

ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE

ΕΙΔΙΚΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΓΚΥΡΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ — ΤΕΥΧΟΣ 2 — ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 1977 ΕΠΙΠΛΗΡΩΣΗ
— ΔΡΧ. 20 —

JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE

JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE

ΝΕΑ ΑΠΟ

- * ΕΛΛΑΔΑ
- * ΕΥΡΩΠΗ
- * ΙΑΠΩΝΙΑ



ΜΑΘΗΜΑΤΑ

- * JUDO
- * KARATE
- * ΑΥΤΟΑΜΥΝΑΣ

* JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE *

πρός τον αναγνώστη



Αγαπητοί αναγνώστες:

Μέ την έκδοση αυτού του περιοδικού πραγματοποιούμε μία παλιά επιθυμία και συγχρόνως αρχίζουμε μία δυναμική προσπάθεια για τη δημιουργία κάποιας Έγκυρης πηγής γενικών και ειδικών πληροφοριών και ειδήσεων γύρω από τα αθλήματα judo και karate. Σκοπός μας είναι να αναπτύξουμε ένα πανελλήνιο πνεύμα συνεργασίας που να συνδέει όλους τους αθλητές του judo και karate είτε σαν συλλόγους είτε σαν ανεξάρτητα άτομα. Η σύνδεση αυτή θα αποτελέσει τη βάση για την πρόοδο όλων μας στα αθλήματα αυτά που μας ενδιαφέρουν με τελικό σκοπό τη δημιουργία αθλητών ικανών για διεθνείς συναντήσεις.

Τί είναι τό judo και τό karate!

Τό judo εμφανίζεται στα μάτια του αμύητου σαν μία πάλη σώμα με σώμα δύο αντιπάλων, όπου ο καθένας προσπαθεί με συνδυασμένες και γρήγορες κινήσεις να ρίξει τον άλλον κάτω και να τον ακινητοποιήσει. Οί δύο αντίπαλοι δεν αλλάζουν χτυπήματα αλλά τραβούν, σπρώχνουν ή εφαρμόζουν κατάλληλες λαβές ο ένας στον άλλον.

Τό karate εμφανίζεται στα μάτια του αμύητου σαν μία πάλη σώμα με σώμα δύο αντιπάλων, όπου ο καθένας προσπαθεί με κάποιο ισχυρό σημείο του σώματός του (γροθιά, κόψη παλάμης, άγκώνα, γόνατο, φτέρνα, κτλ.) να καταφέρει ένα καίριο κτύπημα σε ευαίσθητο σημείο του σώματος του αντιπάλου του (στομάχι, πρόσωπο, πλευρά, κτλ.)

Ας δεχτούμε προς τό παρόν αυτή την από πρώτη όψη αντίληψη σαν έναν απλό όρισμό και άς αφήσουμε για αργότερα την εμπάθυνση στο πραγματικό νόημα. Κρίνουμε σκόπιμο να αναφέρουμε σ' αυτό τό σημείο πώς τό judo και τό karate είναι διεθνή αθλήματα με εκατομμύρια αθλητές σ' όλο τον κόσμο. Πάρ' όλο που με μία πρώτη ματιά φαίνονται παρόμοια, κατά βάθος έχουν λίγες ομοιότητες και πολλές και μεγάλες διαφορές. Μία από τίς κύριες ομοιότητες είναι ότι αναπτύχθηκαν πρώτα στις ανατολικές χώρες (Ιαπωνία, Κίνα, Όκινάουα, κτλ.) και από εκεί ξαπλώθηκαν σ' όλο τον κόσμο. Μία από τίς κύριες διαφορές είναι ότι οί τεχνικές του judo αποβλέπουν στην ανατροπή και ακινητοποίηση του αντιπάλου, ενώ κατά την ανάπτυξη οί αγωνιζόμενοι έρχονται σε επαφή (δηλ. μπορεί να πιάσει καλά ο ένας τον άλλον). Αντίθετα, στο karate οί αντίπαλοι δεν έρχονται σε επαφή, αλλά παραμένουν σε κάποια απόσταση ο ένας από τον άλλο και κάνουν επιθέσεις σε κατάλληλες στιγμές, προσπαθώντας να καταφέρουν τό καίριο κτύπημα που θά τους δώσει τό βαθμό τής νίκης.

Ποιοί είμαστε έμεις!

Δυστυχώς μέχρι σήμερα μαζί με τίς λίγες γνήσιες σχολές στην Ελλάδα, όπου γίνεται σωστή εκπαίδευση

σ' αυτά τά δύο σπόρ, έχουν αναπτυχθεί και πολλές άλλες που εξαπατούν τούς άφελεις. Έκεί τά αθλήματα παραποιούνται από μερικούς δήθεν «δασκάλους» στις βασικές αρχές, στην έκφρασή τους αλλά και στην ουσία τους.

Μαζευτήκαμε, λοιπόν, μερικοί παλιοί αθλητές, που για μερικά χρόνια αφιερώνουμε αρκετές ώρες κάθε εβδομάδα για τίς προπονήσεις μας στο ένα ή και στα δύο παραπάνω αθλήματα, και είπαμε να αποτελέσουμε την αρχή μιας κινήσεως που να βοηθήσει την πρόοδο του judo και του karate στην Ελλάδα. Σκεφτήκαμε πώς μία τέτοια αρχή δεν είναι τίποτ' άλλο από τη σωστή και χωρίς ύστεροβουλία κατατόπιση και τη συνεχή και υπεύθυνη ενημέρωση των ενδιαφερομένων. ΑΝ, λοιπόν, έσείς είσατε οί ενδιαφερόμενοι, θά έπρεπε, να βρούμε ένα μέσο επικοινωνίας μεταξύ μας. Και σαν πιο προσιτό μέσο επικοινωνίας ανάμεσα σε σας και σε μας βρήκαμε τό περιοδικό. Έτσι, ή άπλή αυτή ιδέα πέρασε από την κατάλληλη οργάνωση, τής προστήθηκε ή άφιλοκερδής συνεργασία περισσότερων από τριάντα ανθρώπων (δασκάλων judo ή karate, παλιών ή νέων αθλητών και άλλων) και έγινε τό περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» που κρατάτε στα χέρια σας ή «J-K» όπως θά τό λέμε για πιο σύντομα. Γρήγορα θά διαπιστώσετε ότι στις σελίδες του θά βρείτε τίς σωστές πληροφορίες, τίς σωστές απαντήσεις στην κάθε σας άπορία και σιγά-σιγά θά γίνετε και σείς όπως και τόσοι άλλοι θερμοί υποστηρικτές του.

Ποιοί είσατε έσείς!

Σκεφτήκαμε ότι έσείς οί αναγνώστες μας θά αποτελέσετε χοντρικά τίς εξής πέντε κατηγορίες.

1) Έκείνους που θέλουν πολύ να εκπαιδευτούν στο judo ή στο karate αλλά δεν έχουν προσωρινά διαθέσιμο τόπο, χρόνο ή χρήμα ή ίσως ψάχνουν για τό κατάλληλο γυμναστήριο.

2) Έκείνους που γνώρισαν κάποιο από τά δύο αθλήματα σε διαστρεβλωμένη μορφή όπως τούς παρουσιάστηκε από ανθρώπους που αυτοαποκαλούνται «εκπαιδευτές» σε δωμάτια που τά έλεγαν «γυμναστήρια».

3) Έκείνους που βρίσκονται στα πρώτα βήματα μιας εκπαιδεύσεως και θέλουν να παρακολουθούν κάθε εξέλιξη στο χώρο του αθλήματος που τούς ενδιαφέρει.

4) Έκείνους που έχουν από πολλά χρόνια γνωρίσει τό judo ή τό karate με τόν σωστό τρόπο, κάτω από τίς οδηγίες γνήσιων και ικανών εκπαιδευτών, σε γυμναστήρια που υποβάλλουν την πραγματική έννοια των αθλημάτων αυτών και βγάζουν αθλητές αξιους να σταθούν σε διεθνείς αγώνες. (Αυτοί θά είναι οί πιο άπαιτητικοί αναγνώστες μας).

5) Τέλος, εκείνους που δεν ανήκουν σε καμιά από τίς προηγούμενες κατηγορίες. Είναι αρκετοί και σ' αυτή την κατηγορία. Π.χ. οί άπλοι φιλαθλοι, οί περίεργοι, και πολλοί άλλοι μελλοντικοί φίλοι μας.

Τό πρόγραμμά μας.

Η θέση μας λοιπόν είναι λίγο δύσκολη γιατί θά πρέπει από τίς προσωρινά λίγες σελίδες αυτού του περιοδικού να ικανοποιήσουμε τά ενδιαφέροντα όλων αυτών των κατηγοριών των αναγνωστών μας. Έπειδή όμως σκοπός μας είναι να γνωστοποιήσουμε και να τονίσουμε τη γνησιότητα, τη σοβαρότητα, τη διεθνή άπήχηση των δύο αυτών σπόρ, να εξαλείψουμε κάθε υπάρχουσα διαφορά, να συνενώσουμε και να ενεργοποιήσουμε τό διασκορπισμένο και παθητικό ελληνικό δυναμικό, γι' αυτό θά καταβάλλουμε κάθε προσπάθεια να συγκεντρώσουμε από ουδέτερη θέση τό ενδιαφέρον όλων σας σαν άτομα, σαν συλλόγους άκόμα και σαν άρμόδιες αρχές και να δημιουργήσουμε τόν πυρήνα για την ανάπτυξη μιας κινήσεως με στόχο την πρόοδο της γνήσιας μορφής των αθλημάτων αυτών στον ελληνικό χώρο και τελικά την άξια εκπροσώπηση τής χώρας μας σε διεθνείς αγώνες.

Για να πετύχουμε τόν παραπάνω σκοπό θά πρέπει να παρουσιάζουμε θέματα κατατοπιστικά, ενημερωτικά, ζωντανά και ενδιαφέροντα για όλες τίς κατηγορίες των αναγνωστών μας. Έχουμε πρόγραμμα, λοιπόν, να παρουσιάζουμε τά εξής θέματα και σε περισσότερες σελίδες βέβαια από τίς τωρινές.

Κατατοπιστικά. 1) Λεξιλόγιο και ορολογία judo και karate, 2) Κανονισμούς αγώνων και διαιτησία, 3) Κατάλογο Συλλόγων και Σχολών με όνόματα εκπαιδευτών, ώρες προπονήσεως και διδάκτρα, 4) Κατάλογο των γνωστών βιβλίων και περιοδικών για judo και karate, κτλ.

Εκπαιδευτικά. 1) Μαθήματα judo, karate, αυτοάμυνας και ιαπωνικής γλώσσας, 2) Θέματα Ψυχολογίας και Φιλοσοφίας 3) Συμβουλές του Άθλητίατρου, κτλ.

Ιστορικά. 1) Η ιστορία του judo, 2) Η ιστορία του karate, 3) Η ιστορία των judo-karate στην Ελλάδα, κτλ.

Ζωντανά. 1) Τό judo και τό karate για γυναίκες και για παιδιά. 2) Τό judo και τό karate στην Αστυνομία και τό Στρατό, 3) Άλληλογραφία με τούς αναγνώστες, 4) Τό judo και ο ΣΕΓΑΣ, 5) Κουτσομπολιό, 6) Νέα και Ειδήσεις από την Ελλάδα και τό Έξωτερικό, 7) Περιγραφές διασυλλογικών, Πανελληνίων και διεθνών αγώνων judo και karate, 8) Συνεντεύξεις κορυφαίων

άθλητών και εκπαιδευτών, 9) Τεχνικές πρωταθλητών, 10) Παρουσιάσεις Συλλόγων, Σχολών, εκπαιδευτών, βιβλίων, 11) Πολεμικές Τέχνες: aikido, nunchaku, ken-do, sai, sumo, kung fu, taekwon-do, κλπ.,

Θέλουμε όμως και βοήθεια!

~ Για να είμαστε όμως ρεαλιστές, δεν φτάνει μόνο μία προσπάθεια σαν τη δική μας για να σταθεί ένα τέτοιο περιοδικό και να φέρει ουσιαστικά αποτελέσματα. Θέλει όπωσδήποτε και τη δική σας ενεργή συμμετοχή και θερμή υποστήριξη.

Σας ζητάμε, λοιπόν, όποιοι και αν είστε, (από άπλοι φιλαθλοι μέχρι έμπειροι εκπαιδευτές), όπου και αν είστε (μέσα ή έξω απ' την Ελλάδα) να μας βοηθήσετε. Νά μας βοηθήσετε με τρεις συγκεκριμένους τρόπους.

Ο πρώτος είναι να μας γράψετε όποιαδήποτε παράτηση σχετική με τά θέματα που δημοσιεύονται στο περιοδικό «J-K» και την παρουσίασή τους ή σχετικά με θέματα που νομίζετε ότι λείπουν. Έτσι θά μας βοηθήσετε να καλύτερεύουμε συνέχεια τό περιοδικό.

Ο δεύτερος είναι να μας στείλετε συμπληρωμένο τό στατιστικό σημείωμα που θά βρήτε στο τέλος του περιοδικού. Έτσι θά γνωριστούμε και συγχρόνως θά μας δώσετε ένα δείγμα για την άπήχηση που έχει τό «J-K» στα διάφορα μέρη τής Ελλάδας.

Τέλος, ο τρίτος τρόπος να μας βοηθήσετε είναι να διαδώσετε τό περιοδικό στους φίλους σας που τυχόν ενδιαφέρονται, αλλά δεν τό είδαν άκόμα. Αυτό θά μας βοηθήσει να αντιμετώπισουμε τά μεγάλα έξοδα που άπαιτεί ή διεθνής ενημέρωσή του.

Ο σκοπός μας.

Ο τελικός σκοπός μας είναι να δημιουργήσουμε ένα πολύ φιλικό κλίμα ανάμεσα σε όσους διαβάζουν τό περιοδικό μας. Που ξέρετε! Μπορεί δύο τωρινοί άγνωστοι μεταξύ σας αναγνώστες μας να βρεθείτε μεθαύριο αντίπαλοι σε κάποιο άγώνα ή συμπαίκτες σε κάποια ομάδα. Γι' αυτό θέλουμε να ζητήσετε όλοι μαζί μας τά πρώτα βήματα του περιοδικού «J-K», που φτιάχνεται για να σας ανήκει. Θέλουμε να γνωρίσετε μαζί μας την ανάπτυξη και την εδραίωσή του. Μάθετε, λοιπόν, πώς στην πρώτη μας έκδοτική προσπάθεια (δηλ. στο πρώτο τεύχος) τυπώσαμε 20.000 αντίτυπα των 32+4 σελίδων και τά μοιράσαμε την 1 Νοεμβρίου 1977. Σύντομα, λοιπόν, θά έχουμε γνωριστεί.

Εύχαριστούμε

Σας εύχαριστούμε άπέραντα από τη θέση αυτή για τό κάθε τί που θά κάνετε για τό περιοδικό «J-K» και σας υποσχόμαστε να ικανοποιήσουμε τίς προσδοκίες σας. Ζητάμε την επείκειά σας για τίς προσωρινές áτελειες που θά τίς εξαλείψουμε σιγά-σιγά με τη συνεργασία σας.

Με εκτίμηση
Ο εκδότης

Budokan:

μιά σύγχρονη σχολή judo-karate

Άπό τόν Γιάννη Βερόνη

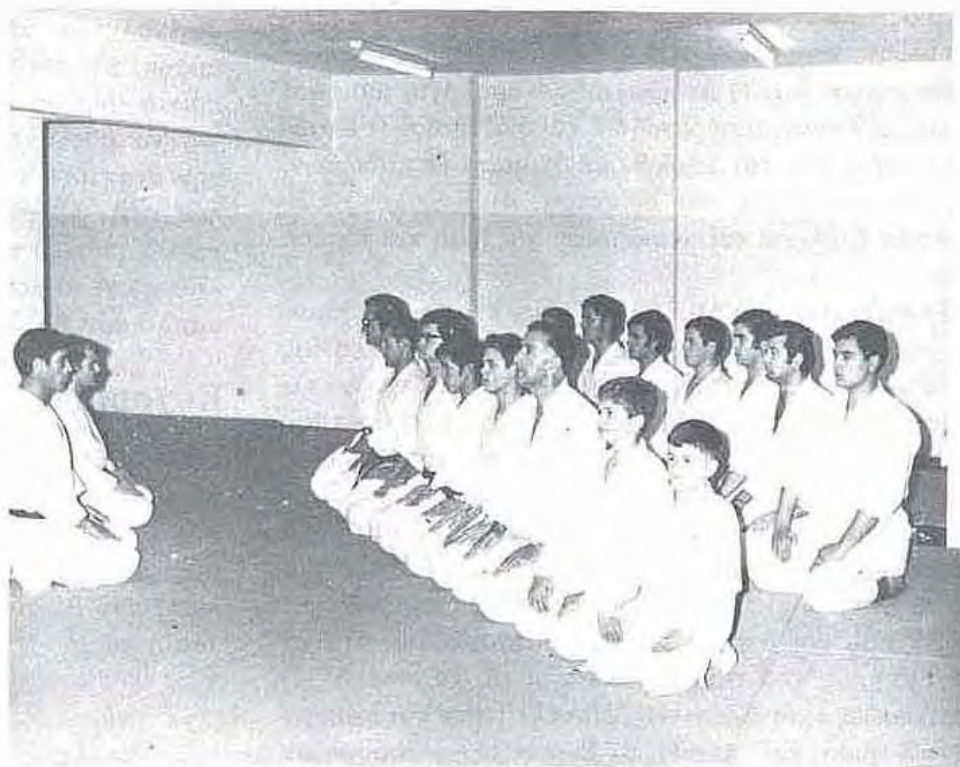


Άγαπητοί μας αναγνώστες

Πριν λίγες μέρες μου έγινε μιά πρόταση από τόν εκδότη αυτού του περιοδικού κ. Θύμιο Περισίδη νά παρουσιάσω από τόν χώρο αυτό τήν προσωπική μου εμπειρία-έπανά στο πώς γνώρισα τά αθλήματα judo και karate, πώς αποφάσισα νά εκπαιδευτώ σ' αυτά και πώς κύλησαν τά πρώτα, και τά μετέπειτα χρόνια τής σχολής Budokan που ίδρυσα από τό 1970.

Ή πρόταση αυτή με βρήκε άπροετοιμαστο και θέλοντας νά παρουσιάσω αυτή τήν άρκετά ένδιαφέρουσα ιστορία όπως πρέπει, προτίμησα νά επεξεργαστώ τό θέμα καλύτερα και νά τό δώσω από τό τεύχος του Ίανουαρίου και μετά.

Σάν πρώτη έπαφή, όμως, μαζί σας θεωρώ σκόπιμο νά σας δώσω σποραδικά μερικά δείγματα από τίς δραστηριότητες τής σχολής Budokan επιφυλασσόμενος νά σας περιγράψω τήν ιστορία μου, που άλλωστε μπορούσε νά συμβεί και στόν όποιονδήποτε από σας από τό τρίτο τεύχος.

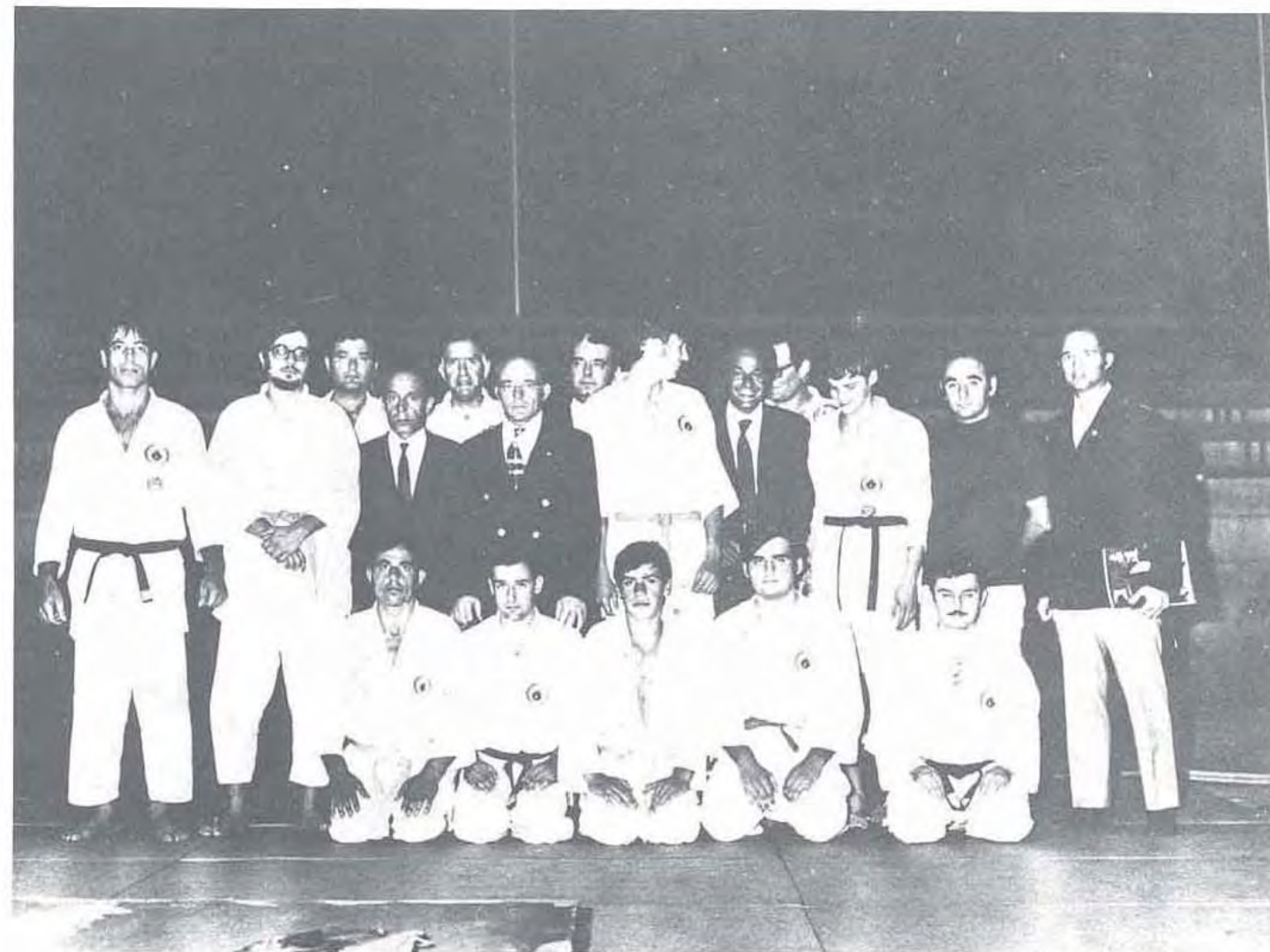


Ένα από τά πρώτα τμήματα judo στη σχολή Budokan (Άθήνα) τό 1970. Διακρίνονται στην πρώτη γραμμή από άριστερά οι Βούρβουλης, Περισίδης, Άρτινός, Ιιδα, Κλώνης, Καλύβας, Τρούμπης και Χεκίμογλου. Μέ μαύρες ζώνες οι Βερόνης και Γεωργιάδης. [Άπό τό άρχειο του Γιάννη Βερόνη.]



Οι νικητές τών κατηγοριών στο πρώτο επίσημο πρωτάθλημα judo που έγινε στόν Όμιλο Άντισφαιρίσεως υπό τήν αίγίδα τής Όλυμπιακής Έπιτροπής τό 1973. Άπό άριστερά: Γιάννης Βερόνης, Θεόδωρος Κουτσούμπας, Θεόδωρος Γεωργιάδης και Θύμιος Περισίδης. [Άπό τό άρχειο του Γιάννη Βερόνη.]

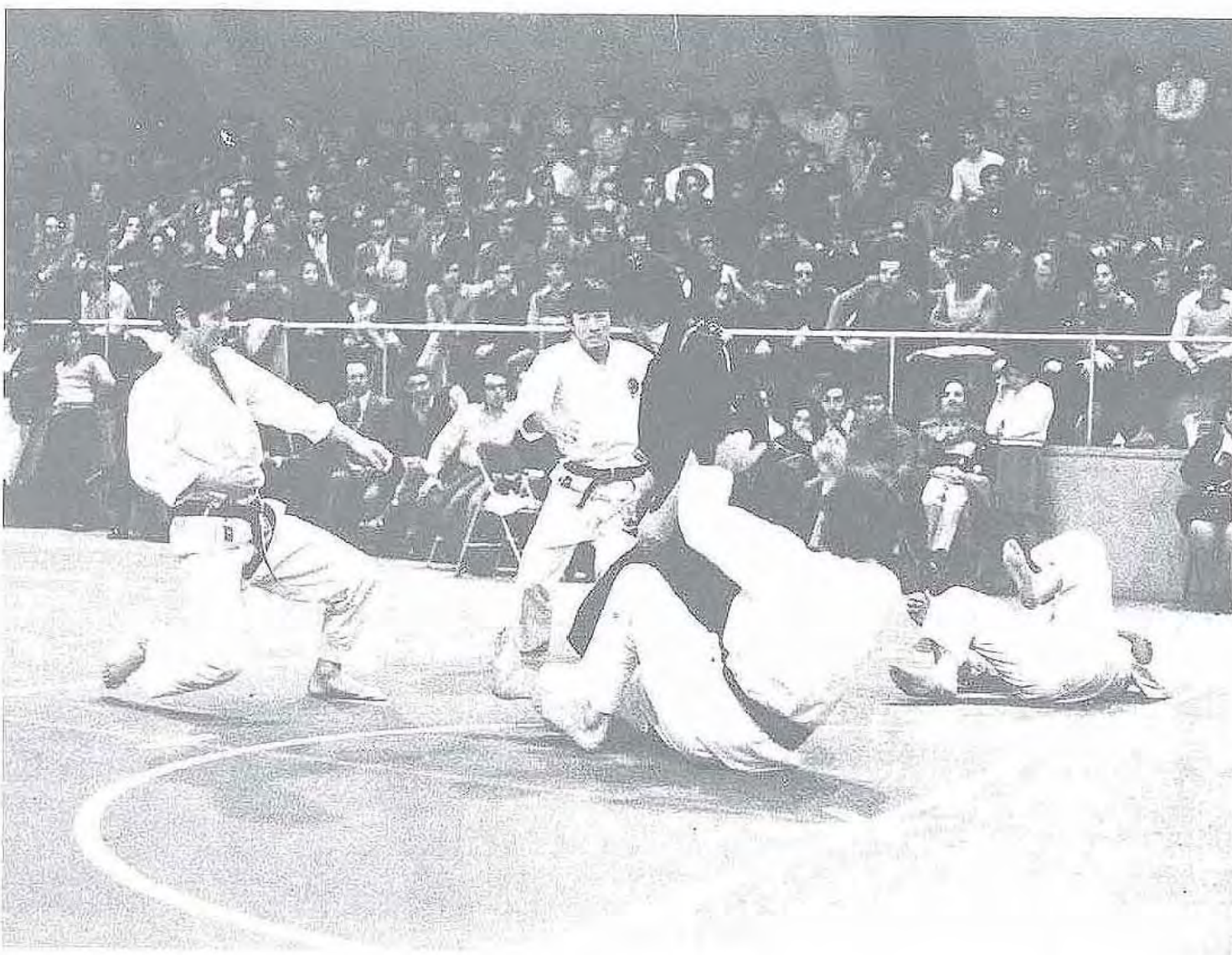
Μερικοί άθλητές και παράγοντες συλλόγων που έλαβαν μέρος στο πρώτο επίσημο πρωτάθλημα judo που έγινε στόν Όμιλο Άντισφαιρίσεως υπό τήν αίγίδα τής Όλυμπιακής Έπιτροπής. Διακρίνονται στην πρώτη σειρά τών όρθίων τέταρτος από άριστερά ό κ. Γιώργος Καράγιωργας, 2 dan στο judo από τό Kadokan, και πίσω του οι κ.κ. Καλύβας και Τριανταφυλλίδης παλαιοί άθλητές του judo. [Άπό τό άρχειο του Γιάννη Βερόνη.]





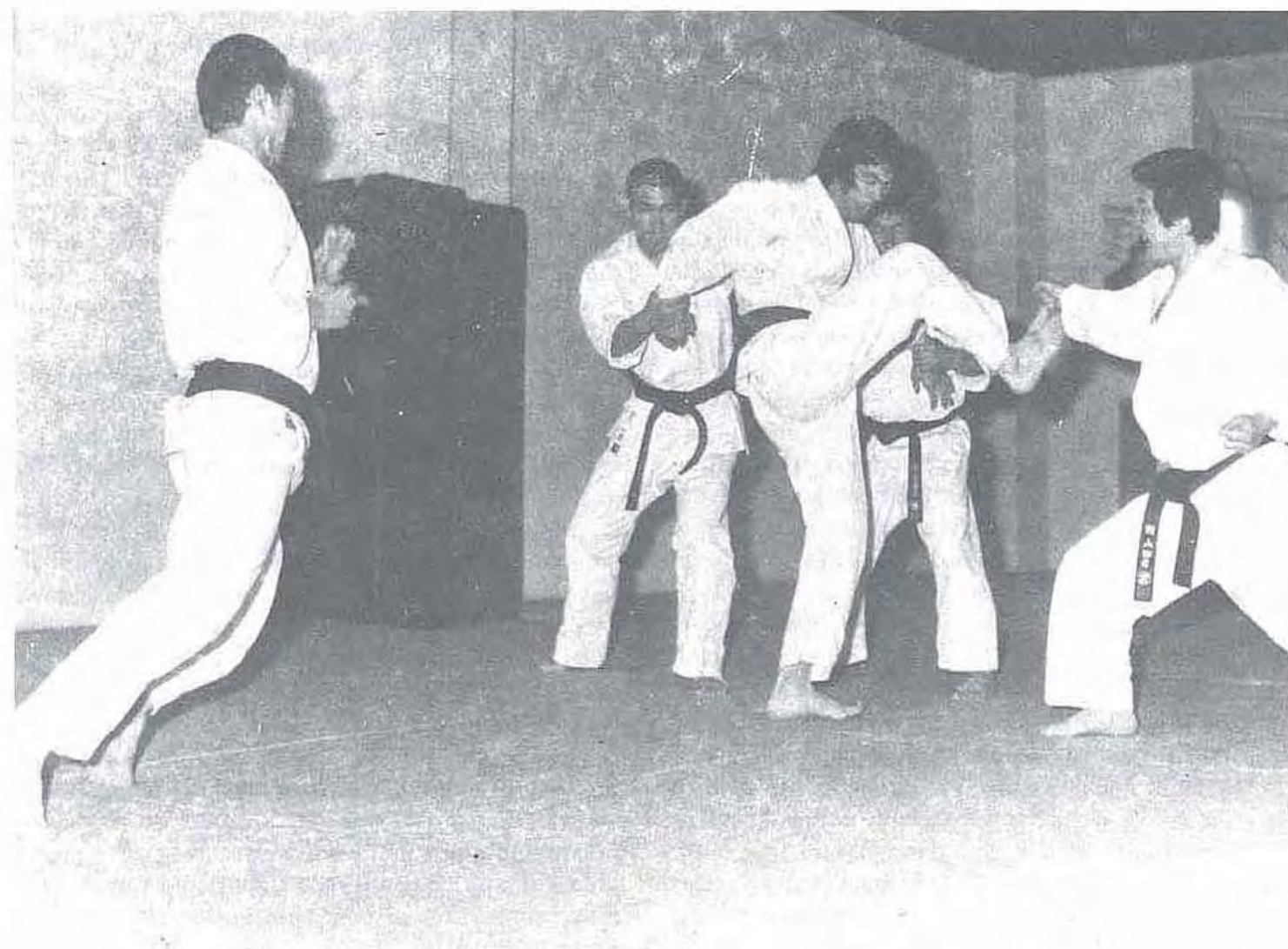
Τρεις διεθνείς προσωπικότητες του karate στο δεύτερο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα όλων των στίλ τον Νοέμβριο του 1973 στην Αθήνα. Από αριστερά οι κ.κ. Huang, 6 dan στο Tang-Soo-Do, K. Enoeda, 7 dan στο shotokan karate και ο T. Suzuki, 8 dan στο wadoryu karate. [Από το αρχείο του Γιάννη Βεράνη.]

Φανταστική συντριβή τεσσάρων αντιπάλων από τον K. Enoeda, 7 dan στο Shotokan karate. Πεσμένος ο E. Iida, 1 kyu, πέφτει ο Γιάννης Βεράνης 3 dan, επιτίθεται από απέναντι ο T. Nishimura, 4 dan και επιτίθεται από αριστερά ο T. Hamanaka, 2 dan.



Ο Η. Kanazawa, 8 dan στο Shotokan karate και ο Γιάννης Βεράνης, 3 dan στο Shotokan karate ενώ προετοιμάζουν τη διεξαγωγή των αγώνων του τρίτου Πανελλήνιου Πρωταθλήματος Shotokan karate στο Σπόρτινγκ τον Απρίλιο του 1976. [Από το αρχείο του Γιάννη Βεράνη.]

Έπιδειξη άμυνας και επίθεσης εναντίον τεσσάρων αντιπάλων (ένω οι δύο τον κρατάνε) από τον κ. Η. Kanazawa, 8 dan, στη σχολή BudoKan. Την επίδειξη κινηματογράφησε συνεργείο της τηλεόρασης. [Από το αρχείο του Γιάννη Βεράνη.]



ἡ ἀρχική ἐπιλογή τῶν νέων στό judo καί τό karate



Ἀπό τόν Γιώργο Ροντογιάννη

Τό judo καί τό karate εἶναι ἀθλήματα τῆς Ἐπικράτειας, κυρίως τῆς Ἰαπωνίας πού βρῆκαν ἤδη πάρα πολλούς φίλους καί θαυμαστές στά περισσότερα ἀπό τά πολιτισμένα κράτη τῆς Εὐρώπης καί τῆς Ἀμερικής. Μέ τούς κανονισμούς πού τά διέπουν σήμερα διαμορφώθηκαν σέ ἀθλήματα ἐξαιρετικῆς τεχνικῆς, ὅπως δείχνουν καί σέ διεθνεῖς ἀθλητικές συναντήσεις, εἰδικά τό judo πού τό βλέπουμε στούς Ὀλυμπιακοὺς Ἀγῶνες ἀπό τό 1964 καί ἐμτά, ὅπου προκαλοῦν πολύ ἐνδιαφέρον ἀπό τό 1964 καί μετὰ, ὅπου προκαλοῦν πολύ ἐνδιαφέρον.

Τά τελευταῖα χρόνια τά ἀθλήματα αὐτά διαδόθηκαν καί στή χώρα μας. Ἰδιαίτερα τό judo μέ τό ἐνδιαφέρον πού δείχνει γι' αὐτό ἡ διοίκηση τοῦ ἀθλητισμοῦ, ἐλπίζεται ὅτι θά βρεῖ καί σέ μᾶς σύντομα τή θέση του ἀνάμεσα στά ἄλλα γνωστά ἀθλήματα τοῦ ρεπερτορίου τῶν Ὀλυμπιακῶν Ἀγῶνων καί ὅτι, κατά συνέπεια, ἕνας σημαντικός ἀριθμός νέων θά βρεῖ σ' αὐτά μέ τήν ἀπασχόλησή του πολύ χαρά καί ἰκανοποίηση καί θά ἐνισχύει τήν σωματική καί ψυχική του εὐρωστία.

Ἡ Ἰατρική, ἡ Ἀθλητιατρική εἰδικότερα, ἔχει ἤδη ἀντιμετωπίσει μέ ἐπιτυχία, ὀρισμένα προβλήματα ἐφαρμογῆς τῶν σπόρ αὐτῶν, πού ἔχουν τόσο ἐνδιαφέρον.

Ἡ παρούσα στήλη θά προσπαθήσει νά τά παρουσιάσει σέ συνέχειες καί ὅσο γίνεται πιό ἀπλά καί ὅσο χρειάζεται ἀναλυτικά, μέ πρόθεση νά κατατοπιστοῦν σχετικά καί κατά τό δυνατόν νά βοηθηθοῦν οἱ νέοι, πού ἀσχολοῦνται ἢ θά θελήσουν νά ἀσχοληθοῦν μ' αὐτά τά δύο εἶδη πάλης, ὥστε ὄχι μόνο νά μήν καταστή ἐπιβλαβές γιά τόν ὀργανισμό τους ἡ ἀπασχόλησή τους αὐτή, ἀλλά νά ἀποβῆ καί ὠφέλιμος. Ἄλλη πρόθεσή μας εἶναι νά ὑποδείξουμε πρακτικούς τρόπους γιά μιά καλύτερη ἀθλητική ἀπόδοση, γιά λιγώτερα ἀτυχήματα, καί ἄν

τοῦτο τύχη νά συμβεῖ, γιά μιά ταχύτερη καί πληρέστερη ἀνατομική καί λειτουργική ἀποκατάσταση.

Στό σημερινό μας σημείωμα θά μᾶς ἀπασχολήσει ἡ σημασία τῆς ἀρχικῆς ἐπιλογῆς σάν μέσο, πού μέ τά δεδομένα τοῦ κλινικοῦ καί ἐργαστηριακοῦ ἐλέγχου τῶν νέων, πού ἐπιθυμοῦν νά ἀθληθοῦν στό judo καί στό karate, ἀποσκοπεῖ νά διαχωρίσει τούς ἰκανούς καί ὑγιεῖς νέους, πού ἡ κατάσταση τοῦ ὀργανισμοῦ τους ἐπιτρέπει αὐτή τήν ἀθληση, ἀπό ἐκείνους πού παρουσιάζουν μιά ὁποιαδήποτε ψυχοσωματική ἀδυναμία ἢ πάθηση, ἡ ὁποία ἢ πρόσκαιρα ἢ μονιμότερα εἶναι ἀσυμβίβαστη μέ τή συστηματική καί ἐνδεχομένως ὑψηλοῦ βαθμοῦ ἀγωνιστική ἀθλητική ἀπασχόληση.

Αὐτή ἡ ἐπιλογή μπορεῖ νά γίνει σχετικά εὐκόλα ἀπό τόν ἀθλητίατρο ἢ ἀκόμα καί ἀπό τόν κλινικό γιαντρά, μέ τήν κλινική ἐξέταση καί μέ τήν βοήθεια ὀρισμένων ἀπαραιτητῶν ἐργαστηριακῶν ἐξετάσεων. Στόν ἐργαστηριακό ἐλεγχο περιλαμβάνεται ἡ ἐξέταση τῶν οὐρῶν τῶν νέων, καθὼς καί ὁ ἀκτινολογικός ἐλεγχος τοῦ θώρακος.

Στίς περισσότερες χώρες τῆς δυτικῆς Εὐρώπης ὁ παραπάνω ἐλεγχος ἐπιβάλλεται νομοθετικά καί σημειώνεται στούς κανονισμούς λειτουργίας τῶν ὀμοσπονδιῶν πάλης καί judo. Σέ ὀρισμένες χώρες ὅπως π.χ. στήν Ἰταλία, προβλέπεται ἀκόμη καί ὀρθοπεδικός καί ὠτορινολαρυγγολογικός ἐλεγχος ὄλων τῶν νέων πού εἶναι ὑποψήφιοι πρὸς ἀθληση.

Σημειώνουμε, ἐν συνεχείᾳ μερικῆς ἀπό τίς παθολογικές καταστάσεις, πού ἐφόσον διαπιστωθοῦν, εἶναι πρόσκαιρα ἢ μόνιμα ἀσυμβίβαστες μέ τήν ἀθληση στό judo καί στό karate, γιατί ὁ φόβος ἐπιδεινώσεως μῆς ἤδη ἐπισφαλούς καταστάσεως ὑγείας εἶναι μεγάλος. Εἶναι οἱ ἐξῆς:

Φάση ἀπό ἀγῶνα Shotokan karate ἀπό Πανασιωνικό Πρωτάθλημα Shotokan στό Budokan τοῦ Τόκιο. [Ἀπό τό ἀρχειο τοῦ Γιάννη Βερῶνη.]



Ἀπό τίς συγγενεῖς παθήσεις οἱ καρδιοπάθειες, τό ἐξάρθρημα ὤμου καί ἰσχίων, ἡ ἱεροποίηση ὀσφυϊκοῦ σπονδύλου, ἡ σπονδυλολίσηση, ὁ πολυκυστικός νεφρός, κ.ἄ. Ἀπό τίς παθήσεις τῶν ματιῶν οἱ χρόνιας ἐπιπεφυκίτιδες, ὁ τραυματικός καταρράκτης, τῶν αὐτιῶν ἡ χρόνια λαβυρινθίτις κ.ἄ. Ἀπό τίς παθήσεις τῆς καρδιάς καί τῶν ἀγγείων οἱ βαλβιδοπάθειες, οἱ μυοκαρδιοπάθειες, ἡ ἀνεπάρκεια τῶν στεφανιαίων, ἡ ὑπέρταση καί ἡ ὑπόταση, πού συνοδεύεται ἀπό αἰμοδυναμικές διαταραχές, ἡ κακή φυσική κατάσταση, κ.ἄ. Ἀπό τίς παθήσεις τῶν πνευμόνων τό βρογχικό ἄσθμα, τό ἐμφύσημα κτλ. Ἀπό τίς παθήσεις τοῦ πεπτικοῦ συστήματος τό ἔλκος τοῦ στομάχου καί τοῦ δωδεκαδάκτυλου, ἡ χολολιθίαση, τά διάφορα εἶδη κήλης κτλ. Ἀπό τίς παθήσεις τοῦ αἵματος ἡ αἱμορροφιλία, ἀπό τίς παθήσεις τῶν ἐνδοκρινῶν ἀδένων ὁ σακχαρώδης διαβήτης, ὁ ἐξώφθαλμος, ἡ χρόνια θυρεοειδίτις, ἡ νόσος τοῦ Addison κτλ. Ἀπό τίς παθήσεις τῶν νεφρῶν ἡ νεφρολιθίαση καί ἡ νεφρόπτωση καί φυσικά ἡ ὄξεια καί ἡ χρόνια νεφρική ἀνεπάρκεια. Ἀπό τίς παθήσεις τῶν ἰσθμῶν καί ἀρθρώσεων οἱ διάφορες περιαρθρίτιδες καί ἀρθρίτιδες, οἱ παθήσεις τῶν μηνίσκων ἡ δισκοπάθεια, ἡ ἀγκύλωση τῶν ἀρθρώσεων, οἱ θυλακίτιδες, οἱ ὀρογονίτιδες, οἱ τενοντοθυκίτιδες, ὁ ὕδραρθρος καί ὁ αἱμαρθρος, οἱ μυϊκές κακώσεις (θλάσεις, κήλες) κτλ. Ἀπό τίς παθήσεις τοῦ νευρικοῦ συστήματος ἡ ἐπιληψία, οἱ νευρίτιδες καί τά διάφορα σύνδρομα αὐχενικό καί βραχιόλιο. Τέλος ἀπό τίς παθήσεις τῆς ψυχικῆς σφαίρας οἱ ψυχώσεις (σχιζοφρένια), οἱ ψυχοπαθητικές καταστάσεις (τοξικομανία) κτλ.

Εἶναι προφανές πὸς προσοχή χρειάζεται καί τί πράγματα πρέπει νά λάβει ὑπόψη ἕνας νέος πρὶν ἀποφασίσει νά ἐπιδοθεῖ στό ἀθλήματα πού ἐδῶ μᾶς ἀσχολοῦν. Αὐτό βέβαια ἰσχύει καί γιά κάθε ἀθλημα.

Ὅσοι νέοι ἀποδειχθεῖ μετὰ τήν ἐξέταση ὅτι εἶναι ὑγιεῖς, μποροῦν νά ἐπιδίδονται στό judo καί στό karate καί μάλιστα ἀπό πολύ νωρίς, ἀκόμη καί ἀπό τήν ἡλικία τῶν ἔξι ἐτῶν περίπου. Ὡστόσο, τό πότε πρέπει νά ἀρχίσει ἕνας νέος νά ἀθλεῖται, σ' ἀπαραπάνω ἀθλήματα σχετίζεται μέ τή φιλοδοξία του νά διακριθεῖ σέ κατοπινές ἐκδηλώσεις ἀγωνιστικοῦ τύπου. Συνεπῶς καί ἡ ἀρχική ἐπιλογή καί ἡ ἐκτίμηση τῆς ὑγείας τῶν νέων πού σκοπεύουν νά ἐπιδοθοῦν στό ἀπαραπάνω ἀθλήματα πρέπει νά γίνεται ἢ παράλληλα μέ τήν ἐναρξη τῆς ἐκγυμνάσεώς τους ἢ ἀμέσως πρὶν ἀπό αὐτήν. Τό δεύτερο εἶναι πάντοτε προτιμότερο.

Εἶναι γνωστό ὅτι ὅσο νωρίτερα ἀρχίζει ἡ κατάλληλη ἀθλητική προετοιμασία τοῦ νέου ἀθλητοῦ, τόσο εἶναι πιθανότερο ἡ ἀπόδοσή του καί ἡ κατοπινὴ του ἀθλητικὴ ἐμφάνιση νά εἶναι καλύτερη.

Τό ὄριο τῶν ἔξι ἐτῶν γιά τήν ἐναρξη τῆς ἀθλητικῆς προετοιμασίας εἶναι ἕνα ὄριο διεθνῶς παραδεκτό καί ἀναγνωρισμένο καί συνεπῶς ἀγοράκια καί κοριτσάκια τῆς ἡλικίας αὐτῆς μποροῦν ἀφοβα νά ἀρχίσουν τήν μύησή τους στό ἀθλήματα τοῦ judo (κυρίως) καί τοῦ karate.

Ἀπ' ὅτι, λοιπόν, εἶπαμε παραπάνω βγαίνει σάν συμπέρασμα πὸς εἶναι ἀπόλυτα ἀπαραίτητος ὁ ἰατρικός ἐλεγχος ὄλων τῶν νέων καί ἡ ἀρχική ἐπιλογή τους εἴτε οἱ νέοι αὐτοὶ ἔχουν ἀρχίσει εἴτε οἱ νέοι αὐτοὶ πρόκειται νά ἀρχίσουν νά ἀθλοῦνται σ' ἀπαραπάνω ἀγωνίσματα. Ὅπως ἐπίσης εἶπαμε ὅσο πιό νωρίς ἀρχίζει ἡ ἀσκηση καί ἡ ἀθληση τους κατάλληλα στό judo καί στό karate τόσο αὐξάνεται καί ἡ πιθανότης γιά μιά καλὴ ἀθλητικὴ ἀπόδοση.

Στό ἐπόμενο τεῦχος θά ἀσχοληθοῦμε μέ τόν ἀθλητικό προσανατολισμό στό judo καί στό karate.



Από τον Τρύφωνα Πέππα

οι μαύρες ζώνες και

πώς να τις αποκτήσετε στην Ελλάδα

μητρίου αυτοαφαίρεσε από τον εαυτό του την μαύρη ζώνη που του είχε δώσει το Kodokan της Ιαπωνίας (αυτό ήταν το εύχρηστο του προς την μητέρα του Judo), έλαβε μέρος στην επιτροπή απονομής διακρίσεων διότι... είχε μαύρη ζώνη. Δηλαδή η επιτροπή αυτή είχε ένα μέλος που είχε και συγχρόνως... δεν είχε μαύρη ζώνη.

γ) Δυστυχώς και αυτή άκρη ή άκρη της Έγκυκλιος του ΣΕΓΑΣ δεν ακολουθήθηκε. Υπό την έννοια αυτή η μαύρη ζώνη, που πήρε ο άθλητής Δημήτρης Μαρτάκης είναι ολοσδιόλου άκυρη και τούτο διότι:

Σύμφωνα με την Έγκυκλιο του ΣΕΓΑΣ, άρθρο 4, ο υποψήφιος πρέπει να έχει την καφέ ζώνη επί πέντε συνεχή χρόνια, δηλαδή να την έχει πάρει πριν από το καλοκαίρι του 1972. Όμως, σύμφωνα με έγγραφους μαρτυρίες, ο Δημήτρης Μαρτάκης έχει πέντε περίπου χρόνια όλα κι όλα που ασχολείται με το Judo.

Σύμφωνα με άλλη παράγραφο του ίδιου άρθρου, ο υποψήφιος πρέπει να μην έχει διακόψει την εκγύμνασή του τα τελευταία πέντε χρόνια. Όμως, ο Δημήτρης Μαρτάκης όπ' ότι είμαστε και προσωπικά σε θέση να γνωρίζουμε, διέκοψε κατά την διάρκεια των τελευταίων πέντε χρόνων την εκγύμνασή του στο Judo, τουλάχιστον επί ενάμιση χρόνο, διότι εκτελούσε μακριά από την Αθήνα την στρατιωτική του θητεία.

Σύμφωνα με την ίδια παράγραφο εξ άλλου, πρέπει για τον υποψήφιο, να υπάρχει βεβαίωση του συλλόγου που ανήκει, ότι το ήθος του και η διαγωγή του, ήταν άριστα. Ο μόνος σύλλογος, που μπορεί να έδωσε τέτοια βεβαίωση είναι ο Πανελλήνιος. Πώς όμως είναι δυνατόν αυτό, αφού οι ίδιοι οι εκπρόσωποι του στο Judo (ή τουλάχιστον κατόπιν της υποδείξεως αυτών) ζητούσαν την κεφαλή του Δημ. Μαρτάκη επί πίνακι; Υπενθυμίζεται στους ενδιαφερόμενους η έκθεση (2/2/77) του Απ. Γεωργόπουλου, στην οποία βγάζοντας τα άπωθημένα του για τους άθλητές του Ε.Μ.Π. έλεγε: «4. Το ήθος των αθλητών και των εξ Συλλόγων ήτο θαυμάσιο...

Δυστυχώς για τον ΣΕΓΑΣ, αυτή η άποψη μαύρων ζωνών ήταν όχι μόνο άκυρη αλλά και τραγελαφική, για τους λόγους που περιγράφουμε παρακάτω:

α) Στην σχετική Έγκυκλιο, που έστειλε ο ΣΕΓΑΣ προς τα Σωματεια-μέλη του (5862/28.6.77), αναφέρεται στο άρθρο 2 ότι «Οά ισχύος ο κανονισμός περί άπονομής διακρίσεων βαθμών dan της Γερμανικής Αδελφότητας των dan, έντεταλμένου όργάνου της Όμοσπονδίας Judo της Δ. Γερμανίας». Όπως όμως αναφέρεται και στο παραπάνω ύπόμνημα, ούδέποτε περιήλθε στα χέρια του ΣΕΓΑΣ επίσημη μετάφραση αυτών των κανονισμών, αλλά ο Σύνδεσμος στηρίχθηκε σε προσωπικές έκτιμήσεις του Χρ. Παπαλιόπουλου, άμφιβόλων γνώσεων Γερμανικής και άμφιβόλων τίτλων διακρίσεων. Ηδη, έμεις με τις λίγες γνώσεις Γερμανικής που έχουμε, βλέπουμε από το ABC (έπίσημη έκδοση της Γερμ. Όμοσπονδίας Judo) σελ. 253, ότι η ελάχιστη ηλικία που πρέπει να έχει κανείς για να αποκτήσει το 1ο dan είναι 17 και όχι 18 χρόνων και ότι ο χρόνος προετοιμασίας γι αυτούς που δεν έχουν κανένα άγωνιστικό βαθμό είναι 3 χρόνια και δεν απαιτείται να έχουν την καφέ ζώνη επί 5 συνεχή χρόνια, όπως αναφέρεται σε άλλο άρθρο της Έγκυκλιού του ΣΕΓΑΣ. Αν οι κανονισμοί δεν αναφέρονται στο όριο ηλικίας και στον χρόνο προετοιμασίας, τότε πού αναφέρονται; Και γιατί σε ώριμα σημαία ακολουθήσαμε τους Γερμανικούς κανονισμούς και σε άλλα Έλληνικές άποψεις; Για να κάνουμε δήθεν τη ζωή μας δύσκολη και να δείξουμε έτσι ότι κάναμε άυστηρές εξετάσεις;

Άλλά είπαμε. Δεν υπήρξε επίσημη μετάφραση των Γερμανικών κανονισμών, άρα δεν νοείται εξέταση σύμφωνα με αυτούς. β) Το τραγελαφικό στοιχείο της υποθέσεως, είναι ότι η Τεχνική Έπιτροπή, άποφάσισε να μην... άναγνωρίζει τις Ιαπωνικές μαύρες ζώνες. Συγκατατέθηκε μάλιστα σε αυτό, ό έκ των μελών της και έκ των μελών της έπιτροπής άπονομής διακρίσεων, Ε. Παπαδημητρίου. Κατά τον τρόπο αυτό, ενώ ό Ε. Παπαδη-

ανάληθη, λέγονται δέ μόνο διότι έξυπνότητων τά σχέδια της πλειοψηφίας της Έπιτροπής Judo και δικαιολογούν, κατά κάποιο τρόπο, τη συμμετοχή τους στην Έπιτροπή σαν εκπρόσωποι των Σωματείων αυτών. Είναι κατασκευάσματα τους καθαρά για τον παραπάνω σκοπό.

Η Γλυφάδα μόλις προς ένός-δύο μηνών έκανε τά έγκαιρία για την δημιουργία τμήματος Judo, ό δέ Όμιλος Παραδείσου και η Άθηναϊκή Λέσχη, έχουν σχεδόν άνύπαρκτα τμήματα Judo, όπως άποδεικνύεται από τό ότι: ό επί κεφαλής και εκπρόσωπος της Άθηναϊκής Λέσχης στην Έπιτροπή Judo Ε. Παπαδημητρίου (και μέλος της Έπιτροπής άπονομής μαύρων ζωνών), για να λάβη μέρος σε άγώνες, έμφανίσθηκε σαν άθλητής της Γλυφάδας, ό δέ Όμιλος Παραδείσου, για να έμφανίσει συμμετοχή στους άγώνες της 5.6.77, δήλωσε σαν άθλητής του, πρόσωπα που ανήκουν στον Πανελλήνιο.

γ) Οι κ.κ. Πανίτσας και Κατσιάρης, που έπελέγησαν για την συμπλήρωση της Έπιτροπής, δεν δέχονται να συμμετέχουν σ' αυτήν.

Μπροστά στην άπαράδεκτη αυτή κατάσταση, που έχει δημιουργηθεί, σάς καλούμε να αναλάβετε τις ευθύνες σας και να διορθώσετε τά κακώς έχοντα, κατ' άρχήν με την ριζική άνασύσταση της Τεχνικής Έπιτροπής και την κατάργηση της έπιτροπής άπονομής μαύρων ζωνών, διαφορετικά τό Judo στην Ελλάδα θα καταστραφή από τό έπίσημο ξεκίνημά του. Οι άθλητικές μας κοινότητες, δεν θα είναι δυνατόν να άποδεχτούν μία τέτοια κατάσταση και άσφαλώς θα διαχωρισουν τη θέση τους και την δραστηριότητά τους από τον Σύνδεσμό σας.

Έμεις, όπως τόσα χρόνια, έτσι και τώρα άντιδιωτελώς θα σταθούμε συνεισφέροντας στο άθλημα που αγαπάμε.

άπόλυτη έπιθυμία των τεσσάρων, δηλαδή την άπομάκρυνση του ένοχλητικώτατου γι' αυτούς κ. Π. Οικονόμου και τον διορισμό του κ. Κ. Πανίτσα από τό Πολυτεχνείο -του λιγώτερο ένοχλητικού από τους άθρώπους του Πολυτεχνείου για τους τέσσερις και πού δεν έχει γνώσεις Judo- και τον κ. Δ. Κατσιάρη από την ΧΑΝΘ, ό οποίος όμως, έπειδή μένει μόνιμα στην Θεσσαλία δεν θα μπορούσε να τους σταθεί σοβαρό έμπόδιο. Έπίσης θα σημειωθεί, ότι η έπιλογή του κ. Κ. Πανίτσα, έκ των τριών εκπροσώπων του Πολυτεχνείου, πού είχε προτείνει ό Πρύτανης, έγινε κατά παράβαση του έγγραφου σας 9957/23.12.76 προς τό Ίδρυμα, προκάλεσε δέ τις σφοδρές άντιρρήσεις του Ε.Μ.Π. και την άρνηση του κ. Πανίτσα να δεχθή τον διορισμό.

Ίσως όλα αυτά είναι άρκετά, για να οδηγήσουν τον κ. Άναγνωστάκη σε παραίτηση προς τό καλό του Judo.

Οι ένέργειες έν γένει της έπιτροπής Judo, μικρό μέρος των οποίων άναφέραμε παραπάνω, είχαν τά κακά άποτελέσματά τους για τό άθλημα. Έτσι, μεταξύ άλλων:

α) Διασπάστηκε η ίδια η έπιτροπή σε δύο μέρη και οι κ.κ. Β. Βουτσαράς και Π. Οικονόμου, ξεχώρισαν την θέση τους και δεν μετέχουν πιά σ' αυτήν.

β) Δημιουργήθηκε δυσπιστία και άντιπάθεια και άδυναμία συνεργασίας με την Έπιτροπή σε όλα τά Σωματεια-Έστίες, πλην του Πανελληνίου, πού καλλιεργούν από πολλά χρόνια τό Judo στην Ελλάδα με ένδεχόμενο, αν δεν διορθωθούν τά πράγματα, να άπέχουν από εξέλιξης από κάθε σχετική έκδήλωση στο Judo, πού θα γίνεται από τον ΣΕΓΑΣ. Αυτές οι έστίες είναι η ΧΑΝ Θεσσαλονίκης, ό Όμιλος Judo (Βερώνη) τό Ε.Μ. Πολυτεχνείο και ό Όμιλος Άντισφαιρίσεως. Άλλες έστίες δεν υπάρχουν, όσα δέ άντίθετα υποστηρίζονται από την Έπιτροπή είναι όβάσιμα και

Από την ΧΑΝΘ
ΚΑΤΣΙΑΡΗΣ ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ
ΒΛΑΤΣΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ

Από τον Όμιλο Άντισφαιρίσεως
ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΠΕΤΡΟΣ
ΒΟΥΤΣΑΡΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ
ΓΟΛΕΜΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ
ΤΣΟΠΕΛΑΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ
ΚΕΦΑΛΑΣ ΑΝΔΡΕΑΣ
ΡΑΠΤΗΣ ΑΛΚΗΣ

Από τό Πολυτεχνείο
ΠΕΠΠΑΣ ΤΡΥΦΩΝ
ΠΕΡΣΙΔΗΣ ΘΥΜΙΟΣ
ΚΟΥΤΣΟΥΚΗΣ ΠΑΡΙΣ
ΠΑΝΙΤΣΑΣ ΚΩΣΤΑΣ

Από τον Έλληνικό Όμιλο Judo-Karate
ΣΤΑΜΠΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΒΟΥΡΒΟΥΛΗΣ ΑΓΗΣ
ΡΟΥΣΚΑΣ ΧΡΙΣΤΟΣ
ΒΕΡΩΝΗΣ ΠΑΝΝΗΣ

Δυστυχώς δεν δύναμαι να είπω το ίδιο και διά τούς άθλητάς του Ε.Μ.Π., τών οποίων ή συμπεριφορά κατά την διάρκειαν τών αγώνων υπήρξε άπρεπής και αντίαθλητική.

Αναφέρω τας κάτωθι παρεκτροπές και εισηγοῦμαι τήν παραπομπή τών παρεκτροπέντων εις τήν Δικαστικήν Έπιτροπήν.

Οι δύο άθληταί τής ΧΑΝΘ συνεμορφώθησαν άμέσως.....έν αντίθεσει πρός τούς άθλητάς του Ε.Μ.Π. Δημ. Μαρτάκην και Πάριν Κουτσούκην....

β. Κατά τήν διεξαγωγήν τών αγώνων οι άθληταί Τρ. Πέππας και Δημ. Μαρτάκης εξύβρισαν διά χυδαίων και άκατανομάστων φράσεων τόν Διαιτητήν.

Συμπεριφορά ως ή άνωτέρω είναι εκτός τών ήθων και έθίμων τής διεθνούς οικογενείας του Judo και, εάν συνεχισθῆ, μάς εκθέτει διεθνώς».

Αυτά για τήν παρατυπία, ως πρός τόν Δημήτρη Μαρτάκη. Όσον άφορᾷ όμως τόν ίδιο, μέ μεγάλη μας λύπη είμαστε άναγκασμένοι από τήν θέση αυτή νά του άπευθύνουμε ένα: Ντροπή!!! Ντροπή, για τόν τρόπο πού καταδέχθηκε νά πάρη μαύρη ζώνη από αυτούς, πού κάποτε τόν άνάγκασαν ύβριστικά νά βγάλει τήν μαύρη ζώνη πού του είχε δώσει ο προσωπικός του δάσκαλος Masao Iijima, πού είχε πραγματικά 2 dan από τήν Ίαπωνία. Αυτό ήταν τό εύχαριστῶ του, πρός τόν άνθρωπο πού κάποτε υπήρξε όχι μόνο δάσκαλος, αλλά και άδελφικός του φίλος και πού είχε φύγει μαζί του από τόν Πανελλήνιο, περιφρονώντας αυτούς πού έδιωξαν τόν Masao Iijima και από τούς οποίους τώρα πήρε μαύρη ζώνη.

Όχι κύριε Μαρτάκη. Ή μαύρη ζώνη δεν είναι μόνο ένα κρεατικό βραβείο. Είναι πρώτα πρώτα πνευματικό! Και κυρίως... ήθικό!

δ) Ό κ. Λαυρέντι Βασιλέσκου, ο οποίος έχει 4 dan Ρουμανίας ήρθε στήν Ελλάδα, μέ σκοπό τήν διενέργεια ενός σεμιναρίου διατησίας. Για νά μπορέσει όμως νά δώσει και μαύρες ζώνες, πρέπει νά έχει έξουσιοδότηση από τήν Όμοσπονδία του. Χωρίς τέτοια έξουσιοδότηση και όσα dan και νά έχει ο κ. Βασιλέσκου, δεν μπορεί νά άπονείμει διακρίσεις. Είχε όμως τέτοια έξουσιοδότηση ο κ. Βασιλέσκου.

Άς υποθέσουμε -και μόνο άς υποθέσουμε- ότι είχε. Τότε όμως παρουσιάζεται ή έξης κωμική εικόνα. Μιά έπιτροπή άπονομής διακρίσεων, άποτελείται από ένα Ρουμάνο 4 Ρουμανικών dan, πού επί χρόνια κρίνει και κρίνεται σύμφωνα μέ τούς Ρουμανικούς κανονισμούς, από ένα Έλληνα 2 άμφιβόλου ύπάρξεως Γερμανικών dan και άλλον έναν Έλληνα πού έχει και... δεν έχει μαύρη ζώνη. Αυτοί δέ οι τρεις καλούνται νά κρίνουν Έλληνες ύποψήφιους, σύμφωνα μέ τούς Γερμανικούς κανονισμούς, πού οι ίδιοι δεν ξέρουν, διότι δεν ύπάρχει έπίσημη μετάφραση τους.

Ή εικόνα, θυμίζει κάτι μεταξύ του Πύργου τής Βαβέλ και του Ναού του Σολομώντος. Δείχνει «βιασύνη» άν όχι «κόψιμο» νά άποκτηθούν από κάποιους οι μαύρες ζώνες και μάς άγουν σέ μελαγχολικές σκέψεις οι σκέσεις τους μέ τούς έξεταστές και τών



Συστάσεις (από άριστερά): 1) Ό κ. Ε. Παπαδημητρίου, 1 dan στο judo από τό Kodokan, 2) Ίάπων πού μοῦ διαφεύγει τό όνομά του (συγγώνη αλλά είναι πολλοί), 3) Ό γνωστός κ. Γιάννης Βερώνης, 4) Ό κ. Χ. Παπαηλιόπουλος, 2 dan στο judo (έγώ προσωπικά άμφιβάλλω), 5) Ό κ. Κ. Shibayama, 8 dan, 6) Ό κ. Ι. Άναγνωστάκης, Πρόεδρος τής Τεχνικής Έπιτροπής judo, πού άν τόν ρωτούσατε πέρυσι τί είναι τό judo θά σάς έλεγε «τύπος ίαπωνικού ποδηλάτου» (φυσικά φέρει ειθύνες για τήν άποχώρηση τεσσάρων συλλόγων στους πέντε από κάθε εκδήλωση και άγώνα judo στήν Ελλάδα), 7) Ό κ. Β. Βουτσαράς, καφέ ζώνη και παλιός καλός συναθλητής και 8) Ό κ. Α. Γεωργόπουλος, τόν οποίο έβλεπε νά κάνει πτώσεις (τό Α του Α του judo) ο κ. Shibayama 2-3 μέρες άργότερα και κουνούσε λυπημένα τό κεφάλι του. Παρ' όλα αυτά ο κ. Γεωργόπουλος είχε τό θράσος νά αναλάβει τήν εκγύμναση και προετοιμασία τής εθνικής ομάδας judo πού στείλαμε για τουρισμό στους Βαλκανικούς αγώνες (Βουκουρέστι). [Φωτογραφία και λεζάντα: Θύμιος Περισίδης.]



έξεταστών μεταξύ τους. Πράγματι, ο ένας από τούς προαχθέντες είναι ο Δ. Χούντρας, προσωπικός φίλος επί χρόνια του Χρ. Παπαηλιόπουλου, και άλλα. Πολύ περισσότερο, άφου ο Ίάπωνας δάσκαλος Kenji Shibayama 7 dan, όταν είχε έρθει τόν περασμένο χειμώνα στήν Ελλάδα, είχε βρει τούς Έλληνες όχι μόνο άπροετοιμαστούς για μαύρη ζώνη αλλά και τούς ίδιους τούς «έξεταστές» του ΣΕΓΑΣ, άνίκανους άκόμα και νά πέφτουν σωστά.

Άν θέλαμε νά κάναμε σωστές και πραγματικά αδιάβλητες έξετάσεις θά έπρεπε νά καλέσουμε από μία σοβαρή ξένη Όμοσπονδία έναν ή δύο ή τρεις εκπροσώπους τής, πού αυτή θά όριζε, νά άπονείμουν κατά τόν

δικό τους ενιαίο τρόπο κρίσεως μαύρες ζώνες, σέ αυτούς πού θά έκριναν ικανούς. Αυτό νά επαναλαμβανόταν μία φορά κάθε δύο χρόνια, για μερικά χρόνια -δεν θά είχαμε περισσότερη παραγωγή μαύρων ζωνών ώστε νά χρειάζονταν νά έρχονται συχνότερα- ώσπου νά άποκτήσουμε μαύρες ζώνες ικανές και ως πρός τήν ποιότητα και ως πρός τόν βαθμό και ως πρός τόν αριθμό, νά κάνουν αυτές μετά για τούς ύπόλοιπους έξεταστές, μέ κανόνες πού θά διαμόρφωναν οι ίδιοι, προσαρμοσμένους στήν Έλληνική πραγματικότητα. Αυτή είναι ή σωστή δουλειά, κύριοι. Κατά τά άλλα, δεν φτάνει τό άρθρο 21 του Καταστατικού τής Διεθνούς Όμοσπονδίας, για νά μάς δώσει τό δικαίωμα νά δίνουμε στους «ήμετέρους» μαύρες ζώνες.

ε) Όπως πολλές φορές τονίσασε παραπάνω, δεν είναι διόλου σίγουρο ότι εκ τών «έξεταστών» Χρ. Παπαηλιόπουλος έχει μαύρη ζώνη από τήν Γερμανική Όμοσπονδία και πολύ περισσότερο, ότι έχει δύο dan. Οι άμφιβολίες ένισχύονται και, μέ έγγραφο τής Γερμανικής Όμοσπονδίας, ήμερομηνίας 24-6-77 όπου μάς αναφέρεται, ή άδυναμία άνευρέσεως του Γερμανικού συλλόγου πού έδωσε 2 dan στον Χρ. Παπαηλιόπουλο. Άς μάς καλέσουν στον ΣΕΓΑΣ και άς μάς δείξουν τό πρωτότυπο του διπλώματος του Χρ. Παπαηλιόπουλου και μεις, εύχαριστως, θά δημοσιεύσουμε στο περιοδικό μας αντίγραφο του.

Για όλους τούς παραπάνω λόγους, δεν θά πρέπει νά περιμένει ο ΣΕΓΑΣ νά αναγνωρίσουμε τίς μαύρες του ζώνες. Διότι άπλούστατα, είναι άκυρες και γελοίες.

Πρέπει νά σάς πούμε, ότι πριν παραδοθεί τό ύπόμνημα πού δημοσιεύσαμε, στον ΣΕΓΑΣ, είχε δημοσιευθεί στήν έφημερίδα «ΤΑ ΝΕΑ» τό μακροσκελές άρθρο του προ-

πονητού του judo κ. Γιώργου Καράγιωργα (2 dan KODOKAN), στο οποίο τονίζονταν στήν αρχή: «ο σκοπός του Judo δεν είναι ή άπόκτηση βαθμών, αλλά άθλητικού πνεύματος και τεχνικής». Μετά δέ από μία σύντομη έξιτορήση του Judo στήν Ελλάδα, τό άρθρο κατέληγε: «Ό κ. Άχιλλέας Καραμανλής, θά πρέπει ίσως νά εκτιμήσει ιδιαίτερα, ότι άνθρωποι πού διαθέτουν άντικειμενικά προσόντα, χωρίς καν άξίωση οικονομική, άρνούνται νά αναλάβουν ένα τέτοιο βαρύ φορτίο (τό τής άπονομής διακρίσεων), διότι δεν έχουν τό δικαίωμα. Και, νά δώσει ο ίδιος έντολή σέ καλοπροαίρετους ίσως, αλλά άσχετους ανθρώπους, νά μήν φέρουν εμπόδια στήν ανάπτυξη ενός άθλήματος.» «Ή τακτική» συνέχιζε τό άρθρο, ύπονοώντας αυτό τόν τρόπο άπονομής διακρίσεων, «θυμίζει άπλώς τόν Άμίν Νταντά, μέ τά παγκόσμια ρεκόρ του και τόν τελευταίο τίτλο πού άπένειμε ο ίδιος στον έαυτό του: Του Πορθητή τής Μεγάλης Βρετανίας».

Κατόπιν όλων αυτών, ο ΣΕΓΑΣ πρέπει νά προσέξει πολύ μήπως και τά άτομα πού παρεισέφησαν στίς τάξεις του, γελοιοποιούν άντί νά βοηθούν τό άθλημα, μέ τά καμώματά τους και πολύ περισσότερο, άν δεν έχουν τά άπαραίτητα προσόντα για νά είναι, αυτό πού είναι σήμερα. Θά ήταν κρίμα νά τό πάθει αυτό ή πέμπτη από άποψη άρχαιότητας Όμοσπονδία του κόσμου.

Πολύ περισσότερο όμως, πρέπει νά προσέξει ο Γ.Γ. Άθλητισμού, ο οποίος δεν μάς έχει πείσει καθόλου ότι δεν ύποστηρίζει τά άτομα τής Τεχνικής Έπιτροπής πού άνήκουν στον Πανελλήνιο (ο ίδιος είναι πρόεδρος του). Πολύ περισσότερο δέ, όχι μόνο δεν έχει πείσει αλλά θά πρέπει νά κάνει προσπάθεια νά πείσει για τό αντίθετο, τούς εκπροσώπους του ΣΕΓΑΣ.

ΤΡΥΦΩΝ ΠΕΠΠΑΣ



Έπί του πιεστηρίου:

Συνταρακτικό: Ή σημερινή Τεχνική Έπιτροπή του Judo του ΣΕΓΑΣ και οι φρέσκιες «μαύρες ζώνες» τής (διάβαζε «μαύρες κορδέλες»), έχουν τό θράσος νά ζητάνε τά άποδεικτικά έγγραφα τών γνήσιων μαύρων ζωνών για νά τούς «κάνουν τήν τιμή» νά τίς αναγνωρίσουν και νά τίς συμπεριλάβουν δίπλα τους στήν έπετηρίδα του ΣΕΓΑΣ.

Ή τρίπλα, τής τρίπλας..... ω τρίπλα!!!

Είμαστε για «μαύρα» γέλια νομίζω.



Από τους

Θ. Παπαϊωάννου και Ν. Ραφτάκη



εισαγωγή στό shotokan karate

Εισαγωγή στο Shotokan karate

Έδω και έξι χρόνια, με πρωτοβουλία φοιτητών του Ε.Μ. Πολυτεχνείου ιδρύθηκε το πρώτο φοιτητικό τμήμα karate. Για να εξασφαλιστεί γνησιότητα στο άθλημα απευθυνθήκαμε στην Ίαπωνική Όμοσπονδία karate (J. K. A.), η οποία μας έστειλε ειδικό εκπαιδευτή, τον sensei T. Nishimura, 4 dan στο Shotokan karate. Μετά την απόχώρησή του και μέχρι σήμερα στο Ε. Μ. Π. διδάσκει συστηματικά ο εκπαιδευτής της J. K. A. sensei Tetsuo Ootake, 3 dan στο shotokan.

Στη συνέχεια θα αναπτυχθεί μια σύντομη ιστορική ανασκόπηση του karate. Θα παρουσιαστούν αφ' ενός τα διαδοχικά στάδια εξέλιξής του μέσα στους αιώνες, αφ' ετέρου η σχέση που έχει με διάφορες μορφές φιλοσοφίας.

Ίστορικό

Τό karate χρονολογείται περίπου από τον έκτο μ.Χ. αιώνα. Όταν ο μοναχός Darma βρισκόταν στην μονή των Shaolin στην Κίνα, άρχισε να διδάσκει στους μαθητές του μεθόδους φυσικής άγωγής με σκοπό να αποκτήσουν άντοχή και φυσική δύναμη, στοιχεία απαραίτητα για να ανταποκριθούν στην αυστηρή πειθαρχία και σωματική έκφραση που ήταν αναπόσπαστο μέρος της θρησκείας τους. Αυτό ήταν και η αρχή μιας νέας αντίληψης Βουδισμού, του Zen. Η ανάπτυξη των φυσικών αυτών μεθόδων άσκησης σήμερα είναι γνωστή σαν η πολεμική τέχνη των Shaolin. Η πολεμική

αυτή τέχνη διαδόθηκε σε όλα τα μοναστήρια της Κίνας και καλλιεργήθηκε σε διάφορες μορφές (στυλ) ανάλογα με τη νοοτροπία και ψυχοσύνθεση των ασκητών. Αργότερα, αυτή η πολεμική τέχνη μεταφέρθηκε στην Οκίναβα και αναμίχθηκε με τις ιθαγενείς άμυντικές και επιθετικές μεθόδους. Οι πολεμικές αυτές τέχνες αρχικά περιλάμβαναν και την χρήση διαφόρων όπλων όπως σπαθιού, άλυσσίδας, ραβδιού κ.ά. Αργότερα η χρήση των όπλων εγκαταλείφθηκε δίνοντας έτσι πεδίο για την ανάπτυξη των μεθόδων «μέ άδεια χέρια».

Αρχικά, karate, σαν λέξη κινέζικης προελεύσεως, σήμαινε «κινέζικο χέρι». Όμως, ο μεγαλύτερος master των νεωτέρων χρόνων, ο Funakoshi Gichin, που εισήγαγε το karate από την Οκίναβα στην Ίαπωνία, άλλαξε τους χαρακτήρες της λέξεως karate ώστε να σημαίνουν κατά λέξη «άδειο χέρι».

Κατά τη βουδιστική φιλοσοφία Zen, η λέξη παίρνει τη σημασία της προσωπικότητας της άδειας από εγωισμό και προκατάληψη. Ο Funakoshi χαρακτηριστικά γράφει: «Όπως η γυαλισμένη επιφάνεια του καθρέφτη αντανάκλα ότιδήποτε στέκεται μπροστά της και η ήσυχη κοιλάδα μεταφέρει και τους παραμικρούς ήχους, έτσι και ο άθλητής του karate πρέπει να απελευθερώσει τό πνεύμα του από εγωισμό και κακία σε μία προσπάθεια να αντιδράσει με τον τελειότερο τρόπο σε ότιδήποτε κι αν αντιμετωπίσει».

Ο Funakoshi ίδρυσε στην Ίαπωνία τό Shotokan styl τό 1935 (σημαντικός σταθμός για την ιστορία του karate στην Ίαπωνία). Τό styl αυτό, που είναι και τό

επικρατέστερο σ' όλο τον κόσμο, αντιπροσωπεύεται σήμερα από την J.K.A., που ιδρύθηκε από τον ίδιο τον Funakoshi τό 1955, και αριθμεί στις μέρες μας μόνο στην Ίαπωνία εκατοντάδες χιλιάδων ενεργά μέλη.

Στόχοι και ιεραρχία

Ο ρόλος του karate στη σημερινή εποχή είναι πολλαπλός. Σάν τέχνη εκφράζει τό ρυθμό της μαχητικότητας του ατόμου και συντονίζει τις αντιδράσεις σώματος και πνεύματος σ' ένα αδιάσπαστο σύνολο. Σάν γυμναστική αποτελεί ένα πλήρη τρόπο ανάπτυξεως των σωματικών ικανοτήτων, ενώ πρακτικά είναι ή άποτελεσματικότερη μέθοδος άμυνας και επιθέσεως.

Η άνοδος στην ιεραρχία του karate εξαρτάται από την σκληρή και άπόλυτα συνειδητή προπόνηση αφ' ενός και από τό χρόνο αφ' ετέρου. Τά αξιώματα (συγκεκριμένα για τό Shotokan) έχουν ως εξής (κατά σειρά αυξουσας άξιας):

Άσπρη ζώνη (8 kyu) — κίτρινη ζώνη (7 kyu) — πράσινη ζώνη (6 kyu) — μπλέ ζώνη (5 και 4 kyu) — καφέ ζώνη (3, 2 και 1 kyu) — μαύρη ζώνη (άπό 1 dan και πάνω). Οι βαθμοί δίνονται κατόπιν εξέτάσεων ενώπιον του ειδικού καθηγητού σε καθορισμένα χρονικά διαστήματα.

Ο sensei T. Nishimura σε gyaku-zuki. [Από τό άρχειο της ομάδας karate του ΕΜΠ.]



Ο sensei T. Nishimura, 4 dan σε εκτέλεση της βασικής τεχνικής cho-ku-zuki (πρίν 3 χρόνια περίπου) στο γυμναστήριο του ΕΜΠ. [Από τό άρχειο της ομάδας karate του ΕΜΠ.]

Πρέπει τέλος να τονιστεί ότι ή άπονομή της μαύρης ζώνης (και άνω) γίνεται άποκλειστικά από τον έντεταλμένο καθηγητή-έπιθεωρητή της περιοχής (π.χ. για την Εύρώπη είναι ο sensei Enoeda, 7 dan).

Οί τεχνικές

Μέ τον όρο «τεχνικές» στό karate έννοούμε τις βασικές κινήσεις άποκρούσεων και κτυπημάτων με τά μέλη του σώματος. Οί τεχνικές κατά κύριο λόγο προέρχονται από παρατηρήσεις των κινήσεων και των στάσεων των ζώων και των πουλιών στις φάσεις της επιθέσεως και της άμυνας των. Μέ την άροδο των χρόνων όμως προσαρμόστηκαν στό ανθρώπινο σώμα και εξελίχτηκαν έπιστημονικά ώστε να εκμεταλλεύονται τό μέγιστο της ισχύος του ανθρώπινου σώματος κατά την διεύθυνση του κτυπήματος ή της άποκρούσεως.



Στιγμιότυπο από την ομαδική προπόνηση στο Shotokan karate στο Ε. Μ. Πολυτεχνείο. [Νοέμβριος του 1977.]

Στιγμιότυπο από την ομαδική προπόνηση στο Shotokan karate στο Ε. Μ. Πολυτεχνείο. [Νοέμβριος του 1977.]



Έπιθεση του Θ. Παπαϊωάννου, 1 dan, με yoko-geri-ke komi και άμυνα του Ν. Ραφτάκη, 1 dan, με uchi-uke κατά την επίδειξη της ομάδας του ΕΜΠ τό Μάιο του 1977. [Από τό άρχείο της ομάδας του ΕΜΠ.]

Επίδειξη του kanbuso kata με πραγματικούς αντιπάλους από τόν Τ. Οοtake, 3 dan, και σπουδαστές του ΕΜΠ κατά την επίδειξη του Μαΐου 1977. [Από τό άρχείο της ομάδας του ΕΜΠ.]



Οι τεχνικές, θα μπορούσε να πη κανείς, αποτελούν τόν πρωταρχικό και τελικό σκοπό του karate. Ό μαθητής μπορεί εύκολα να εκτελεί άπλως τις βασικές αυτές κινήσεις, τό να μάθει όμως να τις εκτελεί τέλεια είναι αδύνατο. Η τελειοποίηση των τεχνικών εξαρτάται από τό χρόνο και τή σκληρή, συνειδητή και άπόλυτα συγκεντρωμένη προσπάθεια. Τά βασικά στοιχεία της σωστής εκτέλεσης των τεχνικών είναι: ή σωστή μορφή, ή ισορροπία, ή ταχύτητα, ό ρυθμός και ή σωστή εφαρμογή της δύναμης. Όσον άφορα στην κραυγή (kiai) του karate ή όποία εκτελείται σε ώρισμένες φάσεις της προπόνησης, αναφέρουμε ότι αντιπροσωπεύει τή στιγμή και άπόλυτη συγκέντρωση τόσο των πνευματικών όσο και των σωματικών δυνατοτήτων του άθλητή στό κρίσιμο σημείο της τεχνικής. Οι χαρακτήρες της λέξεως «kiai» σημαίνουν «κραυγή του πνεύματος».

Τά kata

Kata είναι μιά διαδοχή συγκεκριμένων τεχνικών προκαθορισμένης σειράς, κατά τήν εκτέλεση των όποιων ό άθλητής κινείται προς διάφορες κατευθύνσεις επιτιθέμενος και άμυνόμενος έναντίον φανταστικών αντιπάλων που ύποτίθεται πώς τόν περιβάλλουν. Kata δέν υπάρχουν μόνο στο karate και γενικά στις πολεμικές τέχνες, αλλά σε όλων των ειδών τις παραδοσιακές Ίαπωνικές τέχνες, οι όποιες έτσι διατηρήθηκαν μέχρι σήμερα.

Τά διάφορα kata στο karate έπινοήθηκαν από τούς μεγάλους δασκάλους του, οι όποιοι μετά από μακροχρονία άνάλυση κατέληξαν στους λογικούς και ιδεώδεις συνδυασμούς τεχνικών, μετακινήσεων, στάσεων και μαχητικού πνεύματος.

Η J.K.A. στη διδασκαλία των kata ακολουθεί τις τρεις «άρχές» του master Funakoshi Gichin:

- 1) τήν άκριβή εφαρμογή της δύναμης,
- 2) τήν πλέον άποτελεσματική τάση και χαλάρωση των μυώνων,
- 3) τή σωστή κάθε φορά ταχύτητα (πράγμα που είναι ζωτικής σημασίας).

Προτού ό άθλητής προβεί στην εκμάθηση των διαφόρων ποικιλιών kata, είναι άπαραίτητο να περάσει από τό στάδιο της άυστηρης εκτέλεσης των βασικών τεχνικών. Η αντίληψη της ουσίας των kata συνοψίζεται στην ίαπωνέζικη λέξη «shu-ha-ri», ή όποία έχει τήν τριδιάστατη έννοια: Shu- σημαίνει τήν εκμάθηση από τήν παράδοση, ha- σημαίνει τό σπάσιμο των δεσμών της παράδοσης, και ri- σημαίνει τήν άπελευθερωμένη τελειότητα.

Ό άθλητής κατά τήν εκτέλεση ενός kata πρέπει να τελειώσει άκριβώς στο σημείο από τό όποιο ξεκίνησε. Τό μέγιστο δέ της σωματικής και πνευματικής έντασης άποδίδεται στα δύο σημεία που ύπάρχει ή κραυγή (kiai).



Ό sensei T. Nishimura σε kokutsu-dachi, shuto-uke.

Ό ρυθμός κατά τήν εκτέλεση των κινήσεων έχει έδώ ιδιαίτερη σημασία, διότι άποτελεί τό άπαραίτητο στοιχείο για τήν εκπλήρωση των τριών βασικών στοιχείων των kata. Μπορούμε δέ τελικά να πούμε ότι στην ουσία ή εκτέλεση των kata δέν είναι παρά μιά συνεχής ροή από τήν στατική στη δυναμική κατάσταση και αντίστροφα.

Συνέχεια στο έπόμενο.

Εικονίζονται: ό εκπαιδευτής της ομάδας του Ε.Μ.Π. Τ. Οοtake, 3 dan, στη μέση, και οι σπουδαστές του Ε.Μ.Π. Θ. Παπαϊωάννου, 1 dan, άριστερά και Ν. Ραφτάκης, 1 dan, δεξιά. [Νοέμβριος 1977.]





shotokan karate: γεύση από ιαπωνικά dojo

Τό Shotokan karate είναι τό στυλ του Gichin Funakoshi sensei από τήν Okinawa ό όποιος πρώτος τό διέδωσε στην λοιπή Ίαπωνία. Μερικά χρόνια μετά τό τέλος του Β΄ Παγκόσμιου πολέμου οι άμερικανοί επέτρεψαν στους γιαπωνέζους νά κάνουν εξάσκηση στις πολεμικές τέχνες και έτσι έκαναν τήν εμφάνισή τους τά διάφορα στυλ του karate, τά όποια κατά τήν διάρκεια της κατοχής ήταν σε κατάσταση ναρκώσεως. Ένα από αυτά, τό Shotokan, ήταν πριν από τον πόλεμο μεταξύ των πιο δημοφιλών στην Ίαπωνία

Τό 1949 όλα τά μεγάλα dojo και τά Πανεπιστημιακά clubs συνενώθηκαν και έδημιούργησαν τήν J.K.A. (Japan Karate Association). Μέ τήν πάροδο του χρόνου τό Shotokan έγινε ένας από τους πιο ισχυρούς οργανισμούς karate της Ίαπωνίας. Έπίσης ή πολιτική τήν όποια άκολουθήσε ή J.K.A., δηλαδή νά στέλνει στην Εύρώπη και Άμερική κορυφαίους εκπαιδευτές όπως οι Nakayama, Okazaki, Nishiyama, Oishi, Kanazawa, Mori, Enoeda και άλλους έκανε τό Shotokan νά είναι ένα από τά πιο διαδεδομένα στυλ karate σ' όλο τον κόσμο.

Ή J.K.A. διατηρεί μία ειδική τάξη στη όποια προπονούνται οι δάσκαλοι του karate. Ή εκπαιδευσή τους είναι πολύ σκληρότερη από αυτή των μαθητών. Ή διδασκαλία γίνεται υπό τήν έποπτεία μεγάλων ονομάτων του karate όπως Nakayama, Kanazawa κ.λ.π. (Στις φωτογραφίες παρουσιάζουμε μερικά στιγμιότυπα από τήν εκπαίδευση των εκπαιδευτών). Ή διδασκαλία περιλαμβάνει kihon (βασικές τεχνικές), τά όποια αναλύονται σε όλες τους τις λεπτομέρειες για νά μή ξεχαστούν ποτέ. Καθημερινό kumite, που είναι ένα από τά σκληρότερα του είδους, ώστε οι εκπαιδευτές νά διατηρούνται σε άριστη μαχητική κατάσταση, εξάσκηση σε όλα τά kata, μεθόδους διδασκαλίας και self-defence (αυτοάμυνα).

Άπόδειξη του άνωτατου επιπέδου αυτής της ειδικής τάξεως είναι ότι οι ξένοι karateka, που τήν παρακο-

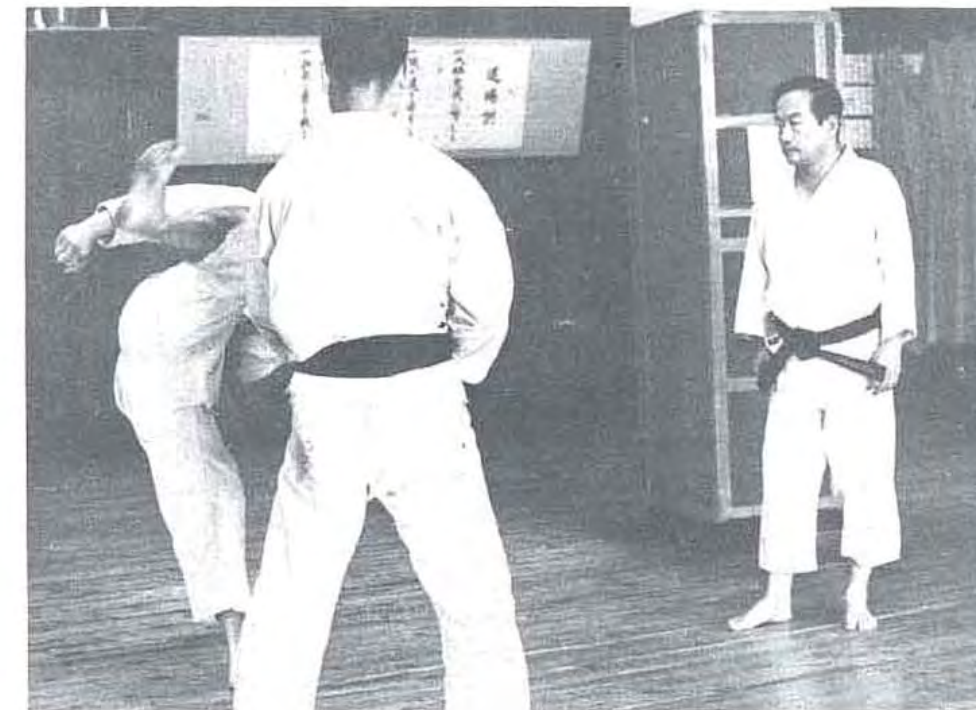


Στιγμιότυπο από εκπαίδευση σε αυτοάμυνα στο Shotokan karate. Ό δεξιός είναι καθισμένος και δέχεται επίθεση με oi-zuki, στην όποια απαντάει με mae-geri. [Φωτογραφία του Arthur Tansley.]

λούθησαν επί 2 ή 3 χρόνια εξελίχθηκαν σε πρωταθλητές Εύρώπης, Άμερικής κ.λ.π. Άκόμη και αυτοί, μεταξύ των ξένων, που αναγκάστηκαν νά τήν εγκαταλείψουν λόγω της σκληρότητας, άπόλυτης πειθαρχίας και άλλων συνθηκών αντίθετων προς τή Δυτική νοοτροπία, εκφράζουν τον θαυμασμό τους για τον δυνατό χαρακτήρα των γιαπωνέζων που είναι σε θέση νά ακολουθούν τήν δύσκολη πειθαρχία του karate για σειρά έτών χωρίς καμιά μείωση της άρχικης τους όρμης.



Όμαδική Έκπαίδευση στο Shotokan karate στο ιδιαίτερο dojo της J.K.A. [Φωτογραφία του Arthur Tansley.]



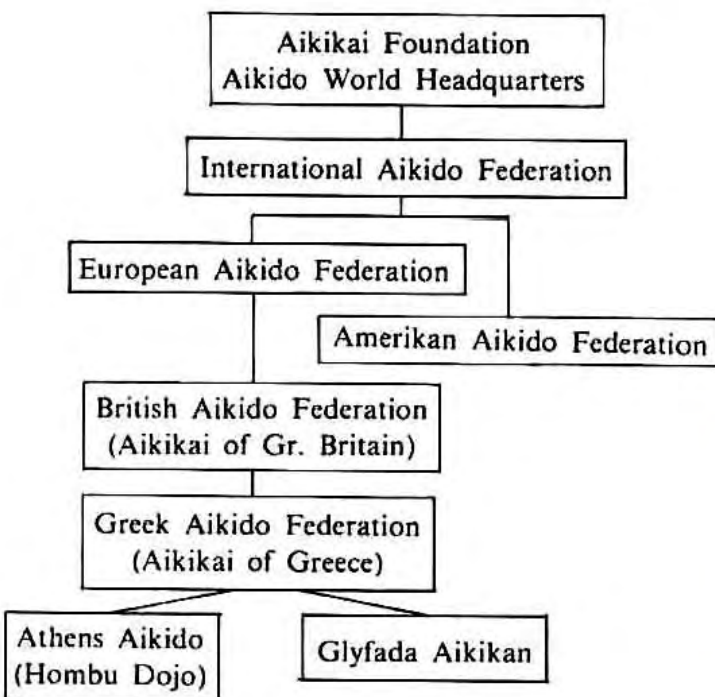
Μελέτη τεχνικής από τους εκπαιδευτές Abbe και Hayakawa κάτω από τήν επίβλεψη του Nakayama shihan. [Φωτογραφία του Arthur Tansley.]



ἡ ὀργάνωση τοῦ aikido στήν Ἑλλάδα

Ἀπό τόν Κώστα Πολίτη

Τό Aikido στήν Ἑλλάδα ξεκίνησε στό τέλος τοῦ Σεπτεμβρίου τοῦ 1975. Ταυτόχρονα ἰδρύθηκε καί τό Greek Aikido Federation (Aikikai of Greece), ὁ ὀργανισμός πού ἐκπροσωπεύει τήν Ἑλλάδα στό ἐξωτερικό καί στό ἐσωτερικό διευθύνει τό Aikido. Τόν Ὀκτώβριο τοῦ 1976, στήν πρώτη γενική συνέλευση τῆς Παγκοσμίου Ὁμοσπονδίας Aikido (International Aikido Federation) στό Τόκυο, ἡ Ἑλλάς μέ πληρεξούσιο τήν Ἀγγλία ἀνεδείχθη πλήρες μέλος τῆς Π.Ο.Α. (IAF). Τόν Νοέμβριο τοῦ 1976 στήν πρώτη γενική συνέλευση τῆς Εὐρωπαϊκῆς Ὁμοσπονδίας Aikido (EAF), ἡ Ἑλλάς ἀνεδείχθη πλήρες μέλος τῆς Ὁμοσπονδίας αὐτῆς. Τό Greek Aikido Federation εἶναι ὁ ὀργανισμός πού ἀντιπροσωπεύει τίς IAF καί EAF στήν Ἑλλάδα καί ὁ μοναδικός ὀργανισμός ὁ ὁποῖος ἀναγνωρίζεται ἀπό τίς ἀνωτέρω ὀμοσπονδίες καί ἀπό τό Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters, Tokyo, Japan. Τό Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters εἶναι ὁ μοναδικός ὀργανισμός πού ἀντιπροσωπεύει τό Aikido στήν Ἰαπωνία καί στό ἐξωτερικό σύμφωνα μέ πιστοποιητικό πού ἐξεδώθη ἀπό τό Ὑπουργεῖον Παιδείας τῆς Ἰαπωνίας. Ἡ διάρθρωση τοῦ Aikido παγκοσμίως εἶναι ὡς ἐξῆς:



Πρόεδρος τῆς IAF εἶναι ὁ Master τοῦ Aikido, Doshu Kishomaru Ueshiba υἱός τοῦ ἰδρυτή τοῦ Aikido.

Δύο Dojo (λέσχες) εἶναι ἀνεγνωρισμένες ἀπό τό Greek Aikido Federation (Aikikai of Greece) καί εἶναι: α) τό Athens Aikido Hombu Dojo, ὁδός Νυμφαίου 30 (Ἄνω Ἰλίσσια), Ἀθήνα καί β) τό Glyfada Aikikan, Γλυφάδα. Στό "Athens Aikido Hombu Dojo", διδάσκει ὁ Κώστας Πολίτης, μαύρη ζώνη 1 dan καί στό "Glyfada Aiki-kan" κάνει τίς προπονήσεις ὁ Gus Rodriguez, 2 kyu. Οἱ μαθητές τῶν δύο Dojo εἶναι μέλη τοῦ Greek Aikido Federation (Aikikai of Greece) καί αὐτομάτως μέλη τῆς Εὐρωπαϊκῆς καί Παγκοσμίου Ὁμοσπονδίας Aikido, ἔχοντας τό δικαίωμα προπονήσεως σέ ὁποιαδήποτε ἀνεγνωρισμένη λέσχη Aikido σ' ὄλο τόν κόσμο.

Ἀντιπρόσωπος τοῦ Aikikai Federation Aikido World Headquarters καί ὑπεύθυνος στήν Ἑλλάδα εἶναι ὁ Κώστας Πολίτης, ναυπηγός, κατόπιν ἐξουσιοδοτήσεως τοῦ Aikikai Foundation.

Ἐκτέλεση τῆς τεχνικῆς shiho-nage ἀπό τόν K. Chiba shihan, 6 dan, στό Athens Aikido Hombu Dojo. [Ἀπό τό ἀρχειο τοῦ Κώστα Πολίτη.]



Ὁ Κ. Πολίτης σέ ἐκτέλεση τεχνικῆς kokyu-nage, ἐναντίον δύο ἀντιπάλων. [Ἀπό τό ἀρχειο τοῦ Κ. Πολίτη.]

Πρός τό παρόν Πρόεδρος καί Γενικός Γραμματεῦς τοῦ Greek Aikido Federation εἶναι ὁ Κώστας Πολίτης καί ταμίας ὁ Εὐάγγελος Δημάς. Τεχνικός Σύμβουλος εἶναι ὁ Kazuo Chiba Sensei, 6 dan, Γραμματεῦς τῆς Παγκοσμίου Ὁμοσπονδίας Aikido, Tokyo Headquarters. Τεχνικός Διευθυντής εἶναι ὁ Minozu Kanetsuka sensei, 4 dan, Τεχνικός Διευθυντής τοῦ British Aikido Federation, μέ ἔδρα τό Λονδίνο. Διευθύνων Ἐκπαιδευτής εἶναι ὁ Κώστας Πολίτης, 1 dan, ἐπίσημος ἐκπαιδευτής τοῦ Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters, Tokyo. Ἐπίσης τοῦ ἀπενεμήθη τό δίπλωμα τοῦ Fukusnidoin, 5ης τάξεως πού τοῦ δίνει τό δικαίωμα νά ἐξετάζει μαθητές τοῦ Aikido μέχρι καί γιά τό 4ο kyu. Οἱ βαθμοί αὐτοί ἀναγνωρίζονται παγκοσμίως. Μόνο ὅσοι εἶναι μέλη τοῦ Greek Aikido Federation ἔχουν τό δικαίωμα νά λάβουν μέρος στίς ἐξετάσεις στήν Ἑλλάδα ἢ σ' ὄλο τόν κόσμο καί γιά νά ἀναγνωρισθοῦν οἱ βαθμοί τους πρέπει νά ἐξεταστοῦν ἀπό ἐπίσημους ἐξεταστές τοῦ Aikikai Foundation. Πρέπει νά ἀναφερθεῖ ἐδῶ ὅτι ἕνας ἐπίσημος ἐκπαιδευτής δέν εἶναι ἀπαραίτητος καί ἐξεταστής. Στήν Εὐρώπη τέσσερα άτομα ἔχουν τό δικαίωμα νά δώσουν μαύρη ζώνη καί ὅλοι αὐτοί εἶναι ἰάπωνες ἐκπαιδευτές.

Τό Greek Aikido Federation (Aikikai of Greece) εἶναι ἀφιλοκερδῆς ὀργανισμός καί ἔχει ὡς σκοπό τήν διάδοση τοῦ Aikido καί τήν διαφύλαξη τῆς ἰδέας, τοῦ πνεύματος τῆς φιλοσοφίας καί τῶν κανονισμῶν πού ἐτέθησαν ἀπό τόν ἰδρυτή τοῦ Aikido, O-Sensei, Morihei Ueshiba (1883-1969). Ἐπίσης ἐξασκεῖ ἔλεγχο στίς διάφορες λέσχες-μέλη γιά τόν καλό καί ὀρθό τρόπο λειτουργίας καί γιά τόν σωστό τρόπο διδασκαλίας. Εἶναι ἐπίσης ὑπεύθυνο διά τήν πρόσκληση ἐπισήμων ἰαπῶνων ἐκπαιδευτῶν. Μέχρι τώρα ἔχουν ἔρθει καί ἔχουν διδάξει στήν Ἑλλάδα οἱ κάτωθι:

I. S. Yamaguchi shihan, 8 dan, Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters, Tokyo. Ἦλθε τόν Ἰούλιο

τοῦ 1970, συνομιλούμενος ἀπό τόν J. Hampton, 3 dan, μαθητή του. Τά μαθήματα κράτησαν μιά ἐβδομάδα. Στίς 31 Ἰουλίου, 1976 ἔγινε ἐπιτυχῆς ἐπίδειξη τοῦ Aikido σέ συνδυασμό μέ τό Tang-Soo-Do, στό γυμναστήριο «ΜΙΛΩΝ». Νέα Σμύρνη.

2. K. Chiba shihan, Ἐχει διδάξει στήν Ἑλλάδα δύο φορές μέχρι τώρα, τόν Ἰούλιο τοῦ 1976 καί τόν Ἰούλιο τοῦ 1977. Εἶναι τεχνικός σύμβουλος τοῦ Greek Aikido Federation.

3. M. Kanetsuka sensei, 4 dan, British Aikido Federation. Ἐχει διδάξει στήν Ἑλλάδα δύο φορές μέχρι τώρα, τόν Νοέμβριο τοῦ 1976 καί τό Μάρτιο τοῦ 1977. Εἶναι τεχνικός διευθυντής τοῦ Greek Aikido Federation.

Ἐπίσης στίς 16 Νοεμβρίου 1977 θά ἔλθει στήν Ἑλλάδα ὁ Sekiya Sensei, 5 dan, Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters, ὅπου θά μείνει γιά δύο-τρεις μῆνες, γιά νά διδάξει Aikido.

Ἐπίσης τήν πρώτη ἢ δεύτερη ἐβδομάδα τοῦ Δεκεμβρίου θά ἔλθουν ὁ N. Tamura shihan, 8 dan, French Aikido Federation, ὑπεύθυνος καί τεχνικός διευθυντής

τοῦ Aikido στήν Εὐρώπη καί ὁ M. Kanetsuka sensei, 4 dan, τεχνικός διευθυντής τῶν British καί Greek Aikido Federation. Τά μαθήματα θά κρατήσουν μιά ἐβδομάδα. Ὁ Sekiya sensei κατά τήν διάρκεια τῆς παραμονῆς του θά διδάσκει στήν λέσχη Athens Aikido Hombu Dojo. Πρέπει νά ἀναφερθεῖ ὅτι καί οἱ δύο λέσχες τοῦ Aikido δέν εἶναι ἐπαγγελματικές.

AIKIDO DOJO (λέσχες)

1. Ὄνομα: Aikido Hombu Dojo (Διευθύνουσα λέσχη ἢ ἀρχηγεῖον).

Διευθύνων ἐκπαιδευτής: Κ. Πολίτης, 1 dan. Ἐπίσημος ἐκπαιδευτής τοῦ Aikikai Foundation, Aikido World Headquarters, Tokyo, Japan.

Διεύθυνση: ὁδός Νυμφαίου 30, Ἄνω Ἰλίσσια, Ἀθήνα.

Ὁρες προπονήσεως: καθημερινῶς πλὴν Σαββάτου 7.30 μ.μ. — 10.00 μ.μ., Κυριακή 11.00 — 13.00. Πληροφορίες στήν λέσχη τίς ἀνωτέρω ὥρες.

2. Ὄνομα: Glyfada Aiki-kan
Τεχνικός Διευθυντής: Κ. Πολίτης 1 dan
Ἐκπαιδευτής: G. Rodriguez, 2o kyu.

Ὁρες προπονήσεως: Τρίτη, Πέμπτη, Παρασκευή, 7.30 μ.μ. - 9.00 μ.μ.

Ὑπεύθυνος λέσξης: Gus Rodriguez, ὁδός Ἀφροδίτης 14, Σούρμενα.

Κώστας Πολίτης, Πρόεδρος, Γενικός Γραμματεῦς καί διευθύνων ἐκπαιδευτής τοῦ Greek Aikido Federation (Aikikai of Greece), ὁδός Πατησίων 149, Ἀθήνα 814, τηλ. 852-411.

Στό ἐπόμενο τεῦχος θά ἀναφερθοῦμε στήν ἱστορία τοῦ Aikido καί στό τί εἶναι τό Aikido.

οι πολεμικές τέχνες, ιστορικό



Από το μόνιμο συνεργάτη μας στο Τόκιο Γεράσιμος Άρτινός (2 dan στο judo, 1 dan στο shorinji-kenpo)

Πολεμιστές της μεσαιωνικής Ιαπωνίας. Από αριστερά: τό naginata (λογχοπέλεκυς), τό yumi (ραβδί) και τό yari (λόγχη).



Συνέχεια από το προηγούμενο:

Στή Μπούρμα μιά παράξενη μαχητική τέχνη ονομάζεται Thaing (Θένγκ). Οί κυκλικές κινήσεις γύρω από τό σώμα του αντιπάλου, χτυπήματα μέ χέρια και πόδια, δυνδυνασμοί μέ δπλα (μαχαίρια, μαστίγια και λόγχες) συναποτελούν τά χαρακτηριστικά του.

Στήν Ίνδονησία ένα είδος Ju-Jutsu και Karate δημιουργούν τό Silat σάν επικρατέστερο άθλημα.

Στή σημερινή Κίνα και ιδιαίτερα στο Πεκίνο λατρεύεται σάν ένα από τά πιο δημοφιλή άθλήματα τό Wu-Shu, μιά μορφή τέχνης μέ ρίζες 2000 χρόνων, είναι ο πρόδρομος του Kung-Fu. Παράλληλα αναπτύχθηκε και τό άργό μέ χορευτικές κινήσεις Tai-chi-chuan (τάϊτσι-τσουάν).

Τό Wu-Shu σήμερα είναι μιά άκροβατική τέχνη κατά την όποία τό σώμα δημιουργεί μύλο μέ συνεχείς τοῦμπες και χτυπήματα μέ χέρια και πόδια. Γίνονται επιδείξεις από συγκροτήματα χορευτών-άκροβατών που χρησιμοποιούν σάν δπλα μακριά ραβδιά, άλυσιδες, nunchaku μέ τρία ή τέσσερα στελέχη, λόγχες, κτλ. Τέτοιες επιδείξεις γίνονται και από παιδιά 12-18 χρονών συχνά σε ευρωπαϊκές πόλεις.

Τό Tai-chi-chuan επινοήθηκε από ένα Ταοϊστή μοναχό και εκτελείται μέ βάση αναπνευστικές ασκήσεις και χορευτικές κινήσεις. Υποστηρίζεται πως τό σύστημα αυτό μέ συνεχή μεθοδευόμενη άσκηση μέσα σε ένα χρονικό διάστημα καταρτίζει σώματα μέ μεγάλη ευεξία, διανοητική ήρεμία, τόλμη και θάρρος.

Ξέσκισμα του προσώπου με τά δάχτυλα. Στιγμιότυπο από εκπαίδευση στην τρομερή τέχνη άμυνας και επιθέσεως μέχρι θανάτου: NINJUTSU. [Φωτογραφία του Arthur Tansley.]



Στήν Tawan και τό Hong-Kong αυτό που τραβάει άτομα κάθε ηλικίας είναι τό Kung-Fu, ένα είδος Karate μέ ποικίλες παραλλαγές.

Επίσημη αναγνώριση

Στό στρατό και τά σχολεία των ανατολικών χωρών υποχρεωτικά παραδίδονται μαθήματα Judo, Karate, Taekwon-do κτλ.

Απλουστεύοντας κάθε σύνθετο πρόβλημα τό 1964 εγκαινιάστηκε στο Τόκιο τό BUDOKAN, (έξω από τό αυτοκρατορικό παλάτι), ένας σημαντικά μεγάλος κλειστός χώρος όπου γίνονται άγώνες και επιδείξεις σε όλα τά είδη των πολεμικών τεχνών.

Μέ διαφοροποιήσεις των τεχνικών διαφόρων ειδών Ju-Jutsu (αυτοάμυνας) ο καθηγητής Jigozo Kano συνθέτει τό παγκόσμια γνωστό άθλημα του Judo και ίδρύει τό 1882 τό Ίνστιτούτο KODOKAN αφιερωμένο στην μελέτη και εξάπλωση του άθλήματος αυτού. Μέ τή θερμή του πίστη και μέ τά ταξίδια που πραγματοποίησε σ' άλλες χώρες, διέδωσε και στην Ευρώπη τό Judo από τό 1889. Άκόμα όμως και σήμερα τό Judo στην Ίαπωνία είναι ύψηλης στάθμης σ' όλη του τή δομή, από τά σχολεία μέχρι τούς πρωταθλητές του.

Επίλογος

Η ένασχόληση τόσων ατόμων μέ τήν βαθιά φιλοσοφική έννοια που αποδίδουν σ' αυτή, δημιουργεί μιά γενεά μακριά από κάθε σωματική και ψυχική διαφθορά.

Είναι μεγάλη ή προτροπή, από τήν πλευρά των γονιών και δόκιμες οί παραινέσεις τους προς τή μικρή ηλικία σάν μόνιμη εκπαιδευτική στρατηγική που εξοπλίζει τό σώμα μέ ψυχικές αρετές: τήν αυτοπειθαρχία, τόν σεβασμό, τήν διορατικότητα, τήν ευελιξία και προπάντων τήν μαχητικότητα και τήν έτοιμότητα για τίς αντίξοότητες τής ζωής. Άπό όλη αυτή τήν ιστορικά περιγραφική άνίχνευση στην παράδοση και τίς αναλυτικές εικόνες των μαχητικών τεχνών που λατρεύει και τιμά ο Άσιατικός κόσμος, προκύπτει μιά ψυχική και σωματική τελειότητα για τό άτομο. Άποκομίζει έτσι πλούσια συναισθήματα σε πραότητα, διαλακτικότητα, αποβάλλοντας κάθε πονηρό και διεφθαρμένο στοιχείο. Δαμάζει τό θηρίο, που άκούει στο όνομα άνθρωπος, εκμηδενίζει κάθε φυσιολογική ψυχοσωματική έκτροπή και χαλιναγωγεί τά πάθη του.

Στό Τόκιο, τήν γεννέτερια τής άέναης δημιουργίας των έφευρέσεων, όλα τά φονικά όργανα, κάθε τύπου έγχειρίδια, σπαθιά, λόγχες nunchaku (μέ εξαίρεση τά πυροβόλα δπλα) πουλιούνται έλεύθερα ακόμα και σε άνήλικους. Οί φονικοί αυτοί πειρασμοί μέσα στην πόλη των 11.600.000 κατοίκων όχι μόνο δέν ανεβάζουν τόν πυρετό τής εγκληματικότητας, αλλά κρατούν τό δείκτη τόσο χαμηλά σε διεθνή κλίμακα - ώστε τό Τόκιο να θεωρείται ή ασφαλέστερη πρωτεύουσα στον κόσμο αν εξαίρεσει κανείς τόν κίνδυνο... του έπόμενου σεισμού.

Γεράσιμος Άρτινός

Φίλοι μας αναγνώστες:

Στις σελίδες αυτές θα σας δίνουμε υπεύθυνα τὰ πλήρη καὶ ἀκριβῆ στοιχεῖα κάθε συλλόγου ἢ σχολῆς ὅπου διδάσκεται judo ἢ karate (ἢ ἄλλο παρόμοιο ἄθλημα) καὶ ἔχει γνήσιους ἐκπαιδευτὲς μὲ ἐπίσημα ἀναγνωρισμένους τίτλους ἀπὸ διεθνεῖς ὁμοσπονδίες.

Εἶναι γνωστὸ πὸς τὸ περιοδικό μας φτάνει σὲ ΚΑΘΕ ΕΙΔΟΥΣ σύλλογο ἢ σχολή. Ζητᾶμε, λοιπόν, ἀπὸ κάθε τέτοια ἐστία τῶν ἀθλημάτων αὐτῶν σὲ ὅλη τὴν Ἑλλάδα νὰ μᾶς στείλουν τὰ στοιχεῖα τοῦ συλλόγου ἢ τῆς σχολῆς (μὲ τὴν παρακάτω σειρὰ περίπου) γιὰ νὰ τὰ δημοσιεύσουμε στὴν προσπάθεια γιὰ ἐπεύθυνη ἐνημέρωση τῶν χιλιάδων ἀναγνωστῶν μας. Εὐχαριστοῦμε ἀπὸ πρὶν γιὰ κάθε συνεργασία σας.

Στοιχεῖα τοῦ συλλόγου AKDA

Όνομα: AKDA (Athens Karate Do Association).

Άθλημα-Στύλ: Wado-ryu karate

Διεύθυνση: Αἰγαίου 14, 2ος ὄρ., Νέα Σμύρνη.

Ίδρυτής: Γιώργος Πιντέρης.

Έτος ἰδρύσεως: 1968

Τίτλοι συλλόγου: Μέλος τῆς All Japan Karate Federation/Wado Kai. (Ἡ μόνη μὴ ἰαπωνικὴ λέσχη πού ἀνήκει ἀπευθείας στὴν AJKF). Μέλος τῆς Federation of European Wado Kai.

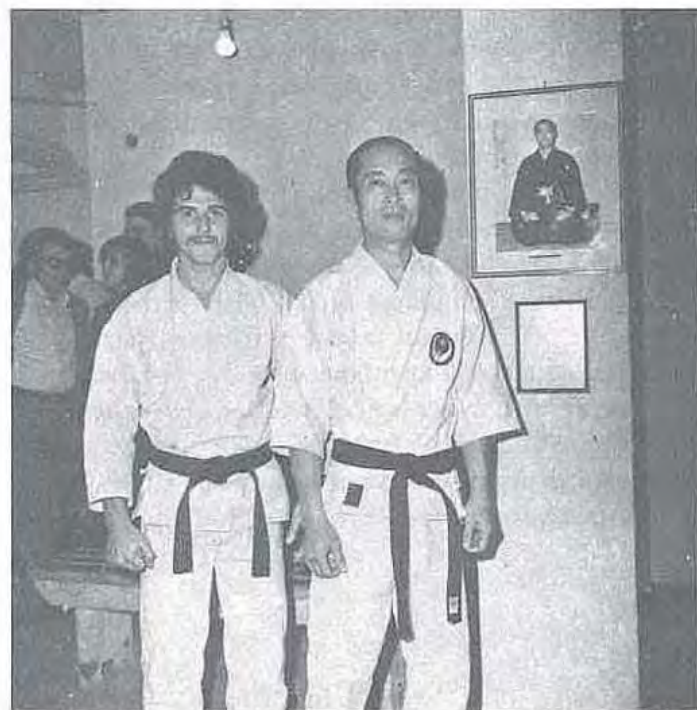
Έπίτιμος Πρόεδρος: Tatsuo Suzuki, 8 dan.

Διευθύνων Έκπαιδευτής: Γιώργος Πιντέρης, 2 dan ἀπὸ τὴν AJKF.

Έκπαιδευτές: Ἡλίας Μοσχονᾶς, 1 dan ἀπὸ τὴν AJKF (διευθυντὴς προσωπικοῦ Colgate). Θάνος Παπαγεωργακόπουλος, 1 dan ἀπὸ τὴν AJKF (δικηγόρος).

Προπονήσεις: Δευτέρα-Τετάρτη-Παρασκευή, 9.00-10.30 μ.μ.

Διευκρίνηση: Ἡ AKDA εἶναι ἀπολύτως ἐρασιτεχνικὴ λέσχη μὲ περιορισμένο ἀριθμὸ μελῶν (30). Οἱ ἐκπαιδευτὲς πληρώνουν συνδρομὴ, ὅπως ὅλα τὰ μέλη καί, φυσικά, διδάσκουν ἀφιλοκερδῶς. Ἡ μηνιαία συνδρομὴ πρὸς τὸ παρὸν εἶναι 600 δρχ., ἀλλὰ πρόκειται νὰ μειωθεῖ στὸ μέλλον.



Ὁ Tatsuo Suzuki, 8 dan στὸ Wado-ryu karate, καὶ ὁ Γιώργος Πιντέρης, 2 dan στὸ Wado-ryu, στὸ γυμναστήριο τῆς AKDA. [Ἀπὸ τὸ ἀρχεῖο τοῦ Γ. Πιντέρη.]

Στοιχεῖα τῆς Σχολῆς judo-karate: Budokan

Όνομα: Budokan, ἐπαγγελματικὴ σχολή.

Διεύθυνση: Σεβαστουπόλεως 133 (ἢ Κηφισίας 118, ὄπισθεν FLOCA) τηλ. 6921-723.

Ίδρυτής-Διευθυντής: Γιάννης Βερόνης.

Έτος ἰδρύσεως: 1970

Τίτλοι σχολῆς: Παράρτημα (κατευθείαν) τῆς JKA (Japan Karate Association) στὸ Shotokan karate. Μέλος τῆς All European Karate Do Association. Παράρτημα (κατευθείαν καὶ μοναδικό) τοῦ Ἰνστιτούτου Kodokan στὸ judo.

Έπίτιμοι πρόεδροι καὶ σύμβουλοι: K. Enoeda (γιὰ τὸ Shotokan karate), 7 dan, γενικὸς ἐπιθεωρητὴς τῆς JKA γιὰ τὴν Εὐρώπη, ἐκπαιδευτὴς τῆς ἐθνικῆς ὁμάδας τῆς Ἀγγλίας. K. Shibayama (γιὰ τὸ judo), 8 dan, ἀξιωματοῦχος ἐκπαιδευτὴς τῶν σωμάτων ἀσφαλείας τῆς Ἰαπωνίας, ἐπιθεωρητὴς τοῦ Kodokan, βασικὸ στέλεχος τῆς ἐπιτροπῆς ἐξετάσεων καὶ προαγωγῶν.

Διευθύνων ἐκπαιδευτής: Γιὰ τὸ Shotokan karate καὶ γιὰ τὸ judo, ὁ Γιάννης Βερόνης, 3 dan στὸ Shotokan karate καὶ 3 dan στὸ judo.

Έκπαιδευτές: Γιὰ τὸ Shotokan karate: Y. Hirakawa (3 dan), Γ. Σανιώτης (2 dan), A. Πανουσόπουλος (1 dan), A. Πανωλιάσκος (1 dan). Γιὰ τὸ judo: A. Βούρβουλης (1 dan).

Προπονήσεις: Οἱ προπονήσεις γίνονται κατὰ τμήματα ἀνδρικά, γυναικεῖα καὶ παιδικά, ἀρχαρίων ἢ προχωρημένων. Ἐπίσης γίνονται καὶ ἰδιαίτερα μαθήματα. (Πληροφορίες στὸ τηλ. τῆς σχολῆς 11.00-1.30 καὶ 5.00-9.30 καθημερινά.)



Διδασκαλία τοῦ tomoe-nage ἀπὸ τὸν Γιάννη Βερόνη στὰ πρῶτα βήματα τῆς σχολῆς Budokan τὸ 1970. [Ἀπὸ τὸ ἀρχεῖο τοῦ Γιάννη Βερόνη.]



Άθλητής της πάλης sumo (έθνικου ιαπωνικού σπόρ) κατά την έναρξη
αγώνων, ενώ ρίχνει κατά τό έθιμο άλάτι στην παλαιστρα.

JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE

JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE

* JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE * JUDO-KARATE *