



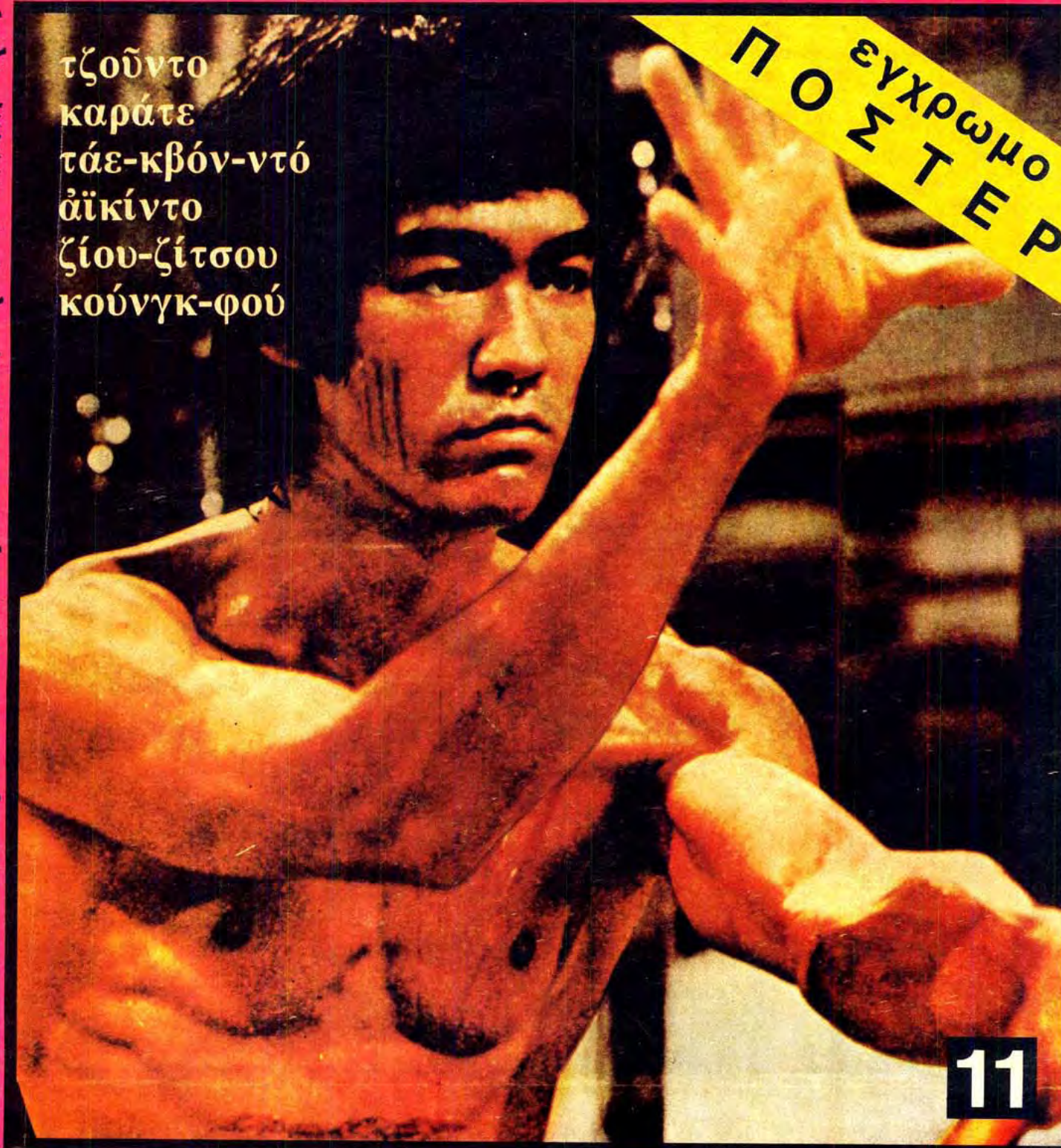
# ΔΥΝΑΜΙΚΟ

# JUDO-KARATE

ΕΙΔΙΚΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΓΚΥΡΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ - Νο 11 - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 1978 - ΔΡΧ. 40

τζούντο  
καράτε  
τάε-κβόν-ντό  
αϊκίντο  
ζίου-ζίτσου  
κούνγκ-φού

ΕΥΧΡΩΜΟ  
Π Ο Σ Τ Ε Ρ



11

## καί μία δυναμική . . . κατσάδα

Φίλοι μου αναγνώστες:

Ή κατάσταση είναι άπελπιστική!

Οί συνεργάτες μου κι εγώ δίνουμε ότι καλύτερο μπορούμε. Δουλεύουμε όσο περισσότερο γίνεται. Χρησιμοποιούμε επιχειρήματα άτράνταχτα για να σας δείξουμε πού είναι τό γνήσιο και πού τό παραμύθι. Συγκεντρώνουμε τόση ύλη πού είναι άρκετή να γεμίσει τρία περιοδικά σάν κι αυτό πού κρατάτε. Κάνουμε ειδικές παραγγελίες στην Ίαπωνία για θέματα και φωτογραφίες πού δέν έχουν κυκλοφορήσει ούτε θά κυκλοφορήσουν στην Έλλάδα τά επόμενα είκοσι χρόνια. Χρησιμοποιούμε τό καλύτερο χαρτί έκτυπώσεως και γενικά τόν καλύτερο τρόπο έκδόσεως. Καί άλλα πολλά!!

Ποιό είναι τό αποτέλεσμα;

Ντρέπομαι πού τό λέω!!!

Μόλις δείτε Μπρούς Λή στό εξώφυλλο, τρέχετε να αγοράσετε τό περιοδικό. Οί πωλήσεις υπερδιπλασιάζονται. Άκόμα και οί περιπτεράδες τό κρεμάνε περισσότερο στά περίπτερα, γιατί ξέρουν πώς θά τό αγοράσετε.

Μά επί τέλους, τί θά γίνει; Πότε θά ξυπνήσετε; Πότε θά καταλάβετε ποιά είναι ή πραγματικότητα και ποιό τό παραμύθι;

Καλός ό Μπρούς Λή, δέ λέω, αλλά για τόν κινηματογράφο, ρέ παιδιά. Καί για να είμαστε προσγειωμένοι, τά τζούντο, καράτε, ταεκβον-ντό, αϊκίντο, κούνγκ-φού κτλ. είναι άθλήματα πού θέλουν εκπαίδευση μέ ζόρι και για χρόνια και όχι σφίξιμο και κραυγή «ουουου» στόν καθρέφτη. Τή μαύρη ζώνη τήν παίρνει κανείς μετά από σκληρή προπόνηση και όχι μέ ένεση στόν πισινό. Για συμμαζευτείτε λιγάκι και ζητείστε από τόν εαυτό σας να έχει γούστο, κρίση και απαιτήσεις για τό τί θέλει από τίς πολεμικές τέχνες και πώς τό θέλει. Έκτός αν θέλετε να πάρετε και δίπλωμα πατριάρχη από τά Ίμαλάια, όποτε συμφέρει να πάτε καρφι στόν Γκράντ Μάστερ.

Έδώ σκιζόμαστε να κάνουμε τό περιοδικό μοναδικό, μέ δεκάδες άρθρα και σε πρώτη ποιότητα. Υπάρχουν θέματα πού δέν χωράνε και τά πετάμε γιατί χάνουν τήν επικαιρότητά τους. Αρχίσαμε από 32 σελίδες τό κάναμε 48 και τό επόμενο πολύ πιθανό να γίνει 64. Πάμε να πιάσουμε τίς 100 σελίδες. Έκει πού κυκλοφορεί στην έπαρχία ένα μήνα άργότερα, επιδιώκουμε να τό κυκλοφορούμε συγχρόνως μέ τήν Άθήνα.

Μά όλα αυτά έχουν και κάποιο όριο. Δέν μπορούμε να βάζουμε συνεχώς λεφτά από τήν τσέπη μας. Τά έξοδα είναι πολλά. Έμεις όμως θά τό βγάζουμε. Άκόμα και αν πάψει να κυκλοφορεί από τά περίπτερα θά τό στέλνουμε ταχυδρομικώς στους συνδρομητές μας. Υπάρχουν ευτυχώς 850 περίπου τέτοιοι φίλοι μας πού αναγνωρίζουν τούς κόπους μας. Άλλά δέν δουλεύουμε μόνο γι' αυτούς. Δουλεύουμε για όλους σας. Πρέπει, λοιπόν, να βοηθήσετε. Έπιβάλλεται να βοηθήσετε! Τό απαιτούμε να βοηθήσετε!

Ή καλύτερη βοήθεια βέβαια θά ήταν να μας στείλετε δώρο από 100.000 δρχ. ό καθένας. Όποιος τό κάνει δέν θά πούμε όχι. Άλλά αυτό έχει μερικές δυσκολίες, φαντάζομαι.

Μπορείτε όμως να κάνετε άλλα, πού εύκολα. Μπορείτε να γραφτείτε όλοι συνδρομητές. Μπορείτε να πάρετε όλοι όλα τά προηγούμενα τεύχη. Μπορείτε να βρίσκετε ό καθένας κάθε μήνα ένα-δύο φίλους σας πού να γίνουν καινούργιοι αγοραστές ή καινούργιοι συνδρομητές.

Αυτά τά απαιτούμε! Καί τά απαιτούμε από σας, γιατί τά απαιτείτε εσείς από εσάς! Γιατί επιστρέφονται σε σας σε ποιότητα και ποσότητα περιεχομένων του κάθε τεύχους!

Δέν είναι «σούπα» οί πολεμικές τέχνες να τίς κατεβάσετε άμάσητες. Έχουν ιδιομορφίες, έχουν απαιτήσεις, έχουν ιστορία, δομή, όργάνωση, σύγχρονη έκφραση και όχι μυθιστορηματικό και παραμυθένιο αντίκειμενο αλλά επιστημονικό, φιλοσοφημένο και ρεαλιστικό.

Δείτε, λοιπόν, δυναμικά τό περιοδικό, συστειστε το, διαφημιστείτε σ' αυτό. Δώστε του ζωή, δώστε του τήν δυνατότητα να διπλασιαστεί σε συνεργάτες, περιεχόμενο, ποιότητα, μέγεθος. Πάρτε το στό χέρι και δείξτε το σε δέκα φίλους. Πήτε στόν περιπτερά: «Τό φέρνεις; Μπράβο, δώστο μου. Δέν τό φέρνεις; Να τό φέρεις.»

Πάντε να τρέχετε στό θεατρικά φανταχτερό εξώφυλλο. Μάθετε να διαβάζετε απαιτητικά τήν κάθε γραμμή, να κρατάτε τά σωστά και να πετάτε τά άχρηστα. Τότε θά δήτε τί μένει. Κάνουμε πραγματικό άγώνα για να σας μάθουμε να «ζητάτε» και αντί να καταφέρουμε να προσέξετε κάπως περισσότερο τό περιοδικό μας, καταφέραμε να μάς κάνει μήνυση τό «ήλεκτρικό χέρι». Άλλο παρά τί τουτο. Του άρέσει, λέει, εδώ και μία και βολεύτηκε, θέλει να πάμε έμεις στό Λίβανο. Ήρθαν τά άγρια να διώξουν τά ήμερα. (Έγινε μία μήνυση εναντίον μου, απ' ότι ίσως ξέρετε, από τόν «Δόκτορα El Khoury». Θα πληροφορηθείτε όλες τίς λεπτομέρειες από τό περιοδικό μας.)

Ούφ! Τά είπα και ξεθύμανα. Πολλοί θά πουνε πώς βγήκαμε στη ζητιανιά. Δέν πειράζει. Ή μισή ντροπή δική τους.

Συμπέρασμα:

Περιμένω να δώ δράση, παιδιά. Κεραυνοβόλα μάλιστα. Τό περιοδικό θέλει ενεργή συμπαράσταση. Σκεφτείτε πώς είμαστε μία μεγάλη παρέα και αυτό είναι τό μέσο μέ τό όποιο μιλάμε μεταξύ μας.

Μήν ξεχνάτε:

Τό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» βγαίνει για σας.

Μέ ειλικρινή... αγανάκτηση

Ό εκδότης

Θύμιος Περισίδης

**Άρτινός Γεράσιμος:** Μαθηματικός, 2 dan στο judo από τό Kodokan, 1 dan στο Shorinji-Kempō (κάτοικος Τόκυο).

**Βλάτσας Γιώργος:** Ίατρος, 1 dan στο judo, προπονητής στην ΧΑΝ Θεσσαλονίκης.

**Βούρβουλης Άγης:** Οικονομολόγος, 1 dan στο judo.

**Βουτσαράς Βασίλης:** Επιχειρηματίας, καφέ ζώνη στο judo, προπονητής του τμήματος judo του Όμιλου Άντισφαιρίσεως.

**Ευαγγέλου Λίτσα:** Καφέ ζώνη στο karate από την JKA.

**Hanson-Lowe John:** Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου του Λονδίνου, 4 dan στο judo (73 ετών), συγγραφέας, άρθρογράφος, εκδότης (κάτοικος Τόκυο).

**Κατσιάρης Δημοσθένης:** Μαθηματικός, ιδρυτής του τμήματος judo της ΧΑΝ Θεσσαλονίκης και προπονητής της ομάδας αγώνων του ίδιου συλλόγου.

**Κοντοζής Μάριος:** Φοιτητής Έγκληματολογίας, 1 dan στο karate από την JKA.

**Κουτσούκης Πάρις:** Ψυχολόγος, καφέ ζώνη στο judo (κάτοικος Strasbourg, Γαλλία).

**Κωστοπούλου Νίκα:** Άεροσυνοδός, καφέ ζώνη στο karate από την JKA.

**Μουρουδέλη Ρούλα:** Φοιτήτρια Αρχιτεκτονικής Ε. Μ. Πολυτεχνείου, καφέ ζώνη στο karate από την JKA.

**Ootake Tetsuo:** Οικονομολόγος, 3 dan στο karate από την JKA, εκπαιδευτής του τμήματος karate του Ε. Μ. Πολυτεχνείου.

**Πανωλιάσκος Γιάννης:** Άστυνομικός, 1 dan στο karate από την JKA.

**Παπαγεωργακόπουλος Θάνος:** Δικηγόρος, 1 dan στο Wado-Ryu karate από την AJKF, 2 dan στο Hakko-Ryu ju-jitsu, εκπαιδευτής ΑΚΔΑ, Άθηναικής Λέσχης, Deree College και Λιμενικού Σώματος.

**Παπαϊωάννου Θεόδωρος:** Σπουδαστής Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, 1 dan στο karate από την JKA.

**Πιντέρης Γιώργος:** Ψυχολόγος, 2 dan στο Wado-Ryu karate από την AJKF.

**Πολίτης Κώστας:** Ναυπηγός, 1 dan στο Aikido από την IAF.

**Ραφτάκης Νίκος:** Σπουδαστής Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, 1 dan στο karate από την JKA.

**Ροντογιάννης Γιώργος:** Ίατρος των Σπόρ, διπλωματούχος της Σχολής Έξειδικεύσεως στην Ίατρική των Σπόρ του Πανεπιστημίου της Ρώμης.

**Σανιώτης Γιώργος:** Καθηγητής Σωματικής Άγωγής, 2 dan στο karate από την JKA.

**Tansley Arthur:** Έπαγγελματίας φωτογράφος, 3 dan στο judo από τό Kodokan, κάτοικος Tokyo).

# ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE

## ΕΓΚΥΡΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Ίδρυτής — Ίδιοκτήτης — Έκδότης: Θύμιος Κ. Περισίδης

Γραφεία: Ρεθύμνου 8 — Άθήνα 147

Γραμματεία: τηλ. 8216-509

## ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Έπεξεργασία κειμένων: Κοσμάς Περισίδης

Επιμέλεια εκδόσεως: Θύμιος Περισίδης

Μεταφράσεις: Σόφη Άγγέλη

Γιάννης Ματσόπουλος

Έλενα Ματσούκα

Μακέττες: Σίσσυ Πετρίδου

Φωτοστοιχειοθεσία: Γ. Λεοντακιανάκος & Υίοι

Διορθώσεις: Κοσμάς Περισίδης

Φωτογραφίες: Χρήστος Άντωνιάδης & ΣΙΑ Ε.Ε.

Έκτύπωση: Σ. Λεούσης — Δ. & Γ. Μαστρογιάννης Ο.Ε.

Βιβλιοδεσία: Χ. Χρονόπουλος

## ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:

Έλλάδα, Κύπρος .....	250 δρχ.
Ευρώπη (αεροπορικῶ) .....	350 δρχ.
Άμερική, Ίαπωνία (αεροπορικῶς) .....	400 δρχ.
Αυστραλία (αεροπορικῶς) .....	550 δρχ.
Έπιταγές πρὸς «Ε. Περισίδη, Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147» γιὰ ἐξάμηνη συνδρομή στο περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE».	

## ΔΕΛΤΙΟ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ

Παρακαλῶ, θά ἤθελα νά παίρνω ἀπό τόν μήνα . . . . . (ἔτος . . . .) καί γιὰ ἕξι μῆνες τό περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» στή διεύθυνση

ΟΝΟΜΑ \_\_\_\_\_

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ \_\_\_\_\_

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ \_\_\_\_\_

Έπίσης θά ἤθελα νά μοῦ στείλετε τά τεύχη ὑπ' ἀριθμ. \_\_\_\_\_ . Μέ ταχυδρομική ἐπιταγή στέλνω τό ποσό τῶν 250 δρχ. γιὰ τήν ἐξάμηνη συνδρομή μου σὺν \_\_\_\_\_ X 40 = \_\_\_\_\_ δρχ. γιὰ τά προηγούμενα τεύχη πού ζητῶ.

## ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ

Φίλοι μας ἀναγνώστες

■ 'Απ' ὅτι θά ξέρετε, βρισκόμαστε στά δικαστήρια μέ τόν κύριο El Khoury. Έκανε μήνυση γιὰ συκοφαντική δυσφήμιση ἐναντίον Περισίδη καί Άρτινοῦ. 'Η ὑπόθεση παρουσιάζει ἐνδιαφέρον. Γιὰ ἄλλη μιὰ φορά τονίζουμε πῶς, ὅτι γράψαμε ἐναντίον του τό ἐλέγξαμε ὑπεύθυνα πρὶν τό γράψουμε. Ποτέ δέν θά συκοφαντούσαμε κάποιον. Πρόθεσή μας εἶναι ἡ ἐνημέρωση καί προφύλαξη τοῦ κοινοῦ. 'Από τό περιοδικό μας θά πληροφορηθεῖτε κάθε λεπτομέρεια τῆς ὑποθέσεως. Πάντως, τό θέμα εἶναι τέτοιο ὥστε ζητᾶμε τήν βοήθεια ὁποιοῦδήποτε ἀπό ἐσᾶς, ὁ ὁποῖος νομίζει πῶς ἔχει κάποιον στοιχεῖο βοηθητικό γιὰ μᾶς.

■ 'Αναβάλαμε γιὰ τό ἐπόμενο τεῦχος μας τίς συνῆψεις τῶν «'Αϊκίντο, ἱστορία καί τέχνη» καί «Ju-jitsu, ἱστορικό-σκέψεις-σχόλια». 'Αν καταφέρουμε νά κάνομε τό ἐπόμενο τεῦχος μας 64 σελίδες θά περιέχει καί taekwon-do, πού σᾶς τό χρωστᾶμε ἀπό παλιά, καθῶς καί ἕνα δυναμικό χιουμοριστικό κόμικ.

■ 'Αν ξαφνικά δέν βρεῖτε τό περιοδικό μας στό περίπτερό σας, αὐτό δέν θά σημαίνει πῶς σταμάτησε νά βγαίνει, ἀλλά θά σημαίνει πῶς κυκλοφορεῖ μόνο μέ συνδρομές καί ὄχι στά περίπτερα. 'Επειδή οἱ φθορές εἶναι τρομερά μεγάλες μπορεῖ νά καταλήξουμε σ' αὐτόν τόν τρόπο διανομῆς.

■ Στήν προσπάθειά μας νά ἐμπλουτίσουμε τό περιεχόμενο μέ σχετικό διαφημιστικό ὕλικό, καί νά ἐνισχύσουμε καί τά ἔσοδα τοῦ περιοδικοῦ, σᾶς γνωστοποιοῦμε ὅτι δεχόμαστε διαφημίσεις πρὸς 3.000 δρχ τήν σελίδα (μέ δική σας μακέττα) γιὰ τίς σελίδες 4 ἕως 46 καί ἀνάλογα γιὰ τό μισό ἢ καί τό τέταρτο σελίδας. Τό περιοδικό μας τυπώνεται στά 7.000 ἀντίτυπα καί κυκλοφορεῖ σέ ὅλη τήν Έλλάδα. 'Επίσης δημοσιεύουμε ΔΩΡΕΑΝ μικρές ἀγγελίες στήν ἰδιαίτερη σελίδα, πού ἐγκαινιάζουμε ἀπό τό ἐπόμενο τεῦχος.

■ Συνιστᾶμε νά κάνετε τά τεύχη σας τόμο. 'Ετσι θά ἔχετε κάθε χρόνο καί ἕνα καινούργιο πολυτελῆ τόμο μέ ἔντεκα τεύχη γιὰ τήν βιβλιοθήκη σας. ('Εντεκα τεύχη γιὰτί τόν Αὐγούστο δέν θά βγάλουμε τεῦχος. Εἶναι βλέπετε ὁ μήνας τῶν ἀδειῶν ἀπό τή μιὰ μεριά καί δέν ἔχει καί ἐπικαιρότητες ἀπ' τήν ἄλλη. 'Ας ξεκουραστοῦμε καί μεῖς.)

■ Καί μιὰ ἀναγνώριση πού παραλήφθηκε ἀπό σφάλμα μας.

Οἱ καταπληκτικές φωτογραφίες ἀπό τοῦς πανιαπωνικούς ἀγῶνες καράτε, πού δημοσιεύσαμε στό προηγούμενο τεῦχος μας, τραβήχτηκαν ἀπό τόν συνεργάτη μας Γεράσιμο Άρτινό μαζί μέ δεκάδες ἄλλες ἐξ ἴσου καλές. 'Ο κ. Άρτινός «κυνηγοῦσε» τοῦς ἀγωνιζόμενους ἐπί δύο ὀκτώωρα τίς δύο ἡμέρες τῶν ἀγῶνων μέ τό μάτι κολλημένο στή μηχανή γιὰ νά μᾶς δώσει «γεύση ἀπό πραγματικό καράτε». Τόν εὐχαριστοῦμε καί ζητᾶμε συγνώμη πού ἀπό λάθος μας δέν ἀναφέρθηκε στό σχετικό ἄρθρο τοῦ Μάριου Κοντοζῆ.



Μπρούς Λή:  
ὁ μεγάλος, ὁ ἀτελείωτος,  
ὁ ἀξέχαστος, ὁ φανταστικός,  
ὁ ἐμπορικός, ὁ.....!  
ἄντε νά δοῦμε  
πόσοι θά πάρετε!

## Σ' ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

### ΤΖΟΥΝΤΟ

Judo: μάθημα 9, ἀπό τοῦς Γ. Άρτινό καί Θ. Περισίδη.....	8
Έλληνικό Τζούντο καί ΣΕΓΑΣ: νέα καί δραστηριότητες, ἀπό τόν Θ. Περισίδη.....	15
Έλλάς-Κύπρος στό τζούντο, ἀπό τόν Φ. Χρίστου.....	16
Πανιαπωνικό πρωτάθλημα τζούντο, ἀπό τόν Γ. Άρτινό....	18
Έπίσκεψη Γερμανῶν ἐφήβων τζούντοκα στήν Άθήνα, ἀπό τόν Θύμιο Περισίδη.....	21

### KARATE

Karate: μάθημα 7, ἀπό τοῦς Yukio Hirakawa, Γ. Σανιώτη καί Θ. Περισίδη.....	26
Άπό τό ἡμερολόγιο ἑνὸς καρατέκα, ἀπό τόν Μ. Κοντοζῆ	40

### ΠΟΛΕΜΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ

Τό do τοῦ taekwon-do, ἀπό τόν Γ. Φῶτο.....	14
Νέα τοῦ 'Αϊκίντο, ἀπό τόν Κ. Πολίτη.....	38

### ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ — ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

Γκιτσιν Φουνακόσι: ὁ πατέρας τοῦ Στόκοκιν Καράτε, ἀπό τήν Σ. Άγγέλη.....	6
Χιρόορι 'Ότσούκα καί Τατσούο Σουζούκι, ἀπό τόν Χ. Μπουλούμπαση.....	37

### ΔΙΑΦΟΡΑ

'Ο Τζούντοκα χωρίς κίμονό, περιπετειῶδες μυθιστόρημα, μετάφραση Γ. Ματσόπουλος.....	42
'Αλληλογραφία μέ τοῦς ἀναγνώστες, ἀπό τόν Ν. Χακί-μογλου.....	44

### Διαφημίσεις

1) Γιὰ μαυρόασπρες ἐσωτερικές σελίδες, ἐκτός ἀπό τήν πρώτη ἐσωτερική, πρὸς 3.000 δρχ. τήν σελίδα. 'Ανάλογα τό μισό καί τό τέταρτο σελίδας.

2) Γιὰ ἐγχρωμες ἐξωφύλλου καί τήν πρώτη ἐσωτερική πρὸς 6.000 δρχ. τήν σελίδα. Μόνο ὀλόκληρες σελίδες.

Καί στίς δύο περιπτώσεις πρέπει νά μᾶς δώσετε τά φίλμς. Τυπώνουμε στά 7.000 ἀντίτυπα καί κυκλοφοροῦμε σέ ὅλη τήν Έλλάδα.

# Γκιτσίν Φουνακόσι:

## ο πατέρας

## του Σότοκαν καράτε



Από την Σόφη Αγγέλη

Συνέχεια 2η:

### ΑΚΟΛΟΥΘΩΝΤΑΣ ΤΑ ΠΑΤΡΙΚΑ ΒΗΜΑΤΑ

Σύμφωνα με τον Ότσουκα, ο Γιοσιτάνα Φουνακόσι, ο νεότερος από τους τρεις γιους, ήταν ο μόνος που ακολούθησε τα βήματα του πατέρα του, δεν είχε όμως τον ίδιο ζήλο με τον πατέρα του για την τέχνη. Ο Γιοσιτάνα βοηθούσε τον πατέρα του στην Λέσχη Ουασέντα Καράτε στις αρχές της δεκαετίας του 1930. Τό 1935, ο Φουνακόσι πραγματοποίησε το όνειρό του να ανοίξει το δικό του ντότζο. Άνοιξαν, λοιπόν, ένα ντότζο με 5 στρώματα στο Μετζίρο του Τόκιο και το ονόμασαν "Τόκιο Σότοκαν". Οι δύο άντρες έμεναν στο πάνω πάτωμα και δίδασκαν στο ισόγειο. Το όνομα "Σότοκαν" τó υιοθετήσαν οι μαθητές για να τó διακρίνουν από τις άλλες τέχνες που είχαν εξαπλωθεί στην Ιαπωνία.

Τό σπουδαιότερο έργο του Φουνακόσι ήταν ή συστηματοποίηση των καράτε-κάτα και των τεχνικών καθώς και διαφόρων κανόνων των άλλων Ιαπωνικών Πολεμικών τεχνών. Αυτό έθεσε τά θεμέλια της μετατροπής του καράτε σε μία πνευματική και σωματική πειθαρχία. Έτσι άρχισε ο ανταγωνισμός καράτε-τζούντο για τήν "άνευρεση του καλύτερου τρόπου". Ο Φουνακόσι δημοσίευσε τρία βιβλία πάνω σ' αυτό τó θέμα. Τό δεύτερο και τó σπουδαιότερο είναι τó "Οδηγίες για τó Καράτε-Ντό", 1939.

Με τή βοήθεια του γιου του Γιοσιτάνα, ο Φουνακόσι συνέχισε να διδάσκει καράτε όλη τή δεκαετία του 30 στο ντότζο Μετζίρο και σε διάφορες σχολές. Όταν όμως ξέσπασε ο πόλεμος, ο αριθμός των μαθητών έλαττώθηκε.

Οι άτυχτες άρχισαν τó 1944. Πρώτα, τó ντότζο Μετζίρο καταστράφηκε από βόμβα. Έπειτα ο γιός του Γιοσιτάνα πέθανε από φυματίωση. Ο πόλεμος τώρα στρεφόταν προς τήν Ιαπωνία και οι περισσότεροι κάτοικοι τής Οκινάουα μεταφέρθηκαν στην Ιαπωνική ενδοχώρα.

Η γυναίκα του Φουνακόσι ήταν ανάμεσα σ' αυτούς που μεταφέρθηκαν στο Κιούσου. Ο Φουνακόσι τή συνάντησε και μείνανε μαζί σε ένα μικρό χωριουδάκι στην επαρχία Οΐτα. Ήταν φτωχοί, αλλά οι ανάγκες τους ήταν λίγες και ή ζωή τους απλή. Αντίθετα με τόν Ζίγκορο Κάνο, ο Φουνακόσι δεν ήταν ποτέ "οικογενειάρχης", αλλά τά τελευταία αυτά χρόνια με τήν γυναίκα του πήρε κάποια γεύση οικογενειακής ζωής.

Η γυναίκα του πέθανε τó 1947 και ο Φουνακόσι επέστρεψε στο Τόκιο. Στά 76 του χρόνια, ρυτιδωμένος και άσπρομάλλης, ήταν ακόμα έντυπωσιακά ύγιής και σταθερός. Έμεινε με τó μεγάλο του γιό, τó Γκιέι.

Τό Καράτε, όπως και ή άλλες πολεμικές τέχνες, απαγορεύτηκε άμέσως μετά τόν πόλεμο από τήν Αρχή Απασχολήσεως. Η απαγόρευση αυτή όμως έληξε τó 1948. Παρ' όλο που ο Φουνακόσι πλησίαζε τά 80, άρχισε πάλι να διδάσκει καράτε στα Κέϊο και Ουασέντα.

Έν τώ μεταξύ, τó 1949 ή σχολή Σότοκαν Καράτε οργάνωθηκε επίσημα από παλιούς μαθητές του Φουνακόσι που άνοιξαν ντότζο στην περιοχή Γιοτσούγια του Τοκιο. Σάν εκπαιδευτική αίθουσα χρησιμοποιούσαν ένα μεγάλο δωμάτιο σε κτίριο κινηματογραφικής εταιρείας.

Η JAPAN KARATE ASSOCIATION (ΙΑΠΩΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΚΑΡΑΤΕ) ιδρύθηκε και ο Φουνακόσι ονομάστηκε επίτιμος εκπαιδευτής τής οργάνωσης. Ο Όμπάτα ήταν ο πρόεδρος και ο Κιτσινοσουκέ Σάιγκο, παλιός μαθητής του Φουνακόσι και πολιτευόμενος τήν εποχή εκείνη, ήταν ο έπι κεφαλής.

Η μόνη απόλαυση του Φουνακόσι εκείνες τες μέρες, ήταν να επισκέπτεται τó ντότζο" έλεγε ο Τακάγκι τής J.K.A.". Άλλά ή οίκογένειά του δεν ήθελε να βγαίνει συχνά έξω γιατί ήταν πολύ γέρος".

Σύμφωνα με τόν Ισάο Όμπάτα, δίδασκαλο του καράτε στο Πανεπιστήμιο Κέϊο, ο Φουνακόσι δεν είχε καμία πραγματική σχέση με τó ντότζο Γιοτσούγια. "Τό επισκεπτόταν, αλλά τó ντότζο άνηκε και ήταν προσαρμοσμένο στην J.K.A." έλεγε ο Όμπάτα.

Η νέα σχολή Σότοκαν δεν έζησε πολύ, οι λέσχες Χοσέϊ, Τάκουντάϊ και Ουασέντα έκλεισαν τó 1953 και τελικά ο Όμπάτα ανανέωσε τή δική του λέσχη τó 1954. Η J.K.A. κατόρθωσε να επιζήσει και να γίνει μία από τες καλύτερες σχολές καράτε στην Ιαπωνία.

Οι περισσότεροι μαθητές του Φουνακόσι τόν χαρακτηρίζουν σάν ήπιο, εύγενικό και καλό άνθρωπο. Ο Τακάγκι θυμάται ότι, όποτε τόν συναντούσε ο Φουνακόσι τού έσφιγγε τó χέρι και τόν αγάλλιαζε φιλικά στη πλάτη.

Ο Τακάγκι θυμάται ακόμα ότι όταν συνόδευε τόν Φουνακόσι στο Τόκιο, ο τελευταίος πάντα σταματούσε μπροστά στο Αυτοκρατορικό Παλάτι για να προσευχηθεί για τόν Αυτοκράτορα του. Και όταν περνούσαν από τόν Βωμό Γιασακούνι, ο Φουνακόσι σταματούσε να προσευχηθεί για τούς νεκρούς του πολέμου. Ο Τακάγκι δεν μπορούσε να καταλάβει γιατί ο Φουνακόσι κάθε φορά που περνούσε από τó Κόντοκαν έσκυβε τó κεφάλι και μουρμούριζε μία προσευχή.

"Γιατί έσύ, δάσκαλος του καράτε, προσεύχεσαι μπροστά στο Κέντρο του Τζούντο;" ρώτησε κάποτε, ο Τακάγκι.

"Δέν προσεύχομαι για τó Κόντοκαν" λέει ο Φουνακόσι. "Προεύχομαι για τόν Ζίγκορο Κάνο".



Δέν ξέχασε ποτέ ότι όταν έφτασε στην Ιαπωνία, φτωχός, άσημος και χωρίς φίλους, ο φημισμένος Κάνο τού ζήτησε προσωπικά να διδάξει καράτε στην Ιαπωνία και τού είχε ήδη κλείσει όρισμένα μαθήματα. Ο Τακάγκι έλεγε ότι ο Φουνακόσι είχε πάντα ένα μεγάλο σεβασμό και μία έμφυτη αίσθηση εύγένειας στις συναλλαγές του με τούς άλλους.

"Δέν έπινε, δεν άκνιζε, δεν έπαιζε χαρτιά ή γύριζε με γυναίκες" θυμάται ο Ότσουκα. "Ήταν τó είδος του ανθρώπου που δεν δημιουργούσε ποτέ έχθρους". Εκτός από τó καράτε, τά δύο κυριότερα ενδιαφέροντά του ήταν ή καλλιγραφία και ή σύνθεση ποιημάτων. Είχε τήν πεποίθηση ότι τó να ζει κανείς μία καλή, καθαρή ζωή δημιουργούσε ένα χαρακτήρα που ταιριάζει για τή μελέτη του καράτε.

Ο Ότσουκα έλεγε ότι όταν δούλευε στενά με τόν Φουνακόσι, παρατήρησε ότι ο δάσκαλος "δέν ήταν καλός οργανωτής, δεν είχε οργανωτική ικανότητα. Άλλοτε φαινόταν φοβερά δυνατός και άλλοτε αδύναμος σάν ένα μυρό". Ο Ότσουκα ίσχυριζόταν επίσης ότι γνώριζε τόν πιθανό λόγο που ο Φουνακόσι δεν γύρισε στο σπίτι του. Έφ' όσον ή Ιαπωνία θά γινόταν τó κέντρο του καράτε, δεν υπήρχε λόγος να γυρίσει πίσω στη Νάχα.

Ο Μάς Όγιαμα, ιδρυτής του Κιόκουσινκάϊ καράτε, δίδασκε στο ντότζο του Φουνακόσι για έναμιση χρόνο γύρω στο 1938. Αναφερόμενος στη διδασκαλία του Φουνακόσι, έπέμενε ότι "αυτό δεν ήταν καράτε".

"Ήταν πολύ άργό για να είναι, καράτε" έλεγε ο Όγιαμα καταφρονητικά, "είναι μόνο γυμναστική και έθιμοτυπία". Ο Όγιαμα περιέγραφε τόν Φουνακόσι "ήρεμο και εύγενικό, καλό για να διδάσκει καράτε σε μικρά παιδιά. Άλλά δεν είναι πραγματικός άνθρωπος του καράτε".

"Και ο Γιοσιτάνα, ο γιός, τó ίδιο είναι!" βιάστηκε να προσθέσει μετά τó ταξίδι του στην Οσάκα. "Ο Γιοσιτάνα πήρε δέκα από τούς καλύτερους μαθητές του στους αγώνες τής Οσάκα. Όλοι τους έχασαν".

Όμως τά πράγματα εξελίχτηκαν προς τó καλύτερο. Μετά τήν άποτυχία στην Οσάκα, ο Γιοσιτάνα άλλαξε ολοκληρωτικά.

"Μετά από αυτό, ο Γιοσιτάνα έγινε ένας πραγματικός μαχητής του καράτε" είπε ο Όγιαμα. "Ήταν δυνατός και μου άρεσε".

Τό μόνο πρόβλημα ήταν πώς ο Γιοσιτάνα δεν δίδασκε σύμφωνα με τά γούστα του Όγιαμα. Τελικά ο Όγιαμα άπεχώρησε μετά από 19 μήνες εκπαίδευσης, αφού έφτασε στο σημείο να διδάσκει μία ώρα τήν ήμερα σέ τμήμα 10 μαθητών και με μεγάλο μισθό.

Ο Όγιαμα πίστευε ότι ο Ταστούο Γιαμάντα ήταν ο καλύτερος μαθητής του Φουνακόσι.

Τό γεγονός ότι ήταν αδύνατο να συμφωνήσουν ο Φουνακόσι και ο Όγιαμα μεταξύ τους δείχνει τή μεγάλη τους διαφορά, τήν φιλοσοφική προσέγγιση του Φουνακόσι και τήν πρακτική προσέγγιση του Όγιαμα. Κάποτε είπε ο Φουνακόσι, "Όσκοπός τής τέχνης του καράτε δεν είναι ή νίκη ή ή ήττα, αλλά ή τελειοποίηση του χαρακτήρα των άδελφών". Για τόν Φουνακόσι τó καράτε ήταν κάτι παραπάνω από τή γνώση των τεχνικών. Ήταν ή επίτευξη σωματικής και πνευματικής ικανότητας με προγραμματισμένη εκπαίδευση. Δίδασκε στους μαθητές του τή γνώση και τήν αλήθεια μέσω του καράτε και προσπαθούσε να τούς δώσει μία γενική μύρφωση.

Ο έλεύθερος αγώνας στο καράτε έπετράπη τó 1951 και τó πρώτο έπistolημο σιάϊ έγινε τó 1958. Ο Ότσουκα, όμως υποστηρίζει ότι οι πρώτοι αγώνες καράτε έγιναν τρία χρόνια νωρίτερα.

Εάν τó πρώτο σιάϊ στο καράτε έγινε τó 1958, ο Φουνακόσι δεν είδε να γίνεται κάτι που δεν είχε έγγραψει, γιατί πέθανε τó 1957 σέ ηλικία 86 ετών. Λίγα χρόνια άργότερα και ο τελευταίος του γιός πέθανε.

Σήμερα, πολυάριθμοι οργανισμοί ίσχυρίζονται ότι είναι διάδοχοι του Φουνακόσι. Ο Μασατόμο Τακάγκι είναι πεπεισμένος ότι ή δική του σχολή ήταν ή πραγματική διάδοχος του φημισμένου στυλ καράτε του Φουνακόσι.

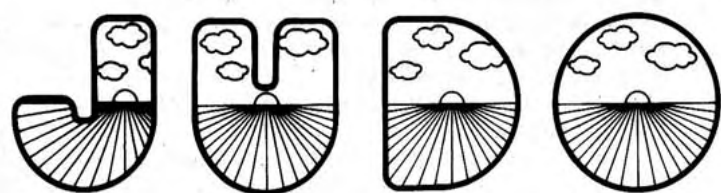
Ο Όμπάτα άναφέρει ότι ή J.K.A. οργάνωθηκε από μαθητές του Φουνακόσι, αλλά έπισημαίνει ότι οι αρχές καράτε του δάσκαλου έχασαν τήν αξία τους επειδή άυξήθηκε ή έμπορικότητά του. Ο Όμπάτα πιστεύει ότι τó άληθινό πνεύμα του καράτε του Φουνακόσι διατηρείται ζωντανό στις λέσχες των κολλεγίων καράτε του Κέϊο, Ουασέντα, Τακουντάϊ, Χιτοσουμπάσι και Χοσέϊ.

Τό Χόμπεου (άρχηγεϊο) τής J.K.A. ήταν πρώτα στο Σουίντο-μπάσι, τó παλαιό κτίριο του Κόντοκαν και μεταφέρθηκε στο νέο κτίριο στο Σιμπούγια-κού. Πολλές στιγμές από τή ζωή του Φουνακόσι στολίζουν τούς τοίχους: μία μεγάλη φωτογραφία που τραβήχτηκε λίγο πριν τó θάνατό του, μία προτομή του, μία καλλιγραφία "να έχεις σωστή καρδιά", μία άλλη "να είσαι άληθινός με τόν εαυτό σου" κτλ. Υπάρχει ακόμα ένα κατάλογος με πέντε νουθεσίες του Φουνακόσι: "να φροντίζεις τήν τελειότητα του χαρακτήρα, να είναι πιστός, να προσαθείς πάντα, να σέβεται τούς άλλους, να άποφεύγει τήν βίατη συμπεριφορά". Ένας μικρός άναμνηστικός φωμός Σίντο είναι ακόμα στημένος εκεί.

Τελειώνοντας τή βιογραφία του θαυμάσιου αυτού ανθρώπου παρατηρούμε πώς ίσως ή ούσια τής φιλοσοφίας του Φουνακόσι για τó Καράτε βρίσκεται διατυπωμένη στο μνημείο του στο Ναό Ένγκακούτσι Ζέν στο Κίτα-Καμακούρα:

"Δέν υπάρχουν έπιθετικές τεχνικές στο καράτε".

ΤΕΛΟΣ



Άπό τούς Γεράσιμο Άρτινό και Θύμιο Περισίδη

## μάθημα 9

Φίλοι μας αναγνώστες:

Ή ύλη γιά τήν παρουσίαση τής σειράς αὐτῆς τῶν μαθημάτων ἀντλήθηκε μέ τίς προσωπικές μας γνώσεις καί τήν προσωπική μας ἐμπειρία ἀπό περισσότερα τῶν δεκαπέντε Ἐγκυρα, διεθνή ξενόγλωσσα συγγράμματα μέ θέμα τό judo καί ἐνισχύθηκε ἀπό μοναδικές ἐπεξηγήσεις καί διευκρινήσεις σέ εἰδικά σημεῖα ἀπό μεγάλους ἐκπαιδευτές κατευθείαν μέσα ἀπό τό Kodokan.

Ή βασική βιβλιογραφία εἶναι ἡ ἐξῆς:

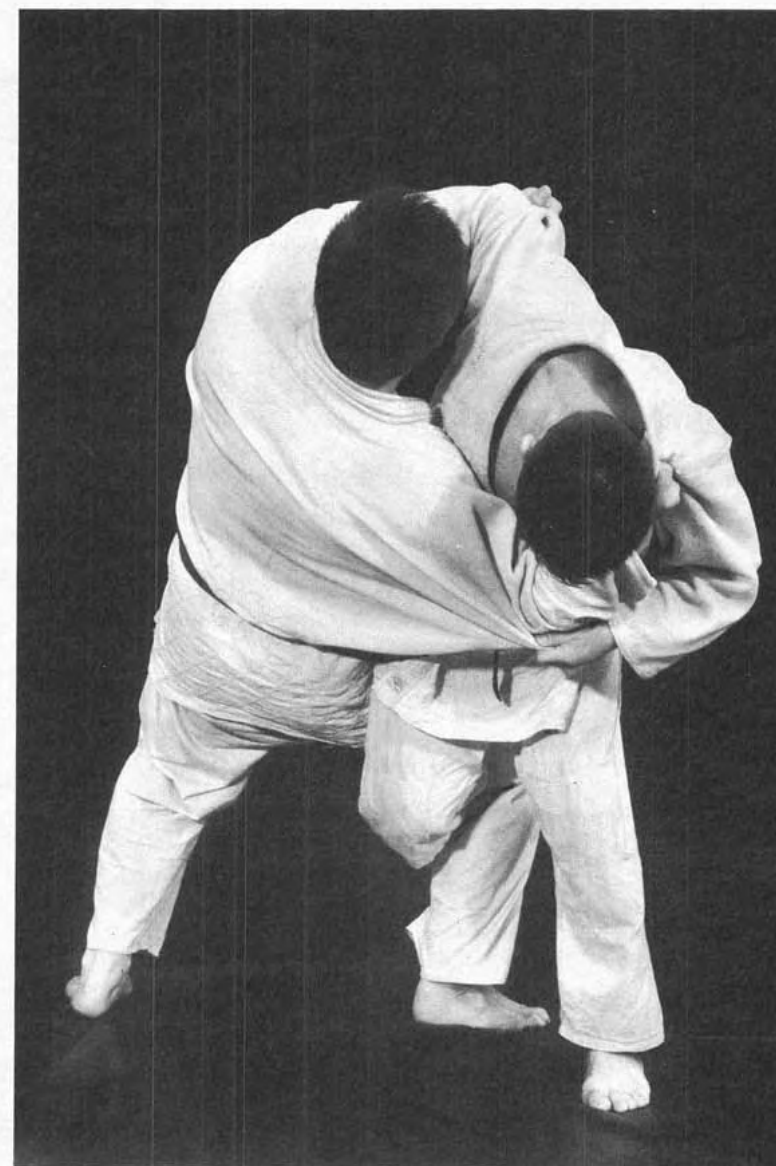
- 1) Illustrated Kodokan Judo (Kodokan, 1955)
- 2) The Secrets of Judo (J. Watanabe, L. Avakian, 1960)
- 3) Judo by Kodokan (1961)
- 4) Judo in Action (Kazuzo Kudo)
  - α) Throwing Techniques (1966)
  - β) Grappling Techniques (1967)
- 5) Vital Judo
  - α) Throwing Techniques (I. Okano - T. Sato, 1973)
  - β) Grappling Techniques (I. Okano, 1976)

Γιά πρώτη φορά στήν Ἑλλάδα δημοσιεύεται σέ περιοδικό τό πιό καλογραμμένο βιβλίο judo στόν κόσμο: τό «Judo in Action» τοῦ Kazuzo Kudo, 9 dan, πού ἡ ἐκδοτική ἐταιρεία Japan Publications Trading Co. (© γιά ὄλο τόν κόσμο) μᾶς ἔκανε τήν τιμή νά μᾶς παραχωρήσει τά ἀποκλειστικά δικαιώματα γιά τήν ἑλληνική γλώσσα. Τό βιβλίο αὐτό, πού ἀποτελεῖ (σέ δύο τόμους) ἐκλαϊκευμένη ἔκδοση τοῦ «Dynamic Judo» (1967) ἀπό τόν ἴδιο συγγραφέα καί τούς ἴδιους ἐκδότες, ἔχει μεταφραστεῖ σέ περισσότερες ἀπό δέκα γλώσσες καί ἡ ἀγγλική του ἔκδοση ἔχει τυπωθεῖ περισσότερο ἀπό ἑντεκα φορές. Τή μετάφραση στήν ἑλληνική μέ τίτλο «Τό τζοῦντο στήν πράξη» θά κάνει ὁ Θύμιος Περισίδης (© γιά τήν ἑλληνική γλώσσα), καφέ ζώνη στό judo, καί τήν ἐπίβλεψη τῆς μεταφράσεως ὁ Γεράσιμος Άρτινός, 2 dan ἀπό τό Kodokan. Τό περιεχόμενο τοῦ βιβλίου αὐτοῦ θά ἀποτελέσει τή βάση τῶν μαθημάτων judo πού σᾶς δίνουμε ἀπό αὐτή τή θέση.



## Τό τζοῦντο στήν πράξη - Τό τζοῦντο στήν πράξη

### 4 ■ τεχνικές ποδιῶν



#### OSOTO-GARI (μεγάλο ἐξωτερικό χτύπημα ποδιοῦ)

Γενικά στοιχεῖα

Σπρώχνω τόν ἀντίπαλό μου ὥστε νά σπάσει ἡ ἰσορροπία του πρὸς τό δεξί του πόδι καί τοῦ δίνω ἀπό πίσω μέ τόν δεξί μου μηρό ἕνα ἐσωτερικό χτύπημα στόν δεξί του μηρό. Θά πέσει πρὸς τά πίσω.

Ή κατάλληλη στιγμή

1. Εἶμαι κοντά στόν ἀντίπαλό μου καί μπορῶ νά τοῦ σπάσω τήν ἰσορροπία.
2. Τραβῶ τόν ἀντίπαλο πρὸς τό μέρος μου ἀναγκάζοντάς τον νά προβάλλει τό πόδι του.

4 ■ τεχνικές ποδιών



**Προετοιμασία**

1. Στέκομαι μαζί του στή δεξιά φυσική στάση. (Φ 1)
2. Τόν σπρώχνω λίγο με μικρό βήμα του δεξιού μου ποδιού, ώστε να υποχωρήσει ένα βήμα με τό άριστερό του πόδι. (Φ 2)
3. Μόλις επιχειρεί να μου ανταποδώσει τό σπρώξιμο, λυγίζω ελαφρά τό άριστερό μου γόνατο και φέρω τό άριστερό μου πόδι, τά δάχτυλα πρώτα, πλάι και έξω από τό δικό του δεξί πόδι. (Φ 3)
4. Τήν ίδια στιγμή τραβώ τόν αντίπαλο μπροστά άριστερά του με τό δεξί μου χέρι και με μικρή ήμικυκλική κίνηση συστρέφω άριστερά τό σώμα μου ώστε να τόν μετακινήσω πρós τά πίσω δεξιά του. (Φ 3)
5. Κρατώ τόν άριστερό μου άγκώνα σφιχτά πάνω στό σώμα μου και σπρώχνω τόν αντίπαλό μου πρós τά πίσω δεξιά του. (Φ 3)

**Η επίθεση**

1. Καθώς συστρέφω τόν δεξί μου γοφό πρós τά άριστερά φέρω πίσω του τό δεξί μου πόδι περνώντας το ανάμεσα στό δικό μου άριστερό και δικό του δεξί.
2. Τεντώνω τά δάχτυλα του δεξιού ποδιού. Ό μηρός πρέπει να είναι ψηλά ώστε να χτυπήσει με φόρα. (Φ 4)
3. Τραβώ με τό άριστερό χέρι, σπρώχνω με τό δεξί και συγχρονίζοντας αυτή τήν κίνηση με χτύπημα του μηρού μου στόν δικό του μηρό (τό πόδι μου περνάει ανάμεσα από τά δικά του), τόν ρίχνω πρós τά πίσω δεξιά του. (Φ 5-6)

**Ειδικές οδηγίες**

1. Όταν στήν άρχή σπρώχνω ελαφρά τόν αντίπαλο και αν θελήσει να ανταποδώσει τό σπρώξιμο, δέν τόν φέρνω αντίσταση. Τόν αφήνω να έρθει μπροστά.
2. Δέν χαλαρώνω τό τράβηγμα του άριστερου χεριού καθώς φέρνω τό άριστερό μου πόδι έξω δεξιά από τό δικό του δεξί. Ακόμα και εκείνοι που έχουν προχωρήσει στις τεχνικές του τζοούντο, βρίσκουν δύσκολα τή σωστή χρήση του άριστερου χεριού σ' αυτή τή ρίψη.

**Σημεία-κλειδιά**

1. Προσέχω να κρατώ τό δεξί πλευρό μου σφιχτά κολλητά πάνω στό δεξί δικό του πλευρό.
2. Όταν τά δάχτυλα του άριστερου μου ποδιού άγγίζουν τό δάπεδο, τήν ίδια στιγμή ρίχνω τόν αντίπαλο χτυπώντας τον με τό δεξί μου πόδι.

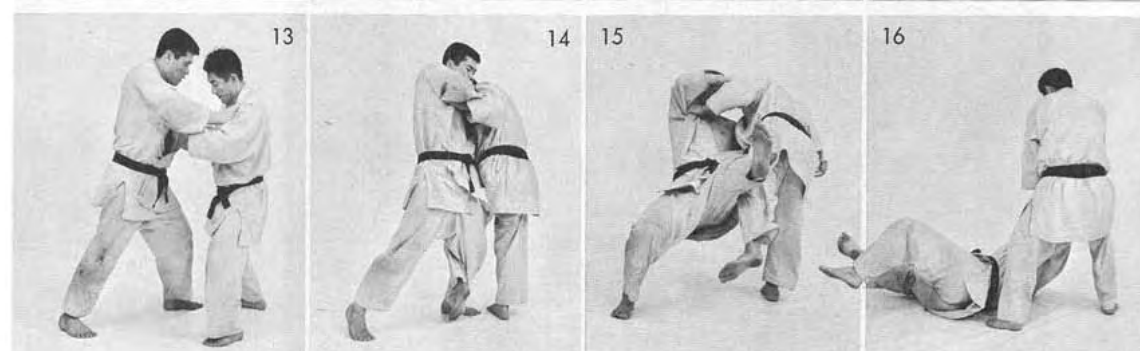
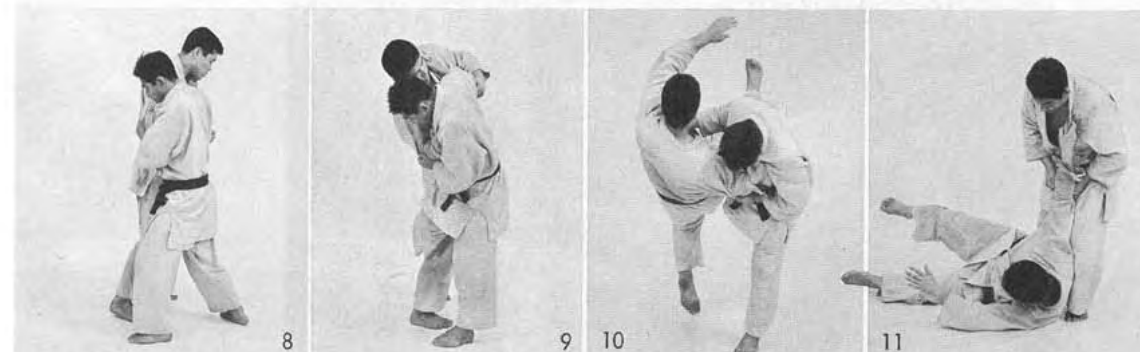


4 ■ τεχνικές ποδιών



**Παραλλαγές**

1. Βρισκόμαστε στήν δεξιά φυσική στάση. Έφαρμόζω τήν τεχνική όταν αναγκάζω τόν αντίπαλο να κάνει ένα βήμα μπροστά. Αναγκάζω τόν αντίπαλό μου να κάνει ένα βήμα πίσω με τό δεξί πόδι, ώστε να βρεθεί στήν άριστερή φυσική στάση και λίγο γυμμένος μπροστά. Χαλαρώνω τό σπρώξιμο του δεξιού χεριού. Κρατώ τό άριστερό μου χέρι σφιχτά πάνω στό άριστερό πλευρό μου με τό μέρος του μικρού δαχτύλου κλειστό. Τή στιγμή που ο αντίπαλος φέρνει πάλι μπροστά τό δεξί του πόδι, πατώ τό άριστερό μου πόδι σε θέση λίγο πίσω και έξω από εκείνη που θα πατήσει τό δικό του δεξί. Τόν ρίχνω με άνοιχτό χτύπημα του δεξιού μηρού τή στιγμή που τό δεξί του πόδι άγγίζει τό δάπεδο. (Φ 7-11)
2. Χρησιμοποιώ ένα άριστερό osoto-gari. Αν επιχειρήσω ένα δεξί osoto-gari, αλλά ο αντίπαλός μου άμυνθεί κάνοντας τό δεξί μου ένα βήμα πίσω τό δεξί του πόδι, σφίγγω τό δεξί μου χέρι στό δεξί πλευρό και πατώ τό δεξί μου πόδι τεντωμένο έξω και πλάι από τό δικό του άριστερό. Τόν ρίχνω χτυπώντας τό άριστερό του πόδι από πίσω με τόν άριστερό μου μηρό. (Φ 12-16)



4 ■ τεχνικές ποδιών



**HARAI-TSURI-KOMI-ASHI**

(ρίψη με σήκωμα – τράβηγμα και σάρωμα ποδιού)



4 ■ τεχνικές ποδιών

**Γενικά στοιχεία**

Η προετοιμασία για την τεχνική αυτή είναι ίδια με εκείνη για το sasae-tsuri-komi-ashi, αλλά η επίθεση είναι διαφορετική. Στο sasae-tsuri-komi-ashi χρησιμοποιώ το πόδι (πού υποχωρεί ή προχωρεί) του αντιπάλου μου ως σημείο περιστροφής για την ρίψη, αλλά στο harai-tsuru komi-ashi χρησιμοποιώ μία σαρωτική κίνηση ενός ποδιού μου έναντιον κάποι-σπασω την ισορροπία του. Στο harai χρησιμοποιώ μία μικρή κίνηση και ένα στιγμιαίο σάρωμα.

**Προετοιμασία**

1. Βρισκόμαστε με τον αντίπαλο στη δεξιά φυσική στάση. (Φ 1)
2. Αφήνω τό πιάσιμο από τό δεξί του πέτο και πιάνω τό δεξί του μανίκι απ' έξω στη μέση. Τόν τραβώ δυνατά με τά δυό χέρια μπροστά δεξιά του, ενώ χαμηλώνω λίγο τό σώμα μου. (Φ 2)
3. 'Ο αντίπαλός μου θα αντίσταθει και θα τραβηχτεί πίσω (στό άριστερό του πόδι) τραβώντας και μένα μπροστά.

**Η επίθεση**

1. Αυτή τή στιγμή, χαλαρώνοντας τό τράβηγμα του άριστερού χεριού, πατώ τό άριστερό μου πόδι κοντά στά δάχτυλα του δικού του δεξιού. (Φ 4)
2. Ταυτόχρονα, σπρώχνοντας με τό άριστερό χέρι και τραβώντας δυνατά με τό δεξί, σπάω τήν ισορροπία του μπροστά άριστερά του. (Φ 4)
3. Σαρώνω πρός τά πίσω του και πάνω με τό δεξί μου πέλμα τόν άριστερό του τارسό (κουτουπιέ). (Φ 4)
4. Τόν τραβώ κάτω με τό δεξί χέρι και τόν ρίχνω. (Φ 5)

**Ειδικές οδηγίες**

Πρέπει νά αναγκάσω τόν αντίπαλο νά ρίξει όλο του τό βάρος στό άριστερό του πόδι. Τό σάρωμα πρέπει νά γίνει με τή δύναμη των γοφών και όχι μόνο με τά δάχτυλα του ποδιού.

**Σημεία-κλειδιά**

1. Τό άριστερό μου πόδι πρέπει νά πατάει μπροστά από τό δεξί του και όχι έξω ή μέσα και μακριά από εκείνο.
2. Μπορώ νά εκτελέσω τήν τεχνική πιάνοντας με τό άριστερό μου χέρι τό δεξί του μανίκι στη μέση εσωτερικά.

**Άμυνα**

1. Χαμηλώνω του γοφούς, στρέφω τό σώμα μου άριστερά και λυγίζω ελαφρά τά γόνατα. (Φ 6)
2. Όταν προσπαθεί νά με τραβήξει δεξιά μπροστά, προβάλλω λίγο τό άριστερό πόδι και σπρώχνω τόν αντίπαλο με τό δεξί μου χέρι.



6



1



2



3



4



5

Συνέχεια στό έπόμενο

# τό do του taekwon-do



Από τον Γιάννη Φώτο

## ο δρόμος μιᾶς τεχνικῆς μάχης γιὰ τὴν τελείωση τῆς μόνης μάχης

Ἡ μικρὴ λέξη DO συνοδεύει πολλές ἀπὸ τὶς γνωστὲς πολεμικὲς τέχνες. Ἀποτελεῖ ἕνα ἀπαραίτητο στοιχεῖο καὶ ἕνα κύριο συστατικό τοῦ AIKIDO, τοῦ JUDO, τοῦ TAEKWON-DO. Κάθε ἕνα DO ἀπὸ αὐτὰ εἶναι ἕνα ἴδιο καὶ ἕνα ξεχωριστό συνάμα DO. Κάθε ἕνα DO εἶναι σὺν τὸν κορμὸ ἀπὸ τὸν ὁποῖο βλασταίνουν ὅλα τὰ κλαδιά, φύλλα καὶ ἄνθη.

Ἡ δική μου ἐμπειρία καὶ μικρὴ γνώση τοῦ DO γεννήθηκε μέσα στὸ TAEKWON-DO. Αὐτὲς οἱ δύο (TAEKWON καὶ DO) καὶ ὄχι τρεῖς λέξεις (TAE KWON DO), ἀπέτελεσαν τὸ ἔναυσμα γιὰ τὴν ἐνατένιση ἐκείνου ποῦ θεωρεῖται ὁ ἀπώτερος σκοπὸς στὴν ἀσκηση.

Εἰσαγωγικά, ἡ λέξη TAE σημαίνει κυτῶν μὲ τὰ πόδια, ἡ λέξη KWON σημαίνει μὲ τὴν πυγμή. Ἡ σύνθετη λέξη TAEKWON σημαίνει τὸ σύνολο τῆς σωματικῆς ἐξάσκησης καὶ τέτοια ἐμπέδωση καὶ ἀνάπτυξη τῶν τεχνικῶν, ὥστε νὰ ἀρχίσει νὰ γίνεται ὄρατό καὶ ἴσως ἀκόμη καλύτερα, κατανοητό τὸ DO.

Σὲ αὐτὸ τὸ κείμενο δὲν θὰ μιλήσω γιὰ τὸ μέρος TAEKWON τοῦ TAEKWON-DO. Θὰ προσπαθῶ νὰ διαγράψω ἀχνά (μὲ ἕναν προσωπικὸ καὶ ὑποκειμενικὸ τρόπο), τὸ μέρος DO τοῦ TAEKWON-DO.

DO ἴσον ὁ δρόμος, ὁ τρόπος, ἡ μέθοδος. DO εἶναι αὐτὸ ἀκριβῶς ποῦ περιέχει καὶ ὅλα τὰ ἀποτελέσματα τοῦ TAEKWON. Ὅλες οἱ προσάθειες, οἱ ἐπίπονες ἐξασκῆσεις στὶς περίπλοκες καὶ πιὸ προχωρημένες τεχνικές, χύνονται στὸ μεγάλο καλούπι τοῦ DO. Μέσα ἐκεῖ βρῖσκεται ἡ εὐγένεια, ἡ ἐγκράτεια, ἡ εὐθύτητα, ἡ ἐπιμονὴ καὶ ἡ μαχητικὴ δύναμη, δηλαδὴ τὰ στοιχεῖα τῶν ὁποῖων ἡ ἀνάπτυξη καὶ ἡ ἀναγωγή σὲ ἔργο ζωῆς - αὐτῶν καὶ μερικῶν ἄλλων - δημιουργοῦν τὸν ἄνθρωπο ποῦ θὰ βοηθήσει νὰ χτιστεῖ ἕνας καλύτερος καὶ πιὸ εἰρηνικός κόσμος (Στρατηγὸς CHOI HONG HI, 9ο DAN, πρόεδρος INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION).

Τὸ DO εἶναι μιὰ στιγμὴ ἀλλὰ καὶ μιὰ συνέχεια. Μιὰ αἴσθησις κυκλική ποῦ ἐμφανιζόμενη δείχνει τὴν ἀπουσία της. Μιὰ δύναμη ποῦ πλημμυρίζει τὶς πιὸ ἀσημαντικὲς στιγμὲς τῆς ζωῆς τοῦ ἀθλούμενου καὶ τὶς κάνει σημαντικὲς καὶ ζωντανές. Τὸ DO, μιὰ λέξη, ποῦ δὲν εἶναι ἀπλῶς ἀκόμη μιὰ λέξη, μὰ ἕνα νόημα ποῦ γιὰ μᾶς τοὺς δυτικoὺς εἶναι δύσκολο νὰ διαγραφεῖ.

Υπάρχουν μερικὰ ξεχωριστὰ πράγματα, γιὰ τὰ ὁποῖα ἂν σοῦ ζητήσουν νὰ μιλήσεις, θὰ δώσεις πολλά στοιχεῖα ποῦ τὰ ἀποτελοῦν, μὰ ὄχι τὸ στοιχεῖο ποῦ τὰ ὁλοκληρώνει. Κι αὐτὸ γιὰτὶ τὰ πράγματα αὐτὰ εἶναι ἀπύθμενα καὶ ἡ ἀθλούμενη μετριότητα-μετριοφροσύνη σου σὲ συμβουλεύει νὰ διατηρήσεις μιὰ στάση κριτικῆς εὐπλαστικότητας καὶ εἰλικρίνειας.

Ἔτσι στὸ ἄκουσμα τοῦ DO, ἄλλος θὰ πεῖ ἀπλᾶ καὶ οὐσιαστικά "ὁ δρόμος", ἄλλος θὰ θυμηθεῖ τὴν ἐκτέλεση τοῦ KWANG GAE HYONG (13ο KATA τοῦ TAEKWON-DO) κάποια ἀνατολὴ τοῦ ἡλίου, ἄλλος θὰ σκεφτεῖ, νὰ ἀληθεῖα, αὐτὸ τὸ ἄγνωστο DO κι ἄλλος θὰ βασανιστεῖ ποῖα ἀποτελεσματικὴ τεχνικὴ θὰ τοῦ δώσει σίγουρους βαθμούς ἀπὸ τὸν ἐπόμενο ἀντίπαλο συναθλητὴ του.

Τὸ DO εἶναι κάτι ποῦ προσωπικά πιστεύω, πὼς μόνος του ὁ καθένας θὰ τὸ νιώσει νὰ περπατᾶει δίπλα του ἢ νὰ ἀνθίζει μέσα του. Τὸ DO δὲν διδάσκεται, οὔτε ἀναλύεται σὲ μακρὰ ἄρθρα μὲ πολυσχιδεῖς ἀναφορὲς στὴν ἀσιατικὴ μυστικιστικὴ φιλοσοφία (!). Τὸ DO εἶναι τοῦ καθένα μας καὶ ὅλων, τὸ DO εἶναι κοινὸ καὶ ξεχωρὸ, τὸ DO εἶναι ἐκεῖνο ἢ τὸ ἄλλο, τὸ DO εἶναι, εἶναι.....

Ὅσοι ἔχουν σταματήσει κάποια στιγμὴ καὶ ἔδωσαν στὸ ἐνστικτὸ τους τὴν εὐκαιρία νὰ ἐλιχθεῖ ἐλεύθερο, (κι αὐτὸ συμβαίνει τὴν ὥρα τῆς ἀσκησης), θὰ ἀνακάλυψαν πὼς τοὺς ὠδήγησε σὲ θεωρίες (μὲ τὴν ἔννοια τοῦ θεῶμαι=βλέπω) πρωτόφαντες, ἂν ὄχι περιέργες. Τοὺς ἐνέβαλε σκέψεις ποῦ γιὰ πρώτη φορὰ ἔκαναν ἢ ποῦ σπάνια κάνουν. Τὸ DO τοὺς παρουσιάζει ἀργὰ μὲ κρὰ ἀποσπάσματα ἄλλων σκέψεων, κρίσεων, εἰκόνων καὶ κατευθύνει τὸν νοῦ πιεστικὰ σχεδόν, σὲ ἕνα συγκεκριμένο θέμα.

Τὸ DO εἶναι αὐτὸ ποῦ ἐργάζεται τὸν ἐσωτερικὸ κόσμο μας, τὴ στιγμὴ ποῦ τὸ TAEKWON ἐργάζεται τὸ σῶμα μας. Καὶ ὅσο πιὸ πολυχρόνη εἶναι ἡ ἀσκηση, ὅσο πιὸ πιστοὶ καὶ ἀγνοὶ σταθήκαμε σ'αὐτὸ ποῦ μᾶς ἔκανε νὰ ξεκινήσουμε καὶ ν'ἀγαπήσουμε τὸ ἄθλημα, ὅσο πιὸ πολὺ πλαταίνει ἡ διεργασία τοῦ DO.

Τὸ DO εἶναι τεχνικὴ ποῦ μᾶς ὁπλίζει ν'ἀφοπλίζουμε τὸν σύγχρονο ἐαυτὸ μας. Τὸ DO εἶναι μιὰ ἀγάπη ποῦ περνᾶει ἀπὸ μᾶς γιὰ τὸν καθὲ ἕνα καὶ τὸ καθὲ τί. Τὸ DO εἶναι μιὰ ἀναγκαιότητα ποῦ μᾶς προσφέρεται τελειῶς δωρεάν, ἀρκεῖ ἡ ἀφοσίωσή μας στὸ TAEKWON νὰ εἶναι ὁλοκληρωμένη.

Τὸ DO εἶναι ἡ ἀρχὴ καὶ τὸ τέλος τοῦ TAEKWON-DO. Τὸ DO ἦταν ὁ λόγος ζωῆς τῶν HWA RANG (θηροσκευτικὴ, στρατιωτικὴ, πολιτικὴ ὀργάνωση νέων τῆς Κορέας, τὸ 600 μ.Χ.), τὸ DO εἶναι ἕνας τρόπος ζωῆς γιὰ μᾶς. Τὸ DO εἶναι αὐτὸ ποῦ συμπληρώνει αὐτὸ ποῦ μᾶς λείπει. Μιὰ βαθειὰ καὶ ζεστὴ ἐπαφὴ τῆς ψυχῆς μας μὲ τὰ διασκορπισμένα της τμήματα-κομμάτια.

Τὸ DO εἶναι μιὰ προσπάθεια ἔνωσης ὅλων τῶν ἐσωτερικῶν δυνάμεών μας, ποῦ μαζί μὲ τὸ TAEKWON μᾶς δίνουν μιὰν ἀκέραιη ἐνότητα, ποῦ γιὰ τοὺς ἀντίστοιχους νέους HWA RANG τῆς Ἀθήνας τοῦ 5ου αἰῶνα π.Χ. ὀνομαζόταν μὲ τὴν σπάνια γιὰ σήμερα λέξη: ἀρετή.

Γιάννης Φώτος, 1 DAN TAEKWON-DO

(σημ. ὁ γράφων εὐχαριστεῖ τὸν SANBHUM NIM KWON JAE, 7ο DAN καὶ τὸν SANBHUM Σταμάτη Κάσση, 3ο DAN κι ἀπὸ τῆ θέση αὐτή).

Ἀπὸ τὸν Θύμιο Περισίδη



# ἐλληνικὸ τζοῦντο

## καὶ ΣΕΓΑΣ

## νέα καὶ δραστηριότητες

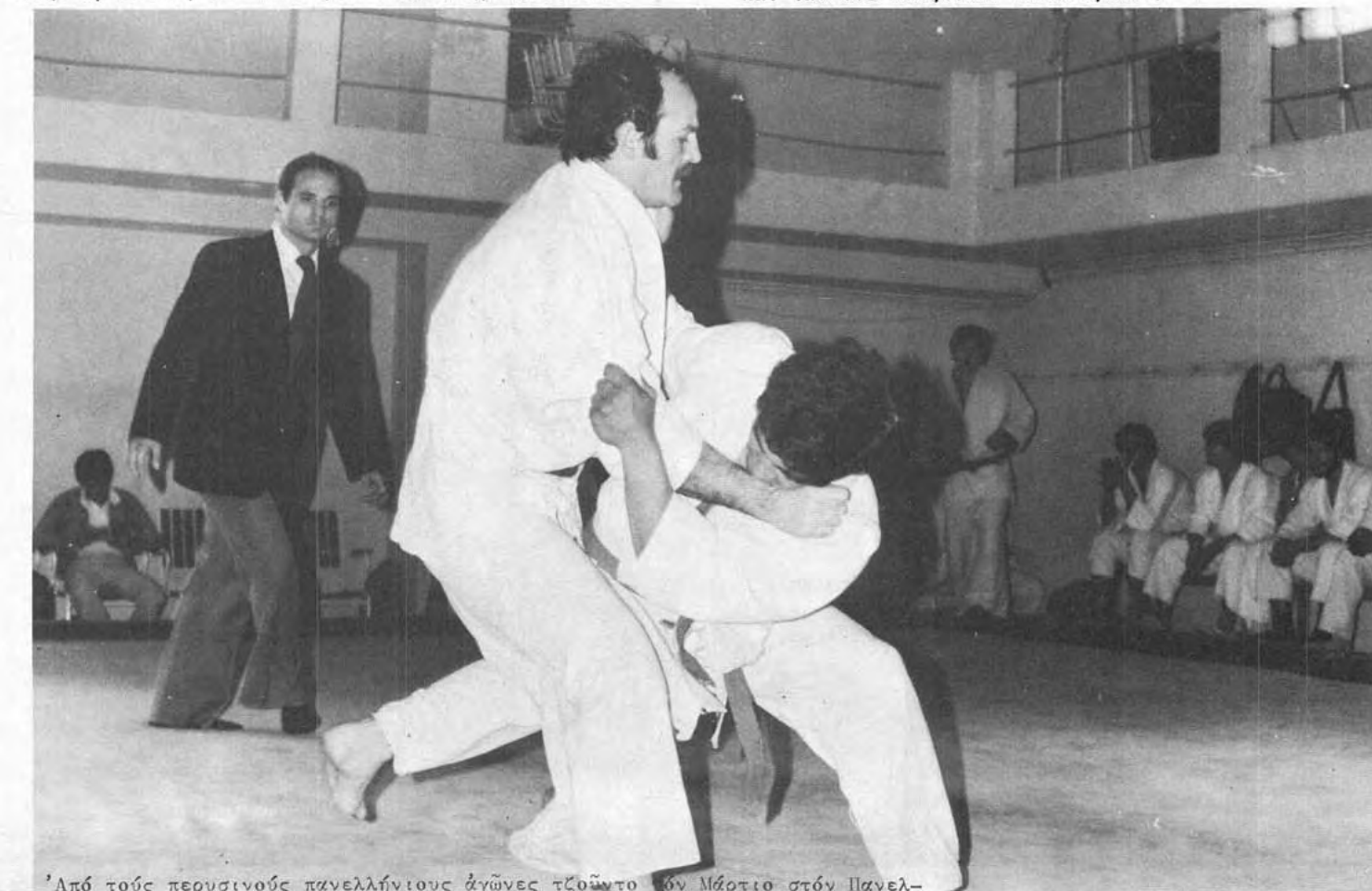
Μπήκαμε ἤδη στὴ φθινοπωρινὴ περίοδο ὅπου ἀθλητὲς καὶ σύλλογοι συμμαζεῦνται ἀπὸ τὴν ἀπραξία τῶν διακοπῶν γιὰ νὰ ὀργανώσουν καὶ προετοιμάσουν τὶς φετινὲς προπονήσεις καὶ τοὺς φετεινοὺς ἀγῶνες.

Ὅπως ὅλα τὰ ἄθλήματα, ἔτσι καὶ τὸ τζοῦντο, δηλώνει τὴν παρουσία του μὲ τοὺς δικoὺς του ἀγῶνες ποῦ ἔχουν σκοπὸ τὸ "ξεσκοῦριασμα" τοῦ καθὲ ἀθλητῆ στὴν προοπτικὴ νὰ συναντήσῃ ἕνα σκληρὸ ἀντίπαλο.

Πληροφορηθήκαμε ἀπὸ τοὺς ἀρμόδιους, πὼς ἔγινε πρόσκληση ἀπὸ τὴν ΧΑΝ Θεσσαλονίκης μὲσω τοῦ ΣΕΓΑΣ (Σωματείου Ἑλληνικῶν Γυμναστικῶν καὶ Ἀθλητικῶν Συλλόγων) πρὸς ὅλους τοὺς συλλόγους τζοῦντο, γιὰ ἀγῶνες στὸ Παλαί ντὲ Σπόρ τῆς Θεσσαλονίκης περίπου στὸ τέλος τοῦ μηνὸς Σεπτεμβρίου. Οἱ ἀγῶνες αὐτοὶ εἶχαν προγραμματιστεῖ γιὰ τὸν Ἰούνιο, ἀλλὰ οἱ σεισμοὶ τῆς Θεσσαλονίκης τοὺς ματαίωσαν.

Ἀπὸ τοὺς νικητὲς τῶν διασυλλογικῶν αὐτῶν ἀγῶνων, πρόκειται νὰ καθοριστοῦν οἱ ἀθλητὲς ποῦ θὰ ἀντιμετωπίσουν τὴν Κυπριακὴ ὀμάδα τζοῦντο, ἡ ὁποία θὰ ἐπισκεφεῖ τὴν Ἀθήνα γύρω στὶς 15 τοῦ μηνός.

Τὸ περιοδικὸ μας θὰ δημοσιεύσει πλήρη περιγραφή καὶ τῶν δύο ἀθλητικῶν συναντήσεων.



Ἀπὸ τοὺς περυσινούς πανελλήνιους ἀγῶνες τζοῦντο τὸν Μάρτιο στὸν Πανελ-

15 'Οκτωβρίου στην 'Αθήνα

# 'Ελλάς - Κύπρος στό τζούντο

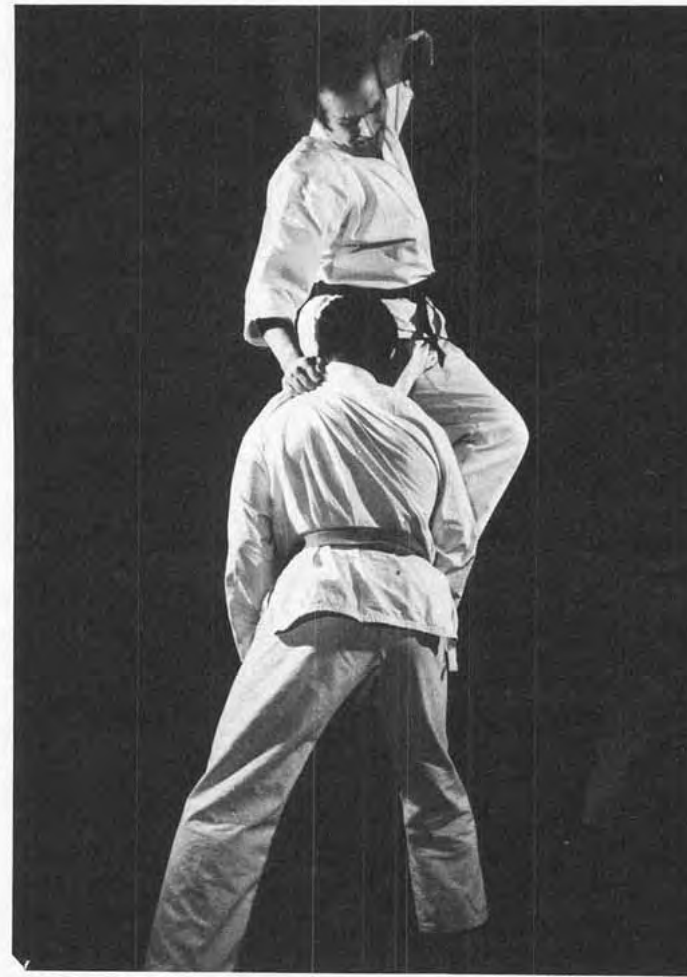


Από τον Φοίβο Χρίστου

Η εθνική ομάδα Τζούντο Κύπρου θα συναντηθεί στις 15 'Οκτωβρίου 1978 με την αντίστοιχη εθνική ομάδα 'Ελλάδος. Ο αγώνας, που χωρίς αμφιβολία θα προκαλέσει μεγάλο ενδιαφέρον, θα διεξαχθεί στην 'Ελληνική πρωτεύουσα με 'Ελληνες διαιτητές. Η εθνική Κύπρου θα έρθει στην 'Ελλάδα στις 14 'Οκτωβρίου με ότι καλύτερο υλικό διαθέτει, θα στερηθεί μόνο τις υπηρεσίες του 'Αγγλοκύπριου Πρωταθλητή Παγκράτιου Παπακώστα (2 Ντάν), ο οποίος παρά την άτυχία που είχε στην Λευκωσία τον περασμένο Μάρτιο έναντι της εθνικής 'Ελλάδος έντονα θεωρείται ο υπ' αριθμό "1" τζουντόκα της Κύπρου.

Όσο το μεγάλο αυτό κενό της εθνικής Κύπρου σύμφωνα με δικές μας πληροφορίες θα το αναπληρώσουν οι εμπειροί και πολύ δυναμικοί άθλητές και τεχνικοί Κώκος Λανίτης (2 Ντάν), Κώστας Παπακώστας (1 Ντάν). Στόν μεγάλο αγώνα της 15ης 'Οκτωβρίου, η εθνική Κύπρου θα χρησιμοποιήσει και τους Τζουντόκα Λεμεσού, οι οποίοι λόγω τεχνικών και άτυχων δυσκολιών δεν μπόρεσαν να αγωνισθούν στην Λευκωσία έναντι της εθνικής 'Ελλάδος.

Ο Κώκος Λανίτης (2 ντάν), ο οποίος τό 1967-70 υπήρξε από τους καλύτερους έφηβους άθλητές Τζούντο Λονδίνου, θα ήγηθή της 'Εθνικής ομάδας Τζούντο Κύπρου. Στη φωτογραφία, σε μία έντυπωσιακή φάση.



Ο αρχιεκπαιδευτής και ομοσπονδιακός προπονητής καράτε Κύπρου κ. Θέμις Γεωργίου (3 ντάν) σε μία επίδειξη προσπάθειά του έναντιόν αντιπάλου σε κλάμπ του Λονδίνου.



Στό μεταξύ πληροφορούμαστε ότι την εθνική Κύπρου ανέλαβε για να προετοιμάσει ο 'Αγγλοκύπριος τεχνικός κ. Θέμις Γεωργίου κάτοχος 1 Ντάν στο Τζούντο και 3 Ντάν στο Καράτε, τον κ. Γεωργίου, ο οποίος είναι και 'Ομοσπονδιακός προπονητής Καράτε και 'Αρχιεκπαιδευτής Κύπρου στο Καράτε, ως τον παρουσίασε τό περιοδικό μας στο προηγούμενο τεύχος (10ον). Είναι ένας άθρομβος εκπαιδευτής που διακρίνεται για την ύπομνη του και τη μεγάλη του ψυχραιμία και που γνωρίζει καλά τά μυστικά των άθλημάτων Τζούντο και Καράτε. Ο ακούραστος αυτός εκπαιδευτής θα συνεργασθεί με τους Λανίτη και Παπακώστα Κώστα για να ανταπεξέλθει στό δύσκολο έργο που του ανέθεσε η Παγκύπριος 'Ομοσπονδία Τζούντο/Καράτε για τον αγώνα Κύπρου-'Ελλάδος. Στην Λευκωσία θα προπονεϊ τους διεθνείς άθλητές ο κ. Λανίτης και στην Λεμεσό ο κ. Παπακώστας. Τη γενική έποπτεία και προετοιμασία της εθνικής ομάδας θα έχει ο κ. Θέμις Γεωργίου, ο οποίος πιστεύεται ότι θα παρατάξει ένα αρκετό ύπολογισμο αντίπαλο για την εθνική 'Ελλάδος.

Η εθνική Κύπρου θα φθάσει στην 'Ελλάδα στις 14 'Οκτωβρίου με αρχηγό αποστολής τον Προέδρου της Παγκύπριος 'Ομοσπονδίας Τζούντο/Καράτε κ. Χαράλαμπο Μακρίδη και τον Γ. Γ. της 'Ομοσπονδίας κ. Φοίβο Χρίστου. Η Κυπριακή αποστολή αναμένεται στην 'Ελλάδα με τους εξής άθλητές: Λανίτη (2 Ντάν), Παπακώστα (1 Ντάν), Σπύρου (1 Ντάν), Πήτερ (1 Ντάν), 'Αρέστη και Κωνσταντίνου (Καφέ ζώνη), Κουλλά και Νικολάου (γαλάζια ζώνη). Υπολοπόνται τά όνόματα δύο ακόμη άθλητών τά όποια θα ανακοινωθούν άρχές 'Οκτωβρίου.

Συνολικά η Κυπριακή αποστολή θα αποτελείται από 13 ή 14 άτομα, δηλ. 9-10 άθλητές, τον αρχηγό αποστολής, τον Γ. Γ. 'Ομοσπονδίας, τον αρχηγό ομάδας κ. 'Αλ. Κωνσταντίνου και τον προπονητή κ. Θέμη Γεωργίου.

'Αξίζει να σημειωθεί ότι ο διεθνής Κύπριος Τζουντόκα Σπύρου είναι ο άθλητής που διακρίθηκε πολύ στόν αγώνα Κύπρου-'Ελλάδος. Είναι ένας ποιηρός τζουντόκα με ψυχραιμία και μεγάλη τεχνική (έλαφρών βαρών), ηλικίας 21 ετών που με λίγη προσοχή και καλή προσπάθεια έχει τις δυνατότητες να γίνει πολύ μεγάλος Τζουντόκα.

Στην 'Ελλάδα ο Γ. Γ. της Παγκύπριος 'Ομοσπονδίας κ. Φ. Χρίστου θα επιδιώξει να έλθει σε έπαφή με τους ίδιοντες του ΣΕΓΑΣ και της Γενικής Γραμματείας 'Αθλητισμού για να εισηγηθεί αγώνες Τζούντο 'Αθηνών, Λευκωσίας, Θεσσαλονίκης, Λεμεσού οι όποιοι θα γίνονται μία φορά τον χρόνο και έτσι θα δίνεται η ευκαιρία στις τέσσερις αυτές πόλεις να διοργανώνουν τους αγώνες αυτούς που πιστεύουμε ότι θα κάμουν μεγάλο καλό τόσο στό 'Ελληνικό όσο στό Κυπριακό Τζούντο.

Φοίβος Χρίστου





# πανιαπωνικό πρωτάθλημα τζούντο



Πανιαπωνικό Πρωτάθλημα Τζούντο 1978

Στις 29 Απριλίου έγιναν στο BUDOKAN του Τόκιο οι πανιαπωνικοί αγώνες για το πρωτάθλημα του Τζούντο. 12.000 θεατές περίπου παρακολούθησαν το "παχουλό αγόρι" ηλικίας 20 ετών, ύψους 180 και 125 κιλών να συντρίβει τους αντιπάλους του με σχετική άνεση και να κατακτά τον τίτλο για δεύτερη χρονιά στη σειρά.

Ο YASUHIRO YAMASHITA, αυτό είναι το όνομα του πρωταθλητή, 40 ντάν στο τζούντο, φοιτητής του TOKAI UNIVERSITY νίκησε κατά σειρά τόν ΙΤΟ, 3ο ντάν με OSAEKOMI, τόν UEMURA, 5ο ντάν με απόφαση (πολλοί πιστεύουν ότι ο UEMURA παλαιός πρωταθλητής ήταν καλύτερος στον αγώνα), τούς NAKAMURA 5ον DAN και KAWAHARA, 6ο ντάν με OSAEKOMI και τόν TAKAGI, 6ο ντάν, τής Μητροπολιτικής Αστυνομίας του Τόκιο, στον τελικό αγώνα με IPPON OSOTO GARI.

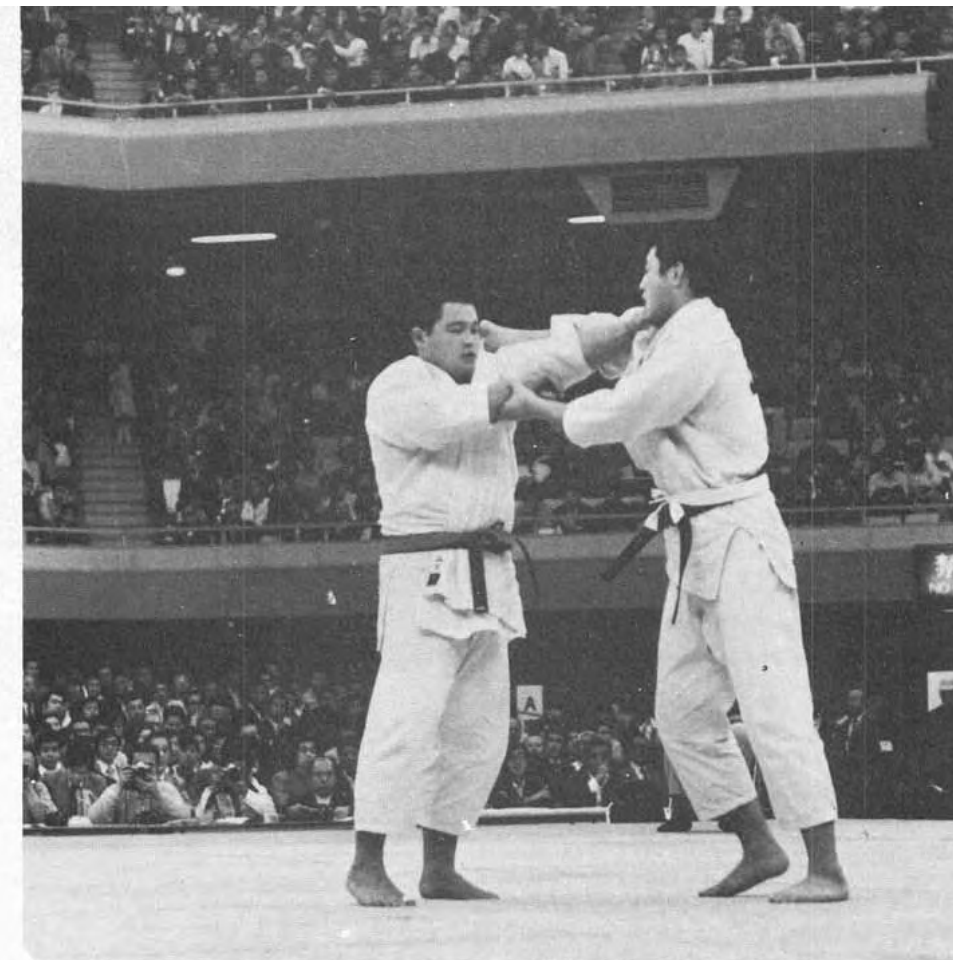
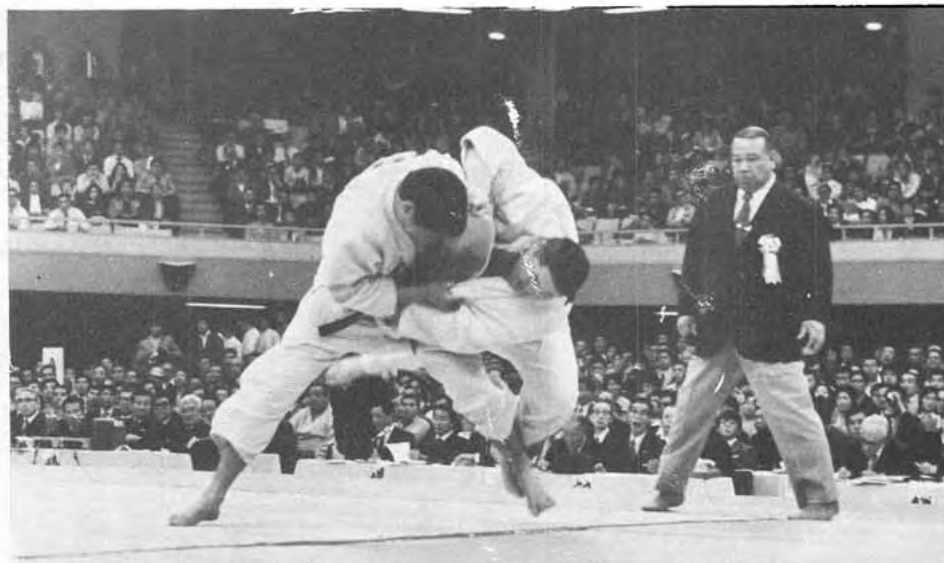
Ο ENDO παλαιός πρωταθλητής και σοβαρή απειλή για τόν YAMASHITA, τραυματίστηκε στον αγώνα του με τόν TAKAGI και απεσύρθη.

Οι αγώνες ήταν ανεξαρτήτως κιλών των αγωνιζομένων (ο ελαφρότερος ήταν 78 κιλά και ο βαρύτερος 148) και η διάρκεια τους 8 λεπτά τόν πολύ, εκτός τού τελικού που ήταν 10 λεπτά, αλλά έληξε στο 3,52 με τόν ξαφνικό OSOTOGARI του YAMASHITA που τόν εξασφάλισε τόν τίτλο.

Γεράσιμος Άρτινός

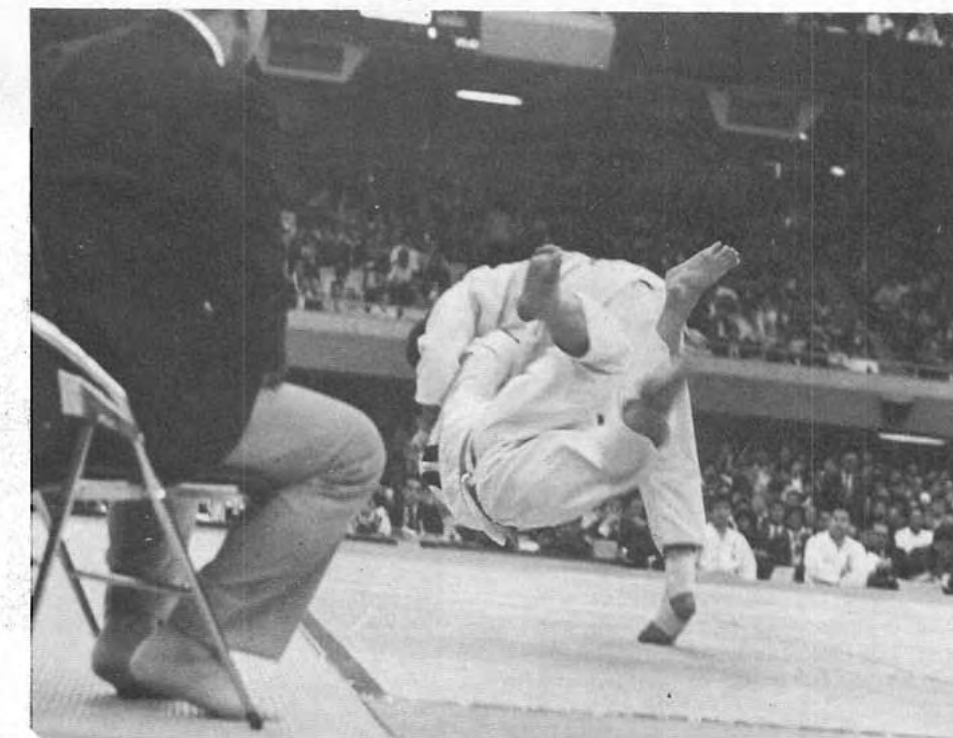
Ο Γιαμαμότο σενσέϊ, 7 ντάν, ενώ εκτελεί τόν δεξιό ιππόν-σεδϊ-νάγκε από τόν Νάγκε-νο-κάτα.

Νακαμούρα, 5 ντάν, έναντι τού Αϊζάβα, 3 ντάν. Κέρδισε ο Νακαμούρα με ιππον όσото-γκάρι.



Ο πρωταθλητής Γιαμασίτα, 4 ντάν (αριστερά), σε στιγμιότυπο από τόν αγώνα του με τόν Ιτο, 3 ντάν.

Σιγκεμάτσου, 5 ντάν, ενώ παίρνει με αριστερή ούτσιμάτα ένα βαθμό (ιππόν) από τόν αντίπαλό του Κοχάρα, επίσης 5 ντάν.



## JUDO - NEA

Διεθνής συνάντηση JUDO στο Τόκιο

Τόν Νοέμβριο τού 1978 θά γίνει στην Ίαπωνία μία διεθνής συνάντηση τζούντο ή όποια θά διαρκέσει 4 ημέρες όπως ανακοίνωσε η Πανιαπωνική Όμοσπονδία Τζούντο.

Τό συμβούλιο τής Όμοσπονδίας αποφάσισε όπως οι αγώνες τελεσθούν στο BUDOKAN-HALL τού Τόκιο που βρίσκεται έξω από τόν αυτοκρατορικό παλάτι.

Αναμένεται νά λάβουν μέρος 130 τζουντόκα από 30 διαφορετικές χώρες. θά είναι ή πρώτη διεθνής συνάντηση στο άθλημα που τελείται στην Ίαπωνία μετά τή διεθνή συνάντηση τού 1967.



Ο Σούτο, 5 ντάν, κερδίζει με γιούκο τον Όκουγκάβα, 5 ντάν.

Πώς κέρδισε ο YAMASHITA το  
Ίαπωνικό πρωτάθλημα JUDO  
1977

Στους αγώνες τζούντο του Ίαπωνικού πρωταθλήματος που έλαβαν χώρα τον Απρίλιο του 1977 στο BUDOKAN του Τόκιο, ο Γιασουχίρο Γιαμασίτα φοιτητής του πανεπιστημίου Τοκάϊ, ηλικίας μόλις 19 ετών κέρδισε τον τίτλο του πρωταθλητή Ίαπωνίας για πρώτη φορά αφού νίκησε τον βετεράνο Σούμιο Έντο, πρωταθλητή Ίαπωνίας 1976 και παγκόσμιο πρωταθλητή 1975.

Στο πρωτάθλημα πήραν μέρος 36 τζουντόκα μεταξύ των οποίων τρεις πρωταθλητές Ίαπωνίας και 7 παγκόσμιοι και Ολυμπιακοί πρωταθλητές (Γιαπωνέζοι όλοι φυσικά).

Ο Γιαμασίτα, 4 ντάν, έχει ύψος 1,80 μ. και ζυγίζει 128 κιλά. Έγινε γνωστός όταν ήρθε τέταρτος στο Ίαπωνικό πρωτάθλημα δύο χρόνια πριν, σαν μαθητής γυμνασίου.

Τό 1976 κέρδισε τον τίτλο του πρωταθλητή στους Πανεπιστημιακούς αγώνες Ίαπωνίας όπως έπιασε τον τίτλο στα βαρέα βάρη στο παγκόσμιο πρωτάθλημα νέων.

Στους αγώνες του Απριλίου 1977 νίκησε τον Τακούρο με "AWASEWAZA" στον πρώτο γύρο. Στον δεύτερο γύρο κέρδισε τον Μιτσουγίσι Μοράϊ με "UDE-GATAME". Στον τρίτο γύρο νίκησε τον Κατσουχίρο Ίβάτα, έναν πολύ επικίνδυνο αντίπαλο. Στους προημιτελικούς νίκησε τον Τερούο Μασάκι, και τον Τσονοσούκε Τανάγκι στους ημιτελικούς.

Στους τελικούς είχε να αντιμετωπίσει τον πρωταθλητή Ίαπωνίας 1976 Έντο και παγκόσμιο 1975. Τό αποτέλεσμα από τεχνικής πλευράς ήταν ισόπαλο. Δέν σημειώθηκε πτώση αλλά ο Γιαμασίτα κέρδισε την απόφαση των διαιτητών λόγω μεγαλύτερης επιθετικότητας και πρωτοβουλίας.

Γεράσιμος Άρτινός



Ο Καβαχάρα, 6 ντάν, κέρδισε τον Νιγιιάμα, 5 ντάν, από ποινή τσοού του δεύτερου.

# έπίσκεψη Γερμανών τζουντόκα στην Αθήνα

# Besuch Deutscher Judoka in Athen

ΘΥΜΙΟΣ ΠΕΡΣΙΔΗΣ

ROBERT HEIL



Athen, den 2-8-1978

Robert Heil  
Blumenweg 9  
609 Rüsselsheim 7  
West Germany

Judo - Club - Rüsselsheim z. zt. bester  
Judo - Club in Deutschland,  
Deutscher Mannschaftsmeister,  
deutscher Jugendmannschaftsmeister,  
- weibliche Jugend -  
dazu kommen viele Einzeltitel.

Der Judo - Club - Rüsselsheim stellt eine ganze Reihe von Nationalkämpfern Jugend, Junioren und Senioren. Weiterhin zählt der Judo - Club - Rüsselsheim zu einem der größten Judo - vereine des Bundesrepublik Deutschland. Der JCR zählt 200 Mitglieder in der Karate - und 600 Mitglieder in der Judoabteilung.

Da es zur Zeit sehr schwer ist junge Menschen für hohe Sportliche Leistungen zu motivieren, bietet der JCR seinen jugendliche Spitzenkämpfern jedes Jahr im Sommer eine Reise ins Ausland. Diese Reisen werden seit 1960 durchgeführt. Neben sämtlichen Ländern in Europa und Süd - Ost - Europa weilte der Club bereits in einigen Ländern Afrikas und 6 mal in USA. Für das Jahr 1978 ist auf vielseitigem Wunsch der Jugend selbst Griechenland als Reiseziel auserwählt worden. Nicht zuletzt weil man in Deutschland mit den dort arbeitenden Griechen einen hervorragenden Kontakt pflegt.

Οι τρεις συνοδοί του γκρούπ των γερμανών εφήβων άθλητών. Άριστερά ο κ. Ρόμπερτ Χάιλ, 5 ντάν.

Αθήνα 2-8-78

Robert Heil  
Blumenweg 9  
609 Rüsselsheim 7  
West Germany

Ο σύλλογος Τζούντο της πόλεως Ρούσελ-σκάϊμ είναι ο καλύτερος σύλλογος Τζούντο σήμερα στην Γερμανία. Άνέδειξε έφετος την πρωταθλήτρια ομάδα ανδρών, την πρωταθλήτρια ομάδα εφήβων, την πρωταθλήτρια ομάδα νεανίδων.

Ο σύλλογός μας διοργανώνει μία πλήρη σειρά εθνικών αγώνων νέων, εφήβων και γυναικών. Επί πλέον θεωρείται σαν ένας από τους μεγαλύτερους συλλόγους τζούντο της Ομοσπονδιακής Γερμανίας. Άριθμεί 600 μέλη στο τμήμα τζούντο και 200 μέλη στο τμήμα καράτε.

Έπειδή αυτόν τον καιρό είναι πολύ δύσκολο νέοι άνθρωποι να επιδιώξουν υψηλές αθλητικές επιδόσεις ο σύλλογός μας προσφέρει κάθε καλοκαίρι στους αθλητές που διακρίνονται ένα ταξίδι στο έξωτερικό. Τά ταξίδια αυτά διοργανώνονται ήδη από τό 1960. Έκτός από τίς χώρες της Εύρώπης ή λέσχη μας ταξίδεψε ήδη σε μερικές χώρες της Άφρικης και 6 φορές στις Άνωμένες Πολιτείες. Για τό χρόνο 1978 διαλέξαμε σαν χώρα ταξιδιού μας την Ελλάδα από πολύπλευρο ενδιαφέρον των αθλητών μας, κι αυτό γιατί στην Γερμανία επιζητείται στενότερη έπαφή με τους εκεί έργαζόμενους Έλληνες.



Στιγμιότυπο από την προπόνηση των μικρών Γερμανών στο BUDOKAN.

Τόν Ιούλιο που μας πέρασε ήρθε στην Ελλάδα η ομάδα εφήβων (κάτω των 18 χρονών) του τζουντο της πόλεως Rüsselsheim της Δυτικής Γερμανίας μετά από πρόσκληση της σχολής Budokan.

Οι νεαροί αθλητές του τζουντο (περίπου είκοσι τέσσερις, με πράσινες, μπλέ και καφέ ζώνες) με επίσημο συνοδό τους τον κ. Ρόμπερτ Χάιλ, 5 ντάν, επαγγελματία προπονητή τζουντο και οργανωτή αγώνων, φιλοξενήθηκαν μερικές βραδιές στο Budokan, προπονήθηκαν έντατικά μεταξύ τους καθώς και με λίγους (λόγω διακοπών) Έλληνες τζουντόκα, και επισκέφθηκαν τις ελληνικές ακρογιαλιές.

Τό ταξίδι Γερμανία - Ελλάδα και οι τοπικές επισκέψεις στη χώρα μας έγιναν με τρία αυτοκίνητά τους, από τα όποια τα δύο τους τα είχε διαθέσει η δημοσπονδία τους και το ένα η αυτοκινητοβιομηχανία OPEL που έχει τις εγκαταστάσεις της στην πόλη τους.

Όπως επίσης μας είπαν, πολλοί από τους Έλληνες που εργάζονται στις βιομηχανίες της πόλεως τους κάνουν τζουντο στη λέσχη τους.

Μία άλλη γνωριμία με τους εφήβους επισκέπτες άρκοσε για να βγάλει κανείς άμεσως το συμπέρασμα πως αγαπούν το τζουντο και δεν το βλέπουν σαν διέξοδο της νεανικής τους όρμης, αλλά σαν διεθνές και ολυμπιακό άθλημα στο οποίο θέλουν να αναδειχθούν. Απόδειξη γι' αυτό είναι άλλωστε και η προσοχή και η ένιωση που τους δίνει η δημοσπονδία τους εκτός των άλλων και για την πραγματοποίηση τέτοιων εκπαιδευτικών ταξιδιών κάθε χρόνο από το 1960.

Έτσι, εκτός από την γνωριμία με άλλους εθνείς τζουντόκα, που μπορεί μετά από λίγα χρόνια να τους ξανασυναντήσουν πάνω στο τατάμι διεθνών αγώνων, πραγματοποιούν ένα από τα πιο όρατα χαρακτηριστικά του τζουντο: Τό ότι όλοι οι αθλητές του τζουντο εκπαιδεύονται πάνω σ' ένα τεράστιο διεθνές ντότζο.

Οι νεαροί λοιπόν αυτοί επισκέπτες μας αποτελούν ακόμα ένα παράδειγμα για μίμηση από τους Έλληνες συναδέλφους τους.

Im Juli dieses Jahres besuchte Griechenland nach Einladung der BUDOKAN - Schule die Judo - jugendmannschaft (Junge unter 18 Jahre alt) aus Rüsselsheim der Bundesrepublik Deutschland.

Die jungen Judokämpfer - fast 24 Personen mit grünen, blauen und braunen Gürteln mit ihrem offiziellen Begleiter Herrn Robert Heil, Judotrainer und Organisator des Besuches wurden von BUDOKAN - CLUB gastfreundlich aufgenommen. Bei ihrem Aufenthalt in Griechenland trainierten sie sich intensiv mit griechischen Judokämpfern und besuchten auch in ihrer Freizeit griechischen Küsten. Ihre Reise (Deutschland - Griechenland) machten sie mit drei Autos, die sie von ihrem Verein und von OPEL bekommen haben.

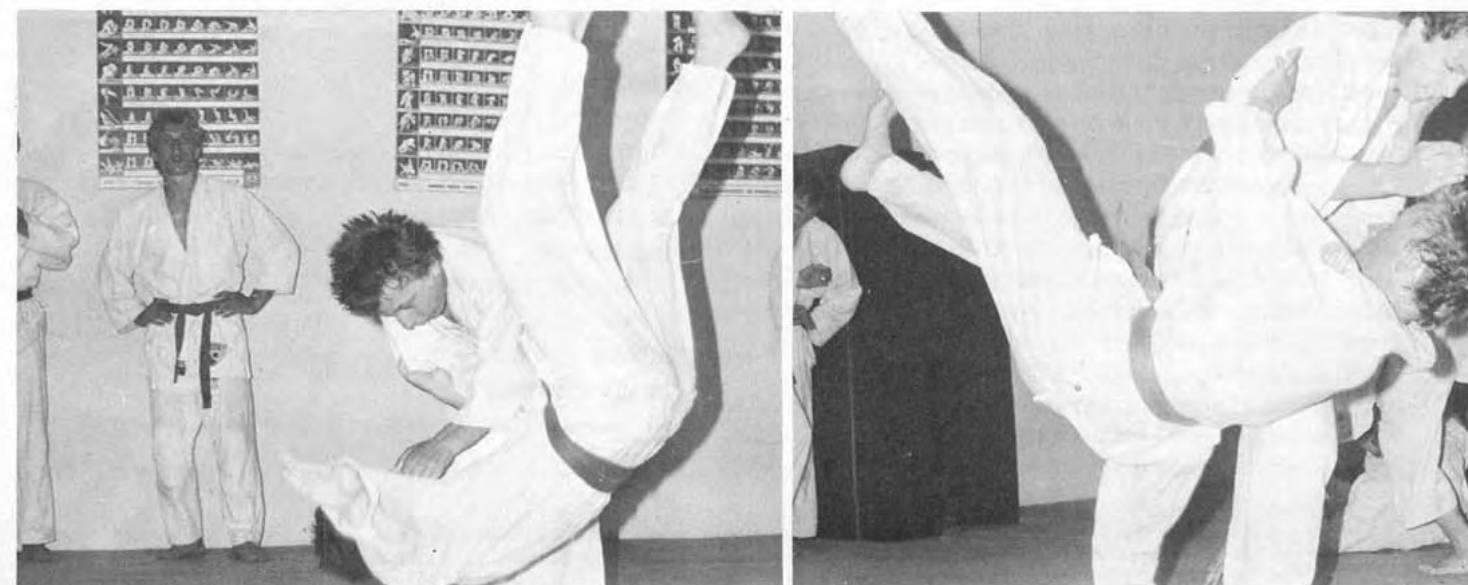
Die Bekanntschaft mit den Besuchern bestätigte uns, dass sie das Judo gern mögen und es für ein internationales - olympisches Spiel halten und nicht als einen Ausweg ihrer Jugendlichkeit. Ein Beweis dafür ist die Sorge und die Geldunterstützung ihres Vereins für die Verwirklichung je des Jahr Ausbildungsreisen ins Ausland. Ausser der Bekanntschaft mit ausländischen Judokämpfern, die man nach einigen Jahren auf dem tatami der internationalen Kämpfe treffen kann, erreicht man ein der besten Ziele des Judo: Alle Judokämpfer erziehen sich in einem grossen internationalen DOJO.

Unsere junge Besucher waren für uns in Griechenland ein sehr gutes Beispiel zur Nachahmung.



Ο ομάδα των γερμανών εφήβων αθλητών που επισκέφτηκε την Ελλάδα και προπονήθηκε στο BUDOKAN.

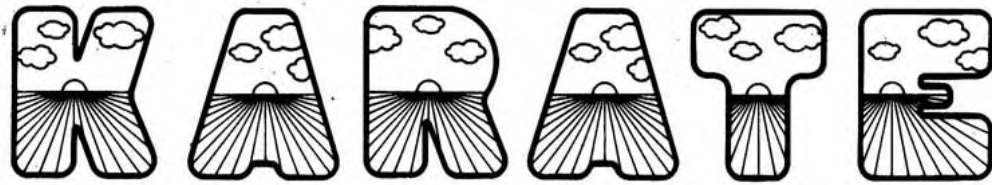
Οι γερμανοί ξηφοί σε εκτέλεση τεχνικών.



# μάθημα 7



Άπό τούς Yukio Hirakawa, Γιώργο Σανιώτη καί Θύμιο Περισίδη



## «Τό καλύτερο καράτε»

### 1 : Συνοπτική παρουσίαση

Φίλοι μας αναγνώστες

Γιά πρώτη φορά στην Έλλάδα δημοσιεύεται ή πιό καλογραμμένη σειρά βιβλίων καράτε στόν κόσμο: τό «Best Karate» τού Masatoshi Nakayama, 9 dan, πού ή έκδοτική εταιρεία «KODANSHA INTERNATIONAL, LTD.», (άποκλειστικά δικαιώματα © γιά όλο τόν κόσμο) μās έκανε τήν τιμή νά μās παραχωρήσει τά άποκλειστικά δικαιώματα γιά τήν έλληνική γλώσσα.

Η σειρά τών βιβλίων «Best Karate» άποτελείται άπό όκτώ τόμους καί είναι όπι πιό σύγχρονο μπορεί νά προσφερθεί στόν άπαιτητικό καρατέκα. Στην Ίαπωνία μόλις έχουν έκδοθει οι τρεις πρώτοι τόμοι καί βρίσκονται υπό παραγωγή οι υπόλοιποι. Συγχρόνως γίνεται μετάφραση καί έκδοση τού έργου σέ περισσότερες άπό δέκα γλώσσες σέ όλο τόν κόσμο.

Τή μετάφραση στην έλληνική γλώσσα μέ τίτλο «Τό καλύτερο καράτε» θά παρουσιάσει άπό τίς σελίδες αύτου τού περιοδικού ό Θύμιος Περισίδης (άποκλειστικά δικαιώματα © γιά τήν έλληνική γλώσσα) καί τήν επίβλεψη τής μεταφράσεως θά κάνουν ό Γιώργος Σανιώτης, 2 dan στό Shotokan Karate, καθηγητής Σωματικής Άγωγής, καί ό Yukio Hirakawa (Γιούκιο Χιρακάουα), 3 dan στό Shotokan Karate.

Παρουσιάζουμε, λοιπόν, τό πρώτο βιβλίο τής σειράς πού άποτελεί μία «Συνοπτική Παρουσίαση» τού καράτε μέ σκοπό νά συνεχίσουμε μέ τά έπόμενα τής σειράς πού έμβαθύνουν στις βασικές τεχνικές, στις τεχνικές άγώνων, στά κάτα, κτλ.

Άπό τόν Masatoshi Nakayama, 9 dan

«Άφιερωμένο στόν δάσκαλό μου GICHIN FUNAKOSHI»

### Περιεχόμενα

#### Εισαγωγή Βασικά

Τά φυσικά όπλα: Οι χρήσεις τών χεριών καί τών ποδιών, οι στάσεις, οι βηματισμοί, άσκήσεις γυμναστικής:

#### Θεμελιώδεις άρχές

#### Προπόνηση

Βασικές τεχνικές: Τεχνικές χεριών, τεχνικές ποδιών.

#### Kata

#### Kumite

#### Karate-dō

Ίστορία, άγώνες, makiwara, ζωτικά σημεϊα

#### Λεξιλόγιο

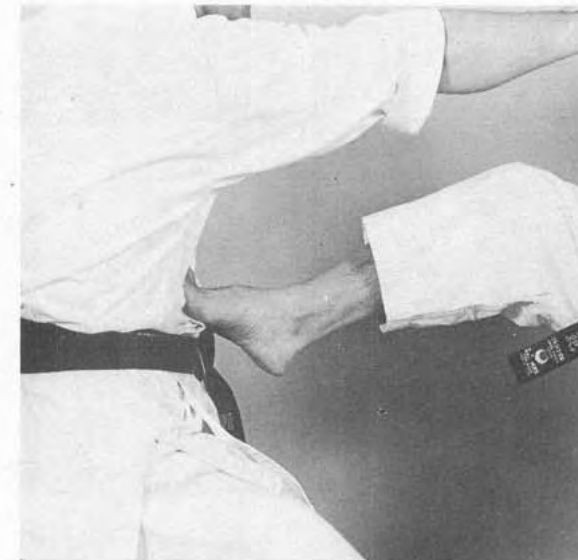
## Τό καλύτερο καράτε – 1. Συνοπτική παρουσίαση

### Βασικά

#### Η ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΠΟΔΙΩΝ



Koshi (κόσι)



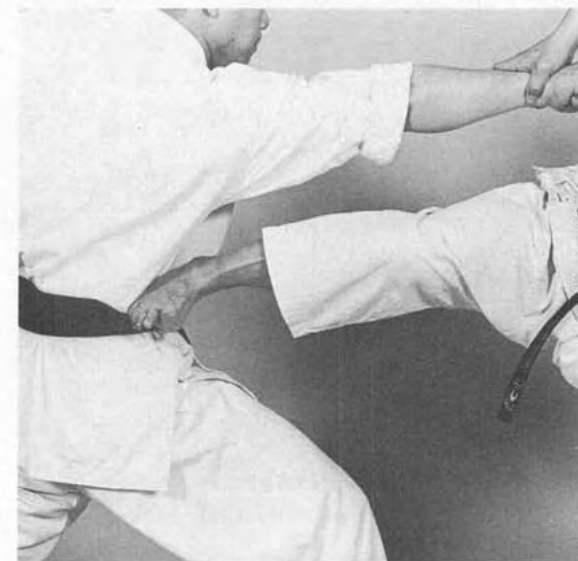
«Μπάλλα» τού πέλματος

Γυρίζω τά δάχτυλα όσο μπορώ πρós τά πάνω, καί διατηρώ τεντωμένες τίς άρθρώσεις τών δαχτύλων καί τόν αστράγαλο. Τό λάκτισμα κατευθύνεται στό σαγόνι, τό σπῆθος, τό στομάχι, τή βουβωνική χώρα κτλ.

Λέγεται καί jōsokutei (τζσοσοκουτέι=έγειρόμενο πέλμα).



Sokutō (σοκούτοο)

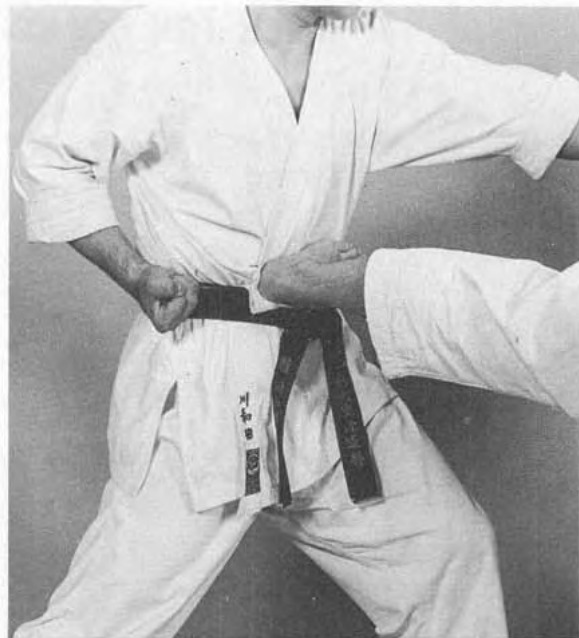


Κόψη πέλματος

Μέ τά δάχτυλα λυγισμένα πρós τά πάνω καί τόν αστράγαλο γυρισμένο τελείως πρós τά μέσα, τό έξωτερικό χείλος τού πέλματος χρησιμοποιείται γιά τό πλάγιο λάκτισμα.

## Τό καλύτερο καράτε – 1. Συνοπτική παρουσίαση

βασικά



Κακато (κακάτο)



Φτέρνα

Ἡ φτέρνα χρησιμεύει σέ λακτίσματα πρὸς τὰ πίσω.  
Λέγεται ἐπίσης καί enshō (ένσοο=στρογγυλό τῆς φτέρνας)



Haϊσόκου (χαϊσόκου)



Ταρῶς (κουτουπιέ)

Μέ σφιχτό τόν ἀστράγαλο γυρίζω τὰ δάχτυλα καί τό πέλμα ὅλο  
πρὸς τὰ κάτω. Ὁ ταρῶς χρησιμοποιεῖται κυρίως γιά λακτίσματα στή  
βουβωνική χώρα.

## Τό καλύτερο καράτε – 1. Συνοπτική παρουσίαση

βασικά



Τsumasaki (τσουμασάκι)

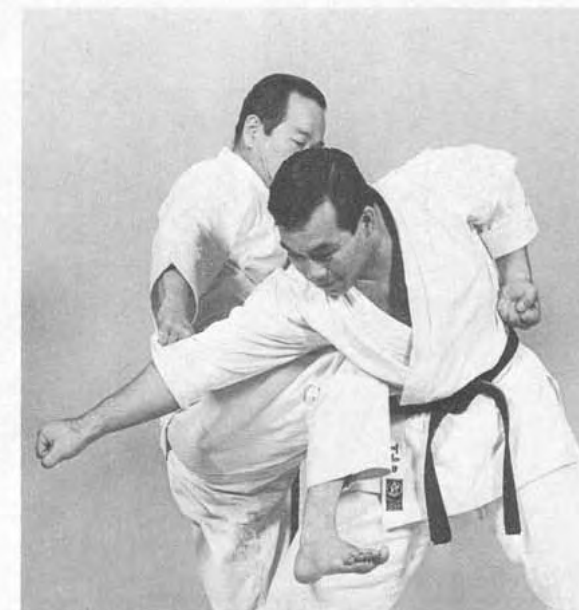


Ἄκρα δαχτύλων

Σφίγγω μεταξύ τους τὰ δάχτυλά μου καί λακτίζω μέ τίς ἄκρες  
τους. Χρησιμοποιῶ τήν τεχνική κυρίως γιά στήθος καί στομάχι.



Hizagashira (χιζαγκασίρα)



Γόνατο

Ὅπως καί γιά τόν ἀγκώνα, τό γόνατο εἶναι πολύ χρήσιμο ὅταν ὁ  
ἀντίπαλος εἶναι πολύ κοντά. Στόχοι εἶναι ἡ βουβωνική χώρα, τὰ  
πλευρά καί οἱ μῆροί.

Τό «ὄπλο» εἶναι γνωστό καί ὡς shittsui (γόνατο-σφυρί).

**ΣΤΑΣΕΙΣ**

Ἡ ἀπόκτηση μιᾶς σωστῆς καὶ σταθερῆς στάσεως στὶς τεχνικές μας ἀποτελεῖ βασικό στοιχεῖο γιὰ νὰ τίς βελτιώσουμε.

Ὅταν λέω *στάση*, ἐννοῶ τὴ θέση ποὺ παίρνει τὸ κάτω μέρος τοῦ σώματός μου. Γιὰ νὰ εἶναι οἱ τεχνικές μου γρήγορες καὶ ἀκριβεῖς, ἐπιδέξιες καὶ ἰσχυρές, ἡ στάση μου πρέπει νὰ εἶναι δυνατὴ καὶ σταθερὴ.

Θὰ πρέπει νὰ κρατῶ πάντα τὸ πάνω μέρος τοῦ σώματος κατακόρυφο καὶ τοὺς γοφούς στὸ ἴδιο ἐπίπεδο. Οἱ ἀρθρώσεις μου δὲν πρέπει νὰ εἶναι ὑπερβολικά σφιγμένες. Δέν πρέπει νὰ χρησιμοποιῶ περισσότερη ἐνταση, ἀπ' ὅση χρειάζεται στὴν ἐκτέλεση τῆς τεχνικῆς, καὶ εἶναι προτιμότερο ἡ στάση νὰ εἶναι χαλαρὴ καὶ ἐλαστικὴ.

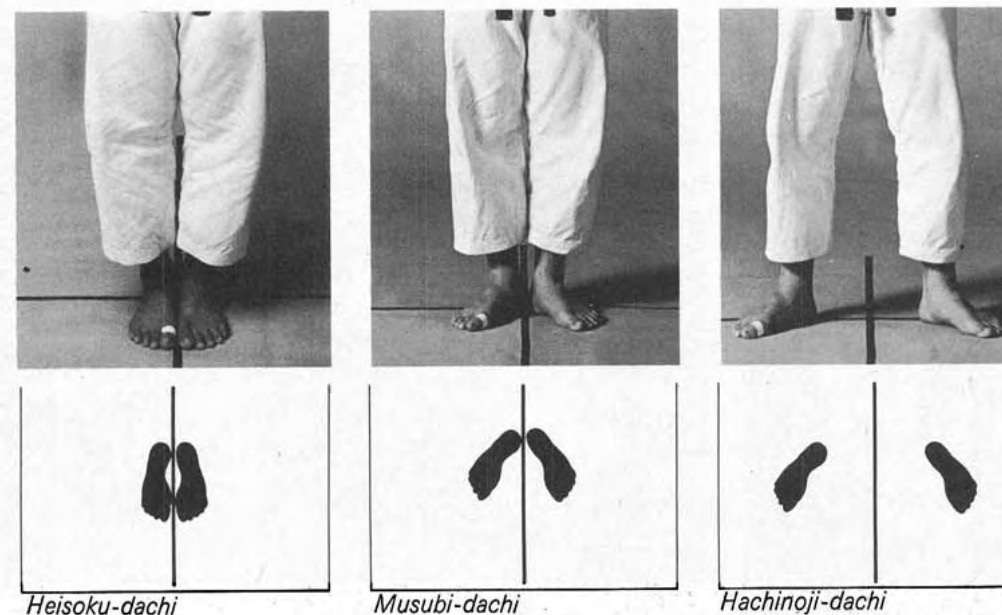


Shizen-tai (σίζεν-τάϊ)

Φυσικὴ στάση

Στὴ φυσικὴ στάση, τὸ σῶμα εἶναι χαλαρὸ ἀλλὰ πανέτοιμο νὰ ἀντιμετωπίσει μὲ ἐπιτυχία κάθε κατάσταση. Τὰ γόνατα πρέπει νὰ εἶναι χαλαρά καὶ εὐκαμπτα, ὥστε νὰ μπορῶ νὰ μετακινουῦμαι ταχύτατα σὲ στάση ἀμύνης ἢ ἐπιθέσεως.

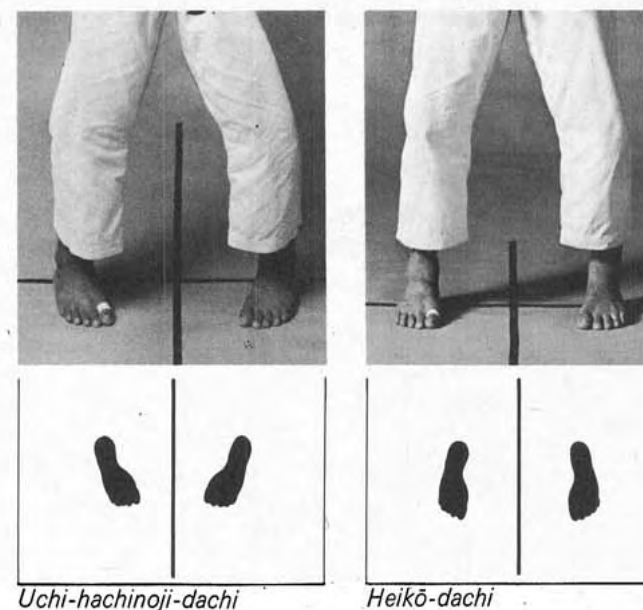
Ἡ στάση τῶν ποδιῶν ποικίλει στὶς διάφορες μορφές τῆς φυσικῆς στάσεως, ἀλλὰ ἡ ἀρχὴ τῆς «ἀγρυπνῆς χαλαρότητας» παραμένει ἡ ἴδια.



Heisoku-dachi

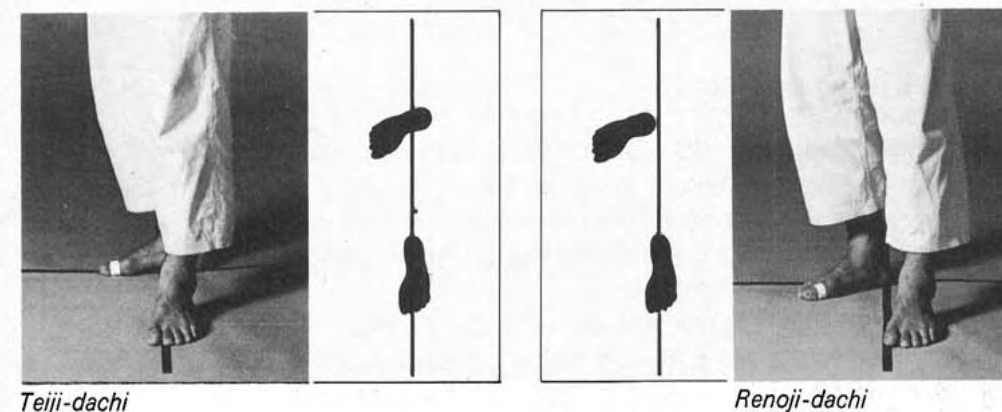
Musubi-dachi

Hachinoji-dachi



Uchi-hachinoji-dachi

Heikō-dachi

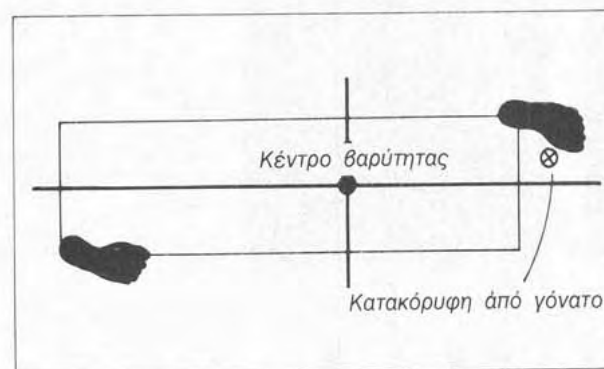
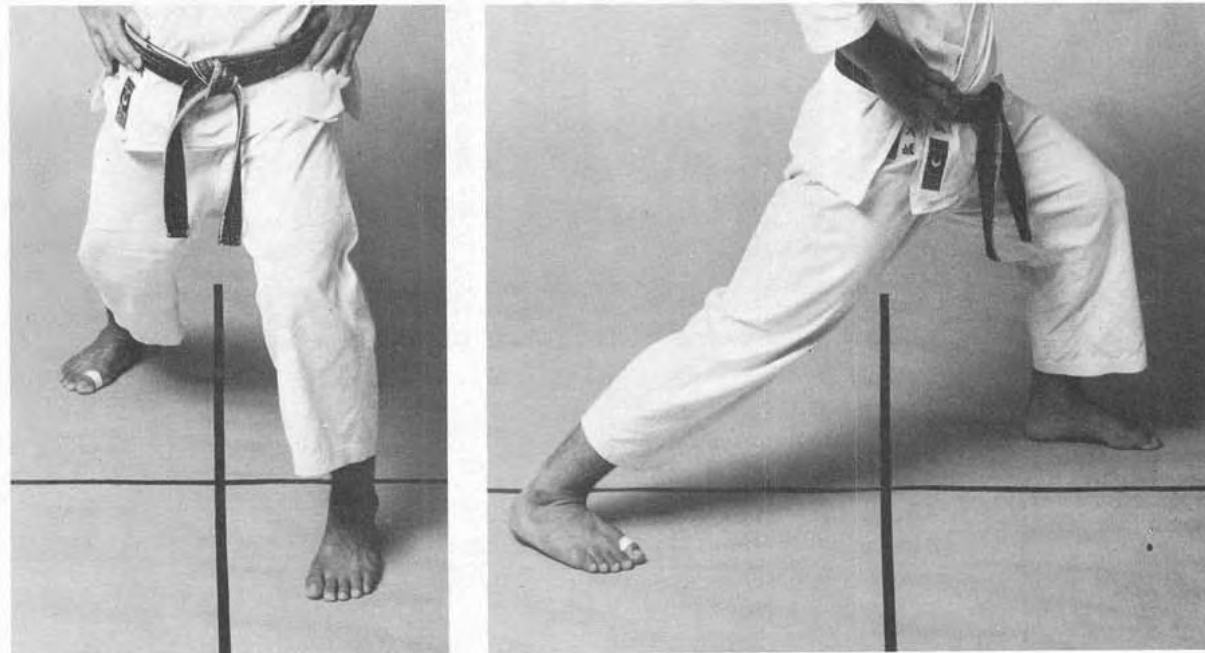


Teiji-dachi

Renoji-dachi

## Τό καλύτερο καράτε – 1. Συνοπτική παρουσίαση

### Βασικά



#### Zenkutsu-dachi (ζενκούτσου-ντάτσι)

#### Μπροστινή στάση

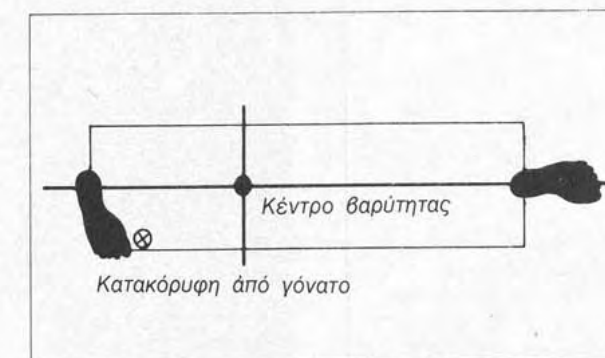
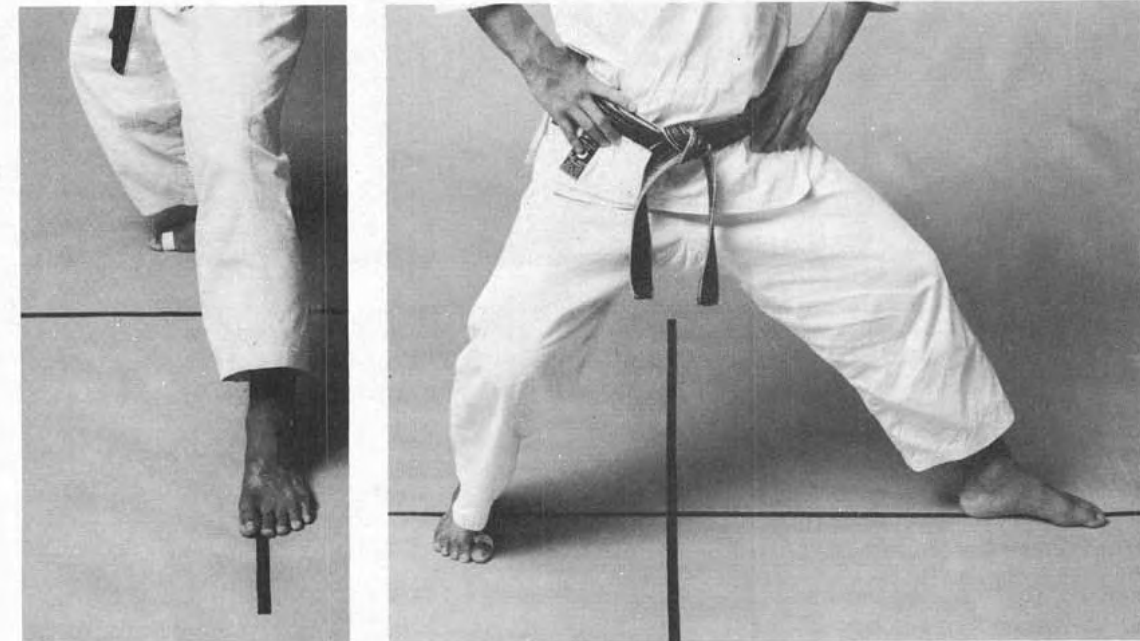
Τό πίσω πόδι είναι ίσιο και τό μπροστά λυγισμένο ώστε τό γόνατο νά είναι ακριβώς πάνω από τό πέλμα και οι γοφοί χαμηλωμένοι. Κρατώ τήν πλάτη κατακόρυφη ακριβώς πάνω από τούς γοφούς. Τό πρόσωπο εύθεια μπροστά. Τό βάρος μου μοιράζεται στά πόδια μου μέ αναλογία 6 (έμπρός) πρὸς 4 (πίσω).

Στήν παραλλαγή hanmi (χάνμι=πλάγια) αὐτῆς τῆς στάσεως, ὁ κορμός κλίνει 45° ὡς πρὸς τήν εύθεια κατεύθυνση, ἐνῶ τό κεφάλι παραμένει πρὸς τά ἔμπρός.

Εἶναι μιά δυνατή στάση γιά μετωπικές ἐπιθέσεις.

## Τό καλύτερο καράτε – 1. Συνοπτική παρουσίαση

### Βασικά



#### Kokutsu-dachi (κοοκούτσου-ντάτσι)

#### Πισινή στάση

Πατάω γερά τά πόδια μέ τρόπο ὡστε τό πίσω νά είναι λυγισμένο και τό ἔμπρός νά προβάλλει ἐλαφρά μπροστά. Κρατώ τούς γοφούς χαμηλωμένους και τήν πλάτη σέ πλάγια στάση. Μοιράζω τό βάρος μου μπρός-πίσω στά πόδια μέ αναλογία 3 πρὸς 7.

Ἡ στάση αὐτή εἶναι ἀποτελεσματική σέ ἀποκρούσεις ἐπιθέσεων ἀπό μπροστά.

Συνέχεια στό ἐπόμενο

# ή σχολή judo-karate Budokan



Στή φωτογραφία πέντε από τὰ μέλη τῆς ἐπιτροπῆς ἐξετάσεων μαζί με τόν 'Ιωάννη Βερώνη. Ἀπό δεξιά οἱ κ.κ. KEIJI SHIBAYAMA, TOSHIRO DAIGO, TELJO KAWAMURA, YOSHIZO MATSUMOTO καί ICHIRO ABE, ὅλοι κάτοχοι 8 DAN στό τζούντο καί ἀπό τὰ διοικητικά στελέχη τοῦ KODOKAN.

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΙΣ

Ἡ Σχολή BUDOKAN ἀνακοινεῖ τήν ἑναρξη τῶν μαθημάτων τζούντο τῆς ἐφετεινῆς περιόδου καί τήν εὐχάριστη εἶδηση τῆς παρουσίας τοῦ νέου δασκάλου στό τζούντο κ. SOHEI OUCHIDA, κατόχου 5 DAN KODOKAN ὁ ὁποῖος ἤδη διδάσκει ἀπό τόν Αὐγουστο. Λειτουργοῦν τμήματα ἀνδρικό, γυναικείο καί παιδικά ἀπό ἡλικίας 5 ἐτῶν καί ἰδιαίτερα ἀτομικά καί ὁμαδικά.

Ὁ 'Ιωάννης Βερώνης μᾶς πληροφορεῖ ἀπό τό πρόσφατο ταξίδι του στήν Ἰαπωνία.

Τό ταξίδι αὐτό τό ἔκανα γιά νά ἔλθω σέ ἐπαφή με τούς παράγοντες τοῦ KODOKAN καί J.K.A. SHOTOKAN γιά ἐνημέρωση καί ὁδηγίες χρήσιμες γιά τήν ὀργάνωση τῶν ἀθλημάτων αὐτῶν στήν Ἑλλάδα, ἐπίσης γιά νά παρακολουθήσω τό ἐτήσιο Πανιαπωνικό Πρωτάθλημα JUDO καί KARATE καί ἄλλες ἐκδηλώσεις γύρω ἀπό τῆς πολεμικές ἰαπωνικές τέχνες οἱ ὁποῖες λαμβάνουν χώραν τήν ἄνοιξη.

Στό ταξίδι αὐτό καί κατά τήν διάρκεια τῆς παραμονῆς μου, κατόπιν ἐξετάσεων ἀπό ἑξαμελῆ ἐπιτροπή τοῦ KODOKAN ἀπαριζομένη ἀπό 9 καί 8 DAN ἔλαβα τό 4ο DAN τήν 25 Μαΐου 1978 καί τήν ιδιότητα τοῦ καθηγητοῦ, SENSEI.

Ἐπίσης παρακολούθησα εἰδικά σεμινάρια διδασκαλίας καί διαίτησας ἀγώνων.

Ἡ Σχολή BUDOKAN πάντα πρώτη ἀπό τό 1971 στήν προσπάθεια νά διαδώσῃ καί στήν Ἑλλάδα τῆς Ἰαπωνικές πολεμικές τέχνες, προσκαλεῖ συνεχῶς ἰάπωνες διακεκριμένους καθηγητές τοῦ JUDO καί τοῦ KARATE μέ σκοπό τήν ἐξύψωση τῶν ἀθλημάτων.

Τήν Σχολή διευθύνει ὁ Ι. Βερώνης 4 DAN JUDO καί 3 DAN KARATE, Σεβαστουπόλεως 133 ὄπισθεν ΦΛΟΚΑ. Ἀμπελόκηποι. Πληροφορίες στό τηλ. 6921723 ἀπό 10-13 π.μ. καί 16-22 μ.μ. Ἐγγραφαί στό JUDO καί στό KARATE καθημερινῶς.

Ὁ σενσέι Σοχέι Οὐτσίντα, 5 ντάν ἀπό τό KODOKAN.



Ἀπό τόν Χρήστο Μπουλούμπαση

## HIRONORI OHTSUKA

Ὁ καθηγητής Χιρονόρι 'Οτσούκα γεννήθηκε τό 1892 στό Ἰμπαράγκι τῆς Ἰαπωνίας καί ἀρχισε νά ἐκπαιδεύεται ἀπό 6 χρονῶν στό Σίντο Γιδσιν-Ρύου Ζίου-Ζίτσου, ὅπου καί ἐγινε αὐθεντία τελικά. Παράλληλα ἐκπαιδεύταν καί στό ἀρχικά γνωστό σάν ὀκινάουα-καράτε ὡς μαθητής τοῦ Γκιτσίν Φουναόσι, πού ἦταν ἕνας ἀπό τούς λίγους ἀληθινούς MASTER τοῦ καράτε ἐκείνη τήν ἐποχή.

Συνδυάζοντας τῆς βαθειῆς γνώσεις του ἀπό τῆς δύο αὐτές μεγαλύτερες τέχνες μαζί με τῆς ἐκτεταμένες γνώσεις του σχετικά με τῆς πολεμικές τέχνες, ὁ καθηγητής Χ. 'Οτσούκα δαπάνησε ἀρκετά χρόνια δημιουργώντας, μελετώντας καί ἀναπτύσσοντας τῆς τεχνικές τοῦ μοντέρνου καράτε Γουάντο-Ρύου πού εἶναι ἀπό τὰ πιό διαδεδομένα στυλ καράτε στήν Ἰαπωνία καί σ' ὅλο τόν κόσμο.

Γιά τῆς ὑπηρεσίες του στά σπόρ καί γιά τήν τιμή ὡς ἡ μεγαλύτερη αὐθεντία τοῦ καράτε στήν Ἰαπωνία, ὁ Χ. 'Οτσούκα τιμήθηκε πρόσφατα με τό μετάλλιο τοῦ SHIJU HOOSHO ἀπό τήν Ἰαπωνική Κυβέρνηση (ὁ μόνος ἄνθρωπος τοῦ καράτε πού τιμήθηκε τόσο πολύ).

Σήμερα ὁ καθηγητής Χιρονόρι 'Οτσούκα εἶναι ὁ ἀναντικατάστατος πρόεδρος τῆς ALL JAPAN KARATE FEDERATION καί εἶναι ὁ κορυφαῖος δάσκαλος στήν Ἰαπωνία.

Ὁ Καθηγητής Χιρονόρι 'Οτσούκα, πρόεδρος τοῦ Συμβουλίου τῆς Πανιαπωνικῆς Ὀμοσπονδίας Καράτε καί ἰδρυτής τοῦ Γουάντο-ρϋου ἀποκρούει καί ἐπιτίθεται σέ ἐπιθέσεις τῶν Σουζούκι καί Φούτζι (πρωταθλητῶν 1962) σέ ἐπίδειξη στήν Ἀγγλία τό 1968.



# Hironori Ohtsuka καί Tatsuo Suzuki

## TATSUO SUZUKI

Ὁ καθηγητής Τατσούο Σουζούκι γεννήθηκε στήν Γι κοχάμα τό 1928 καί ἀρχισε νά ἐνδιαφέρεται γιά τό καράτε σέ ἡλικία 14 χρονῶν. Διδάχτηκε ἀπό τόν καθηγητή Χιρονόρι 'Οτσούκα καί τὰ πράγματα δείχνουν πῶς εἶναι ὁ πιθανότερος διάδοχός του.

Μέσα σέ 6 χρόνια ἀπό τότε πού ἀρχισε νά σπουδάζει τό καράτε, ὁ καθηγητής Τ. Σουζούκι τιμήθηκε με τό τρίτο ντάν, καί τό 1951 τοῦ ἀπνευμήθη ὁ μεγαλύτερος βαθμός τότε στό Γουάντο-Ρύου καράτε, τό πέμπτο ντάν, γιά τό ἔξέχον τοῦ χαρακτήρα του καί τῆς ἱκανότητές του. Ἐκτός ἀπό τήν ἐμβάθυνση στήν τέχνη τοῦ Γουάντο-Ρύου καράτε ἔχει 2 ντάν στό Τένσιν Κορύου Βο-ζίτσου καί 1 ντάν στό Τζούντο. Ἐχει ἐπίσης μελετήσει τό φιλοσοφικό δόγμα τοῦ Ζέν με δασκάλους τούς μεγαλύτερους ἱερεῖς, τόν Γκένπο Γιαμαμότο καί τόν Σόγκεν Νακαγιαμά.

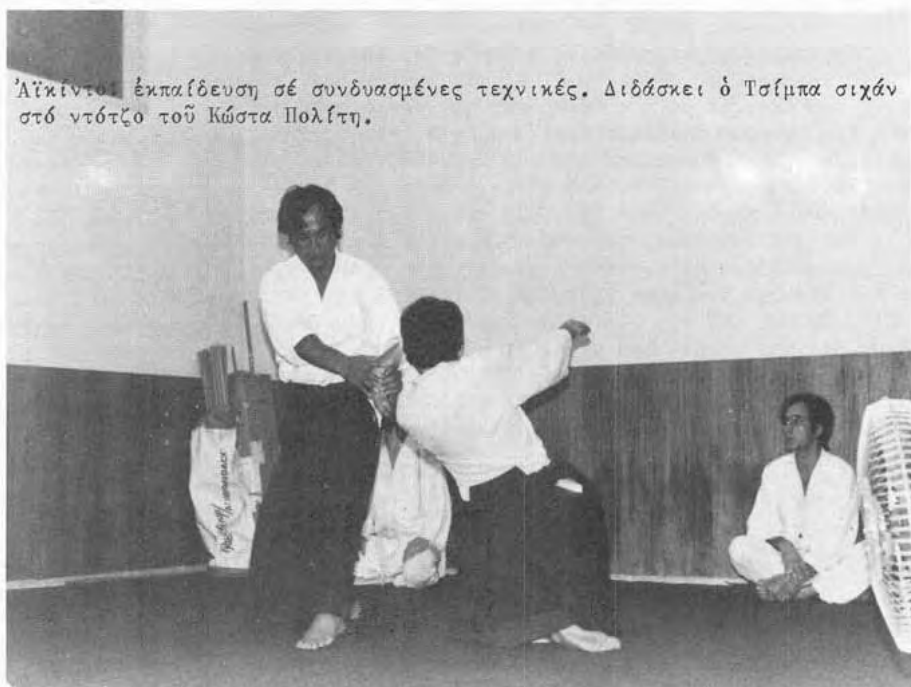
Σήμερα ὁ καθηγητής Τ. Σουζούκι ἔχει 8 ντάν στό Γουάντο-Ρύου, τόν μεγαλύτερο βαθμό πού δόθηκε ἀπό τήν ZEN NIPPON KARATE RENMEI (ALL JAPAN KARATE FEDERATION). Πρὸς τό παρόν διευθύνει τόν κλάδο Εὐρώπης τοῦ Γουάντο-Ρύου καί εἶναι γενικός ἀντιπρόσωπος τῶν RENMEI'S.



Άπό τόν Κώστα Πολίτη



# νέα του 'Αϊκίντο



Άϊκίντο: έκπαίδευση σέ συνδυασμένες τεχνικές. Διδάσκει ό Τσίμπα σιχάν στό ντότζο του Κώστα Πολίτη.

## NEA TOY AIKIDO

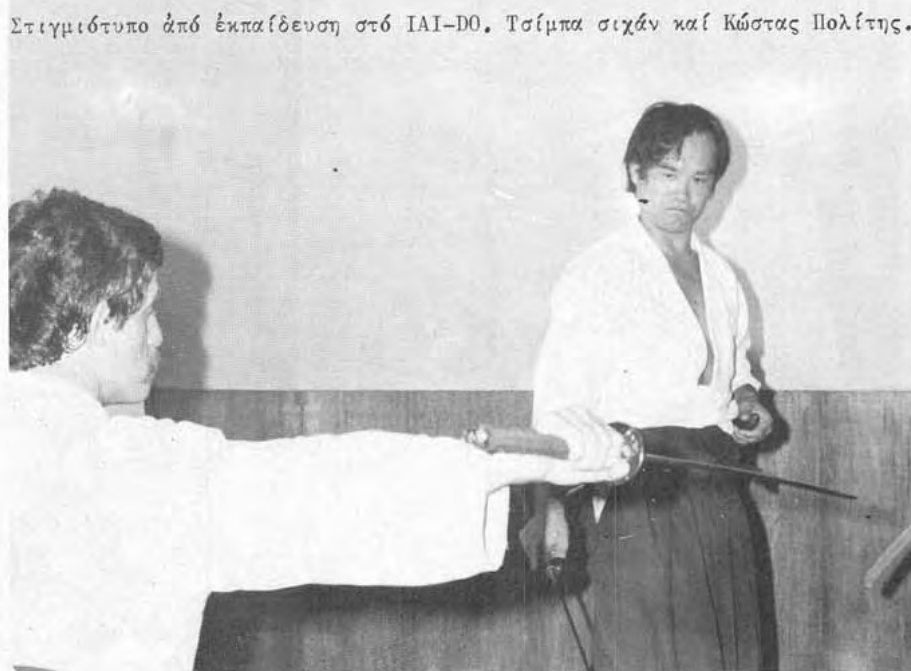
Στίς 18 'Ιουλίου ήλθε στην 'Αθήνα διά τρίτη φορά ό KAZUO CHIBA, SHIHAN, 7ον DAN.

Ό K. CHIBA SHIHAN είναι ό τεχνικός Σύμβουλος του GREEK AIKIDO FEDERATION ως επίσης και του BRITISH AIKIDO FEDERATION.

Ό K. CHIBA SHIHAN υπήρξε οικότροφος μαθητής του ιδρυτή του AIKIDO, O-SENSEI MORIHEI UESHIBA. Άρχισε AIKIDO στην ηλικία των 18 ετών και μέσα σε 9 μήνες πήρε τό 1ον DAN. Μέσα σε 4 χρόνια ήταν ήδη 4ον DAN. Όπως λέει ό ίδιος οί οικότροφοι μαθηταί έξασκοούντο 8-10 ώρες την ημέρα, και καλλιεργούσαν επίσης τό κτήμα όπου έμεναν. Επίσης έκαναν και τίς δουλειές του σπιτιού, και άρκετά χρόνια άργότερα είπε ότι όταν σκούπιζε προσπαθούσε νά κάνει τά πάντα μέ KI (πνευματική δύναμη) και τό όποϊον ήταν πολύ καλή έξάσκηση, για νά αίσθανθή την βρώμα.

Έναν χρόνο από την μαθητεία του κοντά στον O-SENSEI τον πέρασε οικότροφος σε μοναστήρι, όπου σπούδασε ZEN και φιλοσοφία.

Σέ ηλικία 26 ετών, κατόπιν, παρακλήσεως του O-SENSEI πήγε στην Άγγλία για νά διδάξη και νά διδάσσει τό AIKIDO. Τά πρώτα του χρόνια ήταν άρκετά δύσκολα, αλλά ή έπιμονή του, ό χαρακτήρας του και ή άκλόνητη πίστη του για τό AIKIDO βοήθησαν νά ξεπεραστούν άμέτρητα εμπόδια.



Στιγμιότυπο από έκπαίδευση στο IAI-DO. Τσίμπα σιχάν και Κώστας Πολίτης.

Όταν τον Άπρλιο του 1976 έπέστρεψε στο TOKYO, είχε δημιουργήση στην Άγγλία μία δυνατή Όμοσπονδία: τό BRITISH AIKIDO FEDERATION (AIKIKAI OF GREAT BRITAIN), που άπαριθμεί σήμερα πάνω από 2.500 μέλη και δεκάδες λέσχες AIKIDO. Στην θέση του άφισε τον MINORU KANETSUKA SENSEI, 4ον DAN.

Στό TOKYO υπήρξε ό δημιουργός της ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ AIKIDO (INTERNATIONAL AIKIDO FEDERATION) όπου κατέχει την θέση του Γραμματέως του Διεθνούς τμήματος της Όμοσπονδίας. Διδάσκει επίσης καθημερινώς στο HOMBURU DOJO (Άρχηγείο του AIKIDO) στο TOKYO.

Στην Άθήνα διδάξε καθημερινώς στην λέσχη του K. POLIITH (ATHENS AIKIDO HOMBURU DOJO) από τίς 19-23 'Ιουλίου. Μεγάλη έμφαση έδώθη στις βασικές τεχνικές του AIKIDO και στην σχέση των βασικών τεχνικών μέ τό AIKI-KEN (τέχνη του σπαθιού του AIKIDO).

Ό K. CHIBA SHIHAN έδιδάχθη τό AIKI-KEN από τον O-SENSEI.

Οί ζωντανές άναμνήσεις του για τον O-SENSEI έδιναν τό παρόν όταν μās διδάσκει και μās έξηγουσε αυτά που τούς έλεγε ό O-SENSEI. 'Η τελειότητα και ή χαλαρότης των κινήσεων στις βασικές τεχνικές του AIKIDO ήταν τό θέμα που άνέπτυξε περισσότερο.

Την τελευταία ήμέρα έγιναν έξετάσεις και άπνευμήθη στον κ. Ε. ΔΗΜΑ τό 3ον KYU και στους κ.κ. Σ. ΠΟΛΥΧΡΟΝΙΑΔΗ και Α. ΜΟΥΣΟΥΤΖΑΝΗ τό 5ον KYU.

Ό K. CHIBA SHIHAN θά έλθη στην Έλλάδα πάλι τό έπόμενο καλοκαίρι.

Άπό την Άθήνα ό K. CHIBA SHIHAN πήγε στην Άγγλία και από εκεί στην Χονολουλού (XABAH) όπου έγινε τό 2ον Παγκόσμιο Συνέδριο του AIKIDO (9-13 Αύγουστου) υπό την αιγίδα της Διεθνούς Όμοσπονδίας AIKIDO (INTERNATIONAL AIKIDO FEDERATION). Για τό Συνέδριο αυτό θά άναφερθούμε σε άλλο τεύχος.

Στίς 26 Σεπτεμβρίου θά έλθη στην Άθήνα όπου και θά παραμείνει μέχρι τίς 3 'Οκτωβρίου ό MINORU KANETSUKA SENSEI, 4ον DAN, Τεχνικός Διευθυντής του GREEK AIKIDO FEDERATION και του BRITISH AIKIDO FEDERATION. Ό M. KANETSUKA SENSEI θά διδάξει AIKIDO καθημερινώς στην λέσχη ATHENS AIKIDO HOMBURU DOJO, Νυμφαίου 30 'Ιλίσια.

Οί προπονήσεις θά είναι από τίς 7.30-10.00 τό βράδυ. Όσοι θέλουν νά παρακολουθήσουν είναι εύπρόσδεκτοι, μέ την προϋπόθεση ότι θά σεβασθούν τούς κανονισμούς της λέσχης.

Κώστας Πολίτης



Στιγμιότυπο από έκπαίδευση στο IAI-DO. Τσίμπα σιχάν και Κώστας Πολίτης.

Άσκηση στο σπαθί στο ντότζο του Κώστα Πολίτη. Διδάσκει ό Τσίμπα σιχάν.



# Από τό ημερολόγιο ένός κατατέκα



Από τόν Μάριο Κοντοζή

Συνέχεια 5η:

## ΨΑΧΝΟΝΤΑΣ ΝΑ ΒΡΩ ΚΑΡΑΤΕ

Στό διάστημα πού προχωρούσα στις προπονήσεις μου στό KENDO και στό IAI-DO, μέ έτρωγε ή άγωνία πότε θά άρχισω Καράτε. Όπως άνέφερα και στό προηγούμενα γραμμένα μου, υπάρχουν πάρα πολλά Ντότζο γιά καράτε στην 'Ιαπωνία και πάρα πολλά στόλ. Έγώ προσπαθούσα νά βρω KARATE SOTOKAN J.K.A. "Όχι ότι δέν ύπήρχε! Ύπήρχε αλλά οι προπονήσεις ήταν βράδυ και έγώ και ο Νίκος τά βράδια δουλεύαμε γιά νά άνταπεξέλθουμε στό έξοδό μας, γιατί ή ζωή στην 'Ιαπωνία είναι τρομερά άκριβή. Δέν μπορεί νά φανταστεί Εύρωπαίος την άκρίβεια στην 'Ιαπωνία παρά μόνο άν έλθει έδω και μείνει άρκετό διάστημα. Κάθε χρόνο και άκριβαίνει περισσότερο. Έτσι, λοιπόν, ήθελα νά βρω ένα Ντότζο νά προπονούμαι πρωίνες ώρες. Αυτό είναι: κάτι πολύ δύσκολο στην 'Ιαπωνία, γιατί έντός του JUDO και του KENDO, πού υπάρχουν Ντότζο στό Τέμπλα, γυμνάσια, πανεπιστήμια, αστυνομικά τμήματα, Ντότζο καράτε δέν λειτουργούν παρά μόνο τό άπόγευμα γιατί δέν είναι επαγγελματικά. Οί ιδιοκτήτες τους έχουν τίσ δουλειές τους. Τελειώνοντας αυτές προπονούνται στό Καράτε. Έτσι οι ζεστές και βροχερές μέρες του καλοκαιριού μ'έβρισκαν νά τριγυρίζω σέ πανεπιστήμια όπου υπάρχουν Κλάμπς διάφορα και μεταξύ αυτών μερικά έχουν και Καράτε.

## ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟ ΚΑΡΑΤΕ ...

Από έναν 'Ιάπωνα καθηγητή του "NANZA", Αγγλόφωνου Πανεπιστημίου της Ναγκόγιας, πήρα την πληροφορία ότι: σ' αυτό, διδασκάνταν τό στόλ SHOTOKAN, από έναν φοιτητή 'Ιάπωνα. Τό ΚΛΑΜΠ του Πανεπιστημίου αυτού (στό ΚΑΡΑΤΕ) ήταν σχετικά μικρό.

Πήγα εκεί μέ λαχτάρα, και θέλησα νά προπονηθώ μαζί τους. Δίδασκε πραγματικά ένας φοιτητής πού είχε 3 ντάν. Δέν έχω λόγια γιά νά δώσω την περιγραφή του. Θά άρκεστώ νά πω ότι ήταν όπως λέμε στην πατρίδα, "φύσημα και κάτω". Άδύνατος και κοντός κοκκαλιάρης, άκρόμη μου μένει τό έρωτηματικό πού έβρισκε τόση άντοχη νά προπονητεί τόσο έντατικά. Νόμιζα ότι από στιγμή σέ στιγμή θά σωριαζόταν κάτω.

Δέν μπόρεσα τελικά νά καθίσω σ' αυτό τό κλάμπ. Τό στόλ διέφερε τρομερά από αυτό πού είχα διδαχτεί, άν και δέν έπαυε νάναι ΚΑΡΑΤΕ. Έκείνο πού μ'έκανε νά μήν μπορέσω νά "καθίσω" στό "NANZA", ήταν ή σκληρότητα της προπονήσεως!!! 'Η τελειότητα της πειθαρχίας των φοιτητών!! (τελειότητα πειθαρχίας πολύ καλύτερης από όποιουδήποτε στρατού, πράγμα γιά τό όποιο φημίζονται οι 'Ιάπωνες φοιτητές). 'Η τέλεια ύπακοή πρós τόν άνώτερο (ΖΕΝΙΑΤ) και τους κανονισμούς του ΚΛΑΜΠ.

Είμαι Εύρωπαίος, και μάλιστα "Ελληνας", έμαθα νά ζώ τελείως διαφορετικά, δικαιολόγησα λοιπόν τό έαυτό μου κατ' αυτόν τόν τρόπο, και άρχισα νά ξαναφάχω γιά τό ΚΑΡΑΤΕ και τό DOJO πού μέ διευκόλυνε.

Πήγα στό Πανεπιστήμιο της Ναγκόγιας, όπου δίδασκόταν τό WADORYU KARATE και ήταν τό Πανεπιστήμιο πού τό ΚΛΑΜΠ του, έβγαζε συνέχεια πρωταθλητές. Δίδασκε ένας καθηγητής της Τεχνολογίας, και καθηγητής ΚΑΡΑΤΕ ο ΝΕΑΝ WADORYU. Τό κλάμπ, τό DOJO, οί μαθητές και ο δάσκαλος, όλοι ήταν έξαίρετοι: Μού φέρθηκαν ύπέροχα, και άν και σέ διαφορετικό στόλ έγώ, προπονήθηκα δύο φορές μαζί τους. Όμως, είχα μάθει από τους δασκάλους μου, από την 'Ελλάδα άκόμη, ότι καλό είναι νά μήν αλλάξεις STYL ΚΑΡΑΤΕ, ή καλύτερα μήν άναμείξεις τά STYL, γιατί άν δέν είναι: "άριστος" ΚΑΡΑΤΕ-ΚΑ (πράγμα πού δέν ήμουνα.) θά τά κάνης θάλασσα. Έτσι περιορίστηκα στό νά εύχαριστήσω, τους συναθλητές μου και τόν καθηγητή, και συνέχισα την άναζήτηση.

Επισκέφθηκα κι ένα ιδιωτικό DOJO του OKINAWA GOJU-RYU, πολύ διαδεδομένο στόλ Καράτε στη Ναγκόγια. Γνώρισα κι αυτό τό STYL και είδα ότι κι αυτό είναι θαυμάσιο.

Τελικά κατάλαβα ότι τό STYL κάνει τους Κατατέκα. Αλλά και οι κατατέκα τό STYL. Έπρεπε νάρθω όμως στην 'Ιαπωνία γιά νά τό δω και νά τό καταλάβω αυτό. Όλα τά STYL πού γνώρισα, WADORYU, OKINAWA GOJU-RYU, και OKINAWA SHITO-RYU καθώς και μία φορά πού είδα SHORINJI-KEMPO, όλα ήταν ύπέροχα στόλ, όλα είχαν τέλειους κατατέκα. Κατάλαβα λοιπόν τό πόσο άνόητο ήταν αυτό πού έκανα, ή καλύτερα, αυτό πού σκεπτόμουν στην 'Ελλάδα. Δηλαδή όταν μούλεγε κανείς ότι κάνει άλλο "σύστημα, έγώ έλεγα από μέσα μου" σιγά τό στόλ κι άς μήν τό ήξερα. Έτσι γνώρισα ξανά τό καράτε στην 'Ιαπωνία, βλέποντάς το μέ διαφορετικά μάτια, γνώρισα δασκάλους σωστούς και σοφούς, οι όποιοι χωρίς νά μέ προσβάλλουν, ή νά μέ κοροϊδέφουν, μούδωσαν νά καταλάβω ότι σκέφτομαι λανθασμένα. Όλα τά στόλ είναι καλά άρκει νά γυμνάζεται κανείς καλά. Τώρα όρισμένα στόλ ύπερτερούν κι άλλα μειονεκτούν. Μά και οι άνθρωποι άλλοι μειονεκτούν, και άλλοι ύπερτερούν. Έτσι τά στόλ έχουν γίνει γιά ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ!!



Μέ τόν πρόεδρο της J.K.A. κ. Τακάγκι.

## ΨΕΡΝΟΝΤΑΣ Ο ΚΑΙΡΟΣ... ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΟΝΤΑΣ

Τό καλοκαίρι 1977 στην Ναγκόγια, μου μένει άλησμόνητο. 'Η τρομερή ζέση της 'Ιαπωνίας, μέ τόν 'Ιούνιο και 'Ιούλιο πνιγμένους στις βροχές μās έκανε νά χάνουμε κιλά, νά πίνουμε συνέχεια νερά, νά κνηγάμε τά πελώρια κουνούπια και νά νοιώθουμε δυσκολότερη την προπόνηση. Έφτασε ο Αύγουστος και είμουνα γιά κλάματα. Άδυνάτισα και ο ιδρώτας έτρεχε νερό από τό κορμί μου. Κάνοντας KENDO και IAI-DO, γύρω στις 3 ώρες κάθε μέρα. Πάρ' όλη την εξάντληση πού νιώθαμε και την ζέση πού είχα, ο Νίκος και έγώ πηγαίναμε περίφημα. Είδικά ο Νίκος είχε σημειώσει τίσ νίκες πού έπρεπε νά έχει, και ήταν έτοιμος γιά την μάχη ζώνη στό Τζούντο. Έγώ δέν έδωσα στις πρώτες εξετάσεις KYU στό KENDO διότι δέν ήμουνα έτοιμος, όχι από άπόφωες έκμαθήσεως, αλλά είχα τρομερά άδυνατίσει. 'Η άκρίβεια δέν μās άφηνε νά καλοζούμε, ούτε και νά καλοτρώμε. Οικονομική άνεση δέν ύπήρχε. Καί οι στερήσεις ήταν πολλές.

Ο Αύγουστος έφυγε και ο Σεπτέμβριος βρήκε τόν Νίκο μέ πρώτο ντάν στό τζούντο από τό KODOKAN, έμένα μέ 3ο KYU στό KENDO. Ο Νίκος έπρεπε νά γυρίσει στην 'Ελλάδα. Έγώ ήμουν άναγκασμένος, ύστερα από μία σειρά από άσχημες μέρες, νά αλλάξω πόλη. Τό κυριώτερο, ήθελα νά αλλάξω και νάρθω στό TOKYO, διότι πήρα την πληροφορία, ότι ύπήρχε έδω τό ιδιαίτερο DOJO του SHIHAN NAKAYAMA, μέ λίγα δωμάτια φθηνά γιά τους ξένους, και τό HOMBU DOJO (τό Άρχηγείο της J.K.A.). Έτσι έφυγα στις 18 Σεπτεμβρίου από NAGOYA και ήρθα στό TOKYO. Χωρίς πολλά λεφτά, χωρίς δουλειά, μόνον μ' ένα φίλο στό TOKYO τόν Γεράσιμο Άρτινιό, μέ άρκετές ελπίδες και "δίφια" στό νά προχωρήσω και νά γνωρίσω και νά προπονηθώ στό SHOTOKAN KARATE της J.K.A.

## ΑΠΟ ΤΟ TOKYO.....ΜΕ ΚΑΡΑΤΕ

Ήρθα στό TOKYO πάλι μέ τό SIR-KANSE (τό ταχύτερο τραίνο στόν κόσμο), στις 11.30 π.μ., ήμέρα πού θά μού μείνη άλησμόνητη διότι συνέπεσε εκείνη την ήμέρα νά περνάει κάπου κοντά στό TOKYO τυφώνας. Έβρεχε "κατακλεισμός" και ο άνεμος ήταν τρομερός (έγιναν πολλές ζημιές) στό TOKYO εκείνη την ήμέρα. Παρ' όλο πού φορούσα άδιάβροχο ήμουν μουσκεϊδί από την βροχή και τόν ιδρώτα μου. Φορτωμένος μέ τίσ άποσκευές μου έ-

κανα κοντά δύο ώρες μέχρι νά έρθει ή σειρά μου νά πάρω ταξί. Μπήκα στό ταξί βλαστημώντας ότι ύπήρχε και δέν ύπήρχε. Έδωσα την μοναδική διεύθυνση πού ήξερα, τού φίλου μου Γεράσιμο Άρτινιό. Στην διαδρομή σκεπτόμουν πώς όσο καλός και νάταν ο φίλος μου, έπρεπε νά μείνω τουλάχιστον μία ή δύο μέρες μόνο στό σπίτι του. Γιατί ήξερα ότι κρατά μόνο ένα δωμάτιο. Και τά δωμάτια έδω στην 'Ιαπωνία, δέν είναι όπως της 'Ελλάδος. Πιστέψτε με ότι στην 'Ελλάδα τόσο μικρά δωμάτια δέν υπάρχουν. Και άν υπάρχουν τά χρησιμοποιούμε γιά βοηθητικούς χώρους ή... τηλεφωνικούς θαλάμους.

Οί σκέψεις μου έτρεχαν, καθώς και ο ιδρώτας μου. Τόν ένωθα νά μού βρωμίσει τά ρούχα, παρ' όλο πού τό ταξί όπως ΟΛΑ είχε AIR CONDITIONING. 'Η άγωνία μέ πλημύριζε. Τι θά κάνω, θά βρω δουλειά νά άνταπεξέλω, θά βρω σπίτι; Ήξερα ότι στην 'Ιαπωνία (τό έμαθα στους 3 1/2 μήνες στην Ναγκόγια) ή ζωή είναι πανάκριβη, όμως ποτέ δέν φανταζόμουν νάβρω την άκρίβεια πού βρήκα στό TOKYO. Τό ταξί μ' άφησε στό KODOKAN. Έδω είχα ραντεβού μέ τόν Γεράσιμο. Ο φίλος μου ήταν εκεί και μέ περίμενε. Κάθησα και τού είπα τί θέλω. Καθώς τού εξηγούσα την κατάσταση και κείνος μού έλεγε τίσ δυσκολίες πού υπάρχουν έδω στό Τόκιο, ένιωθα την άπογοήτευση και την άπελπισία νά μέ πνίγουν.

Ο Γεράσιμος μέ πήρε στό φοιτητικό δωμάτιό του, σ' ένα κλασικό γιαπωνέζικο φτωχικό σπίτι. Όλη την ύπόλοιπη ήμέρα, προσπάθησε μέ τηλεφωνα νά επικοινωνήσουμε μέ τό γραφείο του Κεντρικού της J.K.A. Μού έκλεισε ραντεβού γιά την έπομένη. 'Ηθελα νά πάω νά τούς εξηγήσω άκριβώς πώς είναι ή κατάσταση μου. Δέν ήμουν κανένας έφοπλιστής, ούτε και πολύ πλούσιος, ή μάλλον καθόλου πλούσιος. Και γιά την 'Ιαπωνία πολύ φτωχός. Τό πρώτο βράδυ στό TOKYO μέ βρήκε πνιγμένο στην άγωνία γιά τό μέλλον. Κάθησα κι έγραφα ένα γράμμα στους δικούς μου γεμάτος άπελπισία, και λιγοστό πείσμα. Βγήκα νά φάω, και είδα ότι όλα τά έστιατόρια ήταν γιαπωνέζικα μέ τιμές "τσουχερές". Έτσι περιορίστηκα ν' αγοράσω απ' ένα "σουπερ-μάρκετ" φώμι, κάτι λουκάνικα (άγνώστου κρέατος) και μερικά φρούτα. Έφαγα άνόρεχτα στό δωμάτιο μέ τόν Γεράσιμο και μιλήσαμε μέχρι της 2 μετά τά μεσάνυχτα. Τελικά πέσαμε γιά ύπνο. Κοιμήθηκα βαριά και άσχημα, αφού έκανα τόν "σταυρό μου" γιά πρώτη φορά στην 'Ιαπωνία, και παρενόλεσα τόν θεό νά μέ βοηθήσει.

## ΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ ΦΩΤΙΖΕΙ...ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΜΑΣ.

Σημέρωσε Σάββατο. Στίς 10 π.μ. πήγαμε από την περιοχή του KONTOKAN (SUIDOBASI), στό EBISU όπου σεργάζεσαι τό Κεντρικό DOJO της J.K.A. καθώς και τά γραφεία. Αλλάζοντας δύο τραίνα φτάσαμε, έγώ και ο Γεράσιμος, γύρω στις 10.45'. Φτάσαμε την ώρα άκριβώς πού γινόταν προπόνηση του ιδιαίτερου τμήματος (υπερνωτική 10.30-11.30 π.μ.) πού έχει και τους περισσότερους ξένους. Στο γραφείο, βρήκα τόν δάσκαλο KOMANKI, 3 ντάν J.K.A. και 4 ντάν τζούντο από τό KODOKAN, ο όποιος είχε επισκεφτεί την 'Ελλάδα την εποχή πού ήρθε ο σενσέϊ KANAZAWA, 8 ντάν. Τά "γοριζώδη" χαρακτηριστικά του μού έμειναν χαραγμένα στην μνήμη, και έτσι τόν θυμήθηκα και τού είπα ποιός είμαι. Αύτός μέ μεγάλη προθυμία μέ κατατόπισε, και μέ διευκόλυνε. Μού είπε ότι υπάρχει ένα και μόνο δωμάτιο στό HOITSUGAN έλεύθερο και μπορούσα άμέσως νά πάω, αλλά νά φρόντιζα τό συντομότερο νά συναντήσω τόν SHIHAN NAKAYAMA τού όποιου είναι τό SHOTOKAN ιδιαίτερο DOJO και όλα τά μέλη του θέλει νά τά συναντά προτού έγκατασταθούν στό μικρό ξενόνα του. Έπειδή βιαζόμουν και δέν ήθελα νά επιβαρύνω κι άλλο τόν φίλο μου Γεράσιμο, έγώ και αυτός και συνοδευόμενοι από ένα μικρό έπιτελείο ξένων άθλητών, πήγαμε στό HOITSUGAN, πού παρ' όλο πού ή άπόσταση από τό ΚΕΝΤΡΙΚΟ J.K.A. είναι δύο λεπτά, πρέπει νά παιδευτεί κανείς γιά νά τό βρει.

Συνέχεια στό έπόμενο.

# Ο Τζουντόκα χωρίς κιμονό



Μετάφραση: Γιάννης Ματσόπουλος

Περιπετειώδες μυθιστόρημα του Ernie Clerk.

© Edition FLEUVE NOIR DEPARTEMENT - PARIS

Συνέχεια 3η:

— Έσεΐς οι δύο (και γυρίζει στον Ντύγκαν και Μπρούκς) προσπαθήστε να έρθετε σε επαφή μαζί του. Μπορεί να έχει τις πληροφορίες που θέλουμε. Ρωτήσατε προηγουμένως γιατί ο Κλάρακ ήθελε να φύγει από τό Τόκιο. Έγώ τόν συμβούλευσα. Είχαμε κανονίσει μετά την συνάντησή του με τόν αρχηγό της Σ.Ι.Α. στην Ίαπωνία να έρθει να με συναντήσει. Έχετε άλλες έρμησεις κύριοι;

— Ο Μόντυ παίρνει από την βιβλιοθήκη ένα ντοσιέ και τόν δίνει στον Άντρα με τις φακίδες.

— Ορίστε ένα ντοσιέ με ό,τι άφορα τόν Σενκλαίρ. Έχετε καιρό να τόν μελετήσετε πριν την προσγειώση του άεροπλάνου.

— Μιά διευκρίνηση κύριε; λέει γυρίζοντας προς τόν συνταγματάρχη.

— Σας ακούω.

— Ο Κλάρακ δέν δούλευε μόνος του σ'αυτή την ύπόθεση. Δέν μπορεί κάποιος άλλος να έκανε την ίδια δουλειά;

— Αδύνατο. Γιατί οι πολλές πληροφορίες δόθηκαν από τόν προδότη που τώρα είναι νεκρός.

Τά ποτήρια έχουν άδειάσει. Σηκώνονται όλοι και κατευθύνονται προς την πόρτα όταν τό τηλέφωνο άρχίζει να κουδουνίζει. Ο συνταγματάρχης γυρίζει και σηκώνει τό άκουστικό. Τέλος τό αφήνει με ένα ξερό εύχαριστώ.

— Μιά στιγμή κύριοι.

Μιλάει χωρίς να ξεσφύξει τά χείλη του.

— Μήν κάνετε τόν κόπο να άσχοληθείτε τουλάχιστον προς τό παρόν με την ύπόθεση αυτή. Το άεροπλάνο που ταξίδευε ο Σενκλαίρ άνατινάχθηκε κάπου μεταξύ Ίαλανδίας και τών Εύρίδων.

Τό μεγάλο πανί έχει μαζευτεί. Τό γιώτ γυρίζει κόντρα στον άνεμο. Άκούγονται τά χτυπήματα του φλόκου που έχει χαλαρώσει. Δύο άντρες κάθονται σε μία γωνιά κρατώντας μία σχοινένια σκάλα. Κοιτάζουν τόν Μάρκ που πλησιάζει.

Αυτός όρθιος στην άκρη της βάρκας πιάνει την σκάλα που τού ρίχνουν.

— Δώστε μου τό χέρι σας — λέει στην νεαρή άεροσυνόδου. Βάλτε τό πόδι σας εκεί. Άνεβήτε τώρα. Σας συγκρατώ.

Ο ένας άντρας από τό γιώτ βοηθάει την Μπεατρίς καθώς αυτή ανεβαίνει στη γέφυρα, ο άλλος άπευθύνεται άγγλικά στον Μάρκ.

— Μήν αφήνετε τη βάρκα. Σας στέλνω κάτι να την δέσετε.

Ένα λεπτό άργότερα ο Μάρκ είναι στην γέφυρα. Οι δύο ναυτικοί βρώμικοι και άξύριστοι άπαντούν στις εύχαριστίες του Μάρκ με άναπάντεχο τρόπο.

— Ο πλοίαρχος είναι κάτω με την κοπέλλα. Χωρίς άλλη λέξη γυρίζουν στο μεγάλο πανί. Ο Μάρκ παραξευμένος μ'αυτή την ύποδοχή ρίχνει μία ματιά στην γέφυρα. Ένα τρίτο κεφάλι διακρίνεται πίσω από τό ΚΟΚΙΠΙΖΙ. Είναι ο τιμονιέρης. Τό ίδιο βρώμικος και άγριος όπως οι άλλοι δύο. Άλλωστε η βρώμα φαίνεται να βασιλεύει στο πλοίο.

Κατεβαίνει τη σκάλα κάτω από τό άδιάφορο βλέμμα του τιμονιέρη. Φωνές βγαίνουν από μία μισάνοιχτη πόρτα δεξιά του. Πριν μπει, από ένστονικό ο Μάρκ φέρνει τό χέρι του στην πίσω τσέπη που έχει βάλει τό διαβατηριό του και τόν πλαστικό φάκελλο. Λυπάται που δέν έχει ένα μέρος πιό σίγουρο να βάλει τά χαρτιά του Βάν Μπούλλεν.

Ένα χοντρό γέλιο άκούγεται από την καμπίνα. Βλέπει μπαίνοντας ένα τεράστιο όγκο λίπους τυλιγμένο με ένα μπλέ σακκάκι με χρυσά κουμπιά. Φορά ένα παντελόνι που κάποτε ήταν άσπρο. Τό κεφάλι του είναι ξυρισμένο.

Τό γέλιο γίνεται λέξεις.

— Περάστε, περάστε. Τούνγκ, ούϊσκυ για τόν ναυαγό μας.

Τό βλέμμα του Μάρκ συναντάει αυτό της Μπεατρίς. Είναι καθισμένη στην άκρη μιας πολυθρόνας με ένα φλυτζάνι στά χέρια. Διαβάζει άμέσως στά μάτια της ότι δέν αίσθάνεται και πολύ άνετα. Ο πλοίαρχος, την έννικότητά του δέν μπορεί να την καταλάβει, μοιάζει να ήδονίζεται κοιτάζοντάς την.

Ο Μάρκ αίσθάνεται κάποιον πίσω του. Είναι ένας ξυπόλυτος Κινέζος που κρατάει ένα ποτήρι με ούισκυ στο χέρι. Τού τό δίνει. Καταπίνει μερικές γουλίες.

— Είναι καλιό σκωτσέζικο ούϊσκυ λέει ο πλοίαρχος. Τό άγοράζω εγώ ο ίδιος στην Σκωτία.

Κοιτάζει τόν Μάρκ σαν να πρόκειται να τόν άγοράσει.

— Ποιός είστε;

Παρ'όλο που περιμενε κάποια άλλη έρώτηση όπως π.χ. πως βρέθηκε στην μέση του ώκεανού άπαντάει.

— Ονομάζομαι Σενκλαίρ. Μάρκ Σενκλαίρ. Βρισκόμουν σε ένα άεροπλάνο που έπεσε.

— Είναι καταπληκτικό.

Ο συνδυασμός σκέψων που γίνεται μέσα στο μυαλό του είναι άκατανόητος για τόν Μάρκ.

— Είναι καταπληκτικό, ώστε είστε ο κ. Σενκλαίρ. Δέν πίνετε τίποτα. Θέλετε κάτι άλλο μήπως;

— Λίγο τσάι σάς παρακαλώ.

— Τούνγκ. Λίγο τσάι για τόν κύριο. Και δυνατό. Ο Κινέζος εξαφανίζεται με τόν ίδιο τρόπο που ήρθε. Γλυστρώντας πάνω στο χαλί σαν σαύρα.

— Και αυτή η ώρα ά δεσποινίς;

— Είμαι άεροσυνόδου άπαντάει η Μπεατρίς.

— Και είσαστε οι μόνοι που σωθήκατε.

Ο Μάρκ προλαβαίνει κάθε άπάντηση της νεάς.

— Και μία άλλη βάρκα. Δυστυχώς όμως άπομακρύνθηκε και την χάσαμε.

Ο όγκος λίπους αφήνει ένα ούρλιαχτό.

— Ίβάνωφ.

Ο πιό άποκρουστικός απ'όλους έρχεται άμέσως μπροστά του.

— Ίβάνωφ, προσπάθησε να βρεις και τη δεύτερη βάρκα. Υπάρχουν και άλλοι.

— Όστε είστε ο Σενκλαίρ.

Ο Μάρκ δέν νοιάζεται γι'αυτόν. Φοβάται όμως για την Μπεατρίς. Φέρνει τό φλυτζάνι με τό τσάι στά χείλη του. Η ύποδοχή αυτή έχει κάτι που δέν πεί καλή όπως και η πτήση του "Τσέσνα". Αίσθάνεται άσχημα. Ίσως είναι η μυρωδιά του ιδρώτα, του καπνού ή μήπως η παραξενη γεύση του τσαγιού; Πίνει άλλη μία γουλιά.

Ο Κινέζος είναι ακόμα πίσω του. Τά μάτια του γυαλίζουν.

Ο πλοίαρχος με τό ξυρισμένο κεφάλι επαναλαμβάνει.

— Είστε ο Σενκλαίρ.

Τό γέλιο που ξεχύνεται από τό στόμα του κάνει την κοιλιά του να τραντάζεται.

Ο νέος αφήνει τό φλυτζάνι πάνω σ'ένα τραπέζι και κάθεται δίπλα στην Μπεατρίς. Δέν τού είπανε να καθίσει αλλά ξαφνικά τά πόδια του τρέμουν.

— Τι έχετε; λέει η νέα. Είστε κάτασπρος.

Αίσθάνεται ότι τά μέλη του άρνοούνται να ύπακούσουν στον ένκεφαλό του. Γέρνει στην πολυθρόνα. Τό άπαισιο γέλιο τώρα έχει σαματήσει. Τά γουρουνίσια μάτια του καπετάνιου τόν κοιτάνε.

Ο Μάρκ καταλαβαίνει.

Τό τσάι είχε μέσα ύπνωτικό. Φέρνει τό δαχτυλό στο στόμα σε μία προσπάθεια να κάνει έμετό. Τό χέρι όμως ξαναπέφτει. Όλη η καμπίνα γυρίζει γύρω του. Η τελευταία είκόνα που περνάει μπρός από τά μάτια του είναι τό τρομαγμένο πρόσωπο της Μπεατρίς και η γεμάτη άγωνία φωνή της.

— Μάρκ, Μάρκ....

Πίσω τό χοντρό γέλιο ξαναρχίζει.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

Στό πίσω μέρος του μικρού παλαιοπωλείου ο κ. Λεοπόλντ είναι σκυμένος πάνω σ'ένα παλιό βάζο και τό καθαρίζει με προσοχή. Ένας μικρός γλόμπος που κρέμεται από τό ταβάνι ρίχνει γύρω του ένα κίτρινο άσθενικό φώς. Είναι τόσο άπορροφημένος από τη δουλειά του ώστε η φωνή της πωλήτριας τόν ξαφνιάζει.

— Ο κ. Φινάλ σάς ζητάει.

Οι κουρτίνες που χωρίζουν τό μαγαζί παραμερίζουν άπότομα και ένας ψηλός άντρας με σχιστά μάτια κάνει την εμφάνισή του.

— Δέν σε καταλαβαίνω Λεοπόλντ. Ο ήλιος μπαίνει μέσα στο μαγαζί σου και έσύ κάθσαι στο σκοτάδι.

— Άγαπή τά παλιά πράγματα και τό μισοσκόταδο.

Ο έπισκέπτης κάθεται στην άκρη του γραφείου, άφοι παραμερίζει όλα τά μιμιπελώ που είναι άραδιασμένα εκεί και καθαρίζει με τό χέρι τη σκόνη. Τά πόδια του Λεοπόλντ σφιγγονται μέσα στα παπούτσια του.

Περιμένει, κάνοντας ότι κοιτάζει πάλι τό βάζο, τις κουβέντες του ασιάτη. Τελικά παίρνει κουράγιο και λέει:

— Πόσα σανίδια η χέρια έσπασες σήμερα;

— Προσπάθησε να συνδεθείς με τό "Κορμοράν". Περιμένω.

Χωρίς να πεϊ τίποτα ο Λεοπόλντ σηκώνεται και εξαφανίζεται πίσω από μία άλλη κουρτίνα.

Ο Άσιάτης με φυσικότητα παρ'όλο που είναι μόνος πιάνει ένα χοντρό χάρακα που είναι άκουμισμένος επάνω στο γραφείο. Η κόψη του δεξιού χεριού του πέφτει ξερά στη μέση του χάρακα. Τό παραλληλεπίπεδο από σκληρό έξιλο σπάει σαν κακάμι. Τά χείλη του τραβιούνται σε μία ύποφια χαμόγελου αφήνοντας να φανούν δύο σειρές κάτασπρα δόντια.

Ο κ. Λεοπόλντ ξαναρχεται.

— Ο Φλό είναι στα άκουστικά.

Τό γέλιο έχει σβύσει από τό πρόσωπο του ασιάτη. Τό ίδιο και του Λεοπόλντ βλέποντας τά δύο κομμάτια του χάρακα.

— Δέν φοβάστε ότι κάποια μέρα θα βρήτε στο δρόμο σας κανέναν άλλο σπαστάλι στο καράτε;

— Μήν ξεχνάς γέρο ότι σε δόκνηρη την Κίνα εγώ είμαι ο μεγαλύτερος σπαστάλι.

— Υπάρχει όμως και η Ίαπωνία.

— Τό καράτε είναι Κινέζικο άθλημα. Όπως πολλά άλλα οι Γιαπωνέζοι κλέφανε κι αυτό.

Ένα σφύριγμα άκούγεται κοντά στο γραφείο.

— Είναι ο Φλό. Συνδέθηκε με τό "Κορμοράν".

Ο ασιάτης γλυστράει πίσω από την κουρτίνα και κατεβαίνει μία μικρή σκάλα. Τό ύπόγειο είναι ύγρό και άσθενικά φωτισμένο. Σε μία γωνία ένας άδύνατος άντρας κάθεται μπροστά σ'έναν ασύρματο.

— Λοιπόν; Ρωτάει ο ασιάτης.

— Υαρέφανε κάποιον Σενκλαίρ.

— Ο ασιάτης τόν πιάνει από τούς ώμους.

— Σίγουρα;

— Αυτό μου είπανε.

— Τόν βρήκαμε πάνω σε μία πλαστική βάρκα μαζί με μία γυναίκα. Μιά άεροσυνόδο.

— Υπάρχουν άλλοι που σωθήκατε;

— Όχι, αλλά ρωτάνε αν πρέπει να συνεχίσουν τις έρευνες.

Τά δάχτυλα του ασιάτη αφήνουν τούς ώμους.

— Άφησέ μου την θέση σου.

Μέσα στη μικρή καμπίνα η Μπεατρίς καθισμένη σε μία βρώμικη πολυθρόνα τρίβει τά χέρια της στο μέρος που οι γροθιές της είχαν χτυπήσει την κλειδωμένη πόρτα.

Η είκόνα του άκίνητου σώματος του Μάρκ έρχεται στο νοι της. Μετά τό γλοιώδες σωμα του Κινέζου που την έσπρωχνε μέσα σ'αυτή την καμπίνα. Προσπαθεί να σκεφθεί λογικά αλλά ο φόβος έχει παραλύσει τό μυαλό της.

Φέρνει τό χέρι στο μέτωπό της. Καίει. Κοντεύει να τρελαθεί. Πλησιάζει τό μικρό νιπτήρα της καμπίνας. Άνοίγει την βρύση και ρίχνει λίγο νερό στο πρόσωπό της. Τό κρύο νερό την συνεφέρει λίγο.

Ο βόμβος ενός άεροπλάνου την κάνει να τρέξει στο φινιστρίνι. Δέν βλέπει τίποτα. Ξαφνικά μία τεράστια μάζα γεμίζει τη ματιά της. Μιά φωνή χαράς βγαίνει από τά χείλη της καθώς διακρίνει στα φτερά τό κίτρινο άστρο της άμερικανικής άεροπορίας. Δυστυχώς όμως τό ίπτάμενο φρούριο άπομακρύνεται μαζί με την έλπίδα της έλευθερίας. Όταν γυρίζει αυτό που βλέπει την κάνει να άρχισει να τρέμει.

Συνέχεια στο έόμενο.

# Άλληλογραφία μέ τους αναγνώστες



Από τον Νίκο Χεκίμογλου

8) "Αν ξαφνικά δέν βρίσκετε τό τεύχος μας στά περίπτερα αυτό σημαίνει πώς κυκλοφορούμε μόνο μέ συνδρομές. Αυτό ίσως γίνει κάποτε, γιατί ή φθορά είναι μεγάλη μέ τό υπάρχον σύστημα διανομής. Πάντα όμως θά βγαίνει και θά υπάρχουν διαθέσιμα και τά τεύχη ή οί τόμοι πού χάσατε.

Αγαπητέ κύριε Περισίδη:

Είμαι ένας αναγνώστης του περιοδικού "Δυναμικό Τζουάντο-Καράτε", και, ως μου επιτραπεί, έχω φανατιστεί πάρα πολύ για την έκδοσή σας. Θά ήθελα ή μάλλον αισθάνομαι την ανάγκη να σας συγχαρώ για την θαυμάσια και τρομερά μελετημένη δομή του περιοδικού σας. Επί τέλους βλέπουμε και εμείς ένα σωστό περιοδικό που ασχολείται με τις πολεμικές τέχνες σωστά. Ήταν άποσδήποτε κάτι που έλειπε, και ήταν αρκετά αισθητή ή απουσία του. Ύπηρχαν και δυστυχώς υπάρχουν ένα σωρό περιοδικά του αυτού είδους, όμως όχι στην ίδια ποιοτική στάθμη με τό "Δυναμικό J-K". Άς μου επιτραπεί ή εκφρασίς ότι "ντροπιάζουν" αυτά τά άθληματα. Και πραγματικά αισθάνομαι μεγάλη λύπη. Νομίζω ότι όποιος διαβάσει περιοδικά αυτού του είδους τά διαβάσει μόνο και μόνο για να δει, να ενημερωθεί, και να γνωρίσει αυτά τά σπόρ και όχι να διαβάσει τί έκανε ο "ένανς" φευτοδάσκαλος και τί έγραφαν τά περιοδικά και οί έφημερίδες γι' αυτόν. Προσπαθούν να ξεψάσουν μ' αυτό τον τρόπο τό περιοδικό τους, πού άποσδήποτε είναι για "κλάματα". Αυτά όσον άφορά τό περιοδικό σας, και τά περιοδικά των άλλων. Εύχομαι όλοφύχως να βάλουν μυαλό και να συμμαζέψουν τά χάλια τους.

Τώρα θά ήθελα να μου πείται άν στο "J-K" θά άρχίσετε να δημοσιεύετε μαθήματα Κούνγκ-Φού. Ξέρετε μαθαίνει "Κούνγκ-Φού" και "Καράτε" και γι' αυτό άκριβώς τον λόγο σας έρωτώ. Επίσης θά ήθελα άν είναι δυνατόν να μου στείλετε κάποιο κατάλογο βιβλίων "Κούνγκ-Φού", πού διαθέτει τό περιοδικό σας, και τις τιμές τους για να μπορέσω να διαλέξω τό βιβλίο πού θά με ενδιαφέρει. Έδώ κλείνω τό γράμμα μου, και νιώθω πολύ εύχαριστημένος πού άρχίζω άλληλογραφία με τό "Δυναμικό Τζουάντο και Καράτε".

Φιλικάτάτα Κώστας  
Β Ε Ρ Ο Ι Α

Φίλε μας Κώστα Τυφλίδη:

Σέ εύχαριστούμε για τά καλά σου λόγια. Κάνουμε και θά κάνουμε ότι μπορούμε για αυτό τό περιοδικό, γιατί πιστεύουμε ότι όσο άνήκει σε μās άνήκει και στον κάθε αναγνώστη του και αντίστροφα. Σύντομα θά έχουμε μία μεγάλη συλλογή από πολλά βιβλία σχετικά με όλες τις πολεμικές τέχνες. Θά τό μάθετε από τό περιοδικό μας.

Κύριε Περισίδη:

Είμαι μία μαθήτρια της σχολής BUDOKAN. Στο τέλος του μηνός Ιουλίου θά δώσω για κίτρινη ζώνη. Πρώτα απ' όλα συγχαρητήρια για τό περιοδικό σας. Είναι ότι ακριβώς χρειάζεται σε κάτι τέτοιες περιστάσεις.

Είναι πολλά αυτά πού με άπασχολούν και θά προσπαθήσω σύντομα να τά εκθέσω. Στο όγδοο τεύχος του περιοδικού σας ο κύριος Βερώνης ύπογράφει κι αυτός στην Όμάδα Γνωμοδοτήσεως παίρνοντας έτσι τή σωστή θέση. Στην άλληλογραφία όμως με τους αναγνώστες λέτε στον κ. Κεπενεκίδη ότι ένας γνήσιος εκπαιδευτής θέλει να μείνει ούδέτερος γιατί δέν θέλει να τά χαλάσει με κανένα. Μήπως αυτό όφειλεται στο ότι έχει έστω έμπορικές σχέσεις με άλλον δάσκαλο; Και πώς είναι δυνατόν ένας γνήσιος εκπαιδευτής σαν τον κ. Βερώνη να έχει τέτοιες σχέσεις;

Τυχαίνει να γνωρίζω όρισμένα παιδιά πού λένε ότι έχουν ζώνη στο σύστημα Όκινάουα Τάϊ. Λατρεύουν δε τον Έλ Κουρού. Διαφωνώ συνεχώς και έντονα μαζί τους γιατί προσπαθώ να τους πείσω ότι τό μέν Όκινάουα Τάϊ είναι άνύπαρκτο, ο δε Έλ Κουρού τους κοροϊδεύει. Σάν να έχουν ύποστει πλύση έγκεφάλου. Έδειξαν τότε μία έντονη έπιθυμία να άναμετρηθούν με μαθητές του BUDOKAN και ήταν σίγουροι ότι θά τους έβγαζαν νύκ-ζουτ στα πρώτα λεπτά με όποιουσδήποτε όρους.

Είναι φανερό πιά ότι είναι έχθρικά προδιαθετημένοι έναντίον της σχολής μου.

Τί συμβαίνει κ. Περισίδη; Τό Καράτε έχει γίνει άφορμή τσακωμών και οί σχολές πάλι να γίνουν πεδία μαχών; Έτσι λοιπόν θά ξεψάσουμε τό καράτε, τό τζουάντο και τις άλλες πολεμικές τέχνες;

Μέ έκτίμηση  
Γεωργία Κοτζαμάνογλου  
Αθήνα

Υ.Γ. Η γνώμη μου άντιπροσωπεύει τήν γνώμη και άλλων κοριτσιών πού ενδιαφέρονται για τό άληθινό καράτε. Περιμένουμε όλες με άγνία τήν άπάντηση του κυρίου Βερώνη στην άνοιχτή έπιστολή πού δημοσιεύσατε στο τεύχος 9.

Φίλη μας Γεωργία Κοτζαμάνογλου:

Οί άπορίες πού διατυπώνετε δέν είναι μόνο δικές σας. Τίς έχουν όλοι οί μαθητές του BUDOKAN, όπως και παλαιότεροι άθλητές. Δυστυχώς, πολλές φορές κριτήριο για τις άποφάσεις μας δέν είναι μόνο τό άθλητικό πνεύμα και ή ήθική ύποχρέωση στους μαθητές μας.

Δέν νομίζουμε να γίνουν τά ντότζο πεδία μαχών. Τό μέλλον θά δείξει πολλά.

Αγαπητέ κύριε Περισίδη:

Γεννήθηκα και κατοικώ στην Πάτρα αλλά έζησα για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα στη Δ. Γερμανία. Έκει άρχισα να ασχολούμαι με τις πολεμικές τέχνες, ιδιαίτερα με τό κούνγκ-φού. Όταν γύρισα στην Ελλάδα έφαξα για τό σύστημά μου στην Πάτρα αλλά δέν βρήκα ούτε μία σχολή κούνγκ-φού, ούτε τάε-ντόν-ντό, ούτε τζουάντο, ούτε ζίου-ζίτσου τίποτα. Μόνο μία σχολή καράτε σύστημα WADO-RYU. Όμολογώ ότι άπελπίστηκα. Μία πόλη των 140.000 κατοίκων και να μην έχει μία σχολή να έξυπηρετηθούν οί άθλητές. Μόνο ή Αθήνα και ή Θεσσαλονίκη άπαρτίζουν τήν Ελλάδα;

Θά ήθελα να μάθω άν γίνονται ένέργειες πάνω σ' αυτό τό θέμα για να άποκτήσουμε μία β' σχολή ή όποια θά μπορεί να τά προλάβει όλα και να συνεργάζεται με τήν πρώτη και όχι να ύπάρχει τό κακό πού γίνεται στην Γερμανία. Έκει κάθε σχολή πού τό σύστημά της διαφέρει από μία άλλη φέρτετε έχθρικά μπορώ να πω και ούτε λόγος για συνεργασία.

Εύχαριστώ πού διαβάζετε με ύπομονή τό αίτημά μου. Σας παρακαλώ να με πληροφορήσετε άν γίνονται ένέργειες πάνω σ' αυτό τό θέμα. Επίσης θέλω να σας συγχαρώ για τήν πρόοδο στο δύσκολο έργο σας και σας παρακαλώ να μου ύποδειχτείτε μία έστω άνεγνωρισμένη σχολή κούνγκ-φού στην Αθήνα (άν ύπάρχει).

Φιλικά  
Τάνης Βαρβιτσιώτης

Φίλε μας Τάκη Βαρβιτσιώτη:

Δυστυχώς δέν ξέρουμε άν γίνεται στην Πάτρα κάποια κίνηση για τήν ίδρυση σχολής Κούνγκ-Φού. Πιστεύομαι όμως πώς γρήγορα θά γίνουν σχολές γιατί ή Πάτρα έρχεται δεύτερη, μετά τή Θεσσαλονίκη, σε κατατάξηση του περιοδικού μας. Στην Αθήνα επίσης, δέν μās έχει πλησιάσει καμία γνήσια σχολή Κούνγκ-Φού παρ' όλο πού τό θέλουμε. Τό μέλλον θά δείξει.

Κύριε Θύμιο Περισίδη:

Διαβάζω τό περιοδικό πού εκδίδετε από τό πρώτο τεύχος του. Σας άξιζούν κάτι πάρα πάνω από συγχαρητήρια. Είστε οί πρώτοι-έσει και οί συνεργάτες σας πού προσπάθησαν να δώσουν κάτι πραγματικά καλό και άθηντικό γύρω από τις πολεμικές τέχνες στον Έλλαδικό χώρο, όπου μέχρι τώρα μόνο κερδοσκοπία έπικρατούσε. Είμαι άθλητής του JUDO, κάτοχος πορτοκαλιάς ζώνης 4 KYU, αλλά τό ενδιαφέρον μου είναι γενικό για όλες τις πολεμικές τέχνες. Έτσι παίρνω τό θάρρος να σας ύποβάλλω μερικές έρωτήσεις πού είναι -νομίζω- γενικού ενδιαφέροντος, τις έξις:

1) Ό συνεργάτης σας κ. Μάριος Κοντοζής, πού σπουδάζει Κέντο και IAI-DO στην Ιαπωνία, σκέπτεται να διδάξει έπειτα κάποιο από τά δύο ή και τά δύο στην Ελλάδα; Νομίζω πώς αυτό θά ήταν ένα σημαντικότατο βήμα στην άνύψωση και διάδοση των πολεμικών τεχνών στην Ελλάδα.

2) Προβλέπεται ή ίδρυση λέσχης, KYOKUSHINKAI KARATE στην Αθήνα ή άλλου; Είναι κρίμα να μην ύπάρχει μία λέσχη αυτού του στυλ, πού είναι πασίγνωστο και διαδεδομένο σχεδόν σε όλο τό κόσμο. Θά χαρῶ πολύ άν μου άπαντήσετε.

Μέ άπειρη έκτίμηση  
Νίκος Παπαδόπουλος

Φίλε μας Νίκο Παπαδόπουλε:

Εύχαριστούμε για τά καλά σου λόγια. Ό Μάριος Κοντοζής θέλει πολύ να άνοίξει παρόμοια σχολή αλλά δέν φτάνει μόνο αυτό. Πρέπει να θέλουν κι άλλοι (π.χ. οί ύποψήφιοι μαθητές του). Λέσχες KYOKUSHINKAI θά άνοίξουν κάποτε άποσδήποτε, αλλά δέν ξέρουμε πότε.

## Άνοιχτή επιστολή προς τον κ. Γιάννη Βερώνη.

ΕΠΙΣΤΟΛΗ

Προς τον κ. Γιάννη Βερώνη  
Ίδιοκτήτη της σχολής "BUDOKAN"  
3ο ντάν στο JUDO από το KODOKAN  
3ο ντάν στο KARATE από την J.K.A.

Αγαπητέ κ. Βερώνη:

Μετά από τα τελευταία γεγονότα στο χώρο των πολεμικών τεχνών στη χώρα μας και μετά από την πίεση των αναγνωστών του περιοδικού μας, στους οποίους περιλαμβάνεται το 90% των μαθητών της σχολής σου, για ξεκαθάριση της αλήθειας, παίρνουμε το θάρρος να σου υποβάλλουμε με αυτή τη συστημένη επιστολή όρισμένες ερωτήσεις ζητώντας απάντηση σε άποριες που έχουν δημιουργηθεί στους αναγνώστες μας.

Σε παρακαλούμε να μας απαντήσεις (κατά το δυνατόν) σαφέστατα στις παρακάτω ερωτήσεις γνωρίζοντας ότι το γράμμα μας μαζί με την δική σου απάντηση (αν δεν υπάρχει θα μείνει λευκός χώρος) θα δημοσιευτούν στο επόμενο τεύχος μας.

- 1.- Είναι αλήθεια ότι το περιοδικό "Γίν Γιάνγκ" δημοσίευσε πρόκληση από την ομάδα Βασ. Ζαχόπουλου, Σολδάτου, Γιώργου Έλευσινιώτη, και Ν. Παυλίδη προς όλους τους δασκάλους ανεξαρτήτως συστήματος και ειδικότερα τους Ιάπωνες καθηγητές του SHOTOKAN και WADO-RYU σ' ένα πλήρη αγώνα μέχρι Νόκ Άουτ σε οποιοδήποτε χώρο, οποιαδήποτε ημερομηνία και υπό οποιοδήποτε όρους;
- 2.- Ποιά είναι η γνώμη σου για τον Έλ Κουρού και τα τόσο ντάν που έχει σε τόσα αθλήματα και συστήματα;
- 3.- Ποιά είναι η γνώμη σου για το Όκινάουσα-Τάϊ και την προέλευσή του. Ποιοί είναι οι δάσκαλοι του στην Ελλάδα;
- 4.- Είναι αλήθεια ότι ο κ. Βασ. Ζαχόπουλος είναι Μάστερ με 6 ντάν στο Όκινάουσα-Τάϊ; Είναι αλήθεια ότι έχετε εμπορικές συναλλαγές μεταξύ σας (π.χ. σου προμηθεύει ζώνες για τους μαθητές σου);
- 5.- Έχεις αναλάβει την ήθικη υποχρέωση να κρατήσεις τό τζοούντο και τό καράτε στο ύψος που αρμόζει στις πολεμικές τέχνες. Τι έχεις κάνει για αυτό τό σκοπό μέχρι σήμερα;

Με την έλπίδα πώς θα έχουμε σύντομα απάντησή σου περιμένουμε γράμμα σου.

Ο εκδότης

Θύμιος Περισίδης

ΕΠΙΣΤΟΛΗ-ΑΠΑΝΤΗΣΗ

Από τον κ. Γιάννη Βερώνη

Κύριε Περισίδη:

Έλαβα την επιστολή σας και διάβασα τις ερωτήσεις που μου υποβάλετε. Αισθάνομαι υποχρεωμένος να σας απαντήσω, μιά και τό ζητάτε άλλωστε. Όμως πρέπει να κάνουμε μιά διευκρίνιση: Τό ότι εκπροσωπώ επίσημα στην Ελλάδα τά στύλ JUDO KODOKAN και KARATE SHOTOKAN είναι κάτι τελείως ανεξάρτητο από αυτό που μου ζητάτε. Δηλαδή να βρίσκομαι κάθε τόσο στην προμετωπίδα της δημοσιότητας.

Αυτό είναι κάτι έξω από τίς αρχές μου αλλά και τό ήθος μου σαν άθλητή γενικότερα. Στη ζωή μου συνήθισα να εργάζομαι εύσυνειδητα, άθροβα με γνώμονα πάντοτε την βελτίωση των αθλημάτων στα όποια επιδιόδομαι. Και δέν θεωρώ φρόνιμο να άπασχολώ κάθε τόσο τίς στήλες διαφόρων έντύπων, παρά μόνο όταν αυτό επιβάλεται για την πρόοδο ή την προστασία των πολεμικών τεχνών. Άς έρθουμε τώρα στις ερωτήσεις σας:

1.- Η αλήθεια είναι ότι πληροφορήθηκα αυτά που αναφέρετε για τό σχετικό περιοδικό αλλά ο κ. Βασ. Ζαχόπουλος τά χαρακτήρισε σαν άτυχεις ενέργειες που δέν τελούσαν υπό την έγκρισή του. Γύρω από τον θόρυβο που δημιουργήθηκε δόθηκαν έξηγήσεις που θα δημοσιευτούν στον ήμερήσιο Άθλητικό Τύπο.

2.- Δέν γνωρίζω τον κύριο για τον όποιο μέρωτάτε και δέν μπορώ να έχω γνώμη για κανένα άλλο στύλ καράτε εκτός από τό SHOTOKAN J.K.A.

Σχετικά με τίς ύπ' άριθ. (3) και (4) ερωτήσεις, σας παραπέμπω στην προηγούμενη απάντησή μου. Σάν επίσημος εκπρόσωπος του SHOTOKAN KARATE στην Ελλάδα δέν μπορώ να κρίνω άλλα στύλ ούτε τους ανθρώπους που τά διδάσκουν. Όσον άφορά την έρώτησή σας περί "εμπορικών συναλλαγών κτλ." σας γνωστοποιώ ότι ο κάθε Έλληνας πολίτης έχει δικαίωμα να κάνει "εμπορικές συναλλαγές" -όπως τίς λέτε- με όποιους θέλει, αρκεί οι συναλλαγές αυτές να είναι έντιμες και προπαντός νόμιμες.

5.- Η ιστορία μου και γενικότερα ή πολιτεία μου στον χώρο των πολεμικών τεχνών -γνωστή και σε σας- άποτελούν την καλύτερη απάντηση στο τελευταίο έρωτήμά σας.

Πιστεύω ότι οι απαντήσεις αυτές ίκανοποιούν τίς άποριες που ίσχυρίζεσθε ότι δημιουργήθηκαν στους αναγνώστες σας. Πιστεύω λοιπόν ότι δέν θα χρειασθεί να επανέλθετε γιατί τότε θα βρεθώ στην δυσάρεστη θέση να μήν απαντήσω.

Ο Διευθυντής της Σχολής  
"BUDOKAN"

Γιάννης Βερώνης  
4 ντάν JUDO KODOKAN  
3 ντάν KARATE SHOTOKAN

# Κάναμε τά τεύχη → → → τόμο

\* \* \*

Πραγματικά,  
τά έντεκα πρώτα τεύχη  
του καλύτερου ελληνικού περιοδικού  
πολεμικών τεχνών,  
γεμάτα

## «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE»,

προσφέρονται τώρα δεμένα σαν έτήσιος

### TOMOS 1,

### ΟΚΤ '77 - ΣΕΠ '78

σε πολυτελή πανόδετη βιβλιοδέτηση  
με έξωφυλλο τυπωμένο με χρυσά γράμματα  
στην τιμή των 280 δρχ.

Άν, λοιπόν, θέλετε τον τόμο,  
πού όπωσδήποτε τον θέλετε,  
και αν

1) δέν έχετε κανένα τεύχος, τότε στείλτε 280 δρχ+20 δρχ ταχ/κά

2) έχετε μερικά τεύχη, τότε στείλτε τά μας μαζί με

α) 20 δρχ. για κάθε τεύχος από τά 1-6 που σας λείπει, σύν

β) 30 δρχ. για κάθε τεύχος από τά 7-11 που σας λείπει, σύν

γ) 80 δρχ. για τό δέσιμο και τά ταχυδρομικά.

# ΠΡΟΣΟΧΗ

Προμηθεύστε τις πρώτες ημέρες κάθε μηνός τα τεύχη του περιοδικού «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» γιατί εξαντλούνται.

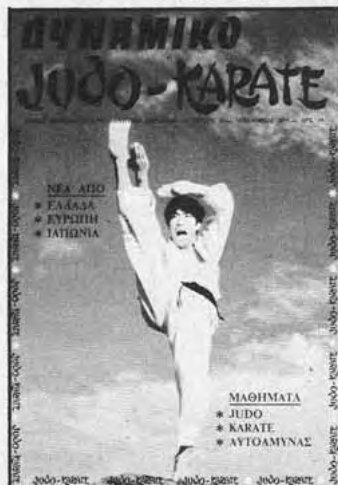
“Αν τό περιοδικό μας δέν φτάνει στό κοντινό σας περίπτερο, γραφτείτε συνδρομητές ώστε νά τό στέλνουμε στή διεύθυνσή σας.

“Αν σās λείπουν παλιότερα τεύχη, ζητήστε νά σās τά στείλουμε ταχυδρομικώς. Στείλτε (πρός “Ε. Περσίδη, Ρεθύμνου 8, ΑΘΗΝΑ 147”) μέ ταχυδρομική έπιταγή τήν άξία τών τευχών, πού θέλετε νά σās στείλουμε, γράφοντας πίσω άπό τήν έπιταγή τούς άριθμούς τών τευχών.

1 — ΝΟΕ '77



2 — ΔΕΚ '77



3 — ΙΑΝ '78



4 — ΦΕΒ '78



5 — ΜΑΡ '78



6 — ΑΠΡ '78



7 — ΜΑΪ '78



8 — ΙΟΥΝ '78



9 — ΙΟΥΛ '78



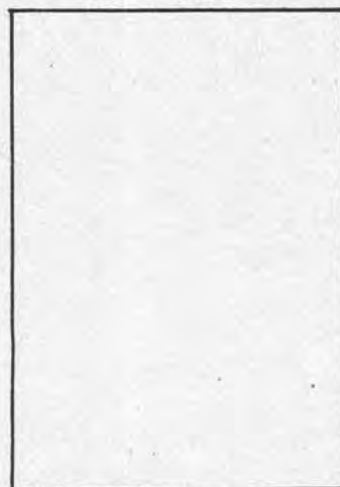
10 — ΑΥΓ '78



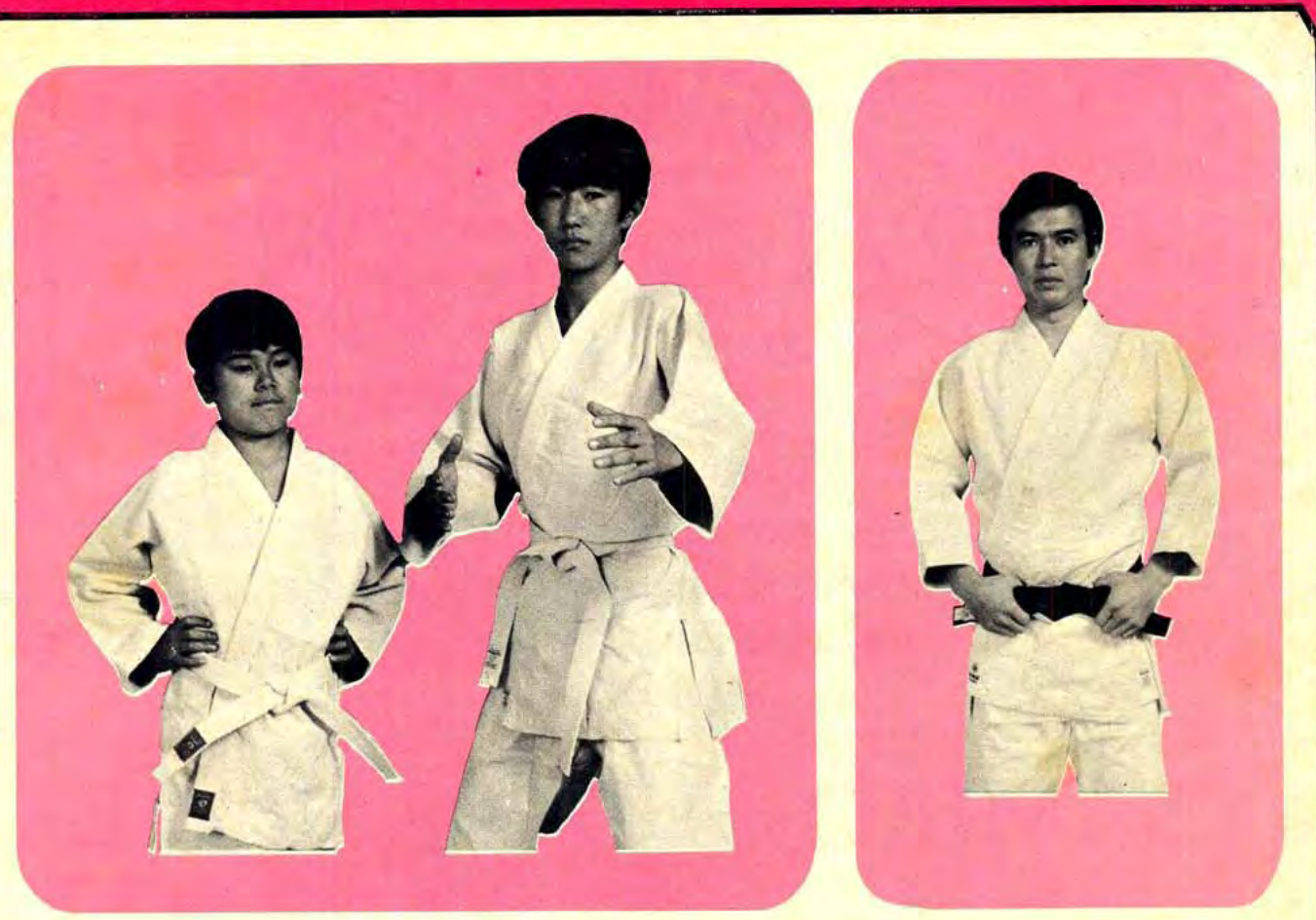
11 — ΣΕΠ '78



12 — ΟΚΤ '78



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



Φίλοι τών πολεμικών τεχνών:

Μόλις εξασφαλίσασμε γιά τήν Έλλάδα τήν άποκλειστική άντιπροσώπευση τού μεγάλου ιαπωνικού οίκου **ΤΑΙΗΕΙ TRADING CO., LTD.** γιά είδη πολεμικών τεχνών.

Ήδη παραλάβαμε δοκιμαστική παραγγελία περιορισμένου άριθμού judogi και karategi (φόρμες γιά judo και karate) ιαπωνικής κατασκευής και μοναδικής ποιότητας. Όσοι ένδιαφέρεστε γιά κατάλογο ειδών και τιμών (μικρή ή μεγάλη παραγγελία) τηλεφωνήστε μας στό 8216509 ή γράψτε μας πρós «Ε. Περσίδη, Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147».