzeni. A világbajnok szívélyesen fogadott minket, és jó edzést tartott. Küzdöttek vele a mi gyerekeink is! Fantasztikus volt látni a világbajnokkal együtt mozogni Lilit, Kristófot, Farkast... Hihetetlen helyen vacsoráztunk Shinjukuban, egy igazi tokiói japán étteremben. Abban az értelemben igazi, ahol és ahogy ettünk! Szombaton még nem küzdenek a mieink. Kata verseny lesz. Persze, azért már mi is ott leszünk reggel, időben. Sok biztató levelet és jó szót kaptunk otthonról. Jó érezni, hogy velünk vagytok!... Eddig sikerült elterelni a gyerekek figyelmét Japánnal, de ma már érezhető volt az egészséges izgalom!



Tradicionális japán kard.

A **2. nap** reggel a tokiói halpiacra mentünk Tsukiji-ba. Nagy látvány volt a több millió ember hal igényét kielégítő kikötő piaca. Volt itt minden, hihetetlen kavalkád és sürgés-forgás. Ezután egy templom hűvösében pihentünk egy kicsit. Az utcán közel 40 °C és hatalmas páratartalom... Ezen a napon mentünk el Ikebukuro-ra, megnézni a régi Honbut, ahol sosai Oyama mester tanított. Ahol minden kezdődött... Ebéd után indultunk sosai Oyama sírjához. Gogoku-ji-ban, a temetőben egy szép templomban pihentünk meg, közel sosaihoz. Megható és egyben felemelő érzés meglátogatni a mestert. „Sosai ni rei!” - itt más tartalommal bír...Helyi idő szerint 16:30-tól edzettünk, majd pihenés, mosás, este pedig futás után felhőkarcoló vadászatra mentünk.. Közben megérkezett a WKO. irodától az információs csomag a rajtszámokkal!



A **4. nap** a verseny.

Az **5. nap** elutaztunk Odawarára, ahol kis pihenő után az ottani várkastélyt néztük meg. Tanigawa mester sensei Agócs Tibi régi jó barátja ezen a környéken lakik, ezért is jöttünk ide. A várkastély impozáns épületénél igazi szamuráj csaták zajlottak régen. Innen az utunk az óceánpartra vezetett. Jót fürdöttünk és pihentünk. Ezután egy igazi japán fürdőben voltunk. Az estét japán vacsorával zártuk.



A versenyzőket sensei és Szentiványi Tamás kísérte el a Távol-Keletre.

A **6. nap** Japánban: reggel a Csendes-óceán partján futottunk, majd fürdöttünk és úsztunk is...Utána találkoztunk Kou Tanigawa mesterrel, a délelőttöt együtt töltöttük és megbeszéltük a jövő dolgait. 12:08 kor indult a shinkanzen Oszakába. A hotel jó! Este körbejártuk a kastély külső falait, láttunk egy igazi kendo és judo dojót a kastély kertjében, egy elképesztően misztikus helyen. Azután a felhőkarcolókat néztük meg, és ismét panorámaztunk.

A **7. nap** Japánban: reggel körbe futottuk a várat, majd megnéztük a kastélyt.. Csodálatos kilátás nyílt Oszakára. A délelőtti kulturális program után elutaztunk Oszakakóba a Kaiyukan akváriumhoz. Mesés szép világ, melyet a természet alkotott és az ember keretezett. Ezután felültünk a világ legnagyobb óriáskerekére! Gyönyörű kilátás nyílt az osakai metropoliszra, a kikötőre és környékére. Innen Umedába utaztunk, ahol pláza-pláza hátán van. Itt kettéváltunk, Kristófot és Farkast beszipantotta az osakai pláza komplexum. Ma este mexikói étteremben vacsorázunk. Holnap este indulunk haza...



Szabó Liza

Születési év: 2002.

Karatézik: 2012 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

Speed Kupa Tarján

2013. tavasz 1. hely

2013. ősz 3. hely

2014. tavasz 3. hely

2014. ősz 1. hely

Nyíradony MB 2014. 3. hely

Diákolimpia 2013/14. 1. hely

Slovakian Open 2013. 3. hely,

Tanulmányi átlag: 4,5

Szabó Zsófi világkupa ezüstérmes

Európa, Ázsia, Oroszország, Afrika, Japán régióiból 13 ország több mint 70 válogatott versenyzője csapott össze a veszprémi kézilabda szentélyben 2014. szeptember 6-án. Szabó Zsófi második lett könnyűsúlyban, a zsűfolásig telt Veszprém Arénában. Az egyik legnépesebb szurkolótábor ismét a Yakuzák SE volt.

A WKO Shinkyokushin és a Magyar Kyokushin Karate Szervezet a Kálóczi Branch szervezésében dr. Zsuga János támogatásával jött létre a nagyszabású esemény. A versenyzőknek a siófoki Európa Hotel impozáns környezetben adott otthont, balatoni panoráma kilátással. Innen 30 perces buszozással jutott el az összes versenyző, bírók, vezetők Veszprémbe. Szabó Zsófia Európa válogatottként lépett tatamira, az Eb utáni rövid pihenőt követően, két hónapos felkészülés után. A két hónap alatt 8 edzőtáborban, heti 10 edzéssel és az utolsó héten kiemelt figyelemmel készült Gál Csabával együtt az I. Full Contact Világkupára. (A WKO elnöke Shihan Kenji Midori egy egységes, full-contact karatét szeretne az olimpiára bejuttatni, ezért sokan lépnek be a full-contact zászlaja alá.)

Gál Csaba, aki nyár eleje óta edz a Yakuzák SE csapatában, motiváltan kezdte a sort lengyel ellenfelével szemben. Az első két percben fölényt mutatott és győztesen hagyta el a tatamit. Második, japán ellenfelével jól vette fel a harcot, de agilisabb ellenfele eredményesebb volt, így Csaba a legjobb 8-ban fejezte be a versenyt.

Zsófi első ellenfele Oroszországból érkezett. A mérkőzés tulajdonképpen már a bemelegítés során eldőlt, hiszen Zsófi mentálisan már itt ellenfele fölé kerekedett. A mérkőzés sem zajlott másképp, végig fölényben volt Zsófi, és kemény testre mért sorozatokkal és belső comb Rúgásaival megtörte ellenfelét. Forduló Rúgással sikerült eltalálnia fejen is az orosz bajnokot, de a véghajtásban frekvenciában és mentálisan is magabiztosan hozta a mérkőzést. Második,





lengyel ellenfele termetre magasabb és valószínű súlyra is jelentősen több volt Zsófinál az előző napi mérlegelés óta. Zsófi azonban nem ijedt meg nagyobb riválisától és az aréna hangos ujjongása közepette kemény, 6 perces küzdelemben látványosan felülmúlta ellenfelét.

A döntőben japán lány várta Zsófit, aki a küzdelem elején fölényben volt. Az első fél percben azonban sajnos izomszakadást szenvedett, és ekkor a küzdelem képe nagyon megválto-

zott. Érthető, hogy Zsófi ilyen komoly sérüléssel nem tudta megszerezni a bajnoki címet, és megérdemelten hozták ki a japán lányt győztesnek. Zsófi mozogni is alig tudott, amikor Kenji Midori shihan kezét fogott vele a döntő után.

A 7 súlycsoportból egyébként három magyar versenyzőnek sikerült döntőbe verekednie magát. Szabó Zsófi mellett Rózsa Gábor és Szepesi Csenge jutott a fináléba.



Kerekes Réka

Születési év: 2001.

Karatézik: 2009 óta

Övfokozat: 8. kyu

Kiemelt eredmények:

- 2013. Diákolimpia 1. hely
- 2013. Európa Kupa Szlovákia 1. hely
- 2014. Magyar bajnokság 1. hely
- 2014. Diákolimpia 2. hely
- 2014. Tarján 1. hely
- 2014. Magyar bajnokság 2. hely

Célja:

„A versenyzést amíg csak tudom folytatni, elérni a fekete övet.”

Tanulmányi átlag: 5

Sysman Open – Cegléd

Indi harca



Cegléden a Sysman Open ifjúsági, junior és U22-es korcsoportokban szólította tatamira a versenyzőket 2014. szeptember 20-án. A Yakuzák SE-t Szegedi Gábor képviselte az U22-es kategóriában. Gábor az elmúlt időszakban erőfejlesztésbe fogott és sajnos ez nagyon meglátszott a küzdelmén. Sajnos minden küzdelmében kikapott, hiszen körmérkőzésben küzdött. A verseny egyetlen pozitívuma, hogy gyakorolni tudott, és egy-egy elem kivehető, használható a további felkészülésekben.

Hajrá Indi! Ne add fel!



Nyílt Szlovák Bajnokság

A felkiáltójelek bajnoksága

A Szlovák Bajnokságon nyolc versenyzőt indított a Yakuzák SE. Eközben a csapat másik fele Hegykőn táborozott.

Simon Orsi vezette a versenyzőket küzdelemre október 4-én. Mező Lili két súlycsoportban indult (egy korcsoporttal feljebb!) és megnyerte mindkettőt (!) Palásti Kristóf szintén első lett egy korcsoporttal feljebb (!), Kerekes Réka bronzsal, Kövér Janika aranyérmel tért haza! Azok, akik nem jutottak el a dobogóig, abban reménykedhettek, hogy Tarjánban majd tudnak javítani. (Köszönet Kóber Lacinak, Danka Józsinak, Trabach Sanyinak, Cserepes Ákosnak a segítségért!)





XIV. J&S Speed Kupa országos verseny

Miközben a felnőttek Horvátországban küzdöttek egy erős mezőnyben, addig a gyerekek és az egész csapat ugyanezt tette hazai terepen, a Dunántúlon. Tarjánban, a XIV. J&S Speed Kupa elnevezésű országos versenyen a „kicsik” 6 aranyat, 2 ezüstöt és 4 bronzérmet szereztek október 11-én. Palásti Kristóf lett a legtechnikásabb versenyző. Ugyancsak Tarjánhoz kötődő szép emlék, hogy itt vehettük át a 2014. évi tavaszi verseny legeredményesebb csapatának járó különdíjat. Tavasszal a tavalyi őszt vettük át. Jövő tavasszal ismét kapunk egy kupát!

Eredmények:

- I. hely:** Szajka Bendegúz,
Csibra Barnabás,
Palásti Kristóf,
Kerekes Réka,
Szabó Liza, Kövér János
- II. hely:** Treba Kíra, Muhari Márk
- III. hely:** Gál Barnabás, Móczó Milán,
Kun István, Hegedűs Marcell



Lendvai László Erik

Születési év: 2002.
Karatézik: 2009 óta
Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2014. Diákolimpia selejtező 1. hely
2014. MKKSZ Magyar Bajnokság 1. hely

Célja:

A jövőben szeretnék felkészüléssel magasabb szintű versenyeken részt venni és eredményesen szerepelni. Az eredmények mellett fontosnak tartom, hogy a személyiségem is jó irányba változzon.

Tanulmányi átlag: 4,5



19. Branko Bosnjak Nemzetközi Nyílt Bajnokság

Zsófi első, Gál Csaba második!

A horvátországi 19. Branko Bosnjak Nemzetközi Nyílt Bajnokság ezúttal erős mezőnnyel indult 2014. október 11-én. Több súlycsoportban rendkívül erős küzdelmek alakulhattak ki, hiszen mindenhol volt legalább egy-egy olyan versenyző, aki letette a névjegyét korábban valamelyik Európa bajnokságon is. A Yakuzák SE három versenyzőt utaztatott ki Zágrábba.

A küzdelmeket Szegedi Gábor kezdte, aki egy svéd fiúval mérkőzött. A volt junior Európa bajnok kemény ellenfélnek bizonyult, és 3 percben legyőzte Indit, aki sokkal jobb képet mutatott a ceglédi versenyhez képest. Nemzetközi versenyeken viszont még tapasztalatokat kell gyűjtenie.

Szabó Zsófia, aki felkészülése alatt végig egy komoly vállsérüléssel küszködött, ráadásul az Oyama Memorial után két hetet kihagyott az izomszakadás miatt, elsőként egy ismeretlen ellenfelet kapott. A bolgár lány erős küzdőnek és veszélyesnek bizonyult, hiszen meglepően szaltós rúgással is próbálko-



zott. Ennek ellenére Zsófi a 7. percben már egyértelműen jobbnak bizonyult. Következő ellenfele egy ugyancsak ismeretlen román lány volt, aki rendkívül

vehemensen indította el a küzdelmet, de Zsófi technikailag leiskolázta és fejrúgással (ushiro mawashival) wazarit szerzett, illetve az egész küzdelemben magasan felette volt mind technikailag, mind mentálisan. Zsófi a döntőben a litván Diana Maciute-vel került össze, akivel már nagyon sok sérüléssel és komoly fájdalmakkal küszködve küzdött végig a teljes 9 percet. Igazi nemzetközi szintű küzdelem zajlott a tatamin. Zsófi végül az utolsó 40 mp-ben tudta felülmúlni litván ellenfelét és ezzel másodszor lett horvát bajnok. Ezzel a versennyel Zsófi befejezte a 2014. évi versenyzést. Mérlege ebben az évben: Magyar bajnokság 1. hely + legtechnikásabb versenyző, Európa bajnokság 3. hely, Oyama Memorial 2. hely, Horvát bajnokság 1. hely.

Gál Csaba ugyan nem tagja a Yakuzák SE-nek, de itt edzett az elmúlt fél évben és rendkívül sokat fejlődött. Ezt bizonyította a horvát versenyen is.

Első ellenfele egy Svédországban élő bolgár fiú volt, akit technikailag simán felülmúlt és két wazarit is szerzett. Következő bolgár ellenfele erősnek bizonyult, de Csabi simán verte két wazarival a rendkívül veszélyes ellenfelét, akinek gyors fejrúgásai és kemény comb Rúgásai is voltak. A döntőben a többszörös Európa bajnok Rózsa Gábor várta, akivel kiegyenlített küzdelmet mutatott. Csaba ezüstérmes lett.





sensei Agócs Tibor:

„Nagyon örülök, hogy kiutaztunk erre a versenyre, mert Zsófi két újabb ismeretlen ellenfelet tudott maga mögé utasítani és ismételten legyőzte Dianát. Így a 2015. évi Eb-re tisztább képpel készülhetünk. Gál Csabi folyamatos fejlődéséhez csak gratulálni tudok, és Indi is becsülettel helytállt. A verseny után a tengerpartra utaztunk regenerálódni, ez nagyon jó ötletnek bizonyult. Mindannyiunknak sokat adott a napsütés, a tenger, és visszatöltődünk!”

MKSZ Utánpótlás Magyar Bajnokság

„Kosárnyi” Érem Nyíradonyból

Az MKSZ Magyar bajnokságán két szabályrendszerben indultak a Yakuzák ifjú versenyzői **október 25-én**. A küzdelmek során szép eredmények születtek, nem véletlenül büszkélkedtek szülők, testvérek, barátok s más hozzátartozók. Fiúk és lányok egyaránt kitettek magukért. Más jeles esemény is kapcsolódott ehhez a naphoz, hiszen **senpai Fülöp Roland** ünnepélyesen itt vehette át a fekete övét, ami megérkezett Japánból... és, hogy el ne felejsük, Notheisz Janka éppen ezen a napon lett 7 éves.



Eredmények:

- 1.hely: **Palásti Kristóf, Kövér János, Treba Kíra, Notheisz Csongor, Fekete Farkas**, aki velünk edz, ugyancsak aranyéremmel térhetett haza.
2. hely: **Mező Lili, Kerekes Réka, Gedei Bence, Torday-Nagy Sára, Hegedűs Marcell, Móczó Márk**
3. hely: **Gál Barna, Szabó Liza, Móczó Milán, Előhegyi Csaba**



Gedei Bence Zoltán

Születési év: 2005.

Karatézik: 2013 óta

Övfokozat: 10. kyu

Kiemelt eredmények:

- 2014 Diákolimpia 1. hely
- 2014 MKSZ Utánpótlás Magyar Bajnokság 2. hely
- J&S Speed Kupa - országos verseny 3. hely

Célja:

„Kijutni Japánba!”

Tanulmányi átlag: 4,8



MKKSZ Utánpótlás OB

Milán „falat tört” Gyöngyösön

Az MKKSZ Utánpótlás Országos Bajnokságán közel 30 „yakuza” lépett tatamira Gyöngyösön november 22-én. Összesen 300 versenyző harcolt a bajnoki címekért. Agócs sensei szerint ez egy rendhagyó verseny volt több szempontból is. Egyrészt: érthető érzelmi, emberi okok, másrésztől érthetetlen szakmai hibák miatt kiestek biztos éremszerző versenyzőink. Másrészt: katartikus élményekkel lett gazdagabb mindenki, aki ott volt. Ráadásul mindkét nemben a Yakuzák SE adta a legtechnikásabb versenyzőt Mező Lili és Móczó Milán személyében.

„Felemelő érzés volt látni Móczó Milán küzdeni akarását, Gál Barna frenetikus megoldásait, Treba Kíra, Szabó Liza kemény küzdelmeit, Lendvai Laci talpra állását, Treba Boti határozott fellépését, Mező Lili, Kerekes Réka menetelését a döntőig, Bendegúz durva kéztechnikáit, Palásti Kristóf nagy bizonyítási vágyát, 15 mp-es első küzdelmét. Ő két évvel idősebbek között indult, így is esélyesként. Azonban sajnos szerencsétlenül fejbe rúgta ellenfelét, aki elájult” – írta a verseny után Tibi sensei.

A verseny értékeléseként közzétett egy levelet is, amelyből most részleteket adunk közre így szól:

„Kedves Tanítványok! Kedves Szülők! Engedjétek meg, hogy a mai versennyel kapcsolatban ne értékeljek mást és ne is gratuláljak másnak csak Móczó Milánnak!

Milán az a mesebeli fiú, aki olyan meszsziről küzdötte fel magát a saját kis igazságaért, ami nem csak példa értékű, hanem csontunk velejéig meghatározó történet... Milán ma áttörte az áttörhetetlennek tűnő falat. Győzött! De nem csak magáért harcolt hanem mindannyiunkért és családjáért is. El-



mondhatatlan szívszorító tragédia érte a családjukat tizenegy napja... Milán alkata miatt iszonyatos hátránnyal indul MINDEN versenyen. De hisz! Hisz a szüleiben, hisz bennem, és hisz a Yakuzák SE-ben. Sokszor érem nélkül tért haza. Sok, már-már megalázó vereség után sírva jött le a tatamiról és szinte szégyellte magát amikor az egész dojo előtt értékeli a hétvégi versenyeken történeteket. Pedig Ő mindig maximális odafigyeléssel és erőbevetéssel edzett, mégsem sikerült. Csoda, hogy kicsi lelke elviselte a sok

kudarcot azzal a kevés sikerrel. Ma más volt Milán. Ma megcsinálta azt, amiben hitt, és ez igazán belülről jött. Izmai, zsigerei tudták mit kell tenni a megfelelő időben, amit oly sokszor gyakorolt alázattal, hittel. Nincs szó arra, hogy honnan van egy 12 éves gyerekben ilyen mentális erő... Köszönet Milánnak hogy megtanított bennünket arra, hogy változhat a sors szomorú szele. Köszönöm Neked Milán, hogy alázattal tanults tőlem. Ma mindannyian Tőled tanultunk! ..



Eredmények:

- 1.hely: Lendvai László, Móczó Milán, Szajka Bendegúz, Gál Barna, Treba Kíra, Torday Sara, Mező Lili
2.hely: Kerekes Réka, Szabó Liza, Treba Botond
3.hely: Virág Imre



Móczó Milán

Születési év: 2001.

Karatézik: 2009 óta

Övfokozat: 6. kyu

Kiemelt eredmények:

2013. MKSZ Magyar bajnokság 1. hely
2013. MKKSZ Magyar bajnokság 2. hely
2014. MKSZ Magyar bajnokság 3. hely
Diákolimpia 3 x 3. hely (2010,2011,2012)
Tarján nemzetközi 2x 1. hely (2012,2013)
2. hely (2011) 3. hely (2010,2011,2013)
2013. Szlovákia Európa kupa 2. hely
Kőrös kupa gyerek verseny
2. hely (2009) 3. hely (2010,2011)
2014. Litván Bajnokság 3. hely

Célja:

„Kijutni a Dream Cup-ra Japánba, Dan vizsgát tenni, eredményes felnőtt versenyző lenni nemzetközi szinten is.”

Tanulmányi átlag: 4,8

Szajka Bendegúz immár kétszeres Litván bajnok

Nyolc versenyző közül hét éremmel térünk haza november 30-án Litvániából, ahol idén is Európa legnagyobb utánpótlás bajnokságát rendezték meg.

Már másodszor utaztak Litvániába a Yakuzák SE vállalkozó szellemű versenyzői. Tavaly négyen vettek részt közülük, s akkor hárman a döntőbe verekedték magukat, Szajka Bendegúz pedig a Litván bajnoki címet is megszerezte. Ezek után már tavaly eldőlt, hogy 2014-ben többen utaznak. Így adódhatott, hogy idén nyolc versenyző szállt repülőre Jászberényből. Négyen most látták először a Litván bajnokságot, a többiek pedig az előző év tapasztalataival tértek vissza. Két kísérő, Szabó Zsófi és Sensei segítette a versenyzőket a Vilniustól 150 km-re lévő Kedainiai-ba. Természetesen jutott idő szabadidős programokra is.

Voltak Aquaparkban, bejárták Vilnius Óvárosát, amely Európa legnagyobb óvárosa, de látták a várat és sok egyéb nevezetességet is.

Fekete Farkas Mór megalapozta a kezdetét, mindhárom küzdelmében magas fölényt mutatva wazarik kísérték útján a győzelemig.



Treba Kíra csatlakozott a jó szériához egy erős küzdelemmel és szintén győzött.

Szajka Bendegúz négy extra ki-ki küzdelemmel menetelt megállíthatatlanul, hogy megvédje tavalyi Litván bajnoki címét. Elképesztő mentális erővel, el-

szántsággal és technikai megoldásokkal lett 2014-ben is győztes. Testpajzson keresztül csinált wazarit bal egyenes-sel, fejrúgással is szerzett több wazarit, kondicionálisan pedig mindenkit fölül-múlt. Legutóbbi diagnosztikai vizsgálatai alapján várható volt ez az eredmény. Mező Lili klasszisokkal felül-múlt mindenkit, de úgy látszik az kevés, ha mindenki jobbnak látja, a bírók elképesztő döntésekre képesek abban az országban is.

Szabó Liza az ezüstéremig verekedte magát, ha erősödni fog és a kéztechnikáinak a támasztásai rendben lesznek, komoly versenyző lehet belőle.

Gál Barna, Csibra Barna klasszis megoldásokkal küzdöttek és technikai bravúrjaikra a bírók is felfigyeltek. Gál Barna bronzérme megérdemelt volt és hasonlóan Csibra Barnához sajátos bírói szemlélet érvényesült, amikor kies-tek.

Móczó Milán hasonlóan a gyöngyösi teljesítményéhez, jó formában, fantasztikus mozgásanyaggal versenyzett. Első ellenfelét parádés találatokkal, ritmus és tempó megoldásokkal könnyedén győzte le. Második ellenfelével hosszabbításra került sor, és az utolsóként küzdő Milánt az egész csapat biztatta





és élvezte küzdelmét. Vitát váltott ki a bírók között a litván fiú győzelme, aki azon kívül, hogy egysíkú volt, és jóformán nem is rúgott, technikailag említésre sem méltó Milán mellett.

Agócs Tibor: „Újabb nemzetközi tapasztalatokkal tértünk haza. Örülök tanítványaim tatamin nyújtott teljesítményeinek. Köszönet a támogatóknak, a Vonnák Trans Kft.-nek, Szabó Liza szüleinek, a tornapalya.hu-nak...és minden szülőnek, aki támogatja gyerekeit! Osu!”

EREDMÉNYEK:

1. hely: Szajka Bendegúz, Fekete Farkas Mór, Treba Kíra

2. hely: Mező Lili, Szabó Liza

3. hely: Gál Barna, Móczó Milán



INGA

Nem új keletű Inga Mikstaite-vel és edzőjével a kapcsolat. Az évek alatt ez a kapcsolat egyre több gesztussal és barátsággal telt meg. A mostani utunk alkalmával mind a 8 versenyzőnk kisebb ajándékkal kedveskedett a méltán híres Európa Bajnoknak. Edzőjével szintén kölcsönös szimpátia alakult ki és a verseny alkalmából sportdiplomáciai jelentőségű beszélgetés zajlott tolmács segítségével, ahol a két karate klub szoros összekötésével „testvérklub” igényei fogalmazódtak meg. Az elkészült Y Ház első vendégei Litvániából érkeznek majd.



Szajka Bendegúz

Születési év: 2002.

Karatézik: 2009 óta

Övfokozat: 7. kyu

Kiemelt eredmények:

2011. Magyar Bajnokság 2. hely
2012., 2014. Diákolimpia 1. hely
2012., 2014. XII. J&S Speed Kupa 1. hely
2012., 2013. Utánpótlás Magyar Bajnokság 3. hely
2013. Diákolimpia 3. hely
2013. International Cup Children Slovakian Open 1. hely
2013., 2014. Nyílt Litván Bajnokság 1. hely
2014. MKKSZ Magyar Bajnokság 1. hely

Célja:

„Szeretnék Japánba tatamira lépni, és világversenyeken Magyarországot képviselni.”

Tanulmányi átlag: 5



SZUPER FIGHT



PALÁSTI vs. KARCZUB
Kristóf Zalán

a Magyar Karate Szakszövetség
2014. évi felnőtt fullcontact karate csapatbajnokságán
Időpont: 2014. december 7. (Vasárnap)
Helyszín: Budaörs, Városi Sportcsarnok (2040. Budaörs, Hársfa utca 6.)
17.00- 18.30 között a gálaműsorban
Yakuzák SE. – Jászberény • Bátor Karate SE. – Nyírbátor

Szuper Fight Budaörsön

Palásti Kristóf vs. Karczub Zalán

Budaörsön, az MKSZ Csapatbajnokság gálaműsorának keretében több Szuper Fight-ot is tető alá hoztak a szervezők december 7-én. A Yakuzák SE ebben a programban is érintett volt Palásti Kristóf révén, aki Karczub Zalánnal vívott látványos küzdelmet a közönség szórakoztatására – és nem utolsósorban Kristóf további versenyzői épülése érdekében. Agócs sensei így számolt be az eseményről:

„Nagy örömmel vettük, hogy Karczub Zalán elfogadta a kihívást erre a mérkőzésre, hiszen Palásti Kristóf számára nagyon fontos, hogy megfelelő kihívásokkal találkozzon. Saját korcsoportjában a serdülők között és egy korcsoporttal feljebb az ifjúságiak között sem tudta senki próbára tenni Kristóft ebben az évben Magyarországon.





A küzdelem két korosztályos bajnok között zajlott, ahol a súlykülönbség Kristófnak kedvezett, azonban Karczub Zalán 4 évvel idősebb Kristóftól. A korkülönbség tehát Zalán javára szólt.

A küzdelem képe is ezt mutatta, az első percben Kristóf erős rohamokkal támadta a junior bajnokot. Az első 1,5 perc nem hozott egyik részről sem meglepetést, majd a második 1,5 percben a tapasztaltabb versenyző felőrölte Kristóft és vehemens támadásait ipponra váltotta azt. Kristóf számára nagy falat volt egyelőre a többszörös junior bajnok, de elismerően nyilatkozott az ellenfél és edzője is Kristóf teljesítményéről. Reméljük lesz visszavágója ennek a mérkőzésnek és az további motivációt tud nyújtani a felkészülésekben Kristófnak.” sensei



Szarvas Szilárd

Születési év: 2002.

Karatézik: 2008 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2012. Diákolimpia elődöntő 3. hely

2012. Diákolimpia döntő 3. hely

2014. Diákolimpia elődöntő 3. hely

Célja:

„Sokáig sportolni, versenyezni és tovább tanulni”

Tanulmányi átlag: 5

2015. január 1-től két új versenyző igazol a Yakuzák SE-hez. Az egyik Fekete Farkas Mór, aki Balatonföldváron él, de már évek óta együtt dolgozik sensei Agóccsal. A másik új igazolás a ceglédi Gál Csaba, aki ez év nyarán kezdte meg a komolyabb együttműködést a jászberényi székhelyű egyesület mesterével. Mindkettejüket megkérdeztük, miként értékelik az elmúlt időszakot és mit várnak attól, hogy még szorosabbra fűzik a kapcsolatukat az Agócs-féle dojoval.

Fekete Farkas Mór:

„Le sem tudnám írni, annyi mindent kaptam már itt”

- **Hogy értékeled a 2014. évi közös munkánkat?**
- Nagyon fontosnak tartom. Úgy érzem, ez az eddigi legjelentősebb és leghatékonyabb év fejlődésem szempontjából. Biztosan tudom, hogy az idén sikerült a legnagyobbat előrelépni úgy sportszakmailag, mint szemléletben. Azt gondolom, nagyon előremutató a közös munka és mostanra a befektetett sok energia is kezd megérkezni. Amennyiben a jövőben is így tudjuk folytatni az edzéseket, nagyon nagy lehetőségek előtt állunk.
- **Közel öt éve dolgozol együtt Sensei Tibivel. Az eltelt idő alatt mi az, amit úgy érzed, hogy kaptál Tőle, illetve az egyesülettől és ez mennyiben segítette a sportkarriered?**
- Az elmúlt öt év alatt annyi mindent kaptam igazából mind az egyesülettől, mind Tibi senseitől, hogy az összeset le sem tudnám írni. A legfontosabbak talán a nyári edzések voltak, amelyek a japán útra készítettek fel. Ez egy nagyon fontos átlomás volt a sportkarrieremben, ugyanis megismerhettem az ellenfeleimet, akikkel az elkövetkezendő években találkozhatok versenyeken, és eljuthattam a karate hazájába, ahol korosztályom legjobbjával mérhettem össze tudásom. Sensei Tibitől nemcsak a versenyekre való felkészítés lehetőségét kaptam, hanem számos tanácsot, intelmet, amelyeket így a felnőtté válás küszöbén kamatoztatni tudok, illetve alkalmazhatom az élet bármely területén. Kiemelt fontosságú volt a

litván verseny is, ahol értékes nemzetközi tapasztalatot szereztem. Ezek, valamint még megannyi program, edzés nagyon nagy mértékben segítik a sportkarrieremet és segítenek az előrelépésben.

- **Miért hoztad meg végül a döntést, hogy a Yakuzák SE-hez igazolsz?**
- Az én helyzetem nagyon speciális és cseppet sem mondható szerencsésnek, hiszen sokat kell utaznom a minőségi edzések miatt. Edzéseimet Tóth Ákos segíti a hétköznapokban a Rockstar GYM-ben Siófokon, így komoly szakmai háttérrel van a képesség fejlesztésben. Ezt ezúton is köszönöm neki, hiszen életem legelső diagnosztikai vizsgálatán most novemberben komoly eredményeket értem el. Ez jó alap a karatéhoz, amit 13 éve űzök... Nagy terveim voltak és vannak, ezért minden lehetőséget megragadtam az elmúlt években annak érdekében, hogy bekerülhessek a nemzeti válogatott versenyzők közé és felnőtt harcosként a legjobbak között lehessenek a jövőben. Már nagyon régóta dolgozom együtt Tibivel és a Yakuzák SE-vel, hiszen rengeteg alkalommal biztosítottak felkészülési és gyakorlási lehetőséget számomra az elmúlt években, amelyek nagyon motiválóan hatottak rám. A közösen eltöltött idő alkalmával

olyan emberi és baráti kapcsolatok jöttek létre, amelynek egyenes következménye volt, hogy a Yakuzák SE-hez igazoljak.



Ezúton is szeretném megköszönni sensei Stefanovics Józsefnek külön és az egész Victorynak az eddigi segítségét, ugyanis nélkülük nem juthattam volna el idáig.

- **Milyen céljaid és terveid vannak?**
- Jövőre szeretnék kijutni az Eb-re, ahol reményeim szerint nagyon jól tudok majd szerepelni, azonban ez lesz az utolsó évem utánpótlás korcsoportban. Ezért el kell kezdeni készülni a felnőtt kategóriára is. Az év második felében már érdemes lenne elindulnom egy-két gyengébb mezőnyű felnőtt versenyen – kordedvémnyel –, hogy 2016-ban ne érjen nagy meglepetés a felnőttek között. Ez nyilván egy nagyon nagy kihívás lesz, de a csapattal és Tibi senseivel ez a feladat is megoldódhat...

Született: 1997.
Karatézik: 2003 óta
Övfokozat: 2. kyu

Kiemelt eredmények:

7x Magyar bajnok
6x Diákolimpiai bajnok
2x Horvát bajnok
1x Litván bajnok
1x Osztrák bajnok
1x Európa Kupa győztes
Dream Cup - a legjobb 8 között
Országos versenyek sokszoros győztese (41) kataban és kumitéban
Több különdíj (legtechnikásabb, legharcosabb) birtokosa
3x „Jó tanuló, jó sportoló díj” birtokosa
2x „A hónap legjobb utánpótlás fiú sportolója” (Somogy megye)

Célja:

„Szeretnék nemzetközi szinten is eredményes felnőtt versenyző lenni és hazámat világ bajnokságon képviselni.”

Tanulmányi átlag: 4,2



Treba-Kovács Kíra

Születési év: 2003.

Karatézik: 2011 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2012. Utánpótlás Magyar
Bajnokság 1. hely

2012. Európa Kupa 3. hely

2012. 2013. Diákolimpia 3. hely

2013. Diákolimpia 1. hely

2013. Nemzetközi Kupa 1. hely

2013. 2014. Utánpótlás Magyar
Bajnokság 1. hely

2014. Diákolimpia 2. hely

2014. Litván Utánpótlás
Bajnokság 1. hely

Tanulmányi átlag: 4,8

Gál Csaba:

„Nagyon jól érzem magam köztetek”



- **Hogy értékeled az első hónapokat, amióta Agócs Tiborral együtt dolgozol?**
- Nyár elején kezdtünk el közösen készülni a veszprémi Oyama Memorial versenyre. Nagy lehetőség volt számomra maga a verseny is, illetve hogy egy komoly csapattal csinálhatom végig a felkészülést. A balatoni edzőtáborok adtak számomra a legtöbbet. Jó környezetben tudtunk edzeni és pihenni végig, ami nagyon fontos a kemény edzések után. Sajnos a verseny nem teljesen úgy sikerült, ahogy azt én vártam, de nem voltam csalódott, mert sokat fejlődtem. Aztán elkezdtünk készülni a horvátországi bajnokságra. Folyamatosan látogattam az edzéseket Nagykátán és Jászberényben is. Jól ment a felkészülés és ez már a versenyeredményen is megmutatkozott. Régen volt már, hogy egy versenyzői csapattal megyek egy bajnokságra és nem egyedül... Nagyon sokat számított, hogy Zsófi és Farkas is ott voltak, segítettek! Eddig úgy érzem, jól tudunk együtt dolgozni és remélem ez a jövőben is megmarad.
- **Milyen céljaid és terveid vannak az elkövetkezendő években?**
- Szeretnék hazai és nemzetközi mezőnyben is sikeresen versenyezni, illetve az edzőtermemet még tovább fejleszteni, képezni magam. Erre kiváló lehetőséget látok ebben az egyesületben. A jövőre elkészülő Y Ház illetve Y Akadémia sok lehetőséget rejt magában. A tervek alapján egyedülálló lesz az országban. Szeretném a sportszakmai képzéseimet itt is folytatni, és ezzel a magánéleti karrierem is építeni.



- Közelebbről is megismerted a Yakuzák SE-t, az itteni tanítványokat. Milyennek látod az egyesületet?
- Nagyon összetartó a csapat és meglepő, milyen gyorsan be tud fogadni másokat.

Az edzéseken nem csak a magas színvonalú szakmai munka garantált, hanem a jó kedv is.

Azt látom, hogy szinte kivétel nélkül mindenki beleteszi a maga részét az egyesületbe, ezért is működik ennyire sikeresen a Yakuzák SE.

- **Miért hoztad meg végül a döntést, hogy ide igazolsz?**
- Első sorban az a fejlődési lehetőség motivált, amit jelenleg csak a Yakuzák tudnak biztosítani számomra. Nagy gondot okozott eddig a felkészülésemben a küzdőpartnerek hiánya. Nagykátán és Jászberényben is több olyan ember van, akikkel minőségi küzdelmeket tudok csinálni. A gyerekekkel is szeretek küzdeni, mert a gyors mozgásukkal és fejrúgásaikkal nagyon jól fel tudjak húzni az idegrendszeremet. Fontos volt számomra, hogy ha véget ér a versenyzői pályafutásom, akkor lássak magam előtt egy életpályát, és a versenyzés alatt tanulhassak is. A számos külföldi kapcsolat révén ez is megvalósulhat. Azt gondolom jól beilleszkedtem, jó csapat alakult ki és nagyon jól érzem magam közöttetek!



Kővér János

Születési év: 2001.

Karatézik: 2009 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2010. Kőrös-Kupa 2. hely

2012. II. Policer kupa 3. hely

2013. Diákolimpia 2. hely

2014. Október 4. Nyílt Szlovákiai bajnokság 1. hely

2014. XVI. Speed Kupa 1. hely

2014. MKSZ Magyar bajnokság utánpótlás 1. hely

Célja:

„Minél jobban megtanulni a karatét, és később hasznosítani az ebből szerzett tudást. Kijutni Japánba és sok hasznos tapasztalattal hazatérni.”

Tanulmányi átlag: 3-4

Jászboldogháza: Strandedzés és összevont tréning

Július 27-én, pénteken a boldogházi strandon volt edzés. Az egész napos programon sokan részt vettek a dojoból. Délelőtt funkcionális edzés volt, majd a strand kínálta lehetőségeket kihasználva a vízben folytatódott az edzés. Végül a meleg vízben, közös nyújtással fejeződött be a délelőtti tréning.

Délután pajzs - pontkesztyű edzés volt. Erre már Notheisz Janka és Csongor is kilátogatott apukájával. Janka és Csongor edzés közbeni munkája nagyon sok kis gyereket vonzott, így ez a délután egyben rögtönzött „bemutatóvá” is vált. Többen megkérték Orsi sempait, had próbálják ki a karatét. Volt olyan kis érdeklődő, akinek az anyukája is bepillantott az edzésbe résztvevőként.

Jászboldogháza két hónappal később is kiemelt tréninghelyszín volt. **Október 2-án** itt tartották a Yakuzák SE összevont edzését. Ezen alkalmából osztották ki azokat a repülőjegyeket is, amelyekkel Litvániába utazhatott a nyolc utánpótláskorú versenyző és két kísérőjük, felkészítőjük. Ez az összevont edzés a közelgő tarjáni versenyre is sokaknak jelentett felkészülést, ezért a küzdőtechnika volt középpontban.

Az edzés egy szakmai témával foglalkozott és több típusú küzdelem volt. A kezdőkkel több tapasztaltabb versenyző is tudott foglalkozni, akik a küzdelem fortélyait tanították. Ugyanakkor volt több,

a korcsoportot érintő bemutató versenyszituációs küzdelem is. A szülők tájékoztatást kaptak a közelgő programokon túl az egyesület megújulásával kapcsolatosan is.



Napsütéses Balatonföldvár

„Az október 17-i péntek esti edzés után Balatonra indultunk Farkashoz. Szombat reggel futással és street workout-tal kezdtük a napot, majd délelőtt megköszöntük masszőrünknek, Gábor Attilának, a Gyógyító Érintések vezetőjének, hogy egész nyáron segítette felkészüléseinket.

Cserébe egy sportszert adtuk neki, hogy segítsük szándékát az életmódváltásban. Szauna, jakuzzi, masszázs és a Balaton hús hajjai következtek. Felemelő volt, újjászülettünk!

Köszönjük Attilának és Fekete Tamásnak a csodás napot Balatonföldváron!”

(részlet a www.yakuzakse.hu-n megjelent élménybeszámolóból)



Dányi Laci volt a vendégünk

Az október 22-i edzésen Dányi László, a néhai „Jászberényi Kyokushin Karate Klub” (ebből lett a későbbi Yakuzák SE) alapítója, első kyus karatéka volt a szerdai edzés vendége.

Laci jelenleg a Dunántúlon él és természetesen ma is edz. Ritkán jár Jászberényben. Az edzésen összejöttek a régi harcostársak, akikkel még a 90-es évek elején együtt tették meg a lépéseket a jászberényi kyokushin elindításáért. Harnyos Feri, Előhegyi Zoli, Gedei Gabi és sensei Agócs közös fényképpel örökítette meg a ritka pillanatot. „Jövőre 25 éves lesz a Yakuzák SE, amit a jelenleg sho danra készülő Dányi Lászlónak is köszönhetünk. A sors fintora, hogy most az ideiglenes dojonk ugyanabban az iskolában van, mint ahol 1990 szeptemberében megtettük az első bátor lépéseket a jövő felé. Köszönjük, hogy eljöttél közénk Laci! Reméljük, többször láthatunk. Erőt, egészséget a sho dan felkészülésedhez!” – írta bejegyzésében Yakuzák SE honlapján a jeles találkozás után Agócs Tibor.



Összevont edzések és „Törpebunyó”

Október 23-án egy sikeres, igazán nagy létszámú összevont edzés előzte meg a nyíradonyi utánpótlás magyar bajnokságot. Ezen a napon három csoportban zajlott az edzés. Tibor sensei külön köszönetet mondott a szülőknek, hogy ünnepnapon is elhozták gyermeküket a fontos felkészülésre. Összevont edzést pár héttel később, **november 13-án** is tartott az egyesület, ezúttal Nagykátán. Ugyancsak Nagykátán rendezték meg a „**Törpebunyót**” **november 25-én**. A szervezők ezzel a címmel illették azt a viadalt, amelyen a „negyedik generáció” képviselői, azaz a legfiatalabb tanítványok csaptak össze szülők és idősebb karatésok jelenlétében. Szabó Zsófi, Mező Lili és Móczó Milán után a jelenleg még nem versenyző 6-8 éves generáció küzdött felnőtt szabály rendszerben. A gyöngyösi versenyen 13 érmet prezentál harmadik vonal mögött szorgosan készülnek a jövő versenyzői. 2015-ben ismét képzett karatékák kezdik el a „Gyerek I.” kategóriában a versenyzést. És minden jel szerint van közöttük éremesélyes!



Gál Barnabás

Születési év: 2002.

Karatézik: 2008 óta

Övfokozat: 7. kyu

Kiemelt eredmények:

2011., 2014. Diákolimpia 2. hely
2011. Szlovák Open 2. hely
2012., 2014. Speed Kupa 1. hely
2012., 2013. Speed Kupa 2. hely
2012. Szlovákia Open 2. hely
2012., 2014. Magyar Bajnokság 1. hely
2013., 2014. Magyar Bajnokság 3. hely
2014. Zemplén Kupa 3. hely
2014. Diákolimpia Selejtező 3. hely
2014. Litván Bajnokság 3. hely

Különdíjak:

2009. Legharcosabb fiú

2014. Legtechnikásabb fiú

Célja:

„Szeretnék világbajnok lenni, és Japánba kijutni. Általános iskola után gimnáziumba szeretnék menni és azt követően egyetemre, informatikus szeretnék lenni!”

Tanulmányi átlag: 5

Felkészítő edzések övvizsgára

„A fekete öv egy olyan fehér öv, „aki” nem adta fel!”

December 15-én a 10. kyu-ra és a versenyzői narancssárga övre vizsgázóknak, míg december 17-én szerdán a 9. kyu-tól a magasabb övekre tartottak övvizsgát a Yakuzák SE-nél a jászberényi dojban. Decemberben közel hetvenen vizsgáznak.

Sensei Agócs az egyesületi honlapon közzétette, hogy a nagykáti és a jászberényi előkészítő csoportból mindenki vizsgázhat narancssárga övre, illetve mindenki előreléphet, aki rendszeresen látogatja az edzéseket.

A vizsgázók személyére Sensei az alábbi javaslatot tette:

10. kyu (narancssárga öv): André Botond, Pukkai Szabolcs, Tóth Levente, Lovas Péter, Naszvadi Roland, Csáki Dávid, Pesti Patrik, Farkas Bence, Hárfa Gergő, Fábián Tamás, Nagy Ádám, Vágner Keve, Dávid Levente, Ludányi Lilla, Farkas Berta, Kövér Máté.

Narancssárga öv (versenyzői vizsga):

Danka Hunor, Jónás Kitti, Palásti Krisztián, Farkas Márton, Szántai Szilárd, Szálkai Kíra, Szabó Emese, Tóth Viktor, Szálkai Gordon, Torday-Nagy Sára, Langó Csenge, Langó Bea, Novodomszky Tibor, Horn Tamás, Tóth Bálint, Bari Mihály, Kovács Kristóf, Sánta Dániel, Menyhárt Tibor, Bazsó Tamás, Ludányi László, Berki Árpád, Berki Evelin, Balogh Zsombor, Szántó Zita

9. kyu: Bagyinszki Máté, Mózes Krisztof, Hegedűs Marcell, Jónás László, Böszörményi Dániel, Koncsik Bertalan, Notheisz Janka, Csizmadia Viktor, Palásti Kornél, Horváth Ábel, Notheisz Csongor, Virág Imre, Előhegyi Csaba, Kun István, Treba-Kovács Botond, Máté Afrodité, Kövér János

8. kyu: Szabó Liza, Cserepes Balázs, Cserepes Botond, Treba-Kovács Kíra,

7. kyu: Muhari Márk, Szarvas Szilárd, Kerekes Réka, Kövér Zoltán, Lendvai László, Kóber László

6. kyu: Csibra Barnabás, Gál Barnabás, Móczó Milán, Szajka Bendegúz, Szegedi Gábor, Trabach Sándor

5. kyu: Trabach Sándor

A magabiztos tudás érdekében külön edzések, úgynevezett „övvizsga felkészítő hétvégék” is voltak november 9. és december 16. között Jászberényben és Nagykátán. A vizsgázó tanítványok felkészítésében Fülöp Roland, Harnyos Ferenc, Kenyő László, Danka József, Szabó Zsófia, Danka József, sensei Tóth Ivett, Simon Orsolya voltak Agócs sensei segítségére.

III. SHSZ Nyári Edzőtábor – Balatonföldvár

Fülöp Roland fekete öves lett!

A nyári edzőtáborok július 1-jén kezdődtek ebben az évben. Az SHSZ immár harmadik alkalommal nyitotta meg nyári edzőtáborának kapuit Balatonföldváron. Az ország összes tagegyesülete közül a Yakuzák SE vett részt a legnagyobb létszámban ezen az eseményen.

Fülöp Roland számára örökre emlékezetes marad ez a helyszín és a dátum, ugyanis itt tett sikeres vizsgát shodan fokozatra.

Előhegyi Zoli is letette a névjegyét, hiszen sikeres 3. kyus vizsgát tett. Zoli teljesítményét a vizsgáztatók külön kiemelték!



Egy nagyon mozgalmas nyári hét

Edzőtábor Senseinél, Nagykátán

Az SHSZ balatoni edzőtábora után pár nappal (július 8-13.) újabb edzőtábor vette kezdetét. Ennek is megvolt a maga különlegessége: Sensei a saját otthonában látta vendégül az utánpótlás korú kisgyerekeket. Hat gyerek népesítette be a házat. Szajka Bendegúz, Gál Barnabás, Móczó Milán és Márk, Csibra Barnabás, Lendvai Lacika laktak Senseinél pár napot. Voltak edzeni Cegléden Gál Csaba termében, de fürödtek is a strandon a kemény edzések mellett. Csütörtökön érkezett Fekete Farkas, majd pénteken érkezett Tóth Marci és Tóth Betti. A kicsik tábora után azonnal kezdődött és egyben folytatódott a nagyobbak tábora. Ez persze nem zavartatta Lili, Kristóf és Farkas folyamatos felkészülését a Dream Cup-ra. Sőt! Szabó Zsófi a hét közepéig volt a társasággal, ezek után a hétvégét ő is aktív pihenéssel – kerékpártúrával – töltötte. Közben hazautazott a kazah vendég, Kristina is. A Tibi senseinél töltött tábornapok vasárnap egy bemutatóval zárultak Jászapátiban, a XX. Jász Világtalálkozón. Mozgalmas hét volt. Ez azonban nem vette el a kedvét senkinek. Olyannyira nem, hogy július 21-24. között ismét Senseinél állomásozott és éjszakázott a „következő generáció” néhány jeles képviselője: Gál és Csibra Barnabás, valamint Szajka Bendegúz. Augusztus 5-től 7-ig ismét vendégeket fogadott Nagykáta. Ezúttal a lányok költöztek be sensei Agócsához. Ezen a három napon Treba Kíra, Szabó Liza, Kerekes Réka, Mező Lili és Szabó Zsófi edzettek együtt.



Ezüstcsikóval a Hollóstetőn

Július 18-tól két éjszakás edzőtábort töltött Hollóstetőn Szabó Zsófi, Mező Lili, Palásti Kristóf, Fekete Farkas, Horváth Barna (a hegyközi dojoból) és Gál Csaba (a ceglédi dojoból). A Yakuzák SE fent nevezett delegációja a nyíregyházi Ezüstcsikó Egyesülettel közösen edzőtáborozott a Bükkben, Hollóstetőn. A ceglédi Gál Csaba ugyanis a jászberényi egyesületben készült különböző megmérettetésekre. Épp ezért szoros együtt működés, összetartás kezdődött az őszi nemzetközi versenyek miatt. (Gál Csaba az Oyama Memorial-on indult)



Csibra Barnabás

Születési év: 2003.

Karatézik: 2007 óta

Övfokozat: 7. kyu

Kiemelt eredmények:

2012. Utánpótlás Magyar Bajnokság Gyöngyös 3. hely

2012. Gyermekek Serdülő Európa Kupa Dunaszerdahely 1. hely

2012. XII. J&S Kupa Tarján 2. hely

2012. I. Kyo Kupa Nyíradony 3. hely

2013. Kyokushin Európa Kupa Dunaszerdahely 1. hely

2013. Vilnius 2. hely

2013., 2014. XIV. J&S Kupa Tarján 1. hely

2013. MKKSZ Utánpótlás Bajnokság Gyöngyös 1. hely

2013. XVI. Bushido Kupa 1. hely

2013., 2014. Diákolimpia Országos Nyíradony 2. hely

Célja:

„Minél többet edzhessek és egyszer nemzetközi versenyeken is helytálljak ezek közül például az EB-en vagy a VB-en is. Felnőtt koromban szeretnék letenni egy emlékezetes fekete öves vizsgát.”

Tanulmányi átlag: 5

Vendégségben a Fuji-San Karmazin Dojo edzőtáborában



Az SHSZ vezető shihan dr. Karmazin György táborában jártak Törökszentmiklóson a Yakuzák július 24-én. A Yakuzák SE-ből tíz fő utazott el a kedves meghívásnak eleget tenni.

Három edzés volt ezen a napon a tábor lakóinak, s valamennyit sensei Agócs Tibor vezetett. Délelőtt küzdelem oktatás, délután dojo kumite, verseny kumite volt. Közben funkcionális edzéssel ismerkedhettek meg a Fuji-San Dojo tagjai. A kellemesen fárasztó nap végén, Senseiék későn éjjel értek le a Balatonra, ahol folytatódott Lili, Kristóf, Zsófi, Farkas, Gál Csaba felkészülése a nemzetközi versenyekre.

„Igazi nyári hangulat, kellemes fürdőzés és jó társaság... Jól éreztük magunk! Köszönjük Shiha! – így szólt az internetes bejegyzés a törökszentmiklósi vendégség után a yakuzakse.hu-n.

Balatonföldvár – mintha haza járnánk...



Balatonföldvár rányomta bélyegét erre a nyárra (is). Nem csak, hogy itt kezdődött, de itt is ért véget a nyári edzőtábori szezon.

Július 25-27. között arra is jutott idő az edzések mellett, hogy Kassai Lajosnál ebédeljenek a Yakuzák. Agócs senseiék a szíves meghívásnak örömmel tettek eleget, hiszen az a barátság, ami Kassai Lajossal kialakult, töltődést jelent az egyesület számára is.

A **július 31. és augusztus 3. közötti** balatonföldvári napok rendkívül kemény és intenzív edzéseket hoztak magukkal (volt ezekhez némi köze Agócs senseinek is!), de hasonlóan fáradtságos

munkát végeztek a versenyzők **augusztus 8. és 10. között** is.

A következő alkalommal aztán (**augusztus 14-18.**) jóval többen összejöttek a Balatonon a Yakuzák SE tagjai. Az edzések mellett kijutott minden más jóból is a résztvevőknek. A balatoni naplemente és a reggeli fények egyaránt emlékeztetnek. A naplementét egy kellemes vitorlázás közben sikerült tetten érni, a hullámzó Balatonon.

„Egy budapesti ügyvéd (többszörös vitorlázó bajnok) a hajójával vitt ki bennünket a nyílt vízre. Köszönet Takács Melindának a nyugodt csendes percekért!

Ma reggel pedig a kikötőben költöttük el

villás reggelinket. A képek magukért beszélnek.” (bejegyzés a yakuzakse.hu-n)

Augusztus 29-től szeptember 5-ig ugyancsak Balatonföldvár... Itt kezdték el az utolsó felkészülési szakaszt Zsófi-val és Gál Csabával az Oyama Memorial-ra. Közben arra is jutott idő, hogy Fekete Tamás jóvoltából Suzuki Kimiyoshi bemutatóját is megnézzék Siófokon. A mester két tanítványával érkezett egy Balaton parti rendezvényre, melyet Farkas japán útjának támogatója szervezett.



Október 3-5.



Hegykő

Az, hogy elmúlik a nyár, még nem jelenti azt, hogy a táborozásoknak is vége. Sőt! Nyugodtan kijelenthető, hogy a Yakuzák SE életében az edzőtáborozás nem évszakfüggő. Ha van rá lehetőség, Agócs mester már viszi is a tanítványokat, hogy megszokott környezetükből kiszakadva, más országrészekben élő barátokkal, sporttársakkal találkozzanak képezzék magukat, edzenek és töltsék együtt hasznosan és kellemesen az időt. Ennek bizonyosságára szolgáljon itt egy újabb beszámoló részlet a www.yakuzakse.hu-ról...**Október 3-án**, pénteken reggel korán indultunk a Dunántúli kis körzetbe Hegykőre. Horváth Lacival még a 90-es években ismerkedett meg Sensei, és néhány éve újult meg a baráti és szakmai kapcsolat. Azóta szinte hazajárunk Hegykőre, ahol nyugalomban és a vendégszeretetben van részünk. A megérkezésünk után azonnal edzeni mentünk az újonnan elkészült street workout pályára. A rövid edzés napsütésben kellemes beszélgetésben zajlott. Ebéd után a gyerekek Farkas vezetésével mentek a hegykői fürdőbe, a nagyobbak pedig pihentek. Az esti edzés több szempontból

különleges volt, és feltöltötte a csapatot annak ellenére, hogy mentálisan és fizikailag is nagyon fárasztó volt. Másnap délelőtt és délután is volt edzés, ahol a hegykői és soproni klub tagjai is részt vettek. Délután Zsófi szépségszalonban volt, a gyerekek ismét fürödtek, ezúttal Sensei vezetésével. Az úszómester tűrőképessége maximálisan le lett tesztelve. Este vendéglátónk feleségének, Andreának köszönhetően palacsinta party volt a program. Lekváros, mákos, kakaós, nutellás palacsintát ettünk és jutott még másnapra is. Vasárnap extra erős edzésen vettek részt a Litvániába készülők, hiszen reggel 9-től 11:45-ig képességfejlesztés volt számos területet érintve. Versenyzőink tűrőképességük határáig eljutottak, néhány könnycsepp is kicsordult. Imike: „de meddig méééég...?” A vasárnapi ebéd után wellness program következett a helyi Tornácos panzió wellness részlegén. Köszönet Horváth Lacinak és családjának a felejthetetlen hétvégéért és köszönet Hegykő város Önkormányzatának illetve a Tornácos panzióknak a vendéglátásért!”

Őszi „bentalvós” tábor

Október 29-től 31-ig tartott az idei őszi bentalvós tábor. A „bent alvás” azt jelenti, hogy az edzőteremben éjszakáznak, reggeliznek, ebédelnek, vacsoráznak a karatéák, s van, hogy csatlakozik hozzájuk néhány szülő is, aki kedvet érez magában a közösséghez. Az edzések egyébként nyitottak, tehát azok, akik nem éjszakáznak együtt a többiekkel, napközben ugyancsak részt vehetnek a tréningeken. Ilyen alkalmakkor napi három edzést tartanak, s ezek mellett több szabadidős programot is összeállít a tanítványok számára Agócs mester. Az idei bent alvós táborban több mint 30 fő aludt a dojoban, és közel 60 fő vett részt aktívan. A szabadidős programok között uszoda, paintball volt, de jutott idő a játékokra is.



Virág Imre János

Születési év: 2005.

Karatézik: 2011 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2014. Diákolimpia Nyíradony 1. hely

2014. XV. J&S Speed Kupa Tarján 3. hely

Célja:

„Sokat edzeni a fejlődés érdekében, mert szeretne nemzetközi versenyeken is részt venni, pl. Litvániába kijutni.”

Tanulmányi átlag: 5

Újabb diplomás tanítvány

Beszteri Attila fejlesztő mérnök az Audinál

Beszteri Attila októberben átvette járműgépész mérnöki diplomáját. Attila jelenleg Győrben, az Audinál fejlesztő mérnökként dolgozik. Két nyelven beszél... Megkértük Attilát, hogy adjon hírt magáról néhány mondatban, most, hogy így módon egy újabb jeles szakaszához érkezett az élete.

„Tavaly nyáron végeztem a Budapesti Műszaki Egyetem Közlekedésmérnöki karának Járműgépész szakán. Tanulmányaim mellett mindig próbáltam az elmélet helyett inkább a gyakorlatiaságra koncentrálni. Nagy segítség és jó irány volt ebben a karate és édesapám autószerelő műhelyében eltöltött idő. Az edzéseken megtanultam, hogy semmit nem adnak ingyen és a kitartás fontos tényező a magán és üzleti életben is. Egyetem mellett számos multinacionális vállalatnál voltam gyakornok – rész munkaidős kezdő mérnök. Pár évet töltöttem a Mercedes autógyárban, a Robert Bosch elektronikai cégnél és az Edag nevezetű tervezőirodában. Ezek után idén ősszel kaptam egy kedvező lehetőséget az Auditól. Jelenleg Győrben dolgozom a TT és A3 karosszériák előszéria és széria fejlesztésein, gyártási folyamatain. Remélem, hogy az edzéseken való részvételemmel példát tudok mutatni a gyerekeknek sport és tanulmányok terén is”.

Attila beszámolójához Sensei a következő sorokat fűzte hozzá:

„Büszkék vagyunk Rád! További sok sikert a magánéletedhez! Gratulálunk a diplomádhoz neked és a szüleidnek is! Reméljük, hogy a dan diplomádat is hamarosan ünnepehetjük! Osu!”



Presztizsellenfelek voltak: Beszteri Attila és Gál Csaba egy 2007-es fényképen, illetve 2014-ben.

Edzéseink szerves kiegészítői a teljesítménydiagnosztikai vizsgálatok, melyek prevenció jelleggel is történnek

Az utánpótlás versenyzők folyamat menedzselése és objektív mérésekkel igazolt felépítése több éve zajlik a Yakuzák SE-ben. A mindennapos, céltudatos edzések közepette ennek fontos állomásai a nemzetközi versenyeken való folyamatos részvétel, azaz a nemzetközi megmérettetés, valamint a profesz-szionális egészség-és teljesítménydiagnosztika. Sensei Agócs törekszik arra, hogy folyamatosan – objektív módszerekkel- ellenőrizni lehessen a lehető legtöbb tanítvány élettani változásait. A súly, a testmagasság, az erőnlét, a váz és izomzat folyamatos kontrollja segíti az egészséges sportot és életet. Augusztus 6-án például Móczó Milán és Mező Lili voltak a fővárosban egy ellenőrző, preventív vizsgálaton, **október 9-én** pedig Szántó Zita gerincét nézték meg az erre hivatott szakemberek. Fekete Farkas sem kerülte el a sorsát. **November 19-én** Sensei teljesítménydiagnosztikára vitte. Farkas életében először vett részt ilyen vizsgálatokon, amelyek egyébként a hírek szerint jól sikerültek. Kiértékelésük, elemzésük az év végén, **december 16-án** történik majd részletesebben. Agócs Tibor köszönetet mondott Tóth Ákosnak, Farkas erőnléti edzőjének a munkájáért, hiszen – mint mondta- objektíven látható eredményessége.



Szakmai tervezés Budapesten

Hogy lássuk a jövőt...

November 5-én Budapesten jártak a kiemelt versenyzők. Agócs sensei Szabó Zsófiával, Mező Lilivel, Gál Csabával, Palásti Kristóffal, Fekete Farkassal és képességfejlesztő edzőjével, Tóth Ákossal, valamint dr. Kovács Péter teljesítménydiagnosztikai szakemberrel beszélte át a következő egy év szakmai koncepcióját. Ezt megelőzően Mező Lili **október 27-én** volt kontrollon Szajka Bendegúzzal együtt. Lili fejlődése folyamatos nyomon követést igényel és ezúttal is pozitív antropometriai eredmények születtek. A november 5-i megbeszélés a tervek mellett érintette a versenyzőkkel kapcsolatos elvárásokat, és konkrét célokat is megfogalmaztak. Elhangzott például, hogy Szabó Zsófi számára szakmailag és utazások szempontjából (három kontinens!) is különleges év lesz a 2015-ös év, komoly kihívások és tanulás vár rá.

A 2015. év első félévének edzőtáborai és a felkészülések főbb vonalai is elkészültek és összeállításra került a versenyzők egyenkénti diagnosztikai támogatásának terve is.



Móczó Márk

Születési év: 2005.

Karatézik: 2011 óta

Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2014. MKSZ Magyar bajnokság 2. hely

2014. Tarján nemzetközi 3. hely

Megkapta a „jó tanuló, jó sportoló” minősítést.

Célja:

„Kijussak Japánba, világbajnok legyek.”

Tanulmányi átlag: 5

Bemutatókon a Yakuzák SE

Az edzéseken nyújtott teljesítmény értékelése, a versenyek, az övizsgák elsősorban a karatékának önmagának, mint tanítványnak adnak képet saját magáról. Az edzettségéről, a felkészültségéről, hiányosságokról, képességekről adnak számot ilyenkor.

A Yakuzák SE azonban maximálisan nyitott a külvilág felé is és az itt sportoló tagság mindig szívesen és büszkén mutatja be mindazt a tudást, amit a dojoban szerzett.

A különböző eseményekhez, településekhez kötődő bemutatók közönsége – legyen az bármily fiatal vagy öreg – még soha nem távozott még elégedetlenül a Yakuzák SE egy-egy fellépése után. Nem véletlen, hogy az idei esztendő második felében is sok felkérést kapott az egyesület.

Július 13. Jászapáti Bemutató a XX. Jász Világtalálkozón

Szeptember 19. Nagykáta Bemutató a „Harcosok napja” fotókiállításon

Fejős László grafikus művész szervezésében fotókiállítás nyílt a „Harcosok napja” keretében a Yakuzák SE japán útjának fényképeiből. Az Oyama Memorial



apropóján Szabó Zsófiáról is kerültek képek a kiállító helyiség falára.

A bemutató nyolc etapból állt. Palásti Kristóf, Mező Lili kiemelt szerepet kaptak, mint a Dream Cup versenyzői. A kiállítást sokan megnézték.

A bemutató után Agócs Tibor az egészséges életmódról és annak hatásairól, illetve az egészséges életmód, a sport, a kultúra és a mindennapi élet összefüggéseiről beszélt.

Szeptember 30. Jászberény Bemutató a Székely Mihály Ált. Isk. Tagintézményben

A Jászsági Általános Iskola Székely Mihály Általános Iskolai Tagintézmény Sportnapján az egészséges életmód témájának bemutató edzését sensei

Agócs Tibor tartotta. A szervezésben egy „karatés anyuka”, Horvát Ábel anyukája, Dóri jeleskedett, és az ő ajánlásával érkezett a megtisztelő lehetőség. Az egy órás programon kétszáz gyerek pillanthatott bele a mozgás örömeibe, illetve annak tudatos oldalába. Az előadás témája és a mozgásos gyakorlatok a „fegyelem”, „figyelem”, „koordináció”, „türelem”, „kitartás”, „koncentráció”, „kreativitás” címszavak köré csoportosultak. A bemutató edzésben Mező Lili, Szajka Bendegúz, Móczó Milán, Gál Barnabás segített, míg a fotókat Szabó Zsófi készítette. De jelen volt Fülöp Roland is (tanító bácsi szerepben), és persze sok tanár is, akik szintén kipróbálták a gyakorlatokat.





Október 17. Jászberény Bemutató a Sportnapon

A Bercsényi úti Sportcsarnokban tartott Sportnapon népszerűsítette a karatét a Yakuzák SE Jászberényben. A tanítványok sok egyesületi újságot osztottak szét és megmozgatták az érdeklődő gyerekeket.

December 12. Debrecen Küzdelemoktatás gyerekeknek

Egy szakmai program keretében kaptak meghívást sensei Agócs és tanítványai Debrecenbe. Az előadás szemléletformáló beszélgetéssel kezdődött (ok-okozati összefüggések, az életkori sajátosságok és a hozzájuk tartozó képességfejlesztések-pedagógiai elvek, módszerek között), majd ügyességi, koordinációs

gyakorlatokat mutattak be a tanítványok Sensei instrukciói alapján. A következő beszélgetés témája az „amatőr-professzionális hozzáállás a versenyfelkészülésben” volt. A bemutatón egy teljes verseny modellezése is megvalósult a bemelegítéstől a döntőig. Végül küzdelemre került sor, kiemelve a kényszerítő gyakorlatok, irányított és szabad küzdelmek, taktikai, stratégiai gondolkodás oktatását és módszereit. A debreceni képzésen való bemutatón Mező Lilit, Palásti Kristófot, Móczó Milánt, Gál Barnabást, Szajka Bendegúzt, Csibra Barnabást, Szabó Lizát, Treba Kírárt, Móczó Márkot, Szántó Zitát, Danká Hunort, Notheisz Jankát és Notheisz Csongort kérte fel Sensei.



Küzdelemoktatás gyerekeknek

Sensei Agócs Tibor és tanítványai



Helyszín: **Debrecen, Baross Gábor Középiskola, Szakiskola és Kollégium**
Debrecen, Budai Ézsaiás u. 8/A.
 Időpont: **2014.12.12. 17 órától 19.30-ig**





Notheisz Csongor

Születési év: 2006.
 Karatézik: 20011 óta
 Övfokozat: 9. kyu

Kiemelt eredmények:

2014. MKSZ Utánpótlás MB. Nyíradony
 1. hely
 2014. Speed Kupa Tarján 3. hely

Célja:

„Második osztály”

Tanulmányi átlag: 5

Vacsora a Mizse Motelben

Augusztus 13-án a Mizse Motelben vacsorával és a felkészülés képeinek visszanezésével köszöntük meg a támogatóinknak és a szülőknek a rengeteg segítséget. A vacsorán Tóth Tihamér meghívásának eleget téve a szülők elbúcsúztak gyermekeiktől, akik ezt követően egy öt napos (csütörtöktől hétfőig tartó) edzőtábor után repülőre ültek, hogy útnak induljanak Japánba.



Hűtőszekrényt kaptunk az Electroluxtól!

A leendő Y Ház készülő szülői várójába az Electroluxtól egy nagy hűtő szekrényt kaptunk. A szülői váró a tervek szerint teakonyha is lesz egyben, ami a későbbi edzőtáborok, illetve egyéb események alkalmával hasznos lehet. Köszönet Csibra Barnabás anyukájának, Kolozsvári Szilviának a közreműködésért, Kenyő Lacinak a szállításért! És KÖSZÖNET AZ ELECTROLUXNAK!

Agócs Tibor

Találkozó Mocsai Lajossal és Tamással

November 9-én Mocsai Lajossal, a hazai és a nemzetközi kézilabda világ ismert edzőjével, szakemberével, és fiával, Mocsai Tamással találkozott Sensei. Balatonbogláron a Nemzeti Kézilabda Akadémián (NEKA) jártunk Fekete Tamással az új képzési rendszerünk építésével kapcsolatban. A tervezett Y Akadémia és képzései érdeklik Mocsai Lajost és fiát, Tamást a NEKA vetetőjét. A szóbeli megállapodást írásos együttműködési megállapodás is követi majd különböző képzésekkel kapcsolatban. Fekete Tamás a Balaton Régió Turisztikai Desztináció alelnöke segítségével új távlatok nyílhatnak több szempontból. (Mocsai Tamás időközben súlyos autóbalesetet szenvedett. Mielőbbi felépülést és jó egészséget kívánunk neki egyesületünk egész tagsága nevében!)



Mikulás ünnepség Nagykatán



December 4-én, tehát mindenki mást megelőzve látogatott meg minket a Mikulás. A messzi Lappföldről ezúttal Nagykatáig húzták a rénszarvasok, hogy igazán belevaló karatésokkal találkozhasson a nagyszakállú. Elkísérte őt két zenemanó és a Krampuszok is. A kisebbik Krampusz szemtelenkedett, ami nagy bátorságra (és tájékozatlanságra) vall részéről, hiszen a Yakuzák SE-nél próbálta megcibálni az oroszlan[ok] bajszát. Végül megúsza a szemtelen, mert a Mikulás ajándékaival elrendezte a félreértéseket, mielőtt azok pofonszárba szökkenhettek volna. Később a Krampusz meg is húzta magát, és már annak is örült, hogy a virgácsait kioszthatta. Amint helyreállt a rend és tisztázódtak a félreértések, amit a bajkeverő szemtelen Krampusz idézett elő, a gyerekek verset is mondtak az öreg Mikulásnak és együtt énekeltek a zenemanókkal. Miután a Mikulás elsuhant varázsszánjával sorversenyek, játékos vetélkedők következtek. Az est fénypontja a szülők sorversenye volt. Rendkívüli élmény és látvány volt. Már csak ezért is nagyon reméljük, hogy jövőre is eljön hozzánk a Mikulás. (nem bánjuk, még a Krampuszt is hozhatja...)



Gál Barna lefutotta a félmaratont!

Augusztus 31-én a VII. Zagyvamenti Maratonon is sokan ott voltak a Yakuzák SE karatésai közül, és azok szülei is rajthoz álltak. Többen indultak félmaratoni váltóban. Móczó Milánt Csibra Barna váltotta a félmaraton váltójában, Gál Barnát pedig Szajka Bendegúz. Gál Barna ezután édesanyjával, Györgyivel, Csibra Barnabás anyukájával, Szilvivel, Szajka anyukával, Csík Anitával és Móczó apukával, Krisztiánnal ment tovább és teljesítette az egész távot. Gál Barnabás 12 éves... Simon Orsi sensei Tóth Ivettal volt párban, Molnár András pedig Szegedi Gabival futotta a félmaratoni váltót. Szajka Gyuri Krisztiánnal volt párban.

„Gratulálunk a szülőknek. Gratulálunk mindenkinek, aki teljesítette a távot. Büszkék vagyunk rátok! Osu!”

**A Margit-szigeten is ott hagyták
névjegyüket a Yakuzák**

Tornapálya avató Jászberényben

Maradandóan letette és ott is hagyta a névjegyét a Yakuzák SE Jászberény egyik központi szabadidős közterületén.

A jászberényi Margit-szigeten **szepember 23-án** adták át azt a street workout pályát, melynek ötletgazdája, szakmai koncepciójának felállítója és a kivitelezésben partneri segítséget nyújtó közössége a Yakuzák SE volt. A hivatalos megnyitón edzést tartott az egyesület. A tornapályát Jászberény polgármestere, dr. Szabó Tamás adta át a sportot kedvelők számára. Az eltelt időszakban többször is kilátogattak ide a karatékák, volt, hogy edzést is tartott itt a Sensei. Az a tapasztalat, hogy a street workout pálya egyre népszerűbb, nem lehet úgy kilátogatni a szigetre, hogy ne használná éppen valaki valamelyik eszközt. Agócs Tibor ráadásul meg is kérte a tanítványokat, hogy ha tehetik, vigyék ki magukkal a szülőket, barátokat, rokonokat is, hiszen ez a kültéri tornapálya egy kiváló lehetőség a szabadidős testedzésre. Vannak olyan tanítványok is, akik edzés előtt itt melegítenek be. Gedei Bencét például elég sokszor látták már itt az apukájával...



Cserepes Balázs

Születési év: 2000.

Karatézik: 2012 óta

Övfokozat: 8. kyu

Kiemelt eredmények:

2013. Diákolimpia 3. hely

2013. Tarján 3. hely

2013. Európa kupa Szlovákia 3. hely

2014. Zemplén kupa 3. hely

2014. Tarján 3. hely

2014. Diákolimpia 3. hely

2014. Magyar bajnok (Gyöngyös)

Célja:

„Még sokáig szeretnék versenyezni és eredményesebb lenni. Hosszú távú célom, hogy sporttal kapcsolatos tanulmányokat folytassak főiskolán vagy egyetemen, mert hivatásomnak is a sportot képezem el.”

Tanulmányi átlag: 4

Meghódították a Mátrát a Yakuzák



A Yakuzák SE egyik új szakosztályának, a Triatlon-Túra és Mountain bike szakosztályának második jelentős eseményére október 19-én, vasárnap került sor. Notheisz János szakosztályvezető („karatés apuka”) szervezésében ezúttal a Tarjánka-patak völgyében kijelölt túrát teljesítették tanítványok, szülők és mások.

A 10-12 kilométeres távot száznál is többen járták be. Családok, ismerősök és ismeretlenek, gyerekek hada vágott neki a vadregényes, sziklás Mátrának.

A völgy a biztonságos kaland élményével és izgalmaival ajándékozza meg a túrázókat. A táv nem volt hosszú, mégis fárasztó, mert a szurdokvölgyben a haladás nagy odafigyelést igényel. De megéri a fáradságot, a gyönyörű környezet és a kalandos út azoknak is élvezetessé teszi az utat, akik a túrát egyébként monotonnak érzik. Ez is egy körtúra volt, miként az első. (Emlékeztetes, hogy az első program egy kerékpáros kör volt,

amelyet futva, és váltóban – kerékpározva és futva – is lehetett teljesíteni. A többség a kerékpárt választotta. A terep őket is próbára tette, hiszen a meredekebb emelkedők nekik talán nehezebbek, mint a futóknak. A túra során Mátraalmásról indult a csapat, majd Galyatetőt kerülték meg a túrázók Mártaszentistván és a három falu temploma érintésével. Így értek vissza Mátraalmásra. A hegyi terep a gyerekeket fogta meg legkevésbé, ők a beérkezés után egy szűk óranyi focival „vezettek le” az erdőszéli focipályán.) Markazra visszaérve látszott, hogy a gyerekeknek a Tarjánka völgyi túra is rövid volt: újra előkerült a foci (talán hagyományteremtő jelleggel). Az ebéd babgulyás volt. Hegedűs Imre (ő is „karatés apuka”) szervezésében Ambrózi Zoli szakácsmester és barátai várták a túrázó csapatot a finom étellel. Igazi közösség kovácsoló esemény volt a Tarjánka-túra, amely nagy lendületet adhat a csapatnak a továbbiakhoz.

„Az egyesület Triatlon-Túra és Mountain bike szakosztálya ez évben alakult meg. Az ilyesfajta szervezett sportolásra való igény már látszott tavaly, mikor több alkalommal 50 főnél népesebb csapat futott a Kékestetőre. A szakosztály célja, hogy a szabadidő hasznos eltöltésének lehetőségét nyújtsa a karatés családok és minden érdeklődő számára. Olyan alkalmakat, ahol aktív pihenéssel regenerálódhatnak, és közben szép tájakon sportolva köthetnek barátságokat mindazok, akik részt vesznek programjainkon. A túraprogram kialakításakor alapvető szempont volt, hogy mindenki által teljesíthető, érdekes; látványt és kalandot is nyújtó programokat kínáljunk, ahol akár nagyobb tömegek is megmozdulhatnak” – nyilatkozta Notheisz János, szakosztályvezető, a kirándulások szervezője.

A következő túra tavasszal lesz, addig a téli futások a Mátrában ismét előtérbe kerülnek.



A Nippon Zengoban is pezseg az élet

Kőkemény izzadás!

Ahogy az előző számban már írtunk arról, hogy hogyan is indult be Jászberényben a Nippon Zengo, és részletes beszámolót is írtunk a sikeres jászberényi megnyitóról, most szeretném bemutatni, hogy azóta mi minden történt velünk, április óta. Mint új szakosztály, a Yakuzák SE-n belül már 4 klubra bővültünk. Gyöngyös, Jászberény, Jászapáti, és legújabb klubként Jászszeptandrá, de erről majd később, részletesen...

Jászberényben az edzések folytatódtak tovább rendületlenül, minden kedden és csütörtökön a Gyakorló Sport Általános iskola tornatermében 19 órától.

Nagyon sokan kipróbálták már a Nippon Zengot, és a kitartóak komoly átalakuláson mentek keresztül. Idén kétszer is részt vettünk a Fitbalance-on, májusban és szeptemberben Budapesten, a Papp László sportarénaiban. Ez az év egyik legkiemelkedőbb fitness rendezvénye. Olyan híres előadók mellett szerepelünk, mint Rubint Réka, Tatárek Rezső, Czanik Balázs és még sorolhatnám. Év-ről évre egyre nagyobb sikernek örvend ez az új mozgásforma, és felkerültünk mi is a nagyszínpadra, ahol egy teljes órát tarthattunk. Nagyon nagy sikerünk volt, és már a jövő évi programba is felvették a Nippon Zengot, mint óraadó. Ez egy nagyon nagy elismerés a fitness szakmában.

A májusi Fitbalance-on még a jászberényi zengosok nem nagy létszámban jöttek el, mert még a friss klubnyitó után barátkoztak ezzel az új sporttal.

Július 10-13. között négyen részt vettünk a nyári edzőtáborban Szentesen. Napi 3 edzés volt. Reggel futás és a Tisza partjánál különböző típusú kültéri erősítő edzések voltak. A második tréning technikai edzés volt, itt külön csoportban voltak az oktatók és tanítványok. Ebben az esetben az ütések és rúgások helyes technikai kivitelén volt a



Antal Regina szakosztályvezető lelkes és vidám oktató

hangsúly. A harmadik edzés pedig egy másfél órás Nippon Zengo. Kőkemény izzadás! A táborban lehetőség volt oktatói vizsgát is tenni. Egy nagyon tehetséges zengosom, Majtényi Ági sikeres Nippon Zengo oktatói vizsgát tett.

Augusztusban ellátogattunk a tiszafüredi Kalóz-sziget kalandparkba egy kis csapatépítésre. Nagyon jó volt a pálya és maga a hely is. Így egy kicsit jobban megismertük egymást. Augusztus végén pedig négyen lefutottuk a Zagyvamenti félmaratont.

Szeptember 21-én szép számmal, azaz 23-an részt vettünk a Fitbalance-on. Mivel benne vagyok a Top Team-ben, a fellépő csapatban, én a nagyszínpadról figyelhettem őket. Hihetetlen érzés volt látni főntről azt a nagy tömeget egyszerre mozogni!

Októberben, a IV. Nippon Zengo Giga Fesztiválra utaztunk 24 zengosommal, Szentesre. Ez egy fitness nap

volt, egész napos programokkal, ahol lehetőség volt vizsgázni is. A klubból 13-an vizsgáztak és szerezték meg a fehér pólóra a minősítést!

Novemberben egy újabb klubbal bővült szakosztályunk. 14-én Jászszeptandrá-



son, az általános iskola tornatermében tartottunk egy bombasztikus Nippon Zengot, és fertőztük meg a szentandrási embereket is.

Decemberben, várva a Mikulást, a 6-i edzés után egy kis batyus party-t csaptunk. Egy nagyon jó hangulatú, összetartó társaság alakult ki a jászberényi zengosokból.

Jövőbeni terveink között szerepel, hogy jövő tavasszal itt, Jászberényben is szervezünk egy fitness napot, különböző órátípusokat tartva, népszerű edzőket is meghívva. Nyáron pedig akár egy közös edzőtábor is lehetne szervezni a karatésokkal. Szeretném, hogy minél több ember kezdjen el mozogni, és legyen benne siker! Találja meg a mozgásban minél több ember az örömét, és egy egészségesebb élet felé mutatni az utat.

Antal Regina, szakosztályvezető



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



Tekintse meg a
bemutatóról szóló
filmet!



Támogatóink:

deep
médiacsoport

infó

VM
VM Média Kft.

Nagykóta Város Önkormányzata

Jászberény Város Önkormányzata

Creativ CCS Stúdió Kft.
Dream on paper!
www.ccsstudio.hu

SZÁRAZ SÓTERÁPIA
SÓBARLANG
Jászberény, Széchenyi u. 6.
Nyitva: 10-18 óráig, 13-18 óráig
Tel: 06-56-524-050

SZATMÁRI BAU
ÉPÍTŐANYAG KERESKEDELSZ

Co-op STAR
KERESKEDELMÉNY ZRT.

Pillér
Élelmiszer üzletek

VONNA KFT. TRANS
LOGISZTIKAI SZOLGÁLTATÓ

YAKUZÁK SE KYOKUSHIN
A Yakuzák SE lapja
Készült 500 példányban
Felelős szerkesztő: Agócs Tibor
Fotók: Egyesületi Archivum,
Fekete Tamás, SHS