

KIAI!



Tak Vás všechny vítám v našem Trhaňáku.

Sladké „nic nedělání“ skončilo! Vánoce jsou ty tam a dokonce i Silvestr patří minulosti. Pokud u některých z Vás poskočila ručička na osobní váze o nějaké to kilo navíc - nezoufejte. Nadbytečných kil se zajisté „lehce“ zbavíte důslednou tréninkovou morálkou. Doufám, že jste přežili volné dny bez zranění a újmy na zdraví, neboť tak trochu ve skrytu duše si přejí, aby jedním z Vašich novoročních předsevzetí bylo i zdokonalit se v bojovém umění, kterému se v prostorách našeho klubu věnujete.

Přeji Vám všem, aby se vám v průběhu začínajícího roku podařilo úspěšně složit zkoušku na vyšší technický stupeň, než vlastníte nyní v lednu. Vám, kteří se věnujete výkonnostní formě bojového umění přeji, abyste v následujícím roce alespoň jednou okusili ten slastný pocit „stát na bedně“, neboť úspěch na jakémkoliv turnaji je pro mnoho z nás tou pravou motivací k zvýšené tréninkové pili. Z tohoto důvodu bych si dovilil na tomto místě požádat všechny rodiče i přátele všech našich členů o velkou dávku jejich podpory v průběhu celého roku. Víím, jak je mnohdy problematické a složité přeorganizovat program blížícího se víkendu jen proto, že Vaše dítě, přítel, manželka či druh si zrovna přejí jet na nějaký turnaj, či seminář. Bojová umění jsou však fenoménem, který na jedné straně stále více zaměstnává svého vyznavače, ale na druhé straně jej vybavuje velkou dávkou psychické odolnosti, která se příznivě projevuje ve vztahových vazbách k jeho okolí. Snažte se proto, prosím, vycházet svým blízkým vstřícně při jejich, pro Vás mnohdy až nepochopitelných, požadavcích na možnost zúčastnit se semináře či turnaje svého oblíbeného bojového umění.

Stalo se již jistou tradicí, že SKBU Hostivař každoročně vylepšuje prostory našeho sportovního střediska. O prázdninách minulého roku se nám podařilo zkvalitnit vzhled vstupních prostor a zbavit Trhaňák vzliánající vlhkosti obvodových stěn. V roce 2011 bychom chtěli zkvalitnit vybavení dětského hřiště, které se těší velké návštěvnosti nejen maminek našich členů, které na hřišti hlídají mladšího sourozence ale i rodičů dětí navštěvujících Lidovou školu umění a obyvateli okolní zástavby.

Vážení členové, přátelé a příznivci Sportovního klubu BUDO Hostivař. Dovolte mi, abych Vám všem do roku 2011 popřál mnoho zdraví a osobních úspěchů! Ať každý den v tomto roce strávený na trénincích, či akcích klubu pozitivně ovlivní Vaš život i životy Vašich blízkých.



*Třeba to bylo
někde jinde
a úplně jinak...*

Ing. Karel Strnad, předseda S.K.BUDO Hostivař



VYHODNOCENÍ ČINNOSTI ODDÍLU KARATE ZA ROK 2010

Uplynulý rok byl pro oddíl karate velmi významný. Pro členy i přátele klubu bylo, kromě tradičního pořádání Semináře Hideo Ochi a Mikulášského turnaje, bezesporu nejvýznamnější akcí Mistrovství Evropy JKA mládeže do 18 let a veteránů nad 40 let, které jsme pořádali v jeho sedmileté historii již potřetí ve sportovní hale Slavie Praha ve Vršovicích. Pořadatelský servis, který náš klub na šampionátu poskytoval, byl skutečně dokonalý. V průběhu dvoudenního Mistrovství jsem nezaznamenal jedinou stížnost od zúčastněných států na kvalitu jeho přípravy a průběh. Po sportovní stránce se členové SKBu nenechali pořadatelským týmem zahanbit, neboť vybojovali ve hale Slavie 3 zlaté, 7 stříbrných a 8 bronzových medailí.

V dlouhodobé, tří kolové Národní lize karate JKA dokázali reprezentanti klubu ve věkových kategoriích žáci a dorost zvítězit a ve věkové kategorii seniorů obsadit třetí příčku.

Nicméně absolutní vrchol domácí soutěžní sezóny se uskutečnil první sobotu v listopadu, kdy se konalo Mistrovství České republiky JKA jednotlivců kata i kumite a kata družstev. Na tomto prestižním turnaji, kterému předcházely kvalifikační turnaje ve fotmě dvou Národních pohárů a Přeborů jednotlivých krajů, se také uzavírala prestižní soutěž úspěšnosti klubů za celý rok. Ještě před Mistrovstvím jsme byli na druhém místě za SK Shotokan Neratovice o cca 50 bodů. Na trénincích klubu i na soustředění těsně před Mistrovstvím probíhala na tento turnaj velmi intenzivní příprava. Rovněž tak jsme v rámci přípravy absolvovali několik turnajů Českého svazu karate a nově vzniklé

organizace BUDO Česká republika. Na samotném Mistrovství, které se konalo shodou okolností opět v hale Slavie Praha ve Vršovicích, odezdali naši členové skutečně vše, co v nich bylo. Po sečtení bodů na konci turnaje jsme mohli s velkou radostí konstatovat, že SKBu Hostivař i v roce 2010 zvítězil v soutěži úspěšnosti klubů, a tak obhájil své několikaleté nepřerušené prvenství.

Na sklonku roku - 4. prosince jsme uspořádali ve sportovní hale ve Štěrboholech tradiční Mikulášský turnaj pro mládež do 18 let. Naši členové se tohoto turnaje zúčastnili ve značném množství, a proto není divu, že při vyhlášení výsledků snad ani v jedné disciplíně, či věkové kategorii na „bedně“ nechyběl zástupce SKBu.

Posledním turnajem v roce 2010 byl přebor klubu pod názvem Vánoční turnaj. Členové klubu se utkali o tituly Přeborníka SK BUDO Hostivař v kata i kumite odděleně dle technických stupňů a věkových kategorií od mladších žáků až po veterány (KPŽ). Výsledky jak Mikulášského, tak i Vánočního turnaje můžete shlédnout na nástěnkách.

Byl rok 2010 pro oddíl karate úspěšný? Myslím si, že určitě. Kromě řady vybojovaných medailí a vítězných zápasů zkušených reprezentantů klubu se objevila řada nových nadějných závodníků v žákovských věkových kategoriích. To je však jen jedna strana mince. Na druhé straně můžeme sledovat stále stoupající technickou vyspělost členů v stylu karate do Shotokan ryu, a to je, a i v budoucnosti bude, hlavní směr činnosti oddílu karate SKBu Hostivař.

CO ČEKÁ ČLENY ODDÍLU KARATE V ROCE 2011

Na začátku každé nové sportovní sezóny bývá dobrým zvykem stanovit si cíle, jejichž splnění má být pro závodníky motivací, aby unesli nelehkou fyzickou i psychickou zátěž – účastnit se soutěží a co nejlépe tam reprezentovat svůj sportovní klub.

Co čeká členy oddílu SKBu v příštím roce?

Všechna družstva oddílu karate čeká v průběhu celého následujícího roku další prohubování studia karate do stylu Shotokan ryu především zdokonalováním se v technikách karate – postoje, bloky, úde-ry a kopy. Kvalitu technik karate následně uplatní při studiu kata dle svých technických stupňů, neboť jedině tak lze naplnit pravý význam praktikování kata – pochopit principy účinnosti a dynamiku používání technik karate při řešení, byť simulativních, sebeobraných situací, z kterých jsou vlastně všechny kata sestaveny. Pochopení dynamiky provedení technik karate je pak třeba převést přes řízené formy kumite do používání ve volném zápase kumite. Skutečnost, do jaké míry se naši členové zdokonalují v karate do, budeme i nadále u všech věkových a výkonnostních družstev prověřovat jejich účastí na přátelských, či mistrovských, případně mezinárodních turnajích.

Z hlediska závodních aktivit budou našim členům vybírány turnaje, které budou odpovídat jejich technické a sportovní vyspělosti.

Kvalifikace na MČR jednotlivců

Jednotlivci všech věkových kategorií absolvují Přebor Prahy a dvě kola Národních pohárů. Na základě součtu bodů získaných na těchto soutěžích STK JKA ČR sestaví startovní listinu na mistrovství JKA ČR, které se letos uskuteční v listopadu v Českém Krumlově.

Národní liga karate JKA smíšených družstev žáků, dorostenců a seniorů

Přechody našich členů do vyšších věkových kategorií letos řádně zamíchají sestavami jak v žákovském, tak i v dorosteneckém družstvu. Prakticky všichni členové loňského úspěšného družstva žáků přestoupí, až na Patrika Kuthana, do dorostu. Proto v žákovském družstvu dostanou příležitost děvčata Dolečková (T + A), Rokosová, Zemanová a kluci Nováková (M+ T), Šedivka, Matoušek, Šedivý.

V seniorské věkové kategorii se budeme snažit postavit družstvo,

které bude útočit na post nejvyšší. Vytvoříme družstvo širokého věkového spektra, které by mohlo favoritům značně zatopit.

Mistrovství Evropy mládeže a veteránů JKA

Ve druhé polovině května se uskuteční v Maastrichtu – Holandsku 8. Mistrovství Evropy JKA mládeže do 18 let a 3. Mistrovství Evropy JKA Veteránů. Věřím, že účast na tomto Mistrovství si vybojuje svými výsledky na domácích soutěžích (Liga a Národní poháry) co největší počet našich členů.

Mistrovství Světa JKA

Po více jak čtyřleté pauze se uskuteční v Bankku – Thajsko ve dnech 18. – 21. srpna Mistrovství světa JKA pro věkové kategorie mládež do 18 let a seniory. Účast na tomto mistrovství bude podléhat nominaci JKA ČR. Kromě toho si každý účastník hradí náklady na svoji účast z vlastních zdrojů. Dle prvotních propočtů bude nutné kalkulovat s částkou cca 50 tisíc korun.

Mikulášský turnaj

Turnaj se uskuteční začátkem prosince ve sportovní hale ve Štěrboholech. Svoji účast na turnaji s ročním předstihem již přislíbili Maďarsko a Německo.

Přebor SKBu – Vánoční turnaj

Letošní sezonu zakončíme tradičně Přeborem klubu pro všechny věkové kategorie i technické stupně.

Jak sami vidíte, příští rok bude ještě mnohem náročnější na přípravu a účast na soutěžích karate. Vedení SKBu je připraveno vytvářet členům oddílu karate dobré podmínky pro kvalitní přípravu na tyto turnaje, a to jak na pravidelných trénincích, tak formou organizování speciálních přípravných tréninků (pátky), tak i seminářů či soustředění. Jsem přesvědčen o tom, že pokud naši závodníci řádně zužitkují připravovanou sportovní přípravu, kterou doplní osobní tréninkovou morálkou, budeme na konci sezóny mít možnost vyhodnotit úspěšnost roku 2011 za pozitivní.

Ing. Karel Strnad, předseda klubu



SEMINÁŘ SHIHANA HIDEO OCHI.- GICHIN CUP 2011

19. a 20. února bude náš klub pořádat ve sportovní hale ve Štěrboholech seminář jedné z nejvýznamnějších osobností karate stylu Shotokan ryu shihana Hideo Ochi.

Hideo Ochi (vedoucí instruktor JKA Europe) za dobu své závodnické kariéry zvítězil 3x v kombinaci kata, kumite na otevřených mistrovstvích Japonska. Společně s ním se to podařilo pouze jediné další významné osobnosti panu Massaki Uekimu (vedoucí instruktor JKA world Federation). Právě pro svoje kvality byl Hideo Ochi vyslán do Evropy, aby zde šířil Shotokan ryu. Hideo Ochi své poslání naplnil dokonale. Jeho zásluhou je úroveň karate stylu Shotokan ryu v Evropě hodnocena na vysoké úrovni.

My máme to štěstí, že Hideo Ochi stál u začátků praktikování karate v tehdejší Československu a působí v současnosti jako hlavní instruktor JKA ČR. Proto je účast na jeho semináři chápána jako jakási kultovní událost. Během semináře shihan Ochi dokáže cvičence nadchnout pro další studium karate a předává jim pozitivní energii.

Vzhledem k tomu, že Hideo Ochi je i mým učitelem a přeneseně i učitelem všech členů našeho klubu, neměl by na semináři chybět nikdo z Vás.

Seminář proběhne v sobotu ve dvou trénincích a v neděli dopoledne jedním tréninkem.

V sobotu po druhém tréninku se uskuteční mezinárodní turnaj smíšených družstev seniorů a po jeho ukončení proběhnou zkoušky na stupně technické vyspělosti 1. kyu a dan. Na zkoušky se připravuje i řada našich členů. Držme jit proto palce ať uspějí.

Karel Strnad



SOUSTŘEDĚNÍ KARATE

Jarní soustředění oddílu karate

Jarní prázdniny pro Prahu 10 jsou každoročně spojovány se soustředěním oddílu karate. Letos se soustředění uskuteční ve dnech 6. – 13. února v penzionech Sokolská chata a Ruzyně v Rumburku u Tanvaldu. Penzion Sokolská chata disponuje tělocvičnou o ploše 120 m², kde budou probíhat tréninky zaměřené na přípravu na soutěžní sezónu. Přímo u penzionu Ruzyně je cvičná sjezdovka s vlekem, kde se účastníci soustředění rozjezdí a pak se bude denně lyžovat na sjezdovkách Rejdice a Čáp u Příchovic.

Písemné informace o soustředění byly našim členům předány začátkem prosince minulého roku. Termín přihlášení se na soustředění je v lednu. Přihlášky budou od pondělí 3. ledna umístěny na baru. Prosím proto rodiče, kteří chtějí své děti na soustředění přihlásit, aby neotáleli. Ubytovací kapacita na soustředění je omezená !!!

Zimní soustředění oddílu karate

Český Šumbuk Krkonoše 6. – 13. 2. 2011
Penzion Sokolovna

Vedoucí soustředění: Ing. Karel Strnad, 6. dan karate JKA

Odjezd: 6. 2. 2011 v 10.00 hodin, Trhan. nám. 179/9, Pha 10

Příjezd: 13. 2. 2011 ve 12.00 hodin, Trhan. nám. 179/9, Pha 10

Cena soustředění: 3.850,- Kč; zahrnuje dopravu, ubytování, plnou penzi, cvičení

Upozornění: Veškerou elektroniku a cenné předměty si bere každý účastník na vlastní zodpovědnost. Závaznou přihlášku a doklad o zaplacení předložte v kanceláři klubu do 31. 1. 2011. Při odjezdu odevzdejte hlášení o účastníkovi a průkaz zdravotní pojišťovny (originál, nebo kopii).





ODLIŠNÝ PŘÍSTUP K POZDRAVU

Uvádíme článek, který publikovala členka našeho klubu Petra Karlová, která studuje v Japonsku.

Odlíšný přístup k pozdravu

Již několik let se stýkám s Japonci, ale teprve nedávno jsem si všimla jedné velice nepříjemné věci.

V české kultuře se slovům přikládá váha a klade se důraz na jejich přímý význam. Být upřímný je považováno za dobrou vlastnost. Přirozeně existuje rozdíl mezi ideálem a realitou, ale upřímnost zároveň reprezentuje důvěryhodného, spolehlivého člověka. Za takových okolností, i když máme třeba jiný názor, jeden druhého si vážíme a vzájemně se zdravíme. Pokud pro nás ten druhý něco udělá, tak mu vždy poděkujeme.

Umět pozdravit a poděkovat je základ, kterému se učí každé malé dítě. Všichni vědí, že ten, kdo nepozdraví, nepoděkuje, je nevychovaný, špatný člověk. Následkem toho je v Čechách slušnost (se vzájemně) pozdravit, když vejdem do obchodu. (V supermarketech, kde je hodně pracovníků, to tolik neplatí.) Každopádně bez ohledu na věk, pohlaví, postavení každý pozdraví. Existují společenská pravidla, takže mladší osoba zdraví starší osobu a starší osoba na pozdrav odpoví, nicméně pozdrav je vždy vzájemný.

Nepozdravit, ignorovat toho druhého znamená, že jsme se nepohodli, nebo rozešli ve zlém. Například lidi, kteří za totality spolupracovali s komunisty a někomu tak ublížili, sotva někdo pozdraví. Tímto jim ostatní dávají najevo, co si o nich myslí: „S touto osobou nemám nic společného.“

Zatímco v Čechách nese pozdrav výše uvedený význam, v Japonsku vyjadřuje trochu jiný vzorec mezilidských vztahů. Když v Japonsku někdo vejde do obchodu nebo restaurace, personál ho okamžitě pozdraví, protože se jedná o zákazníka, hosta. Ale od zákazníka se pozdrav neočekává. Stejně tak výše postavená osoba není povinná

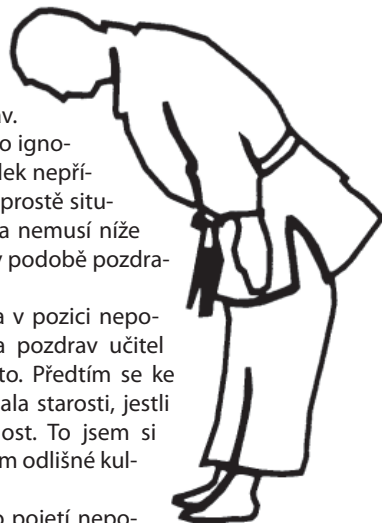
odpovědět na pozdrav níže postavené osobě. Například v sídle asociace karate někteří vysoce postavení instruktoři neodpovídají na pozdrav. Viděno českýma očima to působí jako ignorace toho druhého, což má za následek nepříjemný dojem. V japonském pojetí je prostě situace taková, že výše postavená osoba nemusí níže postavené osobě projevovat přízeň v podobě pozdravu. Pro Čechy je to ale neslušnost.

Já jsem se také několikrát ocitla v pozici nepozdravené. Když mi neodpověděl na pozdrav učitel nebo starší kolega, zneklidnilo mě to. Předtím se ke mně chovali laskavě, tak jsem si dělala starosti, jestli jsem neprovedla nějakou nezdvořilost. To jsem si ještě neuvědomovala, že je to problém odlišné kultury.

Kromě toho ještě existuje jedno pojetí nepozdravení. Japonci, když nevědí kudy kam, nasadí nepřítomný výraz. Tedy předstírají, že si ničeho nevšimli, a tím se snaží vyhnout problému. Ale opět, z pohledu cizince to vypadá, že ho schválně ignorují, a proto dojde k přesvědčení, že Japonci jsou chladní. Z tohoto hlediska je tedy důležité navázat komunikaci.

Ve výsledku to, co Japonci používají jako nástroj, aby si navzájem nepůsobili potíže, Češi (Euroameričané) chápou jako ignoraci, neslušnost nebo pokrytectví. Realita, že je člověk součástí party, i když nedostane odpověď na pozdrav, je opravdu náročná.

Když jsem si s kolegy po zasedání povídala, vytanula mi na mysl otázka, jak sladit logické chápání se svými pocity (emoce s myšlením), což mě přivedlo k zamyšlení nad rozdílným pojetím pozdravu.



**finanční
poradenství**

Potřebujete

- zkontrolovat, zda neplatíte příliš mnoho za pojištění?
- zajistit půjčku, hypotéku, její refinancování? Zkontrolovat, co se s ní dá dělat?
- spořit? Zdá se Vám, že spoříte pomalu?
- potřebujete zajistit sebe i své nejbližší proti rizikům a zároveň co nejlevněji?
- ušetřit na výplatách pro zaměstnance tak, aby zaměstnanci zároveň dostávali více?

Kontaktujte nás prosím na

+420 739 523 891

h.jandova@sms-as.eu

www.sms-as.eu

kancelář Střešovická 429/20, 162 00 Praha 6

Kdo jsme

- SMS finanční poradenství se jako makléřská společnost od roku 2001 soustřeďuje na finanční poradenství. V tomto oboru se během posledních let stala SMS uznávanou společností a expanduje i na zahraniční trhy
- SMS je dlouholetým členem Asociace českých pojišťovacích makléřů
- služby nabízíme **ZDARMA** občanům i podnikatelům
- nejsme zřízeni ani vlastněni žádnou finanční institucí

V čem si myslíme, že jsme výjimeční

- při jednáních zastupujeme vždy zájmy klienta, nikoliv zájmy finančních institucí
- pro dokonalý přehled o finančních produktech na českém trhu, jsme schopni vždy nalézt nejhodnější řešení
- díky dlouhodobé praxi jsme schopni odhadnout další chování finančních institucí a částečně vývoj produktů
- s některými finančními institucemi se konzultačně podílíme na vzniku nových produktů v závislosti na potřebách našich klientů





THAJSKÁ LIGA – WINDY CUP 14. 11. 2010

Závěr roku se ukázal být co do thaiboxerských akcí poměrně úrodný. Chronologicky první akcí bylo druhé kolo Windy cupu – thajské ligy seriálu MČR. SKBU vyrazilo na tuto akci v poměrně početném zastoupení, celkem 5 bojovníků jelo na Pankrác zápasit, přičemž původní plán počítal až s osmi či devíti, jenže počet nasazených umenšilo jednak několik zranění a druhak i nedostatek soupeřů v adekvátní výkonnosti a váhové kategorii, takže pár našich borců vyšlo naprázdno a organizátoři pro ně neměli soupeře.

Thajská liga se tradičně odehrávala na Pankráci, což všichni kvítujeme se značným povděkem, neb málokdo je fanouškem vstávání ve čtyři ráno a cestování pět hodin někam do Zubří, aby tam dostal v prvním kole nakládačku a jel zase domů. Když už jsme nakoušli toto téma, oproti závodům organizace ČSFu, na něž jezdíme už řadu let, má thajská liga několik dalších odlišností. Především borci nebojují pyramidovým vyřazovacím systémem, ale mají nasazeného pouze jednoho soupeře odpovídajících zkušeností. To má za následek, že nemůžete ve svém prvním zápase potkat třeba mistra Evropy, jak se to mnohým z nás dříve stávalo. Na jednu stranu rozumné, na druhou stranu méně zábavné :).

Co ovšem zůstává vždy a stále stejné, je organizační chaos před a během turnaje. Sraz výjezdní skupiny v devět třicet na přesně určeném místě jako obvykle znamenal, že kolem třičtvrtě jsme se začali náhodně potkávat na různých místech kolem haly, tedy alespoň těch pár, kteří dorazili přibližně včas. Skupina se záhy opět rozdělila, protože úspěšnost logistické přípravy se pohybovala kolem 50%, a tak se závodníci museli vydat horečně shánět zapomenuté sportovní pasy, lékařská potvrzení a chrániče. Nutno poděkovat nasazení a řídicí schopnostem Slávistovy matky, bez níž by nás zavedlo významně méně.

Poté nastalo klidnější období (zhruba dvě hodiny), vyplněné stáním ve frontě na zvážení a registraci závodníků. Doplnkové aktivity tvořilo tlachání ze známými z jiných klubů, u zvážených závodníků dohánění potravinového deficitu, u Eiffela ládování paralenů, aby srazil horečku alespoň pod 40, či úpěnlivé ukecávání organizátorů, aby ještě počkali s registrací na Maxe, který jel přes celou Prahu pro zapomenutý sportovní pas.

Nakonec vše dobře dopadlo a turnaj začal. Početná skupinka SKBU fans, hooligans a support teamu obsadila část tribuny a podporovala závodníky uvolněnou atmosférou. Jak se blížily naše zápasy, atmosféra houstla a fightři se začali zabývat obvyklými otázkami typu Ztratila se mi taška, Nevíte kolikátý mám zápas, Znáte mého soupeře či V prvním patře došel toaletní papír.

První zápas dne a druhý zápas v životě čekal Dana, který narazil na soupeře s delšíma rukama a schopností boxovat na dlouhou vzdálenost. Dan zvolil počáteční taktiku přijít blíž a zasadit dva údery, zatímco inkasoval šest, což se brzy ukázalo jako ne zcela produktivní řešení. Než se se stylem soupeře stihl vypořádat, měl výraznou bodovou ztrátu a protivník ho šikovně navaňoval a zpomaloval zbytečným klinčováním. Dan díky solidnímu krytí určil zápas bezpečně do konce, leč na body prohrál. Užitečná prohra, protože se z ní poučil a nakonec si z prohraného zápasu odnesl více než z minulého vyhraného.

Druhý zápas měl Martínek, který se individuální přípravou pokusil uklidnit emoce. Leč dobrý plán byl rozbořen průběhem zápasu – Martínkův soupeř aktivními výměnami strhl zápas do atraktivní přestřelky, bohužel nevyzpytatelnost takové rvačky se našim barvám nevyplatila – opět prohra na body. Nakonec i tato prohra přinesla ovoce, protože nakopla Martíňka k úspěchu – ani ne za čtrnáct dní vybojoval v turnaji ČSFu v Chomutově zlato a tím si spravil chuť.

Pak se nám koučování poněkud zamotalo, zápas Slávisty v jednom ringu se kryl s Hoperovým zápasem v ringu číslo dvě, takže se skupina rozdělila.

Eiff zůstal s nezkušeným Slávistou, a dobře tak, protože jeho soupeř, byť o půl hlavy menší a méně technicky vyspělý, se ukázal být tvrdým oříškem. Jakmile bylo jasné, že bodově prohrává, snažil se situaci zvrátit agresivitou a tvrdostí, k čemuž mu dopomáhal jeho roh hlasitým povzbuzováním k vraždění a mrzačení. Pro Slávistu to byl nový a náročný zážitek, takže nás čekaly horké chvíle plné tak tak odvrácených úderů. Nakonec Slávista zuby nehty, se štěstím a se zkrvaveným obličejem udržel plichtu, což je na první zápas pěkný výsledek.

Ve druhém ringu si zatím Hoper poradil i bez trenéra, se znuřeným výrazem přebodoval méně zkušeného soupeře a byla z toho klidná výhra na body.

Poslední zápas dne měl Max, vzhledem k výkonnosti jeho i jeho soupeře šlo o fight kategorie C, takže bez helmy. Borci si nebyli neznámí, Maxův soupeř se snažil o odvetu za prohru na nedávném Czech Open. Snažil se usilovně, celý zápas tlačil a snažil se kombinovat, Max odpovídal zákeřně pasivním stylem, prokládaným nebezpečnými body kicky. Zápas v hodně thajském stylu, taková překopávaná, nakonec dopadl bodově v náš prospěch.

Souhrnem pět zápasů, dvě prohry, jedna remíza, dvě výhry. Solidní výsledek, hlavně žádné zranění a spousta podnětů pro další přípravu a závody. A snad i zajímavá podívaná pro diváky, hlavně pro početnou partičku řad spolumbojovníků z našeho klubu. Šli jsme spát jako lepší bojovníci, než jsme byli, když jsme vstávali.

-Eiff





MISTROVSTVÍ EVROPY IAIDO – PAŘÍŽ 2010

V letošním roce se obdobně jako každý rok konalo ME Iaido. Jako místo konání byla stejně jako před 3 lety vybrána opět Paříž, i když původně se ME mělo konat v Nantes, dál na západě. Upřímně řečeno, Paříž nepatří k mým oblíbeným destinacím, i když je těžko říct proč. Možná proto, že prostředí přelidněného velkoměsta není nijak uvolňující, možná proto, že dopravní špička je v Paříži 24 hodin a asi taky proto, že se jinak než francouzsky nedomluvíte, což bývá někdy dost limitující. Nicméně, reprezentace ČFK letos

vyrazila v počtu 8 lidí a doprovodu slovenských kolegů jsme si probojovali cestu do Paříže. Tento rok jsme se vzdali všech dramát jako jízda v protisměru nebo totální bloudění. Do hotelu jsme dorazili po 15 hodinách jízdy. Ubytovali jsme se v F1, která byla i součástí velké haly, kde byl seminář a závody. S Michalem Kolískem jsme dostali skvělý pokoj, jenž měl číslo 666 s nádherným výhledem na pařížský hřbitov. Na většině pařížských hřbitovů se muže točit horor bez výstavby drahých kulís a tento nebyl výjimkou.

Druhý den začínal dvoudenní seminář, na jehož závěru se uskutečnilo školení rozhodčích. V kategorii 3. - 4. danů nás dostal na starost Kusama sensei 8. dan Hansi, a to bylo na jeho výuce hodně znát. Nic nám nebylo odpuštěno a v přípravě na taikai a zkoušky nám moc pomohl. Druhý den se na závěr uskutečnilo zmiňované školení rozhodčích, kde jsme si mohli vyzkoušet zápas a zbavit se přebytečné nervozity. Musím říct, že se mi to podařilo a cvičný zápas jsem vyhrál. Přebytečnou nervozitu a adrenalin jsem nechal na shiai.

Třetí den jsme všichni nastupovali do ME v individuálech nervózní, ale odhodlaní. V kategorii 1. danů nastoupil Jan Vebersík z Nozomi dojo a Petr Březina z Kokki dojo. V kategorii 2. danů Josef Smolka z našeho dojo a Pavla Štěpánová z Nozomi dojo. V kategorii 3. danů jsem nastoupil já a Michal Kolísek z SBK Vyškov a konečně v kategorii 4. danů Tomáš Kyncl z Kensei dojo a Vladimír Hyndrák z Kokki dojo.

Začal jsem soubojem s reprezentanty z Rakouska a Portugalska. Oba jsem 3:0 porazil a postoupil první ze skupiny do KO systému. Tam na mě, jak jinak, čekala německá reprezentantka Heinrike Glimme, která minulý rok obsadila druhé místo a předminulý rok vyhrála. Povzdychl jsem si: „Ach jo zase první KO a jdu ven.“ Její technika je velice vydrilovaná, a když se k tomu přidá ženská něha a rázný sek, je velice těžké ji porazit. Nicméně, jsem si řekl, že jí nedám nic zadarmo a prostě jdu do toho. Před zápasem jsem potkal Tonyho Devina (6. dan), kolegu z anglického Shinbukanu, který mi prozradil svůj vlastní přístup, jenž

spočívá v boji sám se sebou a nikoliv v soustředění se na protivníka ve vedlejším shiai. To mi moc pomohlo, výrazně jsem se uklidnil. Do zápasu jsem nastoupil samozřejmě nervózní, ale opravdu jsem se snažil soustředit sám na sebe a vyplatilo se. Vyhrál jsem 3:0. V dalším zápase jsem nastoupil proti japonskému Švédovi a vyhrál jsem 2:1. Tím jsem si zajistil bronzovou medaili. V boji o finále jsem bohužel neuspěl a 1:2 jsem prohrál s velice dobrým Belgičanem, ale i on byl rozhodně k poražení. Stačilo se více koncentrovat. No nevádí třeba někdy jindy...

V kategorii 4. danů se stejně dařilo Vladimíru Hyndrákovi, který získal rovněž bronzovou medaili. Z našeho dojo byl též velice úspěšný Josef Smolka, který se probojoval ze základní skupiny a vyřadil i několik protivníků v KO.

Předávací ceremoniál jsme si všichni užili, přece jenom jsou to 3 roky, co ČFK naposledy přinesla medaile z ME. Večerní sayonara party tomu rovněž odpovídala, ale nikdo si nedovolil příliš dlouho ponocovat, jelikož další den nás čekali zápasy v týmech a zkoušky.

Další den přišly na řadu prestižní zápasy v týmech, kde jsou všechno zdary i nezdary zapomenuty a začíná se od podlahy. Stejně jako loni jsme měli 4členou skupinu, ze které postupovali jenom 2. Bojovali jsme proti Izraeli, Švýcarsku a Portugalsku a skupinu jsme s přehledem vyhráli. Potom jsme v KO systému nastoupili proti Itálii, ale ta byla momentálně nad naše síly, a tak jsme skončili. Letošní vystoupení bylo skvělé a myslím, že jsme našemu vedoucímu reprezentace Tomáši Kynclovi udělali radost.

Po obědě přišly na řadu zkoušky. V nich uspěl Michal Kolísek na 4. dan, Josef Smolka na 3. dan a Petr Březina na 2. dan. Já si budu muset zkoušky ještě zopakovat, jelikož jsem již po 4denním maratonu nedokázal přehodit výhybku v hlavě a ukázat na zkouškách jiný přístup, než se vyžaduje na závodech. Nicméně, osobně je to pro mě velkým přínosem a těším se na další setkání s těmito skvělými učiteli a lidmi, kteří toto nádherné Budó studují.

Pavel Balvín – Shinbukan Praha



神武館





VELKÁ CENA SKBU - VÁNOČNÍ TURNAJ MUAY THAI

Shodou okolností se na Trhaňáku ve vánočním čase objevil místo Ježíška milý sponzor, a tak nás napadlo, že by bylo báječné přerozdělit nadílku směrem k lidem, kteří do našich tělocvičen chodí pravidelně dřít. Slovo dalo slovo a vznikl z toho turnaj, jehož hlavním smyslem bylo – samozřejmě mimo obvyklé a pomalu snad samozřejmě snahy udělat prostě zajímavou akci – vytvořit atmosféru, že jde o něco víc než na obyčejném sparringu, a dát tak našim fighterům v domácím prostředí relativně bezpečnou příležitost vyzkoušet si na vlastní kůži ostrý zápas, trochu se otrkat a posunout se tak na cestě bojovníka zas o něco dál.

Výsledkem bylo páteční odpoledne, které naplnilo tělocvičnu k prasknutí především aktivními účastníky, ale i diváky. Vzhledem k tomu, že šlo o první podobnou akci, čekali jsme trochu nejistě, co bude, a museli jsme na poslední chvíli pružně organizovat. Plánovaná kategorie závodníků měla předvést to nejlepší, co máme, aby publikum ochutnalo skutečně ostré zápasy, leč zranění a nemoci projely závodním oddílem jako kombajn hejnem kuřat, takže jsme pro neúčast kategorií zrušili a místo toho dali šanci bojujícím krasavicím v dámské kategorii. Díky organizačním zkušenostem Khru Richarda jsme rozložili kategorie, vypsalí pavouky a zápasy s profesionální zručností a bez zádrhelů. Jménem organizačního týmu zde oficiálně provádím hlasitvoř samochválu, neb úroveň chaosu byla o řád níže než na běžných republikových amatérských turnajích :).

Kategorie tedy byly vypsané čtyři – MMA, ženy thaibox a dvakrát muži thaibox podle technické vyspělosti – mírně pokročilí a hodně pokročilí. Bojovalo se na dvou zápasíštích, začalo se ženami a MMA, ženy pískal pochopitelně Říša a MMA Renda, a asistencí bodových rozhodčích Hellboye a Eiffa. Po nich začaly thaiboxerské mužské kategorie, a roli ringového rozhodčího od Rendy přebíral Eiff.

Do popisu jednotlivých fightů v tomto článku nechci zabíhat, jednak jich bylo mnoho (celkem se účastnilo 27 bojovníků) a jednak se tak vyhnou ošidnému a nevyhnutelně nespravedlivému rozhodování, koho na omezeném prostoru vyzdvihnout a koho nezmínit. Obecně ale musím říci, že úroveň zápasů byla vynikající.

MMA předvedlo atraktivní zápasy velmi rozdílně zkušených soupeřů, s vyrovnanou složkou boje v postoji i na zemi, a přestože se bojovalo s malými MMA rukavicemi, nedošlo kromě občas otlučených obličejů k žádnému zranění.

Ženy nabídky zajímavý přehled rozlišných stylů, od pohyblivého odkazu taekwonda po těžkotonážní box, a především předvedly, že se není čeho bát a že holky umí taky pořádně boxovat.

Méně pokročilí se samozřejmě mnohdy obtížně vyrovnávali s novým poznatkem, že plný kontakt se ovládá daleko hůř než lehké pinkání, což vedlo k jisté neučesanosti, rozevlátosti a zmatkům. To jsou ale klasické porodní bolesti prvních zápasů. Důležitá byla snaha nebyť pasivní, kombinovat, zatlačit, která se ukazovala jako rozhodující zbraň ve většině zápasů.

S rostoucími zkušenostmi soupeřů v pokročilejší kategorii zápasy přituhovaly, více se kolenovalo a klinčovalo, vzduchem létaly jedovatě přesné pěsti a štiplavé lowkicky. Zjevná převaha vyzápasených borců potvrdila, že nejlepší školou pro výkon ve skutečném boji je sparring s co nejrozmanitějšími a pokud možno zkušenými partáky.

Srdce bojovníka bylo ve všech fightech veliké. A i přes nasazení bylo vše korektní a plně sportovního chování. V mých očích toho dne nebyli žádní poražení. A co nás těší nejvíc, ukázalo se, že turnaj padl na úrodnou půdu, takže bude-li to jen trochu možné, chceme ho zopakovat, nejlépe koncem sezóny. První turnaj byl super, takže se těšíme na příští!

-Eiff





KALENDÁŘ AKCÍ KARATE

07. - 9. ledna	Školení instruktorů, rozhodčích, trenérů a ZK komisařů	Neratovice
14. - 15. ledna	Seminář Hideo Ochi	Tamm SRN
29. ledna	Soustředění reprezentace	
30. ledna	Prague open 2011 (WKF) - všechny věkové kategorie	Praha
6. - 13. února	Jarní prázdniny - soustředění SKBU	Šumburk
18. - 20. února	Seminář Shihan Hideo Ochi, Mezinárodní turnaj Gichin Cup	Praha
26. února	I. kolo - Národní liga JKA ČR (žáci, dorost, senioři)	Praha
5. března	Soustředění reprezentace	
12. března	I N.P. JKA ČR dorost, junioři, senioři	Bílina
26. března	Přebor Prahy JKA - všechny věkové kategorie	Praha
2. dubna	ME Karate JKA - senioři, junioři	Anglie
16. dubna	I. kolo - Národní pohár mládeže JKA ČR	Sokolov
30. dubna	II. kolo - Národní liga JKA ČR	Neratovice
5. - 8. května	Shotokan kata Keikokai	České Budějovice
14. května	Soustředění reprezentace	
12. - 15. května	Kata special	SRN
20. - 21. května	ME karate JKA - mládeže	Maastricht - Holandsko
4. června	III. kolo ligy JKA ČR	Bílina
11. června	Seminář karate Pražský svaz JKA	Praha
12. června	Turnaj Nadějí - Pražský svaz JKA	Praha
21. června	Zkoušky STV	Praha
1. - 6. července	Gasshuku ČR	Prachatice
18. - 21. srpna	JKA WF World Cup	Bankok - Thajsko
19. - 26. srpna	Soustředění SKBU	Vrbno u Blatné
10. září	Soustředění reprezentace	
16. - 18. září	školení trenérů III. - Pořádané Českým svazem karate JKA	
23. - 25. září	Work Shop - SKBU Praha	
1. října	II. N.P. JKA ČR mládež	Tábor
8. října	II. N.P. JKA ČR dorostu, junioři, senioři	Neratovice
29. října	Soustředění reprezentace	
5. listopadu	MČR JKA	Český Krumlov
25. - 27. listopadu	ME ESKA - senioři, junioři, kadeti	
25. - 27. listopadu	Karatedó Aki Keikokai	
3. prosinec	Mikulášský mezinárodní turnaj	Praha

ODDÍLOVÉ PŘÍSPĚVKY

Oddílové příspěvky na období únor - červen 2011 je nutné uhradit hotově v kanceláři klubu nejpozději do 18. ledna 2011.

Úřední hodiny sekretariátu klubu v lednu
Pondělí - čtvrtek 16,00 - 20,00

Karate, kickbox, aikido, sportovní příprava, street fight

Děti a studenti	3.000,- Kč
Dospělí	3.250,- Kč
laido, volejbal	
Dospělí	2.000,- Kč
Anglický jazyk	
Dospělí členové klubu	1.650,- Kč
Dospělí	1.900,- Kč

Výhody členství v klubu

- vstup do posilovny a individuální tréninky zdarma
- členství v druhé oddíle boj. umění sleva 50%
- rodiče členů SK členství v oddílech bojových umění sleva 50%
- 3. sourozenec zdarma
- sleva na jazykové kroužky

SLAVNÁ VÝROČÍ

Zdárně jsme prožili a přežili silvestrovské a novoroční juchání. A v oslavách, tentokrát narozenin, můžeme pokračovat.

Počátkem roku slaví páté narozeniny jedni z našich mladších členů Magdaléna Svobodová a Maxim Sýkora. Deset svíček na dortu čeká na Adama Hamiollavu, Huberta Kurze, Vojtěcha Liznu a Daniela Rojíčka. Patnáctiny oslaví Saša Bilak a Radek Domalíp. Velkou party u příležitosti plnoletosti budou pořádat Jaroslav Horáček a Adam Kárněra. Ke 20. narozeninám gratulujeme Evě Heribanové. A k nádherné padesátce přejeme vše nej... Renatě Zugákové.

Všem našim členům - oslavencům blahopřejeme a přejeme vše dobré.



Hodně štěstí v novém roce!