

ΔΥΝΑΜΙΚΟ

JUDO-KARATE

ΕΙΔΙΚΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΓΚΥΡΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ — ΤΕΥΧΟΣ 1 — ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 1977

ΕΠΑΝΕΚΔΟΣΗ
— ΔΡΧ. 20 —

ΝΕΑ ΑΠΟ

- * ΕΛΛΑΔΑ
- * ΕΥΡΩΠΗ
- * ΙΑΠΩΝΙΑ

柔道
JUDO

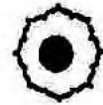
ΜΑΘΗΜΑΤΑ

- * JUDO
- * KARATE
- * ΑΥΤΟΑΜΥΝΑΣ

οι Έλληνες με μαύρες ζώνες από το Kodokan.

Μιά από τις βασικές υποχρεώσεις του περιοδικού μας είναι η σωστή κατατόπιση των αναγνωστών μας όπως έχουμε τονίσει αρκετές φορές. Γι' αυτό, δημοσιεύουμε πιά κάτω σε φωτογραφία τον επίσημο κατάλογο των Ελλήνων που διακρίθηκαν με μαύρες ζώνες στο judo, όπως μας τον έστειλε το Ίνστιτούτο Kodokan της Ιαπωνίας με υπογραφή του Διευθυντή Διεθνών Σχέσεων του Kodokan κ. Ichiro Abe και επικύρωση της ελληνικής Πρεσβείας στο Τόκιο.

Τό έγγραφο εκδόθηκε την 23-7-77. Στόν παρακάτω, λοιπόν, κατάλογο θά πρέπει νά προστεθεί και ο δεκαεννιάχρονος αθλητής Νίκος Χειμίογλου που πήρε από τό Kodokan μαύρη ζώνη 1 dan στις 6 Σεπτεμβρίου 1977.



KODOKAN
JUDO INSTITUTE

PRESIDENT:
RISKEI KANO

BUNKYO-KU, TOKYO,
JAPAN.

To whom it may concern:

23 - 7 - 1977

This is to certify that the following Greek nationals obtained the dan grade from the Kodokan at the below mentioned dates.

<u>3rd Dan</u>	<u>Promotion Date</u>
Petros Hadjioantoniou	Oct. 25, 1974
Ioannis Veronis	Jan. 11, 1970

(Mr. Petros Hadjiantoniou, although fulfilled the requirements for 4th dan passed away before taking his final examination).

<u>2nd Dan</u>	<u>Promotion Date</u>
George Karageorgas	August 26, 1967
Gerassimos Artinos	September 26, 1975
Chris Toule	December 28, 1966

<u>1st Dan</u>	<u>Promotion Date</u>
Dimitrios Damianou	March 12, 1959
Kristos Filippidis	March 12, 1959
Dimitrios Carydoyannis	April 11, 1963
Nikitas Papaio	April 11, 1963
Michael Vassilis	Jan. 28, 1969
Michael Eliou	Jan. 10, 1971
Evangelos Papadimitriou	July 25, 1972
Michael Petropoulos	July 25, 1972

No other Greek except the above mentioned has been awarded the dan

from our institute

JUL 25 1977

INTERNATIONAL JUDO INSTITUTE

INTERNATIONAL JUDO INSTITUTE

A. T. ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ

Ichiro Abe

Chief: International Judo

Kodokan Judo Institute

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΥΛΗΣ

Άρτινός Γεράσιμος: Μαθηματικός, 2 dan στο judo από τό Kodokan. (Κάτοικος Τόκιο).

Βερόνης Γιάννης: 3 dan στο judo από τό Kodokan, 3 dan στο Shotokan karate.

Βλάτσας Γιώργος: Ίατρός, 1 dan στο judo, προπονητής του τμήματος judo της Χ.Α.Ν. Θεσσαλονίκης.

Βούρβουλης Άγης: Οικονομολόγος, 1 dan στο judo.

Βουτσάρης Βασίλης: Επιχειρηματίας, προπονητής του τμήματος judo του Όμιλου Άντισφαιρίσεως.

Hanson-Lowe John: Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου του Λονδίνου, 4 dan στο judo (72 ετών). Συγγραφέας, άρθρογράφος, εκδότης. (Κάτοικος Τόκιο).

Κασιάρης Δημοσθένης: Μαθηματικός, Ίδρυτής και προπονητής του τμήματος judo της Χ.Α.Ν. Θεσσαλονίκης.

Κουτσούκης Πάρις: Ψυχολόγος, καφέ ζώνη στο judo. (Κάτοικος Strasbourg, Γαλλίας).

Οσιτακ Τετσο: Οικονομολόγος, 3 dan στο Shotokan karate, εκπαιδευτής του τμήματος karate του Ε.Μ. Πολυτεχνείου.

Πανουλιτσός Γιάννης: Αστυνομικός, 1 dan στο Shotokan karate, Πρωταθλητής Ελλάδας στο karate.

Παπαϊωάννου Θεόδωρος: Σπουδαστής Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, 1 dan στο Shotokan karate.

Πέππας Τρύφων: Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, αρχηγός της ομάδας judo του Ε. Μ. Πολυτεχνείου.

Πιντέρης Γιώργος: Ψυχολόγος, 2 dan karate από την Α.Κ.Κ.

Πολίτης Κώστας: Ναυπηγός, 1 dan στο Aikido.

Ραπτάκης Νίκος: Σπουδαστής Μηχ/γος-Ήλ/γος Ε. Μ. Πολυτεχνείου, 1 dan στο Shotokan karate.

Ροντογιάννης Γιώργος: Ίατρός των Σπόρ, διπλωματούχος της Σχολής Ήξειδικεύσεως στην Ίατρική των Σπόρ του Πανεπιστημίου της Ρώμης.

Σανιώτης Γιώργος: Καθηγητής Σωματικής Άγωγής, 2 dan στο Shotokan karate.

Tansley Arthur: Ήπαγγελματίας φωτογράφος, 3 dan στο judo από τό Kodokan. (Κάτοικος Τόκιο).

ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Ήπεξεργασία κειμένων: Κοσμάς Περισίδης

Ήπιμέλεια εκδόσεως: Ίωάννα Κοκόση

Ξελιδοποίηση: Λένα Άργυρίου

Φωτογραφίες: Arthur Tansley
Γρηγόρης Βακατάσης

Μακέττες: Ν. Κατσιμαλής — Δ. Λέμης

Φωτοστοιχειοθεσία: Γεώργιος Λεοντακιανάκος

Διορθώσεις: Κοσμάς Περισίδης

Ήκτύπωση: Ά/φοι Σερέτη Α.Ε.

Βιβλιοδεσία: Χ. Χρονόπουλος

Διανομή: Πρακτορείο Ήφημερίδων Άθηναϊκού Τύπου Α.Ε.

ΜΗΝΙΑΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE

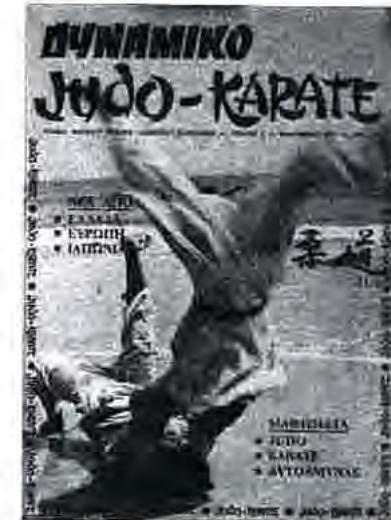
Ήδρυτής-Ήδιοκτήτης: Θύμιος Περισίδης

Ήκδότης-Διευθυντής: Θύμιος Περισίδης

Γραφεία: Ρεθύμνου 8 — Άθήνα 147 — τηλ. 8224-794

Γραμματεία: Ίωάννα Κοκόση, τηλ. 8216-509

ΤΕΥΧΟΣ 1 — ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 1977 — ΔΡΧ. 35



τοποθεσία στην ακροατήσια

Σ' ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

ΠΡΟΛΟΓΟΜΕΝΑ

Ήπιστολή στόν αναγνώστη, από τόν Θ. Περισίδη..... 2
Προλογικό σημείωμα, από τόν Ichiro Abe..... 4

ΝΕΑ-ΕΙΔΗΣΕΙΣ

Τό Judo και ό ΣΕΓΑΣ, από τόν Τ. Πέππα..... 18
Νέα άπ' όλο τόν κόσμο..... 24

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ

Judo: Τό παραδοσιακό άθλημα της Ήαπωνίας, από τόν Τ. Πέππα..... 6
Ήσυνεργάτης μας Dr. John B. Hanson-Lowe..... 16
Ήσυνεργάτης μας Arthur Tansley..... 17
Budokan: Μιά σύγχρονη σχολή judo-karate..... 20

ΔΙΑΦΟΡΑ

Οί πολεμικές τέχνες της Ήαπωνίας, από τόν Γ. Άρτινό..... 10
Τά στόλ του Karate, από τόν Γ. Πιντέρη..... 12
Ή ιστορία του Karate στην Ήλλάδα, από τόν Γ. Πιντέρη..... 14
Οί Έλληνες με μαύρες ζώνες στο άπό τό Kodokan..... 30
Εϋθυμα και σοβαρά από τήν Ι. Κοκόση..... 26
Τό λεξιλόγιο του judo..... 28
Τό λεξιλόγιο του karate..... 29
Στατιστικό σημείωμα..... 32

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ: Πρός Ε. Περισίδη, Ρεθύμνου 8, Άθήνα 147, δρχ. 200 για έξάμηνη συνδρομή στο περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO - KARATE».

Έπιστολή στον αναγνώστη

Αγαπητοί αναγνώστες:

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

Τί είναι τό judo και τό karate!

Τό judo εμφανίζεται στά μάτια του άμύητου σαν μιά πάλη σώμα με σώμα δύο αντιπάλων, όπου ο καθένας προσπαθεί με συνδυασμένες και γρήγορες κινήσεις να ρίξει τον άλλον κάτω και να τον άκινητοποιήσει. Οί δύο αντίπαλοι δέν αλλάζουν χτυπήματα αλλά τραβούν, σπρώχνουν ή εφαρμόζουν κατάλληλες λαβές ο ένας στον άλλον.

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

Ας δεχτούμε προς τό παρόν αυτή την από πρώτη όψη αντίληψη σαν έναν άπλό όρισμό και ας αφήσουμε για άργότερα την εμβάθυνση στο πραγματικό νόημα. Κρίνουμε σκόπιμο να αναφέρουμε σ' αυτό τό σημείο πώς τό judo και τό karate είναι διεθνή αθλήματα με εκατομμύρια αθλητές σ' όλο τον κόσμο. Πάρ' όλο που με μιά πρώτη ματιά φαίνονται παρόμοια, κατά βάθος έχουν λίγες όμοιότητες και πολλές και μεγάλες διαφορές. Μιά από τίς κύριες όμοιότητες είναι ότι αναπτύχθηκαν πρώτα στις ανατολικές χώρες (Ίαπωνία, Κίνα, Όκινάουα, κτλ.) και από εκεί ξαπλώθηκαν σ' όλο τον κόσμο. Μιά από τίς κύριες διαφορές είναι ότι οι τεχνικές του judo αποβλέπουν στην άνατροπή και άκινητοποίηση του αντιπάλου, ενώ κατά την άναμέτρηση οι άγωνιζόμενοι έρχονται σε έπαφή (δηλ. μπορεί να πιήσει καλά ο ένας τον άλλον). Αντίθετα, στο karate οι αντίπαλοι δέν έρχονται σε έπαφή, αλλά παραμένουν σε κάποια απόσταση ο ένας από τον άλλον και κάνουν επιθέσεις σε κατάλληλες στιγμές, προσπαθώντας να καταφέρουν τό καίριο κτύπημα που θα τους δώσει τό βαθμό της νίκης.

Ποιοί είμαστε εμείς!

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

Από τό Θύμιο Περισίδη



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

Μαζευτήκαμε, λοιπόν, μερικοί παλιοί αθλητές, που για μερικά χρόνια άφιερώναμε άρκετές ώρες κάθε εβδομάδα για τίς προπονήσεις μας στο ένα ή και στα δύο παραπάνω αθλήματα, και είπαμε να άποτελέσουμε την άρχή μιας κινήσεως που να βοηθήσει την πρόοδο του judo και του karate στην Ελλάδα. Σκεφτήκαμε πώς μιά τέτοια άρχή δέν είναι τίποτ' άλλο από τη σωστή και χωρίς ύστεροβουλία κατατόπιση και τη συνεχή και ύπεύθυνη ενημέρωση των ενδιαφερομένων. Άν, λοιπόν, έσεις είσατε οι ενδιαφερόμενοι, θα έπρεπε, να βρούμε ένα μέσο επικοινωνίας μεταξύ μας. Και σαν πιο προσιτό μέσο επικοινωνίας άνάμεσα σε σάς και σε μας βρήκαμε τό περιοδικό. Έτσι, η άπλή αυτή ιδέα πέρασε από την κατάλληλη όργάνωση, της προετέθηκε η άφιλοκερδής συνεργασία περισσότερων από τριάντα ανθρώπων (δασκάλων judo ή karate, παλιών ή νέων αθλητών και άλλων) και έγινε τό περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ JUDO-KARATE» που κρατάτε στα χέρια σας ή «J-K» όπως θα τό λέμε για πιο σύντομα. Γρήγορα θα διαπιστώσετε ότι στις σελίδες του θα βρήτε τίς σωστές πληροφορίες, τίς σωστές απαντήσεις στην κάθε σας άπορία και σιγά-σιγά θα γίνεται και σεις όπως και τόσοι άλλοι θερμοί ύποστηρικτές του.

Ποιοί είσατε έσεις!

Σκεφτήκαμε, ότι έσεις οι αναγνώστες μας θα άποτελείτε χοντρικά τίς εξής πέντε κατηγορίες.

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

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

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

4) Έκείνους που έχουν από πολλά χρόνια γνωρίσει τό judo ή τό karate με τον σωστό τρόπο, κάτω από τίς οδηγίες γνήσιων και ικανών εκπαιδευτών, σε γυμναστήρια που όποβάλλουν την πραγματική έννοια των αθλημάτων αυτών και βγάζουν αθλητές άξιους να σταθούν σε διεθνείς άγώνες. (Αυτοί θα είναι οι πιο άπαιτητικοί αναγνώστες μας).

5) Τέλος, εκείνους που δέν άνήκουν σε καμιά από τίς προηγούμενες κατηγορίες. Είναι άρκετοί και σ' αυτή την κατηγορία. Π.χ. οι άπλοι φίλαθλοι, οι περιεργοί, και πολλοί άλλοι μελλοντικοί φίλοι μας.

Τό πρόγραμμά μας.

Η θέση μας λοιπόν είναι λίγο δύσκολη γιατί θα πρέπει από τίς προσωρινά λίγες σελίδες αυτού του περιοδικού να ίκανοποιήσουμε τά ενδιαφέροντα όλων αυτών των κατηγοριών των αναγνωστών μας. Έπειδή όμως σκοπός μας είναι να γνωστοποιήσουμε και να τονίσουμε τη γνησιότητα, τη σοβαρότητα, τη διεθνή άπήχηση των δύο αυτών σπόρ, να ίξαλείψουμε κάθε ύπάρχουσα διαφορά, να συνενώσουμε και να ενεργοποιήσουμε τό διασκορπισμένο κα' παθητικό ελληνικό δυναμικό, γι' αυτό θα καταβάλουμε κάθε προσπάθεια να συγκεντρώσουμε από ούδέτερη θέση τό ενδιαφέρον όλων σας σαν άτομα, σαν συλλόγους ακόμα και σαν άρμόδιες αρχές και να δημιουργήσουμε τον πυρήνα για την άνάπτυξη μιας κινήσεως με στόχο την πρόοδο της γνήσιας μορφής των αθλημάτων αυτών στον ελληνικό χώρο και τελικά την άξια εκπροσώπηση της χώρας μας σε διεθνείς άγώνες.

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

Κατατοπιστικά. 1) Λεξιλόγιο και όρολογία judo και karate, 2) Κανονισμοί άγώνων και διατησία, 3) Κατάλογο Συλλόγων και Σχολών με όνόματα εκπαιδευτών, ώρες προπονήσεως και διδαστρα, 4) Κατάλογο των γνωστών βιβλίων και περιοδικών για judo και karate, κτλ.

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

Ίστορικά. 1) Η Ίστορία του judo, 2) Η Ίστορία του karate, 3) Η Ίστορία των judo-karate στην Ελλάδα, κτλ.

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

αθλητών και εκπαιδευτών, 9) Τεχνικές πρωταθλητών, 10) Παρουσιάσεις Συλλόγων, Σχολών, εκπαιδευτών, βιβλίων, 11) Πολεμικές Τέχνες: aikido, nunchaku, kendo, sai, sumo, kung fu, tae-kwon-do, κλπ.,

Θέλουμε όμως και βοήθεια!

Για να είμαστε όμως ρεαλιστές, δέν φτάνει μόνο μια προσπάθεια σαν τη δική μας για να σταθεί ένα τέτοιο περιοδικό και να φέρει ουσιαστικά άποτελέσματα. Θέλει όπωσδήποτε και τη δική σας ενεργή συμμετοχή και θερμή ύποστήριξη.

Σας ζητάμε, λοιπόν, όποιοι και άν είστε, (άπό άπλοι φίλαθλοι μέχρις έμπειροι εκπαιδευτές), όπου και άν είστε (μέσα ή έξω απ' την Ελλάδα) να μας βοηθήσετε. Να μας βοηθήσετε με τρεις συγκεκριμένους τρόπους.

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

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

Τέλος, ο τρίτος τρόπος να μας βοηθήσετε είναι να διαδώσετε τό περιοδικό στους φίλους σας που τυχόν ενδιαφέρονται, αλλά δέν τό είδαν ακόμα. Αυτό θα μας βοηθήσει να αντιμετώπισουμε τά μεγάλα έξοδα που άπαιτεί η διεθνής ενημέρωσή του.

Ο σκοπός μας.

Ο τελικός σκοπός μας είναι να δημιουργήσουμε ένα πολύ φιλικό κλίμα άνάμεσα σε όσους διαβάσουν τό περιοδικό μας. Που ξέρετε! Μπορεί δύο τωρινοί άγνωστοι μεταξύ σας αναγνώστες μας να βρεθίτε μεθούριο αντίπαλοι σε κάποιο άγώνα ή συμπαίκτες σε κάποια ομάδα. Γι' αυτό θέλουμε να ζήσετε όλοι μαζί μας τά πρώτα βήματα του περιοδικού «J-K», που φτιάχεται για να σας άνήκει. Θέλουμε να γνωρίσετε μαζί μας την άνάπτυξη και την έδραϊωσή του. Μάθετε, λοιπόν, πώς στην πρώτη μας έκδοτική προσπάθεια (δηλ. στο πρώτο τεύχος) τυπώσαμε 20.000 αντίτυπα των 32+4 σελίδων και τά μοιράσαμε την 1 Νοεμβρίου 1977. Σύντομα, λοιπόν, θα έχουμε γνωρίσει.

Εύχαριστούμε

Σας εύχαριστούμε άπέραντα από τη θέση αυτή για τό κάθε τί που θα κάνετε για τό περιοδικό «J-K» και σας ύποσχόμαστε να ίκανοποιήσουμε τίς προσδοκίες σας. Ζητάμε την επείκιά σας για τίς προσωρινές άτέλειες που θα τίς ίξαλείψουμε σιγά-σιγά με τη συνεργασία σας.

Μέ έκτίμηση
Ο εκδότης

προλογικό σημείωμα

Από τό Διευθυντή τοῦ Τμήματος Διεθνῶν Σχέσεων τοῦ Kodokan κ. Ichiro Abe.

Σάν προλογικό σημείωμα στήν πρώτη έκδοση τοῦ περιοδικοῦ μας παραθέτουμε τά λόγια πού εἶπε ὁ κ. ICHIRO ABE, Διευθυντής τοῦ τμήματος Διεθνῶν Σχέσεων τοῦ Ἰνστιτούτου KODOKAN, στό μόνιμο ἀνταποκριτή μας στό Τόκυο κ. Γεράσιμο Ἄρτινο (μαύρη ζώνη, 2 DAN στό JUDO ἀπό τό KODOKAN).

Τό νέο κτίριο τοῦ Kodokan. Τό ψηλό κτίριο (6 ὀρόφων) εἶναι τό Kodokan Hostel καί τό χαμηλό ἀριστερά (ισόγειο καί δροφος) περιλαμβάνει αἰθουσες διδασκαλίας κάτω καί μεγάλο dojo (περίπου 500 tatami) ἔπάνω. [Φωτογραφία τοῦ Arthur Tansley.]



Ὁ διευθυντής τοῦ τμήματος διεθνῶν σχέσεων τοῦ Kodokan κ. Ichiro Abe, 8 dan.

Πληροφορούμενος ἀπό τόν κ. Γ. Ἄρτινο τήν γιά πρώτη φορά ἔκδοση ἐνός περιοδικοῦ σχετικοῦ μέ τό judo στήν Ἑλλάδα νοιώθω μεγάλη εὐχαρίστηση πού ἀπευθύνω δύο λόγια στούς Ἑλληνες πού ἀγαποῦν τό judo.

Τό judo εἶναι ἕνα ἀθλημα πού ἔχει κατακτήσει τίς καρδιές ἑκατομμυρίων ἀνθρώπων σέ ὅλο τόν κόσμο. Πρωτοεμφανίστηκε στήν Ἰαπωνία ἀπό τόν δημιουργό του καθηγητή Jigoro Kano πρὶν ἀπό ἑκατό χρόνια περίπου. Σήμερα εἶναι γνωστό σέ ὅλο τόν κόσμο καί σχεδόν σέ κάθε χώρα ὑπάρχουν άτομα πού ἀσχολοῦνται μέ αὐτό. Ἐπί πλέον, τό judo ἔχει γίνῃ ολυμπιακό ἀθλημα ἀπό τό 1964.

Ἀναφερόμενοι στήν Ἑλλάδα, ἂν καί ἡ ὡραία σας χώρα ἔχει παράδοση χιλιάδων χρόνων στά σπόρ καί εἶναι ὁ τόπος πού ἔχουν τίς ρίζες τους τό ολυμπιακό πνεῦμα τῆς δίκαιης ἀναμετρήσεως καί οἱ ολυμπιακοί ἀγῶνες, πολύ σπάνια βλέπουμε Ἑλληνες ἀθλητές τοῦ judo στό Kodokan. Ὑποθέτω πώς αὐτό ὀφείλεται στήν μεγάλη ἀπόσταση πού μᾶς χωρίζει καί στά μεγάλα ἐξοδα ἐνός ταξιδιοῦ καί ὄχι στήν ἔλλειψη ἐνθουσιασμοῦ ἀπό μέρος τῶν Ἑλλήνων ἀθλητῶν πού εἶναι πολύ καλοί σέ ἄλλα εἶδη πάλης.

Τό Kodokan εἶναι ἕνας χώρος ὅπου χιλιάδες ξένοι ἀπό ὅλο τόν κόσμο ἔρχονται καί μελετοῦν τήν τέχνη τοῦ judo. Μέχρι τώρα μόνο λίγοι Ἑλληνες ἔχουν ἀποκτήσει μαύρη ζώνη ἀπό τό Ἰνστιτούτο μας. Φυσικά τό νά πάρει κανεῖς μαύρη ζώνη στό judo καί μάλιστα ἀπό τό Kodokan δέν εἶναι κάτι εὐκόλο. Μέ ἄλλα λόγια δέν εἶναι ἀρκετό «νά ἔρθῃ κανεῖς ἐδῶ». Θά πρέπει νά ἐκπαιδευτεῖ σκληρά καί γιά πολύ καιρό. Ἡ ἀναμέτρηση στούς ἀγῶνες judo στό Kodokan εἶναι σκληρή καί ἡ ἀπαιτούμενη στάθμη δεξιότητος καί θεωρητικῆς καταρτίσεως εἶναι πολύ ψηλή.

Παρ' ὅλα αὐτά, ὅπως καί οἱ ἀρχαῖοι Ἑλληνες ἔλεγαν «ἡ ὁμορφιά δέν βρίσκεται στήν εὐκόλη ἐπιτυχία ἀλλά στό δύσκολο κατόρθωμα», μιά μαύρη ζώνη εἶναι τό ἀποτέλεσμα σκληρῆς προσπάθειας καί συνεχοῦς ἀσπληρῆς πειθαρχίας. Ἐχοντας αὐτό πάντα στό μυαλό πιστεύω ὅτι αὐτό τό περιοδικό θά συνεισφέρει θετικά στήν διάδοση τῆς ἰδέας τοῦ judo στήν Ἑλλάδα καί θά προσελκύσῃ περισσότερους νέους καί φιλόδοξους Ἑλληνες στό Kodokan ἀποφασισμένους νά ἀκολουθήσουν τήν ἐπνευσμένη διδασκαλία τοῦ καθηγητή Jigoro Kano.

Προσωπικά θά εἶμαι εὐχαριστημένος νά δῶ περισσότερους Ἑλληνες νά ἔρχονται στό Kodokan καί θά περιμένω μέ χαρά τήν ἡμέρα πού ἡ Ἑλληνική Ἐθνική Ὀμάδα judo θά ἔρθῃ ἐδῶ ὅπως τόσες ἐθνικές ὀμάδες ἄλλων χωρῶν ἔρχονται συχνά.

Ἀπό τή θέση αὐτή εὐχομαί τήν καλύτερη τύχη στούς Ἑλληνες ἀθλητές τοῦ judo.

Ichiro Abe

Ichiro Abe
Chief International Div.
Kodokan Judo Institute

judo: τό παραδοσιακό άθλημα τής 'Ιαπωνίας

Κατατοπιστικό σημείωμα για τόν άναγνώστη.

Άπό τόν Τρύφωνα Πέππα.



Άγαπητοί μας άναγνώστες

Έγκαινιάζοντας στόν άθλητικό κόσμο τό περιοδικό μας και στό περιοδικό μας τό άθλημα τού *judo*, πού άπό φέτος (δυστυχώς τόσο άργά) έπισημοποιήθηκε στην Έλλάδα μέ τήν ένταξη του στόν ΣΕΓΑΣ, κρίναμε σκόπιμο νά γράψουμε λίγα λόγια πάνω στό σπόρ αυτό, όχι βέβαια για νά άποδώσουμε τήν ιστορία του - κάτι τέτοιο άπαιτεί πολύ περισσότερα άπό ένα άπλό σημείωμα - άλλά για νά δώσουμε εκ τών προτέρων μιά γενική εικόνα για τό άθλημα πού πρόκειται, νά περιγράψουμε μέ ρεπορτάζ, μέ ειδήσεις και σχόλια άπό τό περιοδικό μας. Τό κάνουμε αυτό κυρίως

ΆΗ πολλαπλή αυτή πόζα δείχνει τήν άρμονική ίσορροπία και τό συγχρονισμό, πού άπαιτούνται για μιά τεχνική ρίψη στό *judo*.



διότι έχουμε διαπιστώσει, ότι τό ελληνικό κοινό σχεδόν άγνοεί τό *judo*, μονίμως δέ τό μπερδεύει μέ τό *Karate*, πράγμα πού όφείλεται σέ μιά επιπόλαιη εικόνα πού έχει, σχηματίζει γι' αυτά τά δύο άπό τούς τίτλους διαφόρων έμπορικών ταινιών. Φιλοδοξούμε, στό μέλλον, πού τό περιοδικό μας θά έχει και περισσότερες σελίδες, νά μπορέσουμε νά γράψουμε και τή λεπτομερή ιστορία, τού χαρακτηριστικότερου γιαπωνέζικου αυτού άθλήματος.

Άνάμεσα στά παραδοσιακά ίθαγενή γιαπωνέζικα *sports*, κανένα δέν έξασκεΐται άπό τόσο πολύ κόσμο, νέους και γέρους και τών δύο φύλλων σέ όλο τόν κόσμο άπό τό *judo*.

Πάνω άπό ένα εκατομμύριο άτομα ακολουθούν κανονική εκπαίδευση στό *Judo* στην 'Ιαπωνία, σύμφωνα μέ πληροφορίες τής 'Ομοσπονδίας *Judo* τής 'Ιαπωνίας (*All Japan Judo Federation*). Οί περισσότεροι ίάπωνες άνω τών 40 ετών, σέ κάποια περίοδο τής ζωής τους έκαναν *Judo* ή *Kendo* (γιαπωνέζικο στυλ ξιφομαχίας), πού ήταν υποχρεωτικά μαθήματα σωματικής άγωγής στά σχολεία πριν άπό τό δεύτερο Παγκόσμιο πόλεμο.

Άγώνες, πανεπιστημίων, κολλεγίων, γυμνασίων και δημοτικών σχολείων για άνδρες και γυναίκες, και για άστυνομικούς γίνονται κάθε χρόνο σέ έθνική και περιφερειακή κλίμακα.

Τό *Judo* έγινε πραγματικά διεθνές άπό τόν προηγούμενο πόλεμο και μετά. Μέ τό όλοένα αυξανόμενο παγκόσμιο ένδιαφέρον στό σπόρ αυτό, ό αριθμός τών ένθουσιωδών όπαδών τού *judo* μεγάλωσε σταθερά σέ πάνω άπό 4.000.000.

Περισσότερες άπό 80 χώρες έχουν σήμερα συν δεθεί μέ τήν Διεθνή 'Ομοσπονδία *judo* (*International Judo Federation*), ή όποία διοργανώνει παγκόσμιους άγώνες επί δύο σχεδόν δεκαετίες. ΆΗ πολυετής έλπίδα τών γιαπωνέζων, δικαιώθηκε όταν τό *judo* έντάχτηκε στά 'Ολυμπιακά άγωνίσματα για πρώτη φορά άπό τούς 'Ολυμπιακούς Άγώνες τού Τόκυο και ύστερα (1964). Πολλοί έχουν τήν έντύπωση ότι τό *judo*, τό όποιο έπινοήθηκε άρχικά στην 'Ιαπωνία σάν μιά τέχνη αυτοάμυνας, είναι ένα σίγουρο μέσο για νά ρίξει κάτω ένα μικρόσωμο και αδύνατος ένα γιγαντόσωμο και δυνατό. Αυτό



δμως δέν συμβαίνει κατ' άνάγκη. Έξαρτάται και άπό τά δύο άτομα και άπό τό κατά πόσον ό ένας θά μπορέσει νά εφαρμόσει άποτελεσματικά τήν τεχνική του πρώτος.

Τό *judo* πού έτυμολογικά σημαίνει «ό μαλακός δρόμος» είναι ό τρόπος για νά εφαρμόσει κανείς τήν διανοητική και τήν φυσική του δύναμη, πού άποτελεσματικά. Μέ τήν εκπαίδευση για τήν φυσική άμυνα, και τό πνεύμα και τό μυαλό πειθαρχούν για νά κατορθώσουν τόν τελικό σκοπό πού είναι ή τελειοποίηση τού ατόμου, ώστε νά μπορέσει νά γίνει όσο τό δυνατό πιο ώφέλιμο για τό κοινωνικό σύνολο.

Μόνο 90 χρόνια περίπου έχουν περάσει άπό τότε πού τό *judo* πήρε τή σημερινή μορφή του, άλλά ή ιστορία του πηγαινει πολύ πίσω στόν χρόνο, όταν στην 'Ιαπωνία τά μόνα όπλα, ήταν τά χέρια, τά μαχαίρια, τά ρόπαλα, τά σπαθιά, οι πέτρες, τά τόξα και τά

βέλη. ΆΗ χρήση τούς γινόταν μέ έπιστημονική και θανατηφόρα επιδεξιότητα πού είχε ξεφύγει άπό τά όρια τής τεχνικής και είχε περιέλθει στή σφαίρα τής τέχνης.

Στό «*Nihon-Soki*» (Χρονικά τής 'Ιαπωνίας, 720 μ.Χ.), περιγράφεται ένας μύθος κάποιου «ό όποιος νικήθηκε σέ έναν άγώνα μέ γυμνά χέρια και χωρίς χρήση όπλων». Λέγεται ότι τό 23 π.Χ. κάποιος *Nomi-no-Sukune* νίκησε τόν *Taijima-no-Kehaya* σέ μιά μάχη μέχρι θανάτου «χωρίς όπλα».

Τό *ju-jitsu*, ό πρόδρομος τού *judo*, έπινοήθηκε άπό τήν πρακτική άνάγκη τού άγώνα μέ τά χέρια στό πεδίο τής μάχης. ΆΗ πρώτη σχολή *ju-jitsu* ιδρύθηκε τό 1532. Στην μέση περίοδο (1603-1867), πολλές σχολές *ju-jitsu* εμφανίστηκαν, δίνοντας, έμφαση στην πνευματική εκπαίδευση καθώς επίσης και τεχνικές άπόψεις, στις όποιες ή κάθε μιά άπό αυτές προσπαθούσε νά αναπτύξει τίς δικές της μεθόδους.

Ό *Jigoro Kano*, ό πατέρας τού μοντέρνου *Judo*, ένοποίησε τίς διάφορες σχολές τό 1882 και ίδρυσε τό *Kodokan Hall* στό Τόκυο τό 1885, οδηγώντας στην άνάπτυξη μιάς μορφής ή όποία, σήμερα είναι γνωστή σάν *Kodokan Judo*. Τό άθλημα σ' αυτή του τή μορφή άποτελέσει ένα μέρος τής σειράς σπουδών σέ ένα σχολείο τό 1883, στή ναυτική 'Ακαδημία τό 1887, στό Πανεπιστήμιο τού *Keio* τό 1889 και κατόπιν και σέ άλλα πανεπιστήμια. Έγινε υποχρεωτικό μάθημα για τούς μαθητές τού γυμνασίου τό 1931.

ΆΗ τέχνη τού *Judo*, έξασκουμένη σάν σπόρ άρχισε νά διαδίδεται στό έξωτερικό άπό τό 1889, όταν ό *Kano* γύρισε στην Εύρώπη. Ό πρώτος του ξένος μαθητής ήταν ένας Βρετανός αξιωματικός τού στρατού. Στη συνέχεια όλο και περισσότεροι έξπέρ τού *Judo* ταξίδευαν ανά τόν κόσμο, άποκτώντας όλο και περισσότερους μαθητές και μεγαλώνοντας και σταθεροποιώντας τό ένδιαφέρον τού κοι-

ΆΗ σειρά αυτή τών εικόνων δείχνει τά διαδοχικά στάδια μιάς ρίψεως τού *judo*.



νοῦ γι' αὐτό. Ἐτσι, ὁ πρόεδρος Ρουσβελτ καὶ ὁ Ραϊμόν Πουνκαρέ τῆς Γαλλίας, ἦταν ἀπὸ τοὺς πρῶτους γινωστούς πού ζήτησαν νά εἰσαχθοῦν στὸ ἄθλημα.

ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Μιά νέα ἐποχὴ γιὰ τὸ παραδοσιακὸ σπόρ τῆς Ἰαπωνίας ἀνοίξε τὸ 1951 μὲ τὴν ἰδρυση τῆς Διεθνούς Ὁμοσπονδίας Judo μὲ τὴν ὁποία ἡ Ἰαπωνία ἐνώθηκε τὸν ἐπόμενον χρόνον καὶ ὁ Risei- Kano, γιὸς τοῦ θεμελιωτῆ τοῦ Kodokan καὶ πρόεδρος τῆς Ἰαπωνικῆς Ὁμοσπονδίας, ἐκλέχθηκε πρόεδρος τῆς.

Οἱ Ἰάπωνες Judoka (judoκα=ἀθλητὴς τοῦ Judo), ὅπως ἀναμενόντανε, ἔκαναν ἓνα ἐντυπωσιακὸ διεθνὲς ντεμποῦτο τὸ 1951, ὅταν μιά ὁμάδα ἐπισκέφθηκε τὴ Γαλλία, ὅπου ἔγιναν οἱ Εὐρωπαϊκοὶ Ἀγῶνες. Σὲ μιά ἐκδήλωση μετὰ τὸ τουρνουά, ὁ Toshiro Daigo, τότε πρωταθλητὴς τῆς Ἰαπωνίας, ἐνίκησε τὸν πρωταθλητὴ τῆς Εὐρώπης ἐπιδεικνύοντας τὴν δυναμικότητα καὶ ἀποτελεσματικότητα τῶν γι-απωνέζικων τεχνικῶν.

Ἀλλὰ ἡ ὑπεροχὴ τῶν γι-απωνέζικων ἦταν μοιραῖο νά ἐπιζήσει λίγο, καθὼς οἱ πρῶτοι μεγαλόσωμοι, καὶ δυνατοὶ ξένοι ἐπισκέπτονταν τὴν Ἰαπωνία, γιὰ νά μελετήσουν τὴν Ἰαπωνικὴ τέχνη.

Οἱ πρῶτοι καὶ οἱ δεῦτεροι Παγκόσμιοι Ἀγῶνες ἔγιναν στὸ Τόκυο τὸ 1956 καὶ 1958. Οἱ Ἰάπωνες πῆραν τὰ δύο πρῶτα βραβεῖα στοὺς πρῶτους, καὶ σάρωσαν τὰ τρία μετᾶλλια στοὺς δεῦτερος.

Παρόλο, πού οἱ Ἰάπωνες κυριάρχησαν στοὺς τίτλους στοὺς ἔκτους καὶ ὄγδους ἀγῶνες, τὸ 1969 στὸ Μεξικό καὶ τὸ 1973 στὴν Λωζάνη, οἱ Ὀλυμπιακοὶ τοῦ Μονάχου τὸ 1972 ἔδειξαν μὲ πειστικότητα ὅτι τὸ Judo δὲν εἶναι πιά μονοπώλιο τῆς Ἰαπωνίας. Ἀπεδείχθη ὅτι στίς βαρύτερες κατηγορίες οἱ Ἰάπωνες δὲν μποροῦν νά ὑπερνηκίσουν τοὺς ξέ-



Ἐκπαίδευση σὲ τεχνικὲς τοῦ δόδαφος στὸ τμήμα γυναικῶν τοῦ Kodokan.

Τὸ πρῶτο πού μαθαίνουν οἱ ἀρχαῖο μικροὶ judoka εἶναι τὸ πῶς νά πέφτουν.



νους ἀντιπάλους τους, πού εἶναι περίπου τοῦ ἴδιου ἐπιπέδου ἀπὸ ἀποψη τεχνικῆς ἀλλὰ ἔχουν πρῶτον γερὰ μπράτσα.

Στὸ Μόναχο, ὁ Wim Ruska ἀπὸ τὴν Ὀλλανδία πῆρε καὶ τοὺς δύο τίτλους τῆς ἀνοιχτῆς κατηγορίας καὶ τῆς κατηγορίας βαρέων βαρῶν, καὶ ὁ Ashota Chochoshvili τῆς Ρωσίας στὰ ἡμιβαρέα. Οἱ Ἰάπωνες κατόρθωσαν νά πάρουν μαζί τους μόνον τρία ἀπὸ τὰ ἔξι μετᾶλλια, τῶν ἐλαφρύτερων κατηγοριῶν, στίς ὁποῖες τὸ φυσικὸ μέγεθος δὲν παίζει καὶ τόσο μεγάλο ρόλο καὶ ἡ ἀνώτερη ἰαπωνικὴ τέχνη ἐπικράτησε.

Ἀκολουθώντας τὰ γνᾶρια τῶν ἀνδρῶν οἱ γυναῖκες ἀθλήτριες ἀγωνίστηκαν σὲ διεθνεῖς τουρνέ στὴν Εὐρώπη καὶ σὲ ἄλλα μέρη τοῦ κόσμου τὸ 1973 προετοιμάζοντας ἔτσι τὴν ἰδέα γιὰ γυναικείους Παγκόσμιους Ἀγῶνες

καὶ πιθανῶς Ὀλυμπιακὰ ἀποτελέσματα, στὸ προσεχὲς μέλλον. Συστηματικὴ ὀργάνωση γιὰ κάτι τέτοιο κάνει ἓνας γι-απωνέζικος σὺλλογος judo γυναικῶν, πού ὀργανώθηκε τὸ 1974, ὑποσκελίζοντας τὸ 30χρονο γυναικεῖο τμήμα τῆς Ἰαπωνικῆς Ὁμοσπονδίας.

ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Στὸ ἐπόμενο τεῦχος μας θά περιγράψουμε πῶς εἶναι τὸ judo ὀργανωμένο διεθνῶς, ποιοὶ τὸ διοικοῦν καὶ διάφορες ἄλλες χρήσιμες πληροφορίες, γι' αὐτοὺς πού ἐνδιαφέρονται ἐιδικότερα.



Το ἐσωτερικὸ τοῦ Nippon Budokan Hall τοῦ Τόκυου, ὅπου πάντα γίνονται οἱ πανταπωτικοὶ ἀγῶνες τζούντο.

οι πολεμικές τέχνες, ιστορικό



'Από το μόνιμο συνεργάτη μας στο Τόκυο Γεράσιμο 'Αρβανιτό (2 dan στο judo, 1 dan στο shorinji-kempo)

Εισαγωγή.

'Η Φύση μέσα στην ακατάπαυστη γονιμότητά της με τις έκρηκτικές ιδιοτροπίες της και τις ποικιλόμορφες χρονικές μεταπτώσεις της χάρισε στους ερμηνευτές της όλο εκείνο το πλούσιο υλικό, που τροφοδοτεί τους γηϊνούς μελετητές για την πορεία και την εξέλιξη της ανθρώπινης ζωής.

'Από αυτή την ίδια Φύση εξορμά η κίνηση, η πάλη, η δοκιμασία, η μάχη, η επίθεση, ή άμυνα για να δημιουργηθεί το φιλοσοφικό κύκλωμα της αναπαραγωγής.

Είναι τα δεδομένα που προσπαθούν σε πρώτο πλάνο την επίθυμία να μελετηθεί το μυστήριο, που λέγεται ζωή.

□□□□□□□□

Iai-do, η τέχνη στη χρήση του μακροῦ σπαθιοῦ.



'Ιστορική ανάγκη ή επιβίωση.

Οι πρωτοπόροι 'Ασιατικοί λαοί- όταν η Δύση ἀπολάμβανε ἀκόμα τό σκοτάδι τῆς ἀμάθειας-πρὶν 2000, 3000, 5000 χρόνια ὑπερνικόντας μιά ἀγρία μορφή ζωῆς ἀναγκάστηκαν γιὰ τὴν ἐπιβίωσή τους νὰ δημιουργήσουν τέχνες ἄμυνας, τέχνες μαχητικές, τέχνες πολεμικές. 'Η πρώτη τους ἐμφάνιση ἔγινε στὴν Κίνα, στὴν 'Ινδία καὶ τό Θιβέτ. Οἱ ἐθελοντικές ἢ ἀναγκαστικές μεταναστεύσεις στάθηκαν σάν αἰτία νὰ μεταφερθοῦν καὶ μεταφυτευτοῦν καὶ σ' ἄλλες ἐπικράτειες τὰ μυστικά τῶν πολεμικῶν τεχνῶν.

Σήμερα, μόνο στὴν 'Ιαπωνία, δώδεκα ἑκατομμύρια ἄνθρωποι πιστεύουν καὶ ἀσχολοῦνται μὲ τὴν ἀθλητικὴ τέχνη τῶν Judo, Karate, Ju-jitsu, Aikido, Shorinji-Kempo, Kendo, Sai, Iai-do κτλ., κάτω ἀπὸ ἓνα σωρὸ ἐναλλασσόμενες παραλλαγές, ὅπου χρησιμοποιοῦνται σπαθιά, κοντάρια μακριὰ μὲ μετάλλινη αἰχμή, κτλ.

Στὰ χρόνια τῆς διαμόρφωσης τῶν πολεμικῶν τεχνῶν ἐπιβλήθηκε ἡ ἀνάγκη νὰ κυριαρχήσουν μεγάλες ὁμάδες μὲ ξεχωριστὰ χαρακτηριστικὰ ὅπου διαχωριστικὸ ρόλο ἔπαιξαν ἡ ἀνατομία τῶν ἀνθρώπων καὶ οἱ θρησκευτικές τους πεποιθήσεις.

α) Ἐχοντας σάν βάση τὴ σωματικὴ διάπλαση οἱ ὁμάδες προσαρμόστηκαν σὲ διάφορα εἶδη karate π.χ. ὅπως εἶναι τὸ κορεατικὸ Tae-Kwon-do, ὅπου οἱ Κορεάτες μὲ τὰ μακριὰ τους πόδια ἀντιμετώπιζαν τὸν ἀντίπαλο, σὲ ἀντίθεση μὲ τὰ γιαπωνέζικα Karate, πού χρησιμοποιοῦσαν συχνότερα τὰ χέρια στίς διάφορες μορφές τους.

β) Μὲ δευτέρη βάση τίς θρησκευτικές τους πεποιθήσεις-ὄσο παράδοξο καὶ ἂν φαίνεται-δημιούργησαν π.χ. τὸ Shorinji-Kempo, πού θεωρεῖται μιά νέα μορφή Karate μὲ ἐνεργητικὸ μέρος τὸ Kongo-Zen καὶ μὲ παθητικὸ τὸ Za-Zen. Τὸ ἐνεργητικὸ Kongo-Zen εἶναι ἓνα φιλοσοφικὸ σύστημα διαλογισμοῦ, πού ἐπηρεάζεται ἀπὸ τὸν Βουδισμό καὶ θὰ ἀναπτυχθεῖ σὲ ἰδιαίτερη διεξοδικὴ ἀνταπόκριση.



«Τὰ θηρία παίζει». Στιγμιότυπο ἀπὸ ἀγῶνες sumo, πού εἶναι ἔθνικὸ ἀθλημα τῆς 'Ιαπωνίας.

γ) Μὲ τρίτη βάση τὴν νοοτροπία καὶ τὸν τρόπο ζωῆς καθιερώθηκαν νέα εἶδη πάλης ἐπηρεασμένα ἀπὸ τὰ διδῶματα τοῦ Bushido (κώδικας τοῦ πολεμιστῆ), ἐνῶ σὲ ἀντιπαράθεση μὲ τὰ σημερινὰ δεδομένα ἡ τεχνικὴ φαίνεται νὰ κινεῖται μέσα σὲ νεώτερα πλαίσια.

□□□□□□□□

Πληροφοριακὴ ἀναφορά.

'Απὸ τὴν Κίνα μεταφυτεύθηκε τὸ Karate στὴν 'Ιαπωνία. Πρῶτος σταθμὸς τὸ συγκρότημα τῶν νήσων Ryukyu, ἢ OKINAWA. Μεσολάβησαν τόσες πολλὲς μεταμορφώσεις ἀπὸ τοὺς μύστες τοῦ ὅστε σήμερα νὰ ἀριθμοῦνται 40 εἶδη Karate στὴν 'Ιαπωνία.

Τὸ Shorinji-Kempo μὲ ρίζες προελεύσεως τὴν 'Ινδία πρὶν ἀπὸ 5000 χρόνια βρίσκονταν σὲ μορφή ἀνάμεικτη μὲ τὸ Karate καὶ τὸ Aikido καὶ ἐκδηλώνονταν σὲ στρεβλωτικὲς λαβές στοὺς καρπούς, τοὺς ἀγκῶνες καὶ τοὺς ὄμους. 'Ο Bodhidharma, Βουδιστὴς φιλόσοφος τοῦ ὅου αἰῶνα ἴδρυσε στὴν Κίνα ἓνα Ναὸ στὴν ἐπαρχία Honam γιὰ τὴν καλλιέργειά του.

Οἱ ὑποτακτικοὶ καλόγηροι τοῦ Ναοῦ ἐπιδόθηκαν ἀπερίσπαστα στὸ Shorinji-Kempo καὶ ἔτσι διατηροῦνται μέχρι σήμερα οἱ παρα-



δοσιακὲς στολές: μαῦρα ράσα μὲ ἄσπρες παχειές ζώνες.

Στὴν 'Ιαπωνία τὸ 1948 ὁ Doshin So πρῶτος δάσκαλος τῆς τέχνης ἐδραίωσε τὸ ἄθλημα. Στούς ἀγῶνες τοῦ χρησιμοποιοῦνται γάντια, θώρακες πλαστικοί, πού προφυλάσσουν τοὺς ἀσκούμενους ἀπὸ ἐπικίνδυνα λακτίσματα. Μόνο στὴν 'Ιαπωνία ἀσχολοῦνται 300.000 ἄτομα μὲ τὸ Shorinji-Kempo.

Οἱ Κορεάτες τὸν 5ο αἰῶνα ἐπινόησαν ἓνα ἄλλο εἶδος τέχνης: τὴν ΤΑΕΚΥΟΝ.

'Όταν οἱ Γιαπωνέζοι κατέλαβαν τὴν Κορέα μετᾶφεραν ἐκεῖ καὶ τὴν τέχνη τοῦ Karate. Τὸ 1945 μετὰ τὴν πτώση τῆς 'Ιαπωνίας καὶ τὴν ἀπελευθέρωση τῆς Κορέας παρουσιάστηκε μιά νέα μορφή, σὲ συνδυασμὸ τοῦ ΤΑΕΚΥΟΝ καὶ τοῦ γνωστοῦ ΚΑΡΑΤΕ, μὲ τὸν ὄρο ΤΑΕ-ΚΩΝ-ΔΟ.

'Η Παγκόσμια 'Όμοσπονδία τοῦ ἔχει τὴν ἔδρα της στὴ Σεούλ καὶ περιλαμβάνει 40 περίπου χώρες. Δυὸ φορές τὸ χρόνο γίνονται ἐκδηλώσεις καὶ παρουσιάσεις πάνω στὸ 'Ασιατικὸ καὶ Παγκόσμιο πρωτάθλημα στὸ ΤΑΕ-ΚΩΝ-ΔΟ.

Στὴν Ταυλάνδη μεθοδεύεται τὸ παραδοσιακὸ Kick-boxing, εἶδος πάλης ὅπου χρησιμοποιοῦνται χτυπήματα μὲ χέρια καὶ πόδια (γροθιές, ἀγκῶνες, γόνατα κτλ.). Ἐχει μιά συναρπαστικὴ μορφή μὲ τοὺς ἀθλητὲς τῶν 60-70 κιλῶν πού διαθέτουν εὐκίνησια καὶ ταχύτητα αἰλουροῦ καὶ φοβερὴ ἀντοχή.

Συνέχεια στὸ ἐπόμενο



Από το Γιώργο Πιντέρη.

τά στυλ του karate

—Κάνω KARATE.
 —Ναί Τι «στυλ»;
 Πρός στιγμή μερδεύεται. Ύστερα παίρνει ύφος «πατριωτικό» και άνηχουνε τα λόγια του «δασκάλου» του:
 —Ένα είναι το KARATE.
 —Ναί ασφαλώς ένα είναι, αλλά υπάρχουν διάφορα «στυλ» όπως το Shotokan, το Wado-ryu, το Shito-ryu και πολλά άλλα. Έστ' ποιό κάνεις;
 —Μέ κοιτάζει για λίγο με έκπληξη και άποια-έντυπωσιάζον βλέπετε τα ξένα ονόματα-και μετά..... περνά στην άντεπιθεση.
 —Έγώ κάνω Kung-Fu.

Τώρα μερδεύομαι εγώ. Κάτι τέτοιες στιγμές με πιάνει άπελπισία. Είναι ένα άνάμικτο συναίσθημα θυμού και γέλιου που πιάνει καθε KARATEKA όταν άκούει τέτοια «μαργαριτάρια». Συμβαίνει να έχω κέφια, και συνεχίζω τη συζήτηση.
 —Τί «στυλ» Kung-Fu κάνεις;
 —Δέν καταλαβαίνω. Τι έννοιες τί «στυλ»;
 —Κύτταξε, υπάρχουν περίπου 3.500 διαφορετικά «στυλ» Kung-Fu. Τό καθένα έχει διαφορετικό όνομα, διαφορετικές μεθόδους προπονήσεως και υπάρχουν και διαφορές

Mae tobi geri στον κόλπο Kashima από τον Terry O' Neil 3 dan στο karate από την AJKF, άρχηγό της άγγλικής ομάδας Karate. Γονατιστός ό Dennis Martin, 2 dan στο Goju-Ryu Karate.



στην τεχνική. Όταν μου λές Kung-Fu, άπλως μου λές ότι άσχολεύσαι με κάποια τέχνη κινεζικής προελεύσεως. Μου λές κάτι πολύ γενικό και άόριστο. Για να καταλάβω τί ακριβώς κάνεις χρειάζεται να μου πεις τό είδος του Kung-Fu που κάνεις.
 —Τί να σου πω..... δέν ξέρω.
 Πού να ξέρει! Μήπως ξέρει ό δασκαλός του; Αυτό όμως είναι άλλο θέμα, με τό όποιο θ' άσχοληθούμε μία άλλη φορά. Αυτό που μάς ενδιαφέρει εδώ, είναι να βάλουμε λίγο τά πράγματα στη θέση τους.

Όλες οι τέχνες του είδους Karate προέρχονται κατά βάση από τέσσερις διαφορετικές περιοχές. Τήν Κίνα, τήν Κορέα, τήν Οκινάουα και τήν Ίαπωνία. Συνήθως κάθε τέχνη, άνάλογα με τήν προέλευσή της έχει ένα γενικό όνομα. Έτσι τά ονόματα KARATE, OKINAWA-TE και KUNG-FU δέν δηλώνουν είδος ή «στυλ» αλλά άπλως προέλευση. Όταν κάποιος λέει ότι κάνει OKINAWA-TE άπλως μάς λέει ότι ή τέχνη του, προέρχεται από τήν Okinawa. Τό ίδιο ισχύει και για τά άλλα δύο ονόματα. Κάθε γενικό όνομα από αυτά όμως, χωρίζεται σε διάφορα στυλ (είδη) και είναι άδύνατο κάποιος να άσχολεύεται με ένα από τά τρία αυτά, χωρίς να άνήκει σε κάποιο συγκεκριμένο στυλ. Θά ριζουμε τώρα μία σύντομη ματιά στα διάφορα στυλ για να καταλάβουμε λίγο τις διαφορές τους.

1.- Κινεζικά στυλ.

Τά Κινεζικά στυλ έχουν γίνει γνωστά με τόν γενικό τίτλο Kung-Fu. Κάποτε θά γράψουμε τήν αναλυτική ιστορία των κινεζικών τεχνών και εκεί θά αναπτύξουμε τό πώς δημιουργήθηκε και από πού προέρχεται ή λέξη kung-fu. Με τήν λέξη αυτή οι Κινεζοί μιλάνε για μία από τις τρεις βασικές κατηγορίες τεχνών που έχουν, ή όποια είναι γνωστή και με άλλα ονόματα. Υπάρχουν πάρα πολλά στυλ kung-fu που μπορούν όμως να χωριστούν σε δύο γενικές κατηγορίες: Τά όρεινά και τά πεδινά. Τά όρεινά αναπτυχθήκανε στις όρεινες περιοχές της χώρας και χαρακτηρίζονται από δυναμικές κινήσεις και έμφαση στα λακτίσματα. Τά πεδινά στυλ, επειδή αναπτυχθήκανε στους όρυζώνες, μοιραία έδωσαν

έμφαση στα χέρια μία και πολλές φορές τό πόδια ήταν δύσκολο να μετακινηθούν στα νερά των όρυζώνων. Τά πεδινά στυλ είναι συνήθως ταχύτερα. Σήμερα υπάρχουν πολλά στυλ που είναι μίγμα των δύο κατηγοριών αλλά και πάλι δέν είναι δύσκολο κανείς να διακρίνει τις βασικές καταβολές του «στυλ».

Η άλήθεια είναι ότι δέν ξέρουμε πολλά πράγματα για τό kung-fu. Οι Κινεζοί είχαν για πολλά χρόνια σάν άρχή τους να κρατάνε τήν τέχνη τους μυστική και να τήν διδάσκουν μόνο σε Κινεζούς. Είναι λιγότερο από δέκα χρόνια από τότε που τά στυλ του kung-fu άρχισαν να διδάσκονται σε μη Άσιάτες και επειδή τά στυλ είναι πάρα πολλά, δέν μπορούμε ακόμα να πούμε ότι έχουμε μία ξεκάθαρη εικόνα για τό τί ακριβώς συμβαίνει. Ένα πάντως είναι σίγουρο. Δέν υπάρχουν μη Άσιάτες MASTERS του είδους ακόμα. Δέν έχουν προλάβει να δημιουργηθούν. Αν λάβουμε υπ' όψη μας ότι στό judo που έχει πάνω από 10 χρόνια από τότε που άρχισε να διδάσκεται σε Ευρωπαίους και Άμερικάνους να υπάρχουν masters; Δέν χρειάζονται ιδιαίτερες γνώσεις για να τά πει κανείς αυτά. Λίγη σκέψη χρειάζεται.

Στό kung-fu δέν υπάρχουν ζώνες, βαθμίδες και dan. Υπάρχουν μόνο δύο βαθμίδες, Μαθητής και δάσκαλος που οι Κινεζοί τόν λένε sifu. Έχω άκούσει ότι χρειάζεται περίπου 12 χρόνια για να γίνει ένας μαθητής sifu. Δώδεκα χρόνια πολύωρης καθημερινής προσπάθειας που δέν περιορίζεται μόνο σε προπόνηση. Χρειάζεται λοιπόν πολύ προσοχή όταν άκούμε κάποιον να μάς λέει ότι ό δάσκαλος του έχει 5, 7 ή 9 dan στό kung-fu. ιδιαίτερα όταν ό «δάσκαλος» αυτός είναι ελληνικής προελεύσεως...

2.- Κορεάτικα στυλ.

Τά Κορεάτικα στυλ μοιάζουν αρκετά με τά Ίαπωνικά, μόνο που είναι οργανωμένα διαφορετικά και έχουν δικές τους όμοσπονδίες. Η κορεάτικη όμοσπονδία του Tae-kwon-do έχει ένώσει πολλά κορεάτικα στυλ και τό Tae-kwon-dodιευθύνεται σήμερα από τό ύπουργείο έθνικής άμύνης της Ν. Κορέας. Έκτός από τό Tae-kwon-do, σημαντικό στυλ είναι τό Tang-soo-do και τό Hap-ki-do. Οι Κορεάτες διατηρούν τό ίδιο σύστημα βαθμίδων με τά διάφορα στυλ karate, μόνο που διαφέρουν τά χρώματα των ζωνών που αντιστοιχούν στις διάφορες βαθμίδες. Π.χ. στό Tang-soo-do αντί για καφέ χρησιμοποιούν κόκκινη ζώνη και αντί για μαύρη, μπλέ σκούρα. Έπειδή ή Κορέα είναι κατ' έξοχήν όρεινη χώρα, τά κορεάτικα «στυλ» χαρακτηρίζονται από μεγάλη έμφαση στα λακτίσματα και από δυναμικές και μάλλον...άργές κινήσεις.

3.- Όκιναιουέζικα.

Η γενική τους όνομασία είναι Okinawa-te που θά πει «Χέρι της Όκινάουα». Δυναμικά

στυλ χαρακτηρίζονται από μικρές κοφτές κινήσεις. Σε πολλά από αυτά τά στυλ λείπει τό τοξοειδές λάκτισμα (mawashi-geri). Πολλά σημερινά Ίαπωνικά στυλ έχουν Όκιναιουέζικες ρίζες μία και τό karate μεταδόθηκε στην Ίαπωνία από τήν Όκινάουα. Στό σημείο αυτό άνοίγουμε μία ενδιαφέρουσα παρένθεση με μερικές σημαντικές ήμερομηνίες:

- 1912- Δέκα Ίάπωνες άξιωματικοί του Πρώτου στόλου προκηθήκαν μία έβδομάδα στην Όκινάουα σε κάποιο στυλ Okinawa-te.
- 1920- Ό Norimichi Yabe (καθηγητής Okinawa-te στην Παιδαγωγική Άκαδημία της Όκινάουα) κάνει επίδειξη της τέχνης του στο Los Angeles των ΗΠΑ.
- 1921- Ό Gichin Funakoshi εισάγει τό Okinawa-te στο Τόκιο.
- 1923- Ό Asamoto Mitsuho εισάγει τό Okinawa-te στην Όσάκα.

Σήμερα υπάρχουν δεκάδες «στυλ» Okinawa-te. Άπό αυτά αναφέρω μερικά που έχουν παραμείνει καθαρά Όκιναιουέζικα: Uechi-ryu, Go-ryu, Issu-ryu.

4.- Ίαπωνικά στυλ.

Υπάρχουν πολλά ιαπωνικά στυλ και σε άρκετές περιπτώσεις, ένα στυλ έχει χωριστεί σε «υπο-στυλ» όπως έχει γίνει π.χ. με τό Shito-ryu που τό μόνο κοινό που υπάρχει σήμερα ανάμεσα στις διάφορες σχολές του στυλ αυτού είναι τό όνομα και ή όμοσπονδία που τις συνδέει. Έδώ όμως θά μιλήσουμε για τά βασικά στυλ που υπάρχουν. Βέβαια, μία και ή ό τίτλος του άρθρου είναι «τά στυλ του karate» δικαιολογημένα θά έπεκταθούμε κάπως περισσότερο στα Ίαπωνικά στυλ. Οι φίλοι μας που ενδιαφέρονται περισσότερο για τις τέχνες άλλης προελεύσεως μπορεί ν' άπογοητευθούν

Ό γνωστός εκλιπών Bruce-Lee, ήθοποιός και επαγγελματίας του Kung-fu



Στιγμιότυπο από τήν ομαδική εκπαίδευση στην Japan Karate Association. [Φωτογραφία Arthur Tansley.]

νε, αλλά μία και τό Ίαπωνικό karate είναι αυτό με τό όποιο έχω άσχοληθεί, μοιραία είναι ό τομέας για τόν όποιο μπορώ να μιλήσω καλύτερα.

α.- Shito-ryu

Τό στυλ ίδρυσε ό Kenwa-Mabuni και τό όνομά του προέρχεται από τά ιαπωνικά ιδεογράμματα των όνομάτων δύο μεγάλων δασκάλων του Issu και του Higashina. Είναι πολύ διαδεδομένο στη Δυτική Ίαπωνία. Σήμερα έχει διασπασθεί σε πολλές «υπο-σχολές» και σε διάφορες όμοσπονδίες όπως τό Rengo-kai, τό Seishin-kai και Shukoi-kai. Μεγάλα όνόματα στο σημερινό Shito-ryu είναι ό K.Tani, 9 Dan και ό Kuniba, 8 Dan. Ένα χαρακτηριστικό του στυλ είναι ή χρησιμοποίηση πολλών δπλων όπως τά Sai, τό nunchaku, τήν Yawara, τά ionfa και άλλα.

β.- Goju-ryu

Ίδρύθηκε από τόν Chojun Miyagusuku και έχει τις ρίζες του στην Όκινάουα όπως και τό Shito-ryu προς τό όποιο είναι συγγενές στυλ. Τό όνομά του προέρχεται από τις ιαπωνικές λέξεις goken (σκληρή γροθιά) και ju-ken (μαλακή γροθιά). Είναι επίσης δημοφιλές στην δυτική Ίαπωνία. Τό μεγάλο όνομα του σημερινού Goju-ryu είναι ό Goken Yamaguchi γνωστός με τό χαϊδευτικό «γάτος». Έπειδή ό Yamaguchi είναι και Βουδιστής Ιερέας τό στυλ χαρακτηρίζεται και από μία θρησκευτικότητα. Τό Goju-ryu είναι πολύ δυναμικό στυλ και ή δυναμισμός αυτός του άφαιρεί σημαντικά σε ταχύτητα, ενώ του δίνει έξαιρετική άποτελεσματικότητα.

γ.- Shotokan

Ίδρυτής ό Gichin Funakoshi. Τό Shotokan έχει πάρει τό όνομά του από τό ιδεόγραμμα που χρησιμοποίησε ό Funakoshi για να γράψει τή λέξη «KARA» του KARATE. Είναι πολύ δημοφιλές στυλ στην άνατολική Ίαπωνία και άποσδήποτε ένα από τά πιο διαδεδομένα στυλ παγκοσμίως, κυρίως χάρις στην έξαιρε-

τική του οργάνωση που έχει ό φορέας του στυλ, ή JKA (Japan Karate Association) και τήν πληθώρα από περίφημα βιβλία που ή JKA έξέδωσε με πρωτεργάτη τόν Masatoshi Nakayama, 9 Dan που είναι ό ό διευθύνων εκπαιδευτής του Shotokan σήμερα. Άλλα μεγάλα όνόματα στο σημερινό Shotokan είναι οι εκπαιδευτές Shooji, Enoeda, Nishiyama, Shirai και Kanazawa. Τό Shotokan, με τις μεγάλες στάσεις του και τήν μεγάλη έμφαση στην ίσορροπία είναι από τά αισθητικά άραιότερα στυλ karate.

δ.- Wado-ryu

Τό μόνο καθαρά Ίαπωνικό στυλ karate, και τό μόνο που στην ετήσια επίδειξη πολεμικών τεχνών ιαπωνικών που γίνεται μπροστά στον αυτοκράτορα εκπροσωπεί τό KARATE. Ίδρύθηκε από τόν Hironori Ohtsuka, Wado θά πει «ό τρόπος ειρήνης» και τό όνομα βασίζεται στην πεποιθήση ότι ό δρόμος όλων των τεχνών αυτών είναι ένας ειρηνικός δρόμος. Τό Wado είναι αντίθετο της λέξης Budo, που θά πει «πολεμικές τέχνες». Είναι επίσης δημοφιλές στην άνατολική Ίαπωνία. Μεγάλα όνόματα στο σημερινό Wado-ryu, εκτός από τόν 85 ετών ίδρυτή του που εξακολουθεί να προκονείται, είναι καθηγητές Arakawa και T. Suzuki. Τό Wado-ryu με τις μικρές και εύκινητες στάσεις του είναι τό ταχύτερο από τά γνωστά στυλ που κάνει μερικούς να άμφισβητούν τήν άποτελεσματικότητά του.

Είδαμε λοιπόν ότι ή λέξη KARATE είναι μία γενική έννοια ή όποια συμπεριλαμβάνει τά ιαπωνικές προελεύσεως στυλ. Ένας όπεύθυνος δάσκαλος KARATE, όφείλει να ενημερώσει τούς μαθητές του για τό στυλ τό όποιο διδάσκει, άλλωώς δέν ξέρουν ούτε και οι ίδιοι που στέκονται. Φράσεις όπως «ένα είναι τό KARATE» κρύβουν άγνοια και δημιουργούν βεβαιότητα για ύποκτη προέλευση τίτων.



Από τό Γιώργο Πιντέρη.

ή ιστορία του karate στήν Ελλάδα

Υποκειμενική Έξιτορίαση

Πραγματικό και επίσημο karate πρωτοδιδάχτηκε στην Ελλάδα, μέσα στο γυμναστήριο της Αμερικανικής βάσης του Έλληνικού, γύρω στα 1962. Αν και τό στοιχείο αυτό ενδιαφέρει από καθαρά ιστορική άποψη, δέν τό θεωρώ προσωπικά σαν τήν άρχή της ιστορίας του karate στον ελληνικό χώρο.

Μιά πρώτη προσπάθεια νά διδαχτεί τό άθλημα στο ελληνικό κοινό, έγινε πρός τά τέλη του 1967 στη σχολή SAMURAIKAN στην όδό Κυψέλης. Αν και ή σχολή ήτανε κατά βάση σχολή judo (σωστό, αλλά όχι επίσημα αναγνωρισμένο judo) υπήρχαν μερικές ώρες άφιτερωμένες στο karate, όπου δίδασκαν οί Σ. Σαργός και Γ. Πιντέρης. Έξαιτίας διαφοράς «στύλ» των δύο εκπαιδευτών, ή συνεργασία διακόπηκε τόν Απρίλιο του 1968.

Τόν Οκτώβριο του 1968 δώδεκα φοιτητές του Πανεπιστημίου και του Πολυτεχνείου ίδρύσανε τόν έρασιτεχνικό σύλλογο AKDA (Athens Karate Do Association) του οποίου ή πρώτη αίθουσα ήτανε Μιχαλακοπούλου 118. Τήν ίδια περίπου εποχή έκανε τήν εμφάνισή του τό

κορεάτικο Tae-kwon-do στην όδό Τσακάλωφ μέ εκπαιδευτή τόν Σ. Κάσση, πού είχε έρθει από τή Γερμανία

Δύο περίπου χρόνια άργότερα, ήρθε στην Ελλάδα ή Γιάννης Βερώνης πού ίδρυσε τό Budokan στην όδό Αργολίδος (Αμπελόκηποι). Αυτή είναι και ή επίσημη άρχή του Shotokan χώρα μας, τόν Αύγουστο του 1970

Μετά από ένα χρόνο εμφανίστηκε τό κορεάτικο Tang-soo-do μέ μία σχολή πού δημιούργησε ό G. Pagi στη Λεωφόρο Βουλιαγμένης.

Τόν Απρίλιο του 1970, τό Wado-ryu karate άρχισε νά διδάσκεται στο Ε. Μ. Πολυτεχνείο από τήν AKDA. Τό Wado-ryu παρέμεινε στο Ε.Μ.Π. έως τόν Ιούνιο του 1973, όπου και διακόπηκε εξαιτίας σπουδών των εκπαιδευτών πού ήταν φοιτητές. Τό 1971 ή AKDA προσκάλεσε στο Ε.Μ.Π. και τό Shotokan. Τή χρονιά εκείνη τό δύο στύλ διδάσκονταν παράλληλα. Τό Wado-ryu από τόν Γ. Πιντέρη και τό Shotokan από τόν T. Nishimura, τότε 3 dan, πού ήταν και ό εκπαιδευτής στο BUDOKAN. Τό Shotokan διατηρεί ακόμα τή θέση του μέσα στο Ε.Μ.Π. μέ εκπαιδευτή τόν Ootake, 3 dan.

Τό επίσημο karate στην Ελλάδα σήμερα εκπροσωπούν 2 Ιαπωνικά και δύο κορεάτικα «στύλ». Τά δύο Ιαπωνικά είναι τό Wado-ryu και τό Shotokan, ενώ τά δύο κορεάτικα είναι τό Tae-kwon-do και τό Tang-soo-do. Παραθέτουμε μία σύντομη περιγραφή της σημερινής καταστάσεως του κάθε στύλ, κατά σειρά εμφάνισσεως στην Ελλάδα:

1.- Wado-ryu.

Προέλευση: Ιαπωνικό Hombu (διευθύνουσα σχολή ή άρχηγείο): A.K.D.A. Διευθύνων Έκπαιδευτής: Γ. Πιντέρης, 2 dan από τήν AJKF.

Έκπαιδευτές: Η. Μοσχονάς και Θ. Παπαγεωργόπουλος, 1 dan, AJKF.

Άλλο dojo: KEN-BU-KAN (Πλατεία Δαβάκη, Καλλιθέα) (Έπαγγελματική σχολή)

Έκπαιδευτής: Χ. Μπουλούμπασης, 1 dan, AJKF

Ιάπων Έπιθεωρητής για τό Wado-ryu στην Ελλάδα: Tatsuo-Suzuki, 8 dan.

Έπίσημες Όργανώσεις: Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Wado-ryu karate Έτήσιο. Τό πρώτο έγινε τό Δεκέμβριο του 1976. Συμμετοχή στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα Wado-ryu karate.

2.- Tae-kwon-do.

Προέλευση: Κορεάτικο

Hombu: Σχολή Tae-kwon-do

Διευθύνων Έκπαιδευτής: Σ. Κάσσης

Άλλο Dojo: Θεσσαλονίκη

Κορεάτης Έπιθεωρητής για τό Tae-kwon-do στην Ελλάδα: Kwon-Tse Kwa, 8 dan.



Ό Tetsuo Suzuki, 8dan στο Wado-Ryu Karate, και ό Γιώργος Πιντέρης, 2 dan στο Wado-Ryu, στο γυμναστήριο της AKDA. [Από τό άρχειο του Γ. Πιντέρη.]

3.- Shotokan

Προέλευση: Ιαπωνικό

Hombu: Σχολή BUDOKAN

Διευθύνων Έκπαιδευτής: Ι. Βερώνης, 3 dan, J. K. A.

Έκπαιδευτές: Y. Hirakawa, 3 dan, Γ. Σανιώτης, 2 dan, T. Πανουσόπουλος, 1 dan και Ι. Πανουλιάσκος, 1 dan.

Άλλο dojo: Γυμναστήριο Ε.Μ.Π.

Έκπαιδευτής: Ootake, 3 dan.

Ιάπων Έπιθεωρητής για τό Shotokan στην Ελλάδα: Keinosuke Enoeda, 7 dan.

Έπίσημες Όργανώσεις: Έτήσιο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Shotokan karate. Συμμετοχή στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα Shotokan karate.

4.- Tang-soo-do

Προέλευση: Κορεάτικο

Hombu: MU-DA-KWAN (Πλ. Γλυφάδας)

Διευθύνων Έκπαιδευτής: G. Ρασε. 3 dan.

ο συνεργάτης μας Dr. John B. Hanson-Lowe

Από το μόνιμο συνεργάτη μας στο Τόκυο Γεράσιμο Άρτινό (2 dan στο judo, 1 dan στο shorinji-kempo)

Ο Δόκτωρ John B. Hanson-Lowe είναι Άγγλος. Μορφώθηκε σ' ένα Έλισαβετιανό σχολείο στο Λονδίνο και σπούδασε άργότερα στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου καθώς επίσης για ένα μικρό διάστημα στο Πανεπιστήμιο του Στρασβούργου. Πήρε το δίπλωμά του με άριστα από το πρώτο.

Μετά από έρευνητική εργασία στην Κίνα, Θιβέτ και μέρος της έσωτερικής Μογγολίας πήρε το διδακτορικό του δίπλωμα από το Πανεπιστήμιο του Λονδίνου, όπου και δίδαξε για ένα διάστημα. Στη συνέχεια εργάστηκε για την εταιρεία Shell σάν γεωλόγος-έρευνητής. Έργαστηκε κυρίως στο εξωτερικό και σε χώρες όπως το Βόρνεο, ή Αίγυπτος, ο Καναδάς, όπου και άρχισε να σπουδάζει Judo στις αρχές του 1956.

Παίρνοντας σύνταξη από τη Shell, πήγε στην Ίαπωνία τον Ίανουάριο του 1961 όπου ζει από τότε. Έκανε Judo με τον Takamura sensei, 8 dan, καθώς επίσης και στο Kodokan και άργότερα με τον στενό του φίλο Donn Draeger (διάσημο συγγραφέα πολεμικών τεχνών).

Έφθασε στην Ίαπωνία ως πρώτο Kyu, και πήρε το 4 dan το 1975. Το ίδιο έτος, λίγο μετά την 70ή επέτειο των γενεθλίων του, ήταν ο μόνος Άγγλος που έλαβε επίσημη πρόταση από την Πανιαπωνική Όμοσπονδία Judo να δώσει μία επίδειξη με ένα Γιαπωνέζο 4 dan της έκλογής του, μπροστά στην Α.Μ. την Βασίλισσα Έλισάβετ της Άγγλιας και τον Πρίγκηπα Φιλίπ στο κλειστό Ολυμπιακό στάδιο του Tokyo.

Ο Δόκτωρ Hanson-Lowe έχει γράψει, εκτός από επιστημονικές εργασίες, πολλές άλλες σε θέματα judo για Άγγλικά, Αμερικάνικα και Γιαπωνέζικα περιοδικά. Επίσης είναι συνεκδότης του περιοδικού Martial Arts International. Τάχόμπυ του είναι ή μουσική, οί γλώσσες (μιλάει και γράφει σε 6 γλώσσες), ή φιλοσοφία, τό νά γράφει άρθρα σε μία ποικιλία θεμάτων και νά κάνει μεταφράσεις από τά Γαλλικά και Ίσπανικά.

Παρά τά 72 χρόνια του εξακολουθεί νά κάνει judo 6 φορές την εβδομάδα στο Kodokan.



Οι συνεργάτες του περιοδικού μας Dr. John B. Hanson-Lowe (δεξιά) και Arthur Tansley (αριστερά) με τον Ισραηλίτη Dan Waxman (στη μέση) εκπαιδευτή πολεμικών τεχνών.

Ο συνεργάτης του περιοδικού μας Dr. John B. Hanson-Lowe με τον καθηγητή του judo Tadao Otaki, 8 dan, στο Kodokan. [Φωτογραφία του Arthur Tansley].



Ο συνεργάτης του περιοδικού μας Arthur Tansley, 3 dan στο judo, από την Άγγλία.

Ο Arthur Tansley γεννήθηκε στο Leicester της Άγγλιας πρίν από 48 χρόνια. Μέσα σ' αυτά τά 48 χρόνια έχει κάνει πάρα πολλά για την ανάπτυξη του judo σε όλο τον κόσμο.

Τό 1946 ήταν μέλος του τμήματος πυγμαχίας της στρατιωτικής ακαδημίας όπως επίσης του τμήματος πάλης της YMCA.

Τό 1949 έγινε μέλος του Leicester ju-jitsu club. Δύο χρόνια άργότερα ίδρυσε τό Leicester Judo Club. Τό 1952 πήγε στην Αυστραλία και έγινε μέλος του Brisbane Judo Club. Άργότερα δημιούργησε τό Mount Isa Judo Club, στο Queensland και έγινε μέλος του Wellington Judo Club στη Νέα Ζηλανδία πρίν αποφασίσει νά γυρίσει στην Εύρώπη.

Ένω ταξίδευε σε διάφορες χώρες της Εύρώπης έκανε judo στις πόλεις Leningrad, Paris, Hamburg και άλλου. Στην Άμερική, έκανε Judo στο Chicago, Montreal, Seattle, Toronto και Vancouver.

Τό 1958 έγινε μέλος του Budokwai στο Λονδίνο και τό 1960 πήρε τό πρώτο dan στο Judo υπό την διδασκαλία του Saburo Matsushita.

Τό 1962 ταξίδεψε στην Αυστραλία όπου έγινε μέλος του Melbourne Judo Club και άργότερα αναδιοργάνωσε τό Mount Isa Club. Συνεχίζοντας την άφοσιωσή του στο judo επήγε στο Kodokan τό 1968. Τό ίδιο έτος εκέρδισε τό 2ο dan.

Έκτός από τό judo, στά όποια είναι σήμερα 3 dan, ο Arthur Tansley έκανε Aikido με τον Senta Yamada και Kendo με τον Raul Knuttsen στο Λονδίνο. Επίσης στο Τόκυο έκανε Karate με τον Oyama.

Οί σημερινές ασχολίες του είναι: τό judo (βρίσκεται πολύ κοντά στο 4 dan), ή διδασκαλία Άγγλικής στο Τόκυο, παίζει στον κινηματογράφο και ασχολείται με την φωτογραφία.

ο συνεργάτης μας Arthur Tansley

Από το μόνιμο συνεργάτη μας στο Τόκυο Γεράσιμο Άρτινό (2 dan στο judo, 1 dan στο shorinji-kempo)

Ο συνεργάτης μας φωτογράφος Arthur Tansley με τον εκπαιδευτή Seki, 6 dan, στο Kodokan.





Από τον Τρύφωνα Πέππα, αρχηγό της ομάδας judo του Ε.Μ. Πολυτεχνείου.

τό Judo και ό ΣΕΓΑΣ

Σημαντική, ή πιό σημαντική θά λέγαμε από τήν διάρκεια τής ζωής του στόν τόπο μας, ήταν ή χρονιά πού πέρασε για τό Έλληνικό Judo. Για πρώτη φορά μόλις φέτος, τό άθλημα αυτό, ήδη περιλαμβάνεται στους Όλυμπιακούς Αγώνες (από εκείνους του Τόκυο, 1964), πού ήδη είναι αναπτυγμένο και καλλιεργείται με ένθουσιασμό στην Εύρώπη, Αμερική και σε όλο τον κόσμο γενικότερα, αναγνωρίστηκε επίσημα από τήν Γενική Γραμματεία Αθλητισμού και με απόφασή της (22780/3.12.76) εντάχθηκε υπό τήν προστασία του ΣΕΓΑΣ.



Πάρ' όλα αυτά, και ενώ στην αρχή όλοι οι άνθρωποι του Judo είχαν εκφραστεί με μεγάλη ικανοποίηση, έμελλε δυστυχώς να διαδραματιστούν τέτοια γεγονότα, πού αν αυτή τήν στιγμή ρίξει κάποιος μιά ματιά στό χώρο του άθλήματος, πιθανώς θά άποτραπεί όχι μόνο από του να γίνει άθλητής του, αλλά και απλός φίλαθλός του. Στο σημείο αυτό βέβαια, πρέπει για να λέμε τήν

στε στην πλευρά των άδικημένων και έτσι δέν είναι καθόλου σίγουρο ότι οι απόψεις μας θά είναι όπωσδήποτε οι απόψεις ενός άμερόληπτου κριτή. Πάντως, αν προσπαθήσουμε να αναφερθούμε σε γεγονότα και μόνο, έχουμε να παρατηρήσουμε τά εξής:



Η πρώτη ενέργεια πού έκανε ό ΣΕΓΑΣ μετά τήν ένταξη του Judo στην δύναμή του, ήταν να σχηματίσει μιά Τεχνική Έπιτροπή, χωρίς να ρωτήσει κανένα απολύτως ενδιαφερόμενο, παρά μόνο από τά άτομα πού παρουσιάστηκαν μπροστά του, σταλμένα-κατά τήν άκριβή έκφραση του Προέδρου του ΣΕΓΑΣ κ. Μαρσέλλου-από τον Γενικό Γραμματέα Αθλητισμού και πού συστήθηκαν στόν Σύνδεσμο σαν οι μοναδικοί γνώστες του άθλήματος (πάλι κατά τήν έκφραση του κ. Προέδρου). Τί είδους ενέργεια είναι αυτή, από ένα Σύνδεσμο πού έρχεται πέμπτος στόν κόσμο κατά σειρά αρχαιότητας, αυτό τό αφήνουμε στην λογική των αναγνωστών

Μέ αυτό σαν αρχή, ό κόσμος του Judo, πού όπωσ είπαμε εκφράστηκε με ικανοποίηση, άρχισε να άπογοητεύεται και να του δημιουργούνται διάφορα έρωτηματικά. Από τή θέση αυτή, πρέπει να πούμε ότι στην Ελλάδα τό Judo καλλιεργείται από τήν Χ.Α.Ν. Θεσ/νίκης τον Όμιλο Αντισφαιρίσεως, τό Ε.Μ. Πολυτεχνείο, τον Όμιλο Judo-Karate και τον Πανελλήνιο Γ.Σ. Τελευταία δημιούργησε τμήμα Judo και ό Α.Ο. Γλυφάδας, πού βέβαια βρίσκεται ακόμη στα σπάργανα, ενώ ό Α. Ο. Παραδείσου, κάνει συμπαθητικές προσπάθειες να εμφανιστεί και αυτός στόν χώρο του άθλήματος. Για κατατόπιση του άναγνώστη αναφέρουμε, ότι όσο περνούσε ό καιρός, τόσο οι τέσσερις πρώτοι όμιλοι εξέφραζαν δυσφορία με μοναδική εξαίρεση-συμπολίτευση τον Πανελλήνιο Γ.Σ. του όποιου πρόεδρος είναι ό Γενικός Γραμματέας Αθλητισμού κ. Κ. Παπαναστασίου. Για περισσότερη δέ κατατόπιση, αναφέρουμε ότι ή Τεχνική Έπιτροπή πού αρχικά σχηματίστηκε ήταν πενταμελής, τρία μέλη τής όποιας ανήκαν στόν Πανελλήνιο από δεκαπενταετίας ήδη και τά άλλα δύο στόν Όμιλο Αντισφαιρίσεως. Μετά όμως από διάφορες «πρωτοβουλίες» τις όποιες αναλάμβαναν τά τρία μέλη του Πανελληνίου, οι δύο τελευταίοι παραιτήθηκαν και έτσι αυτή τήν στιγμή ή Τ.Ε. αποτελείται κυριολεκτικά από τον Πανελλήνιο Γ.Σ.



Η ενέργεια των τριών μελών του Πανελληνίου, πού όδηγησε τά άλλα δύο μέλη σε παραίτηση, ήταν να εισηγηθούν στόν ΣΕΓΑΣ τον σχηματισμό μιάς τριμελούς έπιτροπής άπονομής μαύρων ζωνών, πού θά άπαρτιζόταν από μέλη πού κανείς δέν ήξερε, ούτε ξέρει αν πράγματι έχουν οι ίδιοι μαύρη ζώνη και πού ένα μέλος της θά ήταν ένας από τους ίδιους τους εκλέκτορες (εκλέκτορας και εκλεγόμενος ό ίδιος). Εκτός αυτού δέ, εισηγήθηκαν να μην αναγνωρίζει ό ΣΕΓΑΣ τις... Ιαπωνικές μαυρες ζώνες. Δυστυχώς ό ΣΕΓΑΣ, παρ' όλες τις αντίθετες γνώμες πού του ύπομνήθηκαν, αποφάσισε να συστήσει αυτή τήν έπιτροπή και να προχωρήσει σε εξετάσεις άπονομής μαύρων ζωνών.



Αποτέλεσμα αυτής τής αποφάσεως, ήταν όχι μόνο να παραιτηθούν τά δύο μέλη του Ο.Α. αλλά και να υπογράψουν 17 άνθρωποι του Judo, πού ένεκα του πολυετούς έργου τους έχουν ένα λόγο πάνω στό άθλημα, ύπόμνημα στό όποιο περιγράφονταν όλες οι άρνητικές ενέργειες τής Τεχνικής Έπιτροπής και να υπογραμ-

μίσουν ότι δέν πρόκειται να μετάσχουν σε καμιά πλέον έκδήλωση του ΣΕΓΑΣ, αν ό Σύνδεσμος δέν άνασυστήσει ριζικά τήν Τεχνική του Έπιτροπή. Ήταν δέ όλοι αυτοί άνθρωποι πού ανήκουν στους τέσσερις όμιλους τής «άντιπολιτεύσεως» πού προαναφέραμε.



Αυτό είναι τό σημείο στό όποιο βρισκόμαστε τώρα. Δέν έχουμε καμιά πρόθεση να περιγράψουμε άλλες ενέργειες-πού είναι πολλές-τής Τ.Ε., ούτε να πούμε τί αισθανόμαστε για τά μέλη της και αυτά για μας. Θα κουραζόταν άσκοπα ό άναγνώστης και θα κινδυνεύαμε και μεις να μεροληπτήσουμε, για τους λόγους πού είπαμε. Γεγονός είναι, ότι τήν στιγμή πού γράφονται αυτές οι γραμμές, ό ΣΕΓΑΣ έχει έκδηλώσει μιά κάποια τάση για τήν εξεύρεση κάποιας λύσης. Άς ελπίσουμε.

Εμείς, από τις στήλες μας, θα προσπαθούμε κάθε φορά να είμαστε όσο πιό αντικειμενικοί γίνεται και κυρίως όσο πιό διαλλακτικοί. Θα πρέπει όμως παράλληλα, να μας βοηθήσει και ό ΣΕΓΑΣ σε αυτό. Περιμένουμε λοιπόν.

Τρύφων Πέππας

Συνταρακτικό: (επί του πιεστηρίου).

Μόλις πληροφορηθήκαμε πώς, μετά από περιεργές εξετάσεις, μερικοί παρασκηνοειδείς θιασώτες του άθλήματος φορούν πλέον μαυρες ζώνες.

Ντροπή!...

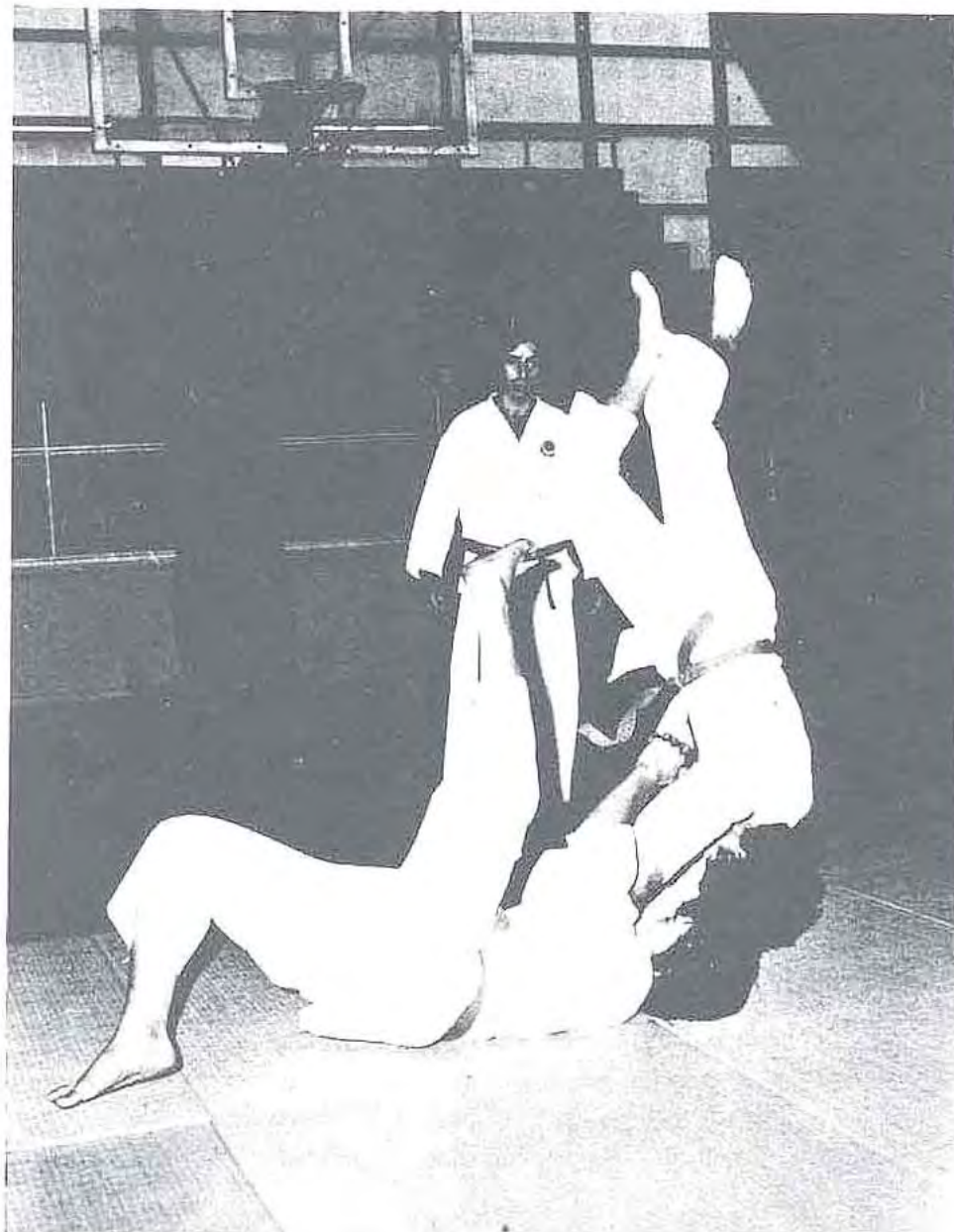
Στό άλλο τεύχος θα προσπαθήσουμε να αναλύσουμε τήν ψυχοσύνθεση αυτών των «προσωπικοτήτων».

Budokan:

μιά σύγχρονη σχολή judo-karate

Από την Γωάννα Κοκόση

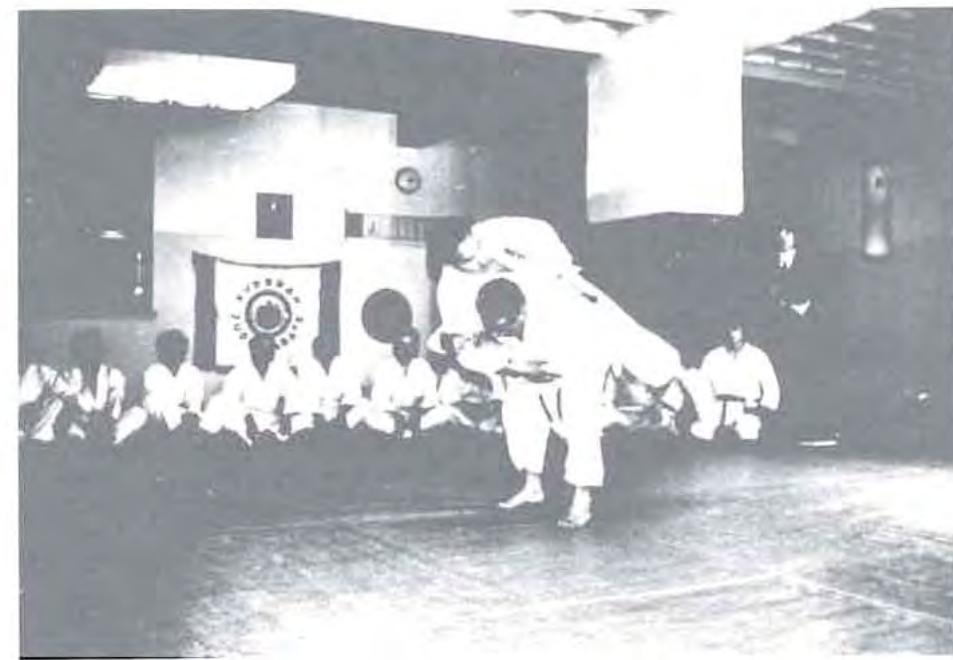
Ο Νίκος Χιμίμογλου «tori» ενώ εκτελεί την τεχνική *tomoe-nage* επί του Στάμου Τρακάδα «uke» κατά την προετοιμασία για επιδείξεις στο κλειστό γυμναστήριο «Ο ΜΙΑΩΝ» τό 1975. Έπιτηρεί ο Γιάννης Βερώνης.



Λίγες είναι οι γνήσιες σχολές των Ιαπωνικών αθλημάτων judo και karate στην Ελλάδα. Δυστυχώς τό ακατόπιστο ελληνικό κοινό πείθεται πολλές φορές εύκολα από διάφορους επιτήδειους και ακολουθεί λανθασμένο δρόμο ακόμα και στον τομέα του αθλητισμού. Είναι πάντως παρήγορο τό γεγονός ότι ή σωστή πληροφόρηση και ενημέρωση κάθε ενδιαφερομένου, τελικά τόν αποτρέπει από παρόμοια όλισθήματα. Γιατί πράγματι είναι επίσημο όλισθήμα τό νά χάσει κάποιος χρήματα και χρόνο και νά καταπονηθεί σέ άσκοπες προσπάθειες για νά εκπαιδευτεί σέ άνυπαρκτα αθλητικά συστήματα.

Ευτυχώς όμως πού υπάρχουν αθλητικές έστιές αντιπροσωπευτικές τής πραγματικότητας και στον τομέα των αυτών των σπόρ, πού μās ήρθαν από την άνατολή. Μιά από αυτές είναι και τό Budokan, ή σχολή judo-karate του Γιάννη Βερώνη.

Η λέξη Budokan μεταφέρθηκε από την Ίαπωνία, όπου είναι τό όνομα ενός μεγάλου σταδίου κτισμένου στό Τόκιο (τό 1964) άποκλειστικά για τούς άγώνες judo, karate και πολεμικών τεχνών. Έτσι βάφτισε και ό Γιάννης Βερώνης τή σχολή του.



Πρώτη έπαφή είχε ό Γιάννης Βερώνης με τά άνατολικά σπόρ και τίς πολεμικές τέχνες στην Γαλλία τό 1964. Τό 1966 βρέθηκε στην Ίαπωνία και άποφάσισε νά παρακολουθήσει έντατικά τμήματα έκπαιδύσεως στό judo και Karate. Άρχισε λοιπόν την έκπαιδευτή του στό Kodokan για judo και στό Shotokan για Karate. Άφου έμεινε στην Ίαπωνία για τέσσερα χρόνια και άφου διακρίθηκε με 3 dan στό judo και 2 dan στό Karate (σήμερα έχει 3dan), άποφάσισε νά έπιστρέψει στην Έλλάδα. Έτσι τό 1970 ίδρυσε τή σχολή Budokan στην όδό Άργολίδος (Άμπελόκηποι, Άθήνα). Όπως γίνεται πάντα όταν αρχίζει κάτι καλό, βρέθηκαν δέκα άνθρωποι πού τόν βοήθησαν και δέκα πού του έβαζαν έμπόδια. Η γνησιότητα, όμως, έχει ένα χαρακτηριστικό: επιβάλλεται. Έτσι άφου τό Budokan έμεινε για 2 χρόνια στην πρώτη στέγη του μεταφέρθηκε τό 1972 στις πολυτελείς σημερινές του εγκαταστάσεις ενώ ό αριθμός των μαθητών του δεκαπλασιάστηκε. Τό αποτέλεσμα αυτό βέβαια όφείλεται στην άρτια όργάνωση τής σχολής, στην πείρα των εκπαιδευτών της και στις διασυνδέσεις με τίς Ιαπωνικές όμοσπονδίες και τίς διεθνείς όργανώσεις των δύο σπόρ.

Ο κ. K. Shibayama (tori) ενώ εκτελεί με τό γιοό του κ. S. Shibayama την τοπική σειρά τεχνικών *nage-no-kata* μπροστά σέ μαθητές τής Σχολής Ύπαστυνόμων και Άρχιφυλάκων. Στο βάθος δεξιά διακρίνεται ό γραμματέας τής Ιαπωνικής πρεσβείας, πού διευκόλυνε σάν διερμηνέας.

Ο Ιάπωνας καθηγητής του judo και άπεσταλμένος του Kodokan κ. K. Shibayama (8 dan) ενώ δέχεται άναμνηστική πλάκα από τόν Γιάννη Βερώνη (3 dan) κατά την έπίσκεψή του στη σχολή Budokan τόν Φεβρουάριο του 1977.



Πράγματι, ή δραστηριότητα του Budokan στό judo και στό karate ήταν και είναι έντονη. Άγώνες, πρωταθλήματα, επιδείξεις και άπονομές τίτλων είναι στοιχεία πού μαρτυρούν την ζωντάνια και την πνευματικότητα των μαθητών τής σχολής. Άπό τά τμήματα των μικρών παιδιών πέντε-έξι χρονών μέχρι τά προχωρημένα τμήματα άνδρών και γυναικών ή πρόοδος στό επιλεγόμενο άθλημα διακρίνεται από τούς πρώτους κιόλας μήνες. Οι δημόσιες εμφανίσεις των μαθητών τής σχολής σέ άγώνες και επιδείξεις, κάτω από την έπιβλεψη ειδικά προσκεκλημένων Ιαπώνων εκπαιδευτών διεθνούς κύρους, έχουν κατά



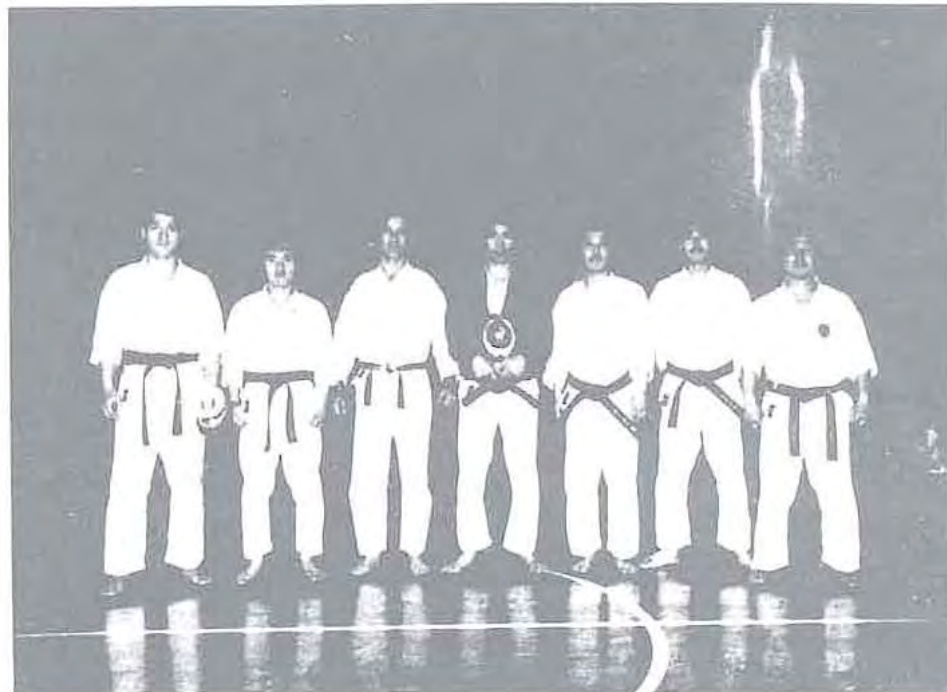
Το τμήμα παιδιών του judo στο Budokan μετά από ιστορικούς αγώνες και απονομή μεταλλίων τών Φεβρουαρίου τού 1977. Διακρίνονται στη μέση ο ιάπωνας καθηγητής του judo κ. K. Shibayama (από πλάι), ο Γιάννης Βερόνης και άριστερά (μέ τα γυαλιά) ο κ. S. Shibayama (5 dan).



Ο κ. Keinosuke Enoeda, 7 dan στο Shotokan karate. ενώ εκτελεί τό Kanku-sho kata. [Από τήν Έναρξη τού Πανελληνίου Πρωταθλήματος Karate όλων τών στίλ τόν Νοέμβριο τού 1973 στο κλειστό γυμναστήριο «Ο ΜΙΑΩΝ».]

Ο ιάπωνας καθηγητής κ. Keinosuke Enoeda, 7 dan στο shotokan karate, σί καταληκτική εκτέλεση τής τεχνικής yoko-geri. Ο κ. Enoeda είναι σήμερα ο επίσημος εκπρόσωπος στην Εύρώπη τής Japan Karate Association και εκπαιδευτής τής εθνικής ομάδας τής Αγγλίας. Επίσκεπτεται συχνά τήν Ελλάδα ως προσκεκλημένος τής σχολής Budokan, επιβλέπει τούς πανελληνίους αγώνες και απομένει ζώνες και τίτλους μετά από εξετάσεις.

Από τό 3ο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα karate τού 1976. Διακρίνονται (από άριστερά) οί εκπαιδευτές: Kumaki (4 dan), Hirakawa (3 dan), Βερόνης (3 dan), Kanazawa (8 dan), Yamada (5 dan), Sode (4dan) και Saito (5 dan).

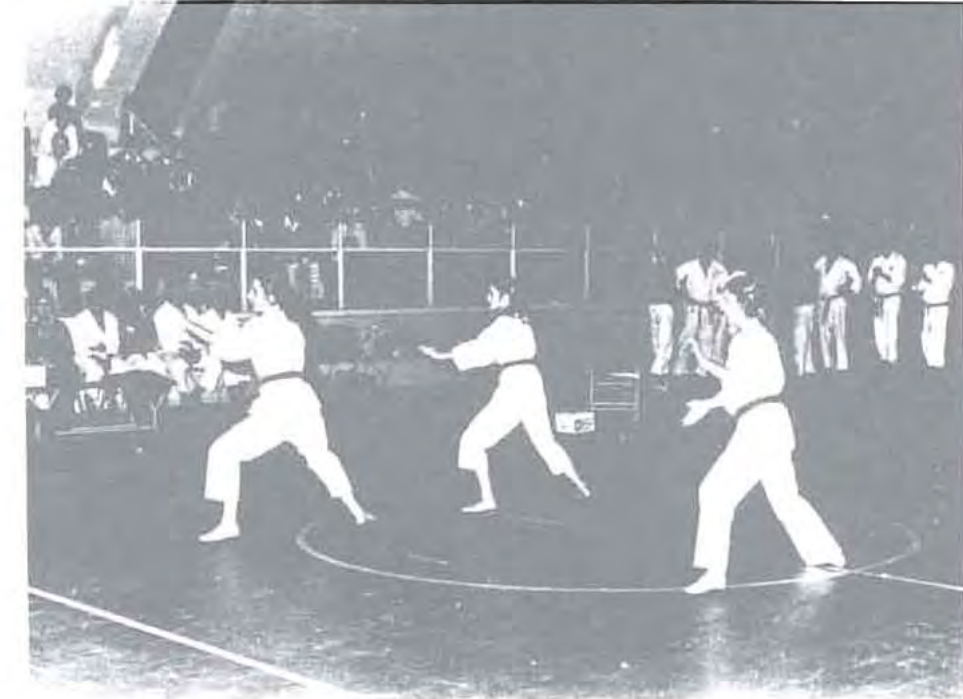


Μεγάλα όνόματα στο στερέωμα τού judo και τού karate πέρασαν διάφορες εποχές από τό Budokan. Από τά γνωστότερα είναι ο ιάπωνας καθηγητής τού judo κ. K. Shibayama (πού τελευταία τιμήθηκε από τό Kodokan μέ τό 8o dan), ο γιός του κ. S. Shibayama (5dan) και οί ιάπωνες καθηγητές τού Shotokan Karate κ.κ. Kanazawa (8dan), Enoeda (7dan), Saito (5dan) Yamada (5dan), Kumaki(4dan), Sode (4dan), Sugimura (4dan).

Από τούς παραπάνω ιάπωνες εκπαιδευτές, ο κ. Keinosuke Enoeda είναι ο επίσημος αντιπρόσωπος τής Japan Karate Association στην Εύρώπη, θά επισκεφτεί γιά 6η φορά τή χώρα μας, ως επίσημος προσκεκλημένος τής σχολής Budokan τού Γιάννη Βερόνη, και θά μείνει από 27 Νοεμβρίου έως 4 Δεκεμβρίου 1977. Γι' αυτό τό διάστημα θά λειτουργήσει ειδικό τμήμα προπονήσεως μιάς εβδομάδας στο Budokan, θά οργανωθεί σεμινάριο και θά γίνουν εξετάσεις γιά απονομή μαύρων ζωνών στο Shotokan Karate. Κάθε ενδιαφερόμενος αναγνώστης μας μπορεί νά πάρει σχετικές πληροφορίες από τή σχολή Budokan, τηλ. 692.1723.

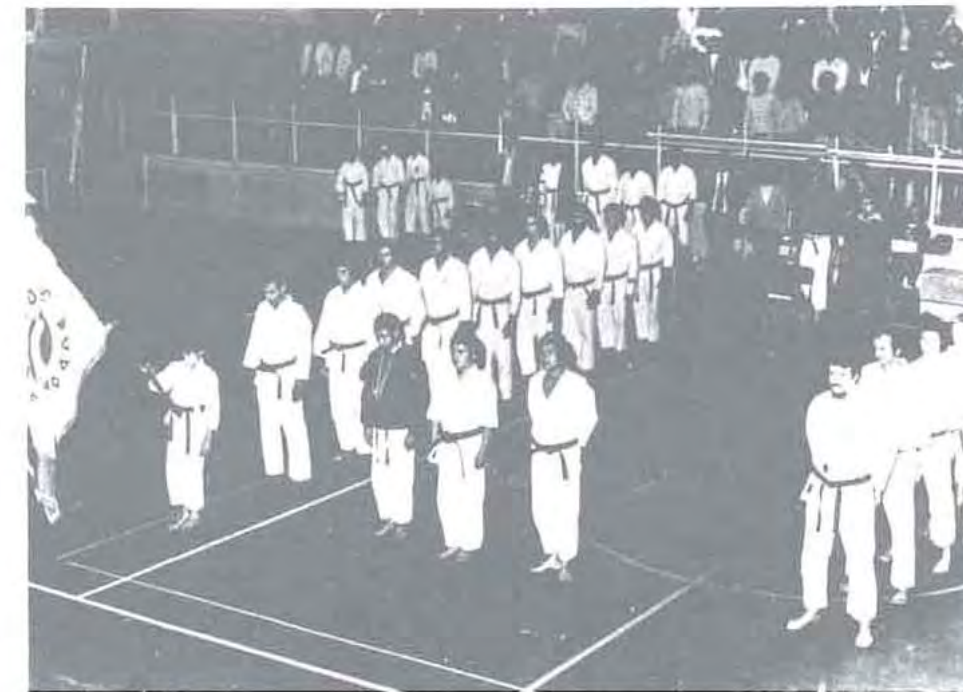
Τήν εκπαίδευση στο Shotokan Karate έχει αναλάβει υπεύθυνα ο Y. Hirakawa (3dan) μέ τήν βοήθεια τών ελλήνων πρωταθλητών-μαθητών του. Τήν εκπαίδευση στο judo θά αναλάβει ιάπωνας εκπαιδευτής 4 ή 5 dan, πού φθάνει σέ ένα μήνα κατευθειαν από τό Kodokan. Τήν γενική οργάνωση και επίβλεψη έχει αναλάβει ο Γιάννης Βερόνης.

Ας εύχηθούμε, λοιπόν, από τή θέση αυτή στον οργανωτή και στη σχολή νά δώσουν νέα πνοή στον άθλητισμό τού τόπου και άθλητές άξιους νά σταθούν σέ διεθνείς συναντή-



Επίδειξη τού Kankudai kata από ομάδα γυναικών τής σχολής Budokan κατά τήν ελληνοελβετική συνάντηση karate στο στάδιο «Ο ΜΙΑΩΝ» τόν Οκτώβριο 1976. Διακρίνονται από άριστερά οί δεσποινίδες Ρούλα Μουραυδέλλη (1 Kyu), Νίκα Κεραστούλου (2kyu) και Έμι Χατζηγιάνη (3kyu).

Από τή διεθνή συνάντηση Ελλάδας - Έλβετίας (23 Οκτωβρίου 1976) στο κλειστό στάδιο «Ο ΜΙΑΩΝ» στη Νέα Σμύρνη. Διακρίνονται άριστερά ή ελληνική ομάδα και δεξιά ή έλβετική. Στη μέση οί ιάπωνες εκπαιδευτές (από άριστερά) K. Sugimura (4 dan), Y. Hirakawa (3 dan) και T. Ootake (τόρα 3 dan).



νέα απ' όλο τόν κόσμο

Διεθνής συνάντηση Karate 1977 στό Budokan τού Τόκκο.



Η εθνική ομάδα Karate τής Ιαπωνίας. Στο μέσο διακρίνεται ό πρωταθλητής Takahiro Tanaka. [Από τό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Karate τού 1977 στό στάδιο Budokan τού Τόκκο. Φωτογραφία τού Arthur Tansley.]

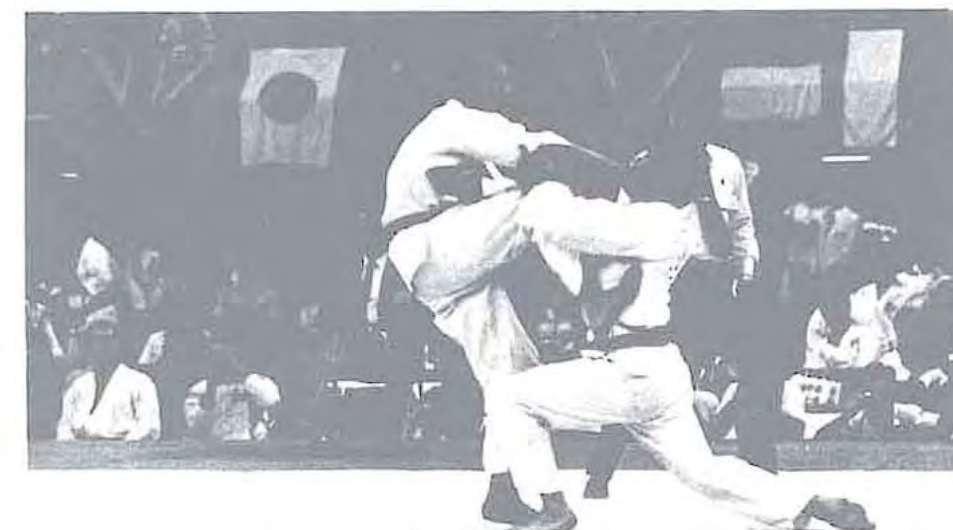
Στούς διήμερους διεθνείς αγώνες karate τής IKAF (International Karate Amateur Federation) έλαβαν μέρος 35 χώρες.

Η εθνική ομάδα Karate τής Αγγλίας. Διακρίνεται ό ίάπωνας εκπαιδευτής τους K. Enoeda. [Από τό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Karate τού 1977 στό στάδιο Budokan τού Τόκκο. Φωτογραφία τού Arthur Tansley.]



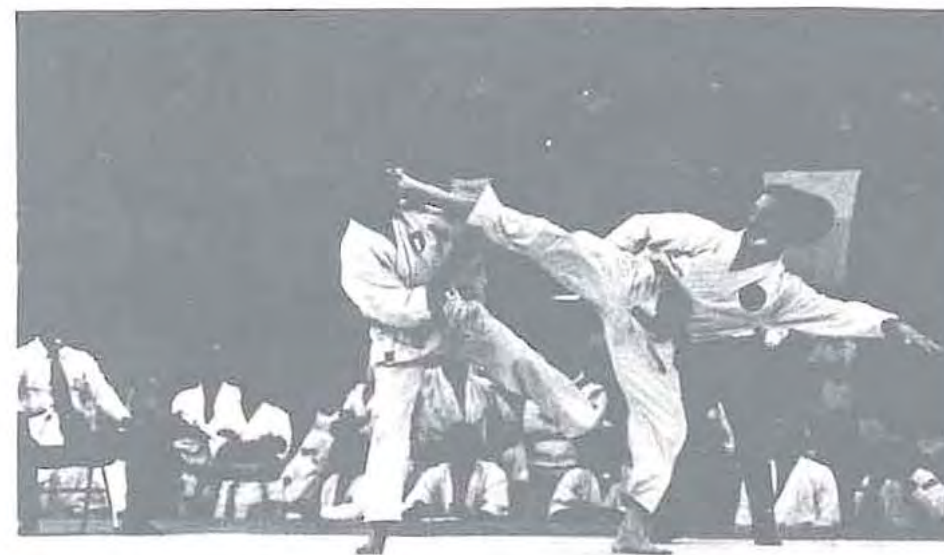
Στούς αγώνες Kumite ό Takahiro Tanaka (Ιαπωνία) εκέρδισε τόν τίτλο αφού ενίκησε στόν τελικό τόν γερμανό Willie Willrodt. Δεύτερος ό Willie Willrodt και τρίτος ό De Mechillis (Ιταλία).

Οί τρεις πρώτοι άθλητές τού Παγκόσμιου Πρωταθλήματος Karate 1977 στό Τόκκο. Πρώτος, ό Takahiro Tanaka (Ιαπωνία) δεύτερος ό Willie Willrodt (Γερμανία) και τρίτος ό De Mechillis (Ιταλία). [Από τό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Karate τού 1977 στό στάδιο Budokan τού Τόκκο. Φωτογραφία τού Arthur Tansley.]



Συμπλοκή τού γερμανού Willie Willrodt με τό γιαπωνέζο αντίπαλό του. [Από τό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Karate τού 1977 στό στάδιο Budokan τού Τόκκο. Φωτογραφία τού Arthur Tansley.]

Ό Terry O' Neil, άρχηγός τής Αγγλικής ομάδας karate ενώ σκοράρει με ushiro geri επί Ιταλού αντίπαλου του. [Από τό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Karate τού 1977 στό στάδιο Budokan τού Τόκκο. Φωτογραφία τού Arthur Tansley.]

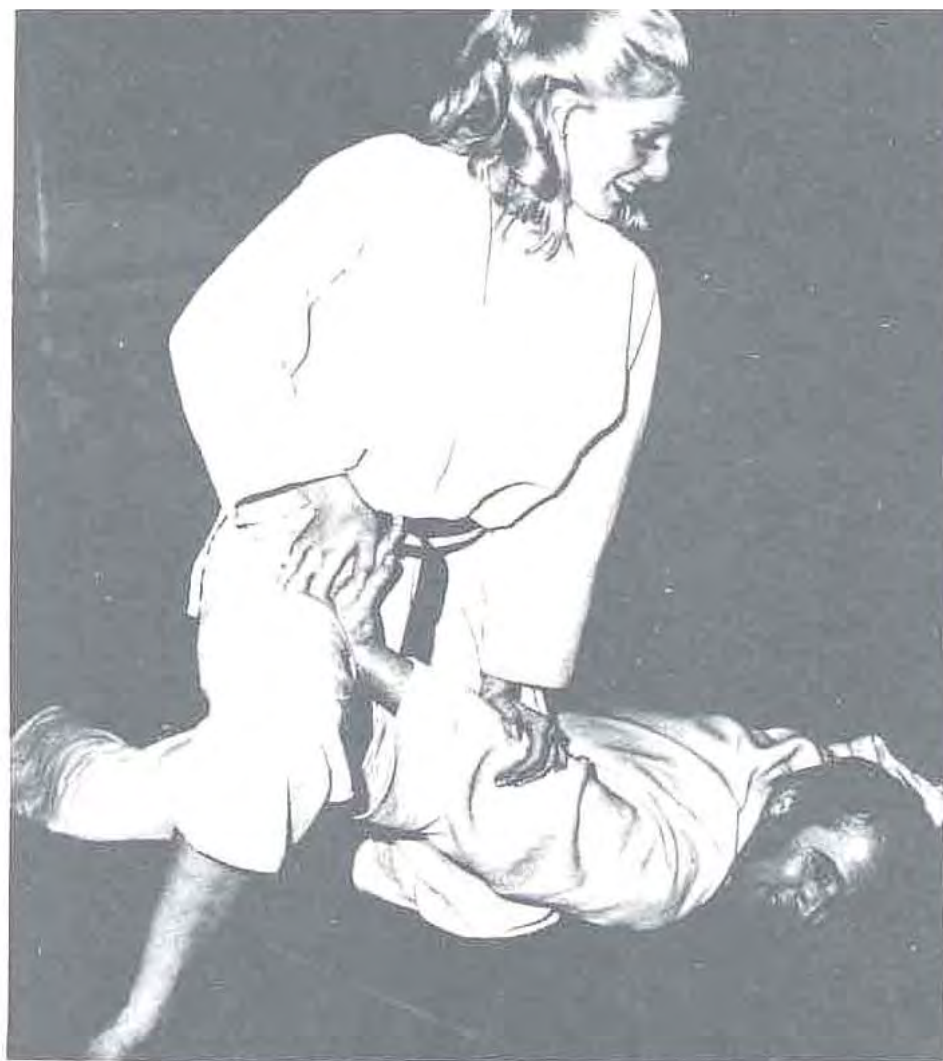


Ό Yoshiharu Osaka (5 dan) εκέρδισε στός αγώνες kata άνδρών με 44.0 βαθμούς. Δεύτερος ήρθε ό Mikio Yahara με 43.8 βαθμούς. Τρίτος ό Ιταλός Carlo Feugazzo με 41.8 βαθμούς. Στούς ομαδικούς αγώνες πρώτη ή Ιαπωνία, δεύτερη ή Ιταλία, τρίτη ή Γιουγκοσλαβία.

Στούς αγώνες Kata γυναικών πρώτη ήρθε ή Hiromi Kawashima (Ιαπωνία) με 43.2 βαθμούς και τρίτη ή Rosamud Sinai (Αμερικη) με 42.1 βαθμούς.

εύθυμα καί σοβαρά

Άπό τήν Γωάννα Κοκόση



Ήν πάσαι δάσκαλος του judo, προσοχή στις μαθητριάς σας. Έκτός του ότι μαθαίνουν γρήγορα τις διάφορες λαβές υπάρχει περίπτωση να σας εξουδετερώσουν μία για πάντα. Αυτό έπαθε και ο Ian Jackson (1 dan) εκπαιδευτής του judo από την Tina Reeves (καφέ ζώνη) γνωστό φωτομοντέλλο. Η πρώτη τεχνική ήταν ένας αρραβώνας και στη συνέχεια ο φίλος μας ο Ian βρέθηκε μόνιμος με την πλάτη στο καναβάτσο. Σιδηροκέφαλος.

Ο Yashimi Hara (Ήαπωνία) και ο Shozo Fujii (Ήαπωνία, με τό κεφάλι κάτω), στον τελικό μέσων βαρών του παγκόσμιου πρωταθλήματος judo στην Βιέννη της Αυστρίας τον Οκτώβριο του 1975.



Στή φωτογραφία αυτή βλέπουμε τον ήκωνα Isamu Sonoda (βλ. και οπισθόφυλλο) να «εκτελεί» με ένα ελληνικό οσοιο-gari τον κοριάτη Seung Ip Oh στους ήμιτελικούς του παγκόσμιου πρωταθλήματος τον Αύγουστο του 1967 στο Βυόκαπ του Τόκιο.



Η μάχη για την εκλογή της ΜΙς Κόσμος Έχει κίτλας αρχίσει. Η ΜΙς Φιλιπίνες (Pascual Evangelina) επιτίθεται με παε-τοβι-geri εναντίον της ΜΙς Ονδούρα (Julia Handal). Όπως βλέπουμε οι διάφορες ΜΙς απέφασαν να λύσουν κάπως πιο δυναμικά τις διαφορές τους και έτσι κατόρθωσαν στην αρχαιότερη πολεμική τέχνη: Τό μανουλο-kaite

Ο κύριος που βλέπετε είναι ένα δασέρι του σκαίου που άκούει στο όνομα Henrique Costa Me King. Δέν έχει πάθει τίποτε όπως νομίζατε. Άλλως χρησιμοποιεί τό karate για ρηλάξ άνάμεσα τους δύσκολους άγώνες του στο σκάκι.



τό λεξιλόγιο του judo

anzen: όκλαδόν
arigato: εύχαριστώ
ashi waza: τεχνικές ποδιού
atemi waza: τεχνική πτώσεων
budo: σύγχρονες ιαπωνικές πολεμικές τέχνες
Budokan: αίθουσα εξασκήσεως των άθλητών των πολεμικών τεχνών και ιαπωνικό στάδιο διεξαγωγής αγώνων των σχετικών άθλημάτων.
bujutsu: παλαιές ιαπωνικές πολεμικές τέχνες
bushii: πολεμιστής
bushido: ό κώδικας στρατιωτικής ήθικης των *Samurai*
chui: επίπληξη για άντιαθλητική συμπεριφορά
dan: βαθμός
do: τρόπος, όδος
dojo: αίθουσα προπονήσεως στίς πολεμικές τέχνες (άθλήματα)
go: πέντε, πέμπτος
go-kyo: πέντε άρχές
godan: ό κάτοχος μαύρης ζώνης 5 *dan*.
goi: λεξιλόγιο
goshin: αυτοάμυνα
hajime: άρχιστε
hakama: τό μαύρο έθιμοτυπικό κιμονό
hansoku: λάθος
hantai: ένταση
hantei: άπόφαση, κρίση
hazumi: όρμή
hidari: άριστερός
hiki-wake: ίσοπαλία
hiza: γόνατο
ikioi: ώθηση
ikkyu: πρώτη βαθμίδα
ippon: ένας βαθμός (νίκη στον άγώνα)
jigo-tai: άμυντική στάση
jikan: χρόνος, ώρα
ju: πραότητα, άπαλότητα, εύλυγισία
judan: ό κάτοχος μαύρης ζώνης 10 *dan*
Judo: ή «όδος» της εύλυγισίας (σώματος και πνεύματος)
judogi: ή στολή του *judo*
judoka: ό άθλητής του *judo*
jujitsu ή *ju-jitsu*: ιαπωνική τέχνη αυτοάμυνας
kake: ή τελική φάση άνατροπής, ή εκτέλεση της τεχνικής
kumikata: τό πιάσιμο δύο παικτών
kamiza: ή άνώτερη θέση
kansetsu-waza: τεχνική έξαρθρώσεων
kata: άυστηρά προκαθορισμένες τυπικές άσκήσεις επίδειξεων
katame: έλεγχος
katame waza: τεχνική έδάφους
keikoku: πλεονέκτημα
kiiai: κραυγή
kiken: έγκαταλείπω
kodansha: οί κάτοχοι μαύρης ζώνης 5-10 *dan*
Kodokan: ή ιδρυτική λέσχη του *judo*

koga: 3 δέκατα του *ippon*
kuzushi: τό σπάσιμο της ίσορροπίας του άντιπάλου
kyu: τάξη
mae: εμπρός
maitta: έγκαταλείπω, παραδίνομαι
makikomi: κυλώντας
migi: δεξιός
nage waza: τεχνικές ρίψεων
obi: ζώνη
onna: γυναίκα
osae-waza: τεχνικές άκίνητοποιήσεων
otoko: άντρας
otoko-noko: άγόρι
rantori: έλεύθερη εξάσκηση
rei: χαιρετισμός, ύπόκλιση, παράδειγμα
ritsu-rei: γονατιστός χαιρετισμός
ryu: σχολή
samurai: όνομαστοί ιάπωνες πολεμιστές
sandan: ό κάτοχος μαύρης ζώνης 3 *dan*
seiza: τό κάθισμα πάνω στίς κνήμες
sensei: καθηγητής
shiai: άγώνας σκληρός
shimoseki: ή κατώτερη πλευρά τό *dojo*
shimozu: ή κατώτερη θέση του *dojo* (έξοδος των άθλητών)
shime: στραγγαλισμός
shizen-tai: φυσική στάση
shime-waza: τεχνικές πνιγμών
shodan: ό κάτοχος της μαύρης ζώνης 2 *dan*
sumo: πατροπαράδοτη ιαπωνική πάλη
tai: σώμα
tai-sabaki: κινήσεις στροφής
tachi-waza: τεχνικές ρίψεων
tatami: ψάθα
tate: κάθετος
tanten: κέντρο βαρύτητας
te: χέρια
tokui-waza: σπειαλιτέ
tori: αυτός που έκτελεί την τεχνική
toketa: διακοπή χρονομετρήσεως
tsugi-ashi: βηματισμός με μισά (μικρά) βήματα
tsukuri: κινήσεις προετοιμασίας για εκτέλεση τεχνικής
uchikomi: συνεχείς επαναλήψεις
uke: αυτός που δείχνει την τεχνική
ukemi: πτώση
waza: τεχνική
waza ari: τά 7 δέκατα του *ippon*
waza ari awasete ippon: πλήρες σημείο με δύο *waza ari*
yame: σταματήστε
yondan: ό κάτοχος της μαύρης ζώνης 4 *dan*
yonkyu: πορτοκαλί ζώνη, 4ο *kyu*
yudansha: ό κάτοχος μαύρης ζώνης 1-4 *dan*
yuko: τά 5 δέκατα του *ippon*
yusei gachi: νίκη με ύπεροχή στά σημεία
zen: άνατολική φιλοσοφία

τό λεξιλόγιο του karate

ai-uchi: ταυτόχρονη επίθεση χωρίς να δίνεται βαθμός
chudan: μεσαία στάθμη
chui: επίπληξη
dan: βαθμός
dojo: γυμναστήριο
gedan: χαμηλή στάθμη
gohon-kumite: πέντε συνεχείς επιθέσεις (σε άγώνα προπονήσεως)
hajime: άρχιστε
hantei: άπόφαση
Heian Shodan: πρώτο *kata* θεμελιωδών τεχνικών
Heian Nidan: δεύτερο *kata* θεμελιωδών τεχνικών
Heian Sandan: τρίτο *kata* θεμελιωδών τεχνικών
Heian Yondan: τέταρτο *kata* θεμελιωδών τεχνικών
Heian Godan: πέμπτο *kata* θεμελιωδών τεχνικών
hidari: άριστερός
hikewake: ίσοπαλία
ippon: ένας ή ένας βαθμός
ippon-jiyu-kumite: μιά επίθεση σε ήμελεύθερο άγώνα
ippon-kumite: προπόνηση μιάς επιθέσεως
jikan: χρόνος
jiyu-kumite: έλεύθερος άγώνας
jodan: ύψηλή στάθμη
jogai: έξω από τον άγωνιστικό χώρο
ju-ippon-kumite: επίθεση του ενός (άπό δύο άντιπάλους)
kach: νικω (μέ)
kamaite: πάρτε τη στάση
kata: τυποποιημένη διαδοχή προκαθορισμένων τεχνικών (έκτελείται άπό ένα άτομο ή άπό ομάδα)
karateka: μαθητής του *karate*
karategi: φόρμα του *karate*
kiiai: εκπνοή με κραυγή
kihon: προπόνηση στίς βασικές τεχνικές

kihon-kumite: προπόνηση σε προσυμφώνημένη βασική τεχνική
kime: συγκέντρωση ισχύος
kokyu: μέθοδος άναπνοής
kumite: άγώνας
kyu: τάξη
mawate: γυρίστε
makiwara: επιφάνειες σκληραγωγίσεως των άκρων
migi: δεξής
nihon: δύο ή δύο σημεία
obi: ζώνη
os: χαιρετισμός (περίπου: χαίρετε)
otagai-ni-rei: ύποκλιθήτε
sanbon: τρία ή τρία σημεία
sanbon kumite: τύπος άγώνα (σε προπόνηση) με τρεις επιτυχείς επιθέσεις
seito: μαθητής
sensei: δάσκαλος, καθηγητής, εκπαιδευτής
shiai: άγώνας (σκληρός)
shiai-jo: άγωνιστική περιοχή
shimpan: διαιτητής, κριτής
shomen: θέση επισήμων
yame: σταματήστε
yoi: έτοιμοι

Αρίθμηση

<i>ichi</i> : ένα	<i>roku</i> : έξι
<i>ni</i> : δύο	<i>shichi</i> : επτά
<i>san</i> : τρία	<i>hachi</i> : όκτώ
<i>shi</i> : τέσσερα	<i>ku</i> : εννιά
<i>go</i> : πέντε	<i>ju</i> : δέκα

