

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

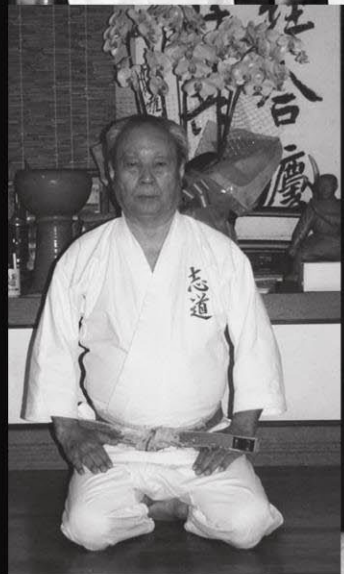
GRUDZIEŃ 2010

BIULETYN

INFORMACYJNY POLSKIEJ UNII SHORIN-RYU KARATE KOBUDO



KATSUYA MIYAHIRA
1918 - 2010



Sensei KATSUYA MIYAHIRA (1918 ☐ 2010)



28 listopada o godz. 8.01 zmarł w szpitalu w Naha na Okinawie w wieku lat 92 KATSUYA MIYAHIRA, hanshi 10 dan. Sensei Miyahira był liderem światowego Shorin-Ryu i sukcesorem najstarszej linii karate: Sokon „Bushi” Matsumura ☐ Anko Itosu ☐ Choshin Chibana. Był niekwestionowanym ekspertem i autorytetem tradycyjnego karate.



Podana obok biografia encyklopedycznie ujmuje „życie z karate” mistrza Katsuya Miyahiry.

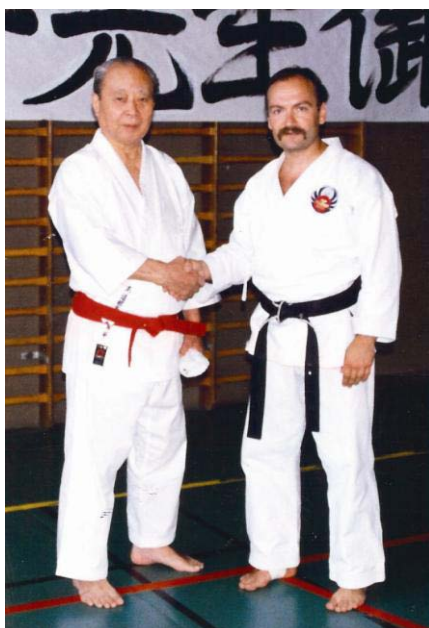
- urodzony 16.08.1918r. w Kaneku w Nishihara na Okinawie
- w kwietniu 1933r. rozpoczyna naukę Shorin-Ryu u mistrza Choshina Chibany sukcesora mistrza Anko Itosu
- we wrześniu 1933r. rozpoczyna naukę Shorin-Ryu u mistrza Anbuna Tokudy
- w styczniu 1937r. rozpoczyna naukę Karate u mistrza Choki Motobu
- w 1940r. pracuje jako nauczyciel w szkole w Mandzurii, uczy też tam karate
- w październiku 1948r. otrzymuje tytuł Shihan od mistrza Choshina Chibany oraz otwiera swoje pierwsze Dojo w Kaneshisa w Nishihara, które nazywa Shidokan.
- we wrześniu 1952r. przenosi się do Naha a w 1953r. obejmuje posadę nauczyciela karate na Uniwersytecie Ryukyuu.
- w kwietniu 1958r. otrzymuje tytuł Kyoshi z Dai Nippon Butokukai (Kyoto -Japonia)
- w lutym 1967r. otrzymuje tytuł Hanshi i stopień 9 dan od mistrza Choshina Chibany
- w marcu 1969r. po śmierci mistrza Chibany zostaje Jego sukcesorem i Prezydentem Okinawa Shorin-Ryu Karate-Do Association (Naha-Okinawa)
- w czerwcu 1974r. uczestniczy jako gość honorowy w I Mistrzostwach Świata Karate gdzie otrzymuje nagrodę za wybitne zasługi w karate
- we wrześniu 1978 r. otrzymuje stopień 10 dan
- w 1982r. zostaje doradcą Japan KarateDo Federation
- w październiku 1984r. został ekspertem zespołu chińsko-okinawskiego ds. sztuk walki
- w kwietniu 1986r. obejmuje funkcję Prezydenta Okinawa Prefektura Karate Federation
- w styczniu 1990r. zostaje laureatem pierwszej edycji Nagrody Sztuk Walki przyznawanej przez Prefekturę Okinawy
- w sierpniu 1997r. zostaje zaliczony do grona 10 najwybitniejszych mistrzów karate czasów współczesnych
- w 1992r. otrzymuje nagrodę z Nippon Budo Kyogikai
- we wrześniu 2000r. roku otrzymuje status ☐bezcennego składnika kultury Japonii”

SPOTKANIA Z MISTRZEM MIYAHIRĄ

Wielokrotnie polscy instruktorzy Shorin-Ryu mieli możliwość spotkać mistrza Katsuya Miyahirę i brać udział w prowadzonych przez Niego treningach. Dla ćwiczących karate sama świadomość osobistego kontaktu z mistrzem Miyahirą - sukcesorem Anko Itosu, najważniejszej dla karate postaci była niezwykle cennym przeżyciem. Z pośród wielu - trzy bezpośrednie spotkania z mistrzem Miyahirą zapadły głęboko w pamięci i weszły na trwałe do historii Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate. Nie są to pełne typowe relacje a tylko skrót encyklopedyczny odnotowujący te wyjątkowe wydarzenia, po przez które pamięć o mistrzu Katsuya Miyahirą będzie zawsze żywa wśród naszego środowiska Karate.

Spotkanie pierwsze - Francja 1995

Sensei Miyahira odwiedził wszystkie kontynenty, gdzie miał



swoich uczni i gdzie prowadził treningi. W sierpniu 1995 roku przyjechał po raz pierwszy do Europy do swojego wybitnego ucznia Kenyu Chinena do Francji. W międzynarodowym stażu Okinawa Shorin-Ryu Karate w Thonon-Les-Bains

wzięła również udział 20 osobowa ekipa naszej Unii w skład której weszli m.in. sensei: A. Staniszew, G. Czapla, J. Banasik, A. Zakrocki, D. Draspa, T. Zając, J. Chrzanowski, D. Tobiasz, D. Dewerenda, A. Miśkiewicz. Dwutygodniowe treningi z mistrzem Miyahirą i Jego asystentami wywarły na trenujących niezapomniane wrażenia. Sensei A. Staniszew uczestniczył w specjalnym spotkaniu, na którym zapoznał mistrza Miyahirę ze strukturami polskiego Shorin-Ryu.

Spotkanie drugie - Okinawa 1997

W lipcu i sierpniu 1997 sensei Staniszew wraz ze swoimi uczniami sensei A. Zakrockim, G. Czaplą, D. Draspą i T. Zającym wzięli udział w Światowym Turnieju Okinawa Karate na Okinawie. Podczas pobytu w Naha mieli możliwość trenowania u mistrza Miyahiry w Jego dojo w dzielnicy Tsuboya



Thonon-Les-Bains - Francja 1995, ekipa polska z sensei Miyahirą i Jego asystentami z Okinawy



oraz podczas sesji treningowych odbytych w ramach Światowego Turnieju Karate w Japonii.

Spotkanie trzecie - Okinawa 2002

Przez cały sierpień 2002 ekipa polskich sensei w składzie: A. Staniszew, G. Czapla, D. Wites, J. Chrzanowski, D. Jędrzejczak, I. Ziętek, P. Ciastek, P. Wiśniewski, A. Nitek i A. Jamróż przebywała na Okinawie. Polacy wzięli udział w Mistrzostwach Świata Shorin-Ryu Karate oraz uczestniczyli w trenin-

gach w dojo u sensei Katsuya Miyahiry. Sensei Staniszew dostał niepowtarzalną możliwość odbycia indywidualnych treningów z mistrzem „ręka w rękę” oraz otrzymał od Niego certyfikat z podziękowa-

niem za rozwój Shorin-Ryu Karate. Towarzyszył też sensei Chinenowi podczas prywatnej wizyty w domu u sensei Miyahiry, gdzie wspólnie rozmawiali o karate.

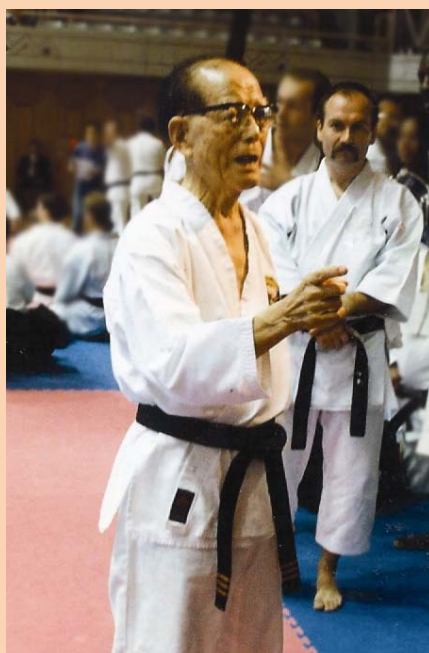


Naha – Okinawa 2002, ekipa polska w Dojo sensei Katsuya Miyahiry – 10 Dan

/BEZ AKAPITU/- KOMENTARZ PROFESORA : STOPNIE W KARATE

Posiadany stopień w karatei zawsze wywołuje emocje bądź u samego posiadacza bądź w jego otoczeniu. Tak było od lat i będzie chyba zawsze. Od chwili pojawienia się karate w naszym kraju, Polacy zaczęli celebrować stopnie szczególnie te mistrzowskie. W latach wcześniejszych utrzymywana była pewna linia – na stopnie szczególnie te mistrzowskie promowane były tylko osoby, które na to zasługiwały w całym tego słowa znaczeniu. Miało to związek też z tym, że wtedy do naszego kraju „ukrytego” wówczas za „czerwonym murem” mogły się przebić tylko silne, renomowane organizacje, w których stopień mistrzowski był traktowany bardzo poważnie. Wraz z upadkiem komunizmu i otwarciem się naszych granic na cały świat, otworzyły się również granice na byle jakie organizacje karate, w których w prosty sposób można uzyskać wysokie stopnie mistrzowskie z drogą korespondencyjną włącznie. W niemal całym świecie do lat siedemdziesiątych ubiegłego wieku swoistym wyznacznikiem dobrej pracy sensei były pozytywne wyniki jego uczniów podczas egzaminów na stopnie mistrzowskie. Od tego czasu również i rywalizacja sportowa różnego szczebla stanowi kulminację procesu treningowego, stając się zarazem dla wielu sensei swoistym sprawdzianem wykonanej przez nich pracy. Spowodowało to przesunięcie granicy tradycyjnych wartości obowiązujących przy egzaminach na stopnie mistrzowskie w stronę wartości umownych, których wyznacznikiem stał się wynik sportowy okrajający uniwersalność mistrza karate i stało się zaczątkiem „stopniowego” bałaganu. W wielu demokratycznych krajach prawnie zarejestrowane organizacje karate o zasięgu krajowym lub regionalnym mają prawo do niekontrolowanego nadawania stopni mistrzowskich w zakresie od 1 do dowolnego – nawet 21 Dan (bo mamy przecież XXI wiek). Tak jest na całym świecie i tak jest też i w naszym kraju. Nagle jak z pod ziemi powyrastali wcześniej nikomu nieznanymi wielcy polscy mistrzowie z wysokimi stopniami nierzadko bardzo młodzi, dzisiaj ogłaszają się krajowymi kombatantami karate. Wprowadzając w błąd swoich niezorientowanych uczniów, władze i też chyba samych siebie. Stopnie w karate wprowadzono by określały poziom zaawansowania danego adepta ale też i po to aby ustrzec się przed samozwańczymi mistrzami. Niestety w dzisiejszych czasach nie jest to żadnym zabezpieczeniem. Kiedyś stopień mistrzowski był wypadkową tylko doskonałej techniki, dzisiaj jest niejednokrotnie wypadkową kilku czynników: biznesu, polityki, techniki a wielu przypadkach chorych emocji i wyrachowanego cwaniac-

stwa. Stopnie mistrzowskie nadawane są również i dzieciom co jest już zupełnym niezrozumieniem słowa mistrz. Czy dziecko w wieku kilku lat to mistrz? Mistrzostwo to nie tylko z umiejętności ale i dojrzałość, mistrz który nie ma ukończonego odpowiedniego wieku – nie jest mistrzem. Jakie umiejętności w samoobronie zaprezentuje 9 letnie dziecko przewiązane czarnym pasem w konfrontacji z dorosłym napastnikiem? W wielu organizacjach jednak pewne normy obowiązują i dalej będą obowiązywały stojąc na straży dawnych zasad prawdziwego mistrzostwa. Tak jest w maceczniku karate czyli w tradycyjnych szkołach okinawskich. Prześledźmy – jak ciężka i wieloletnia była droga kształtowania się skali stopni i pokrewnych im tytułów w karate. Może wówczas uczciwiej i z większym szacunkiem traktować będziemy te „czarne pasy mistrzowskie” przewiązane naokoło karateGi. Historycznie stopnie Dan zostały po raz pierwszy wprowadzone w roku 1667 w Shogi (tradycyjna forma szachów), istniała trzy stopniowa skala: 9 Dan czyli meijin (mistrz), 8 Dan czyli han-meijin (niepełny mistrz) oraz 7 Dan czyli uwate (doświadczony zawodnik). Na bazie tych stopni w 1883 roku stopnie Dan zostały wprowadzone w Kodokan Judo. Dawniej w karate na Okinawie czyli miejscu powstania tej sztuki walki nie używano żadnych stopni. Pas służył do przepasania kimona i jego kolor nie miał żadnego znaczenia nie obowiązywały żadne kryteria egzaminacyjne. Stopnie uczniowskie i mistrzowskie zaczerpnięto na



Mistrz Shoshin Nagamine
wspomina.....

Okinawie właśnie z judo, które pojawiło się tam około 1920 roku. Zdarzało się, że czarne pasy były przyznawane spontanicznie np. za zwycięstwo w turnieju. Słynny mistrz karate Shorin-Ryu Shoshin Nagamine, który w młodości był Szefem Policji w miejscowości Motobu na Okinawie opowiadał jak jego drużyna brała udział w Okinawskim Turnieju Judo. W okresie prawie rocznego przygotowania do turnieju Mistrz Nagamine dołączył im do treningów judo obowiązkową praktykę karate. W efekcie jego 60 osobowa drużyna Posterunku Policji w Motoru składająca się z białych pasów wygrała cały turniej. Jako symbol ich zwycięstwa przyznano wszystkim jego ludziom, noszącym dotąd białe pasy, stopnie mistrzowskie pierwszy Dan. Pierwszy certyfikat ze stopniem mistrzowskim 1 Dan w karate (ale z zapisem „chińska ręka” a nie „pusta ręka”) otrzymał w 1924 roku Gichin Funakoshi – okinawski mistrz, który jako jeden z pierwszych przeniósł karate z Okinawy do Japonii. 25 października w 1936 roku odbyło się w Naha na Okinawie w Showa Kaikan spotkanie wybitnych autorytetów karate. Celem spotkania było określenie dróg rozwoju dla karate. Po raz pierwszy rozmawiano o konieczności usystematyzowania skali stopni, wymagań egzaminacyjnych i tytułów instruktorskich. W 1938 roku na zebraniu w Nippon Butokukai w Tokyo zestandaryzowano kryteria stopni uczniowskich i mistrzowskich dla karate. Początkowo skala Dan sięgała tylko stopnia 5 Dan. I tak w chwili śmierci w 1957 roku przytoczony wcześniej mistrz Funakoshi miał 5 dan. Stopień 10 Dan nadany mu został pośmiertnie gdy skalę stopni Dan dla organizacji, w której zrzeszone było Karate Shotokan rozszerzono. W 1946 roku w założonej jako osobny twór All Japan Karate – Do Federation (AJKF) wprowadzono stopnie Kyu i Dan. Jednak regulacja ta była bardzo dziwna, gdyż dla różnych stylów zrzeszonych w AJKF został wyznaczony różny górny pułap skali Dan. Był to 5 lub 7 Dan co wprowadziło bałagan stopniowy w Japonii. W 1952 roku nowopowstała inna japońska organizacja grupująca również w swoich strukturach i karate wprowadza po raz pierwszy do karate stopień 10 Dan. W maju 1956 roku powstaje na Okinawie Okinawa Karate-do Federation (OKF). Wprowadza ona skalę stopni uczniowskich Kyu od 6 do 1 i skalę stopni mistrzowskich Dan od 1 do 10. (skale te do dnia dzisiejszego nie uległy żadnej zmianie). W zakresie stopni Dan wprowadzono kolor czarny pasa bez żadnych dodatkowych na nim oznaczeń informujących o wysokości stopnia. Na pasie wprowadzono tylko oznaczenia dla tytułów instruktorskich: renshi (5-6 Dan) jeden złoty pagon na obu końcach

pasa, kyoshi (7-8 Dan) dwa złote pagony oraz hanshi (9-10 Dan) trzy złote pagony. Wymienne można było też używać pasa biało-czerwonego dla tytułu kyoshi lub czerwonego dla tytułu hanshi. W 1964 roku w Japonii powstaje Federation of All Japan Karate-Do Organization (FAJKO), która przyjmuje tą samą skalę stopni uczniowskich i mistrzowskich co powstała 8 lat wcześniej organizacja OKF na Okinawie. W 1971 roku FAJKO publikuje tabelę stopni mistrzowskich, w których po raz pierwszy wprowadzone zostają zależności pomiędzy stopniem a wiekiem i ilością lat praktyki karate. Należy zaznaczyć, że tabela FAJKO powstała wtedy gdy karate istniało już w Japonii 50 lat i odzwierciedla właśnie te 50 lat istnienia i praktykowania tam karate. Na Okinawie karate było już w tym samym czasie praktykowane grubo ponad 400 lat i tam tabela jest nieco inna. W Polsce trzeba przyjąć lata 1971-72 jako rok zerowy czyli w stosunku tylko do Japonii to 50 lat różnicy więc dokładne stosowanie tych samych danych z tabeli jest co najmniej dyskusyjne. Tabele są orientacyjne i zawierają pewien margines tolerancji ale jest to bardzo wąski margines. Żmudna droga kształtowania się karate to także droga kształtowania umownego stopnia przygotowania technicznego, kondycyjnego, taktycznego i psychicznego i zrozumienia tej sztuki walki czyli posiadania odpowiedniego stopnia Dan. Z porównania wykresów wynika, że wiek w którym uzyskać się powinno stopnie mistrzowskie Dan w przypadku Okinawy jest niższy niż w przypadku Japonii i to zarówno w skali stopni niższych jak i ekstremalnie wysokich. Wynika to z kwestii oczywistych czyli z uwarunkowań historycznych. Z analizy tabel wynika również, iż w przypadku Okinawy minimalnym wiekiem od którego rozpoczyna się „odliczanie” stażu uprawiania karate jest wiek 10 lat, w przypadku Japonii wiek ten wzrasta i wynosi 13 lat. Z życiorysów niektórych polskich „mistrzów” wynika zaś, że rozpoczęli naukę sztuk walki w wieku lat 5 czy 6 lat ale czy przez cały czas byli świadomi tego co robią? Gdyby zastosować skalę stopni z karate korzystając z proporcji w innych sztukach walki to maksymalnym stopniem niezależnym od uprawianej sztuki walki w warunkach polskich jest stopień 8 Dan. Osoby, które legitymują się wyższym stopniem niż 8 Dan w Polsce nie zasługują na poważne traktowanie. 30 grudnia 1960 OKF na Okinawie przeprowadziła pierwszy egzamin na stopnie mistrzowskie. 40 osób zdało na 1 Dan, 23 osoby na 2 Dan i 25 osób na 3 Dan. W maju 1967 roku OKF zrzeszała 59 osób z tytułami instruktorskimi: 6 hanshi, 24 kyoshi i 29 renshi. To wszystko działo się w kraju, gdzie Karate ma kilkusetletnią historię. U nas w Polsce gdzie Karate ma dopiero czterdziestoletnią historię też nie jest gorzej – jest nawet lepiej! Niektóre polskie

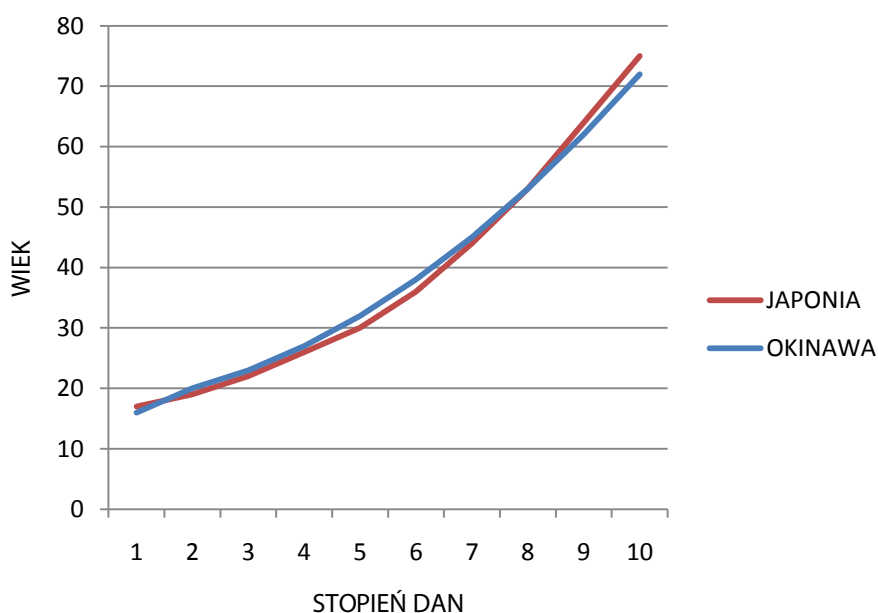
Tabela stopni mistrzowskich FAJKO (Japonia)

DAN	STOPIEŃ	WIEK	CAŁKOWITY CZAS NAUKI
Shodan	1 DAN	17 lat	4 lata
Nidan	2 DAN	19 lat	6 lat
Sandan	3 DAN	22 lata	9 lat
Yondan	4 DAN	26 lat	13 lat
Godan	5 DAN	30 lat	17 lat
Rokudan	6 DAN	36 lat	23 lata
Nanadan	7 DAN	44 lata	31 lat
Hachidan	8 DAN	53 lata	40 lat
Kudan	9 DAN	64 lat	51 lat
Judan	10 DAN	75 lat	62 lata

Tabela stopni mistrzowskich OKF z Okinawy

DAN	STOPIEŃ	WIEK	CAŁKOWITY CZAS NAUKI
Shodan	1 DAN	16 lat	6 lat
Nidan	2 DAN	20 lat	10 lat
Sandan	3 DAN	23 lata	13 lat
Yondan	4 DAN	27 lat	17 lat
Godan	5 DAN	32 lata	22 lata
Rokudan	6 DAN	38 lat	28 lata
Nanadan	7 DAN	45 lat	35 lat
Hachidan	8 DAN	53 lata	43 lata
Kudan	9 DAN	62 lata	52 lata
Judan	10 DAN	72 lata	62 lata

Korelacja stopnia i wieku



organizacje karate już mechanicznie każdemu chętnemu nadają wysokie stopnie i robią to nawet zagranicznym petentom. Wystarczy tylko zadeklarować chęć współpracy. Jeżeli tak dalej pójdzie to wkrótce stopień mistrzowski Dan straci prestiż całkowicie a czarny pas będzie tak jak wcześniej służył tylko do przepasania kimona, wtedy wieloletnia mozolna praca nad tworzeniem struktury stopni i tytułów w Karate japońskich mistrzów rozsypie się tak jak wyobrażenie niektórych polskich „mistrzów” o swoim mistrzostwie. /Prof. A. Staniszew/





III NOWOROCZNY TURNIEJ SHORIN-RYU KARATE W STRYKOWIE



30 stycznia 2010 r. odbył się po raz trzeci Noworoczny Turniej Shorin-Ryu Karate. Wzięło w nim udział ponad 100 zawodników z centralnej i południowej Polski. Zawodnicy walczyli w konkurencjach: kata, kata kumiwaza oraz kumite. Organizatorem Turnieju było Łódzkie Centrum Okinawa Shorin-Ryu Karate i Kobudo "BUS-HI" kierowane przez renshi Dariusza Jędrzejczaka (5 dan) oraz z firma Wimat Wiechno & Matlińscy

ze społecznym organizatorem Andrzejem Matlinskim. Turniej objęty był patronatem honorowym Prezydent Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate Kobudo – prof. Aleksandra Staniszew oraz firmy BNI Connectors. Patronat medialny sprawowało Radio PARADA. Podczas zawodów Łódzki Oddział Towarzystwa Polsko-Japońskiego zorganizował szereg ciekawych imprez towarzyszących, natomiast w przerwie turnieju odbył się pokaz ratownictwa

medycznego przeprowadzonego przez Szkołę Podoficerską Służb Medycznych z Łodzi. Relację z Turnieju prowadziły TVP3 oraz TV TOYA. Z roku na rok turniej zyskuje coraz to bogatszą oprawę oraz renomę popularnych i liczących się zawodów rangi ogólnokrajowej.

Oficjalne wyniki III Noworocznego Turnieju Shorin-Ryu Karate znajdują się na stronie PUSKK:

www.okinawakarate.pl

PIERWSI W POLSCE TRENERZY PIERWSZEJ KLASY W KARATE

25 października zakończyły się obroną pracy dyplomowej trenera I klasy w karate elitarnie studia podyplomowe na Wyższej Szkole Trenerów Sportu w Warszawie. Promotorem naszych trenerów był jedyny w kraju posiadacz klasy mistrzowskiej w karate doc. Paweł Przybylski z AWF w Poznaniu. Dyplomy trenera kl. I uzyskali sensei: Aleksander Staniszew (Pińczów), Jerzy Chrzanowski (Warszawa) i Ryszard Muszytowski (Gdańsk). Oprócz przedstawicieli Shorin-Ryu w studiach wzięli udział liderzy Shotokan, Kyokushinkai, Oyama Karate, Fudokan i WKF. Była to pierwsza w kraju edycja w formie studiów podyplomowych trenera I klasy w karate.



XII MISTRZOSTWA POLSKI SHORIN-RYU KARATE W KATA W WARSZAWIE

W dniu 24 kwietnia 2010 odbyły się w Warszawie na obiekcie Uniwersytetu Medycznego XII Mistrzostwa Polski w Kata Shorin-Ryu Karate. Mistrzostwa rozegrano w kategoriach juniorów, seniorów oraz w akademickiej. Sędzią głównym był sensei A. Staniszew (7 dan, Pińczów). Sędziowali sensei: J. Chrzanowski (5 dan, Z.Wójcik (5 dan), D.Halczewski (3 dan), R.Stachowiak (2 dan) - wszyscy z Warszawy, D. Draspa (5 dan, Grudziądz), D. Jędrzejczak (5 dan, Łódź), Z. Berłowski (3 dan, Kleszczów), M. Frelich (2 dan, Lublin). W Mistrzostwach wystartowały reprezentacje z kilkunastu klubów Shorin-Ryu z terenu całego kraju. Organizatorami byli: sekcja AZS UM Warszawa kierowana przez sensei Jerzego Chrzanowskiego oraz PUSKK.



Oficjalne wyniki XII Mistrzostw Polski Shorin-Ryu w Kata znajdują się na stronie PUSKK: www.okinawakarate.pl



Sensei KENYU CHINEN w Polsce

Międzynarodowy Staż Shorin-Ryu Karate w Pińczowie

W dniach 15-19 kwietnia 2010 r., po raz 23 przebywał w Polsce Prezydent i Główny Instruktor World Oshukai Dento Okinawa Shorin-Ryu Karate Do Kobudo Federation. W dniu 16.04 sensei Kenyu Chinen oraz sensei A. Staniszew gościli w Kielcach u Marszałka Województwa Świętokrzyskiego Adama Jarubasa. Rozmawiano o światowej popularności karate.

W dniach 16-17 kwietnia odbył się w Pińczowie Międzynarodowy Staż Shorin-Ryu Karate. W stażu uczestniczyli karateka z krajowych klubów Shorin-Ryu oraz z zagranicy. Treningi prowadził tak jak zawsze mistrz Kenyu Chinen. Staż ukierunkowany był na praktykę wolnej walki (dojo kumite) oraz doskonalenie i interpretację wybranych kata mistrzowskich.





MISTRZOSTWA POLSKI DZIECI W SHORIN-RYU KARATE

W dniach 29 - 30 maja, odbyły się w Ryrze w obiektach Hotelu "Perły Południa" Mistrzostwa Polski Dzieci Shorin-Ryu Karate połączone z Międzynarodowym Festiwalem Dzieci Shorin-Ryu Karate. Gospodarzem imprezy był Nowosądecki Klub Okinawa Karate - kierowany przez sensei Tomasza Zajęca - 4 dan.

W Festiwalu uczestniczyło ponad 200 dzieci, zaś w mistrzostwach wystartowało ich ponad 160, reprezentując kluby Shorin-Ryu Karate z terenu całego kraju. Impreza przeprowadzona została w ramach programu Małopolska Nasz Region Nasza Szansa realizowanego przez Marszałka Województwa Małopolskiego. Gośćmi honorowymi mistrzostw byli: Wicemarszałek Województwa Małopolskiego - Leszek Zegrda, Komendant Policji w Nowym Sączu - inspektor Witold Bodziony oraz Wójt Gminy Ryto - Władysław Wnętrzak.

Sędzią głównym mistrzostw był Prezydent Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate Kobudo sensei Aleksander Staniszew - 7 dan (Pińczów) Zawody sędziowali licencjonowani sędziowie: Dariusz Draspa - 5 dan (Grudziądz), Dariusz Jędrzejczak - 5 dan (Łódź), Grzegorz Jarząbek - 5 dan (Wołomin), Krzysztof Grabowski - 4 dan (Przemyśl), Mieczysław Jałocha - 4 dan (Przemyśl), Zbigniew Magda - 3 dan (Mielec), Zbigniew Berłowski - 3 dan (Kleszczów), Jan Kopecy - 3 dan (Republika Czeska), Marcin Frelich - 2 dan (Lublin). Rolę sędziów technicznych pełnili sensei z Nowosądeckiego Klubu Okinawa Karate pod przewodnictwem Danuty Tobiasz - 3 dan oraz Marcin Piekarczyka - 2 dan.

Mistrzostwa były prowadzone w sposób profesjonalny



przez Andrzeja Górszczyka. Opiekę medyczną sprawował CenterMed. W pierwszym dniu przeprowadzono eliminacje, w drugim finałści walczyli o kilkadziesiąt medalowych miejsc, w trzech konkurencjach: kata, kata kumiwaza i kata oyo. Szczególnie ta ostatnia konkurencja, kata oyo, czyli aranżowana walka z zastosowaniem technik z kata dostarczyła dzieciom największych wrażeń.



Podczas Mistrzostw można było także wziąć udział w warsztatach kulinarnych tradycyjnej kuchni japońskiej, oglądać specjalnie przygotowany pokaz ratownictwa w Parku Liniowym "Ablandia", podziwiać występy Shorin-Ryu Karate i Okinawa Kobudo przygotowane przez Nowosądecki Klub Okinawa Karate a także średniowieczne walki rycerskich grup: słowackiej "Sarus" oraz krakowsko-nowosądeckiej "Fencing Arts". W specjalnym pokazie dla uczestników mistrzostw wystąpiła także specjalna grupa policji Komendy Miejskiej z Nowego Sącza oraz grupa taneczna ryterskich dziewcząt.

W rozegranym konkursie plastycznym, decyzją prof. Andrzeja Szarka zwyciężyła Róża Okoń z Kielc.



Oficjalne wyniki Mistrzostw Polski Dzieci Shorin-Ryu Karate znajdują się na stronie PUSKK: www.okinawakarate.pl

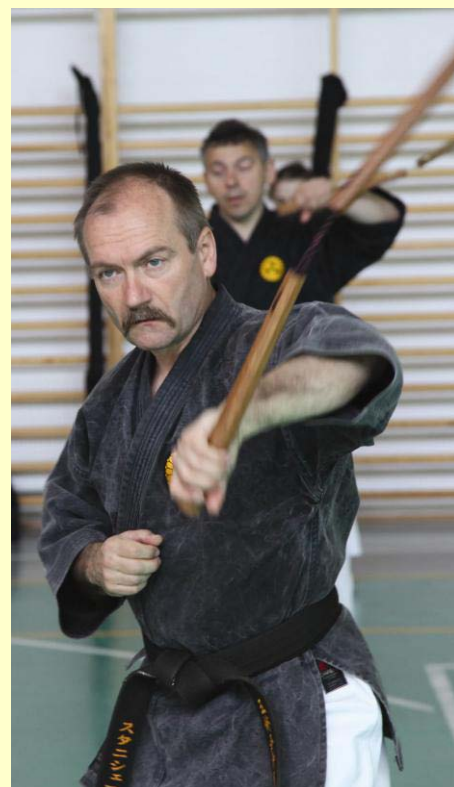
Więcej informacji o mistrzostwach na stronie: www.zawodykarate.pl



SENSEI KENYU CHINEN W POLSCE

Międzynarodowy Staż Okinawa Kobudo

W dniach 5-6 czerwca odbył się w Warszawie kolejny Międzynarodowy Staż Okinawa Kobudo prowadzony przez Prezydenta Światowej Federacji Kobudo mistrza Kenyu Chinena. W stażu uczestniczyli kobudoka z klubów polskich oraz ekipa z Republiki Czeskiej. Treningi prowadzone były w zakresie broni podstawowych: Bo, Sai, Tonkuwa i Nunchaku. Dostawiono techniki na poziomie elementarnym i mistrzowskim. Na zakończenie stażu odbyła się ceremonia wręczenia certyfikatów na stopnie mistrzowskie 2-4 dan w Okinawa Kobudo.





MIĘDZYNARODOWA NAGRODA „SENSEI” DLA MISTRZA CHINENA.

Podczas stażu sensei Chinen odebrał z rąk Prezydenta PUSKK statuetkę „SENSEI”. Statuetka przyznawana jest od roku 2010 za wybitne zasługi w karate i kobudo. Jest zaprojektowana i wykonana przez słynnego świętokrzyskiego artystę Sławomira Micka.



Więcej zdjęć autorstwa J. Chrzanowskiego na stronie: www.okinawakarate.pl

XXXII MIĘDZYNARODOWY LETNI STAŻ W.O.F. w THONON-LES-BAINS , FRANCJA

W dniach 2-7 sierpnia, odbył się we Francji w Thonon-Les-Bains kolejny Międzynarodowy - Europejski Staż Okinawa Shorin-Ryu Karate i Okinawa Kobudo. Treningi prowadził Prezydent i Główny Instruktor W.O.F. Sensei Kenyu Chinen. W Stażu wzięły udział ekipy z Ameryki Północnej, Południowej, Afryki, Europy i Azji. Skład naszej 30 osobowej ekipy stanowili karateka z klubów z Pińczowa, trzech warszawskich, Kielc, Wołomina, Nowego Sącza, Grudziądza i Gdańska. Następny europejski staż odbędzie się dopiero za dwa lata, czyli w 2012 r.



Prezydent World Oshu Kai Dento Okinawa Shorin-Ryu Karate Do Federation – sensei Kenyu Chinen z naszą ekipą



KRAJOWE WAKACYJNE OBOZY SZKOLENIOWE SHORIN-RYU KARATE

Tradycyjnie wakacje to czas na krajowe obozy szkoleniowe, które oprócz treningów Shorin-Ryu i Kobudo są doskonałą formą wypoczynku dla całych rodzin związanych na co dzień z naszymi klubami. Tego lata na różnego typu obozach wypoczywało około 500 „trenujących wczasowiczów”. Taką wspaniałą formę wypoczynku zorganizowały: Warszawski Klub Sportowo-Rekreacyjny „Zdrowie” (kierowany przez sensei Jarosława Gajka), Stowarzyszenie „Dojo” w Warszawie (sensei Jerzy Chrzanowski), Przemyski Klub Shorin-Ryu Karate (sensei: Krzysztof Grabowski i Mieczysław Jałocha), Grudziądzki Klub Shorin-Ryu (sensei Dariusz Draspa), Pomorski Klub Okinawa Shorin-Ryu Karate (sensei Ryszard Muszytowski), Łódzkie Centrum Okinawa Shorin-Ryu Karate i Kobudo „Bushii” (sensei Dariusz Jędrzejczak), Wołomiński Klub Shorin-Ryu (sensei Grzegorz Jarzabek) i Akademia Okinawa Karate w Lublinie (sensei Marcin Frelich).



Jarosławiec, letni obóz szkoleniowy Łódzkiego Centrum Okinawa ShorinRyu Karate i Kobudo „Bushii”

Dojo Oshukan w Pińczowie



W styczniu sensei A. Staniszew otworzył dojo Oshukan.

Staż w Strykowie



15 maja odbył się w Strykowie Staż Shorin-Ryu Karate oraz Kobudo. Zajęcia prowadził główny instruktor PUSKK sensei Aleksander Staniszew - 7 dan. Staż zorganizowany został przez Łódzkie Centrum Okinawa Shorin-Ryu Karate i Kobudo "Bushi" prowadzone przez sensei Dariusza Jędrzejczaka - 5 dan. W stażu wzięło udział ok. 90 osób z klubów Shorin-Ryu łódzkiego i warszawskich oraz przedstawiciele karate tradycyjnego z Łodzi.

Puchar Pomorza



14 maja odbyła się w Świeciu n/Wisłą druga edycja Pucharu Pomorza Karate Shorin-Ryu. W zawodach wystartowali reprezentanci pomorskich klubów. Zawody zorganizował sensei Dariusz Draspa – 5 dan z Grudziądza.

KRAJOWY KALEJDOSKOP

GoldenLine

Sensei Michał Rumak –3 dan z Warszawy został wybrany moderatorem forum dyskusyjnego dla biznesmenów i odpowiada za treści związane z karate. GoldenLine jest serwisem społecznościowym, na którym zarejestrowanych jest kilkaset tysięcy osób czynnych zawodowo.

TVN „UWAGA”



17 września stacja TVN w programie "UWAGA" o godz. 19.50 wyemitowała program, którego bohaterem był szef Stołecznego Klubu Shorin-Ryu Karate „TE” sensei Paweł Ciastek - 4 dan z Warszawy.

Drużynowy Turniej w Kwidzynie



7-10 października odbyła się w Kwidzynie trzecia edycja Drużynowego Turnieju Shorin-Ryu Karate. W zawodach wystartowały drużyny z klubów Shorin-Ryu z Pomorza. Organizatorem był sensei Dariusz Draspa – 5 dan, szef klubów Shorin-Ryu Karate : grudziądzkiego, świeckiego i kwidzyńskiego.

Gdańska strona Shorin-Ryu

Pomorski Klub Okinawa Shorin-Ryu Karate kierowany przez sensei Ryszarda Muszytowskiego – 4 dan , uruchomił swoją stronę internetową:
<http://www.okinawakarategdansk.host77.pl/>

WYDARZEŃ KLUBOWYCH

VII Mistrzostwa Mazowsza



23 – 24 października odbyły się w Michałowicach VII Mistrzostwa Mazowsza w Karate. Organizatorem był sensei Jarosław Gajek – 2 dan, szef Warszawskiego Klubu Sportowo-Rekreacyjnego "Zdrowie". W mistrzostwach wystartowało około 500 osób z 11 klubów z różnych stylów z obszaru Mazowsza. Klub „Zdrowie” w klasyfikacji generalnej zajął 2 miejsce.

Podziękowanie od Prezydenta Przemysła



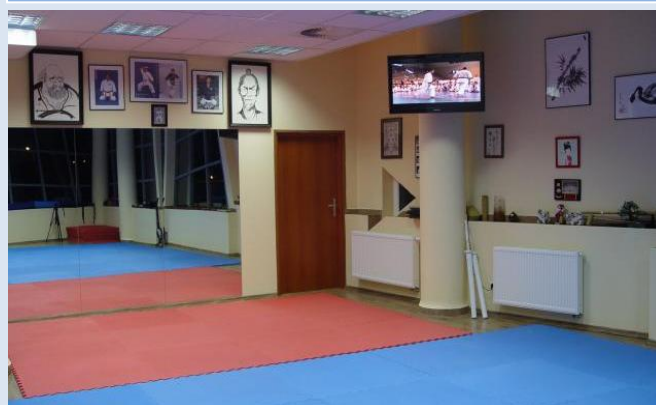
Podziękowania od Prezydenta Przemysła otrzymali szefowie klubów przemyskich Shorin-Ryu: sensei Krzysztof Grabowski – 4 dan i sensei Mieczysław Jałocha – 4 dan. Podczas Wojewódzkiego Podsumowania Współzawodnictwa Sportowego Szkół członkowie Przemyskiego Klubu Shorin-Ryu dali profesjonalny pokaz karate.

Puchar Ziemi Mieleckiej



W dniu 4 grudnia odbył się w Mielcu Ogólnopolski Turniej Shorin-Ryu Karate w kata. Uczestniczyły w nim kluby Shorin-Ryu z Łodzi, Wołomina, Kielc, Przemysła, Kleszczowa, Lublina, Pińczowa i Mielca. Gośćmi honorowymi byli Senator RP - Władysław Ortyl oraz Prezydent PUSKK Aleksander Staniszew. Turniej zorganizował sensei Zbigniew Magda – 3 dan, z TG "Sokół" w Mielcu.

Dojo Oshukan w Rytrze



Sensei Tomasz Zajac otworzył w Rytrze nowe dojo.

Konferencja w Łodzi



15 grudnia odbyła się w siedzibie Łódzkiej Izby Przemysłowo-Handlowej konferencja poświęcona organizacji IV Noworocznego Turnieju Shorin-Ryu. Podczas konferencji z udziałem organizatorów i sponsorów rozmawiano o karate, proponując też założenie Fundacji Shorin-Ryu. Zaprezentowano również puchary ufundowane przez Ministra Obrony Narodowej dla najlepszych zawodników. Konferencję przygotował społeczny organizator turnieju Andrzej Matliński.



CENTRALNY KONGRES KARATE

PATRONAT HONOROWY:



AMBASADA JAPONII W POLSCE

W Pińczowie, w dniach 23 - 24 października odbył się Centralny Kongres Karate pod honorowym patronatem Ambasady Japonii. Organizatorem Kongresu był Prezydent Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate Kobudo - Aleksander Staniszew. Uczestniczyło w nim ponad 120 instruktorów i trenerów karate z 31 klubów sportowych krajowych i zagranicznych.



Uroczystego otwarcia Kongresu dokonał Wicekurator Świętokrzyski - Lucjan Pietrzczyk, który następnie wraz z sensei A. Staniszew wręczyli Honorowe Brązowe Medale Kongresu. W konferencji naukowej poświęconej karate przedstawiono kilka wykładów m.in. lek. med. Tomasza Zająca Dyrektora Centrum Medycznego Centermed Biegonice - Nowy Sącz "Prawidłowy rozwój dziecka poprzez zabawowe formy treningu karate" czy też dr Juliusza Piwowarskiego Rektora Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa Publicznej i Indywidualnego Aperion w Krakowie "Zjawisko ciągłości przekazu jako istotny element bezpieczeństwa wewnętrznego w koncepcji Bushido".



Przedstawiono także ciekawe prezentacje multimedialne "Trailer w karate - strategia przekazywania informacji" oraz "Perspektywy kształcenia na AWF niepełnosprawnych sportowców karate". Kluczowym momentem Kongresu była uroczysta Gala Karate, podczas której zostały wręczone po raz pierwszy ogólnopolskie nagrody SENSEI.

Uroczystego wręczenia statuetek dokonał Mar-



szarek Województwa Świętokrzyskiego - Adam Jarubas. Statuetki otrzymali sensei: Tomasz Zajęc z Nowego Sącza, Dariusz Jędrzejczak z Łodzi oraz Jerzy Chrzanowski z Warszawy. Specjalne Honorowe Srebrne Medale Kongresu otrzymali Marszałek Adam Jarubas i Wicekurator Lucjan Pietrzczyk. W sesji wieczornej sensei Aleksander Staniszew przeprowadził trening dojo kumie połączony ze szkoleniem sędziowskim, a w dniu następnym trening kata w aspekcie wyjazdu reprezentacji Shorin-Ryu na Puchar Świata do Japonii. Centralny Kongres Karate zakończyła celebracja Światowego Dnia Karate, obchodzonego corocznie na całym globie w dniu 25 października.



Nominowani do nagrody „SENSEI”



Krajowi laureaci nagrody „SENSEI” 2010



CENTRALNY KONGRES KARATE

więcej zdjęć autorstwa J. Chrzanowskiego na www.okinawakarate.pl



PRAWDŁOWY ROZWÓJ DZIECKA POPRZEZ ZABAWOWE FORMY TRENINGU KARATE

- wykład wygłoszony przez sensei Tomasza Zajęca.

„Proszę Państwa. Zanim przedstawię moje przemyślenia dotyczące prawidłowego rozwoju dzieci poprzez trening karate muszę wyjaśnić, że jako lekarz-pediatra (z 25 letnim stażem) i jako instruktor karate (od kilkunastu lat) mam obowiązek podzielenia się z Państwem moją wiedzą i doświadczeniem w zakresie szeroko rozumianego tematu, który można zdefiniować dwoma słowami: zdrowie dziecka”.

Niniejsze opracowanie jest pierwszym z planowanego cyklu. Pięcioletni cykl ćwiczeń i badań pozwoli na udowodnienie tezy, którą postawiłem na początku: zabawowe formy treningu karate stanowią ważną podstawę prawidłowego rozwoju dziecka.

Moje badania zainspirował Profesor Roman Maciej Kalina prekursor naukowych opracowań dotyczących sportów walki zwracając jednak uwagę (z którą absolutnie się zgadzam), że sformułowanie sporty walki w odniesieniu do treningu dzieci jest w dużym stopniu mylące i w swej istocie nie oddają tej treści, która obejmuje filozofię, tradycję i sztukę karate. Chyba wszyscy Państwo zgodzicie się ze mną, że karate jest czymś o wiele, wiele obszerniejszym i bardziej uniwersalnym, niż pospolita zbitka słów: sporty walki.

Proszę Państwa. Szósty rok życia dziecka to charakterystyczny moment jego życia, w którym osiąga ono pierwszy szczyt swoich możliwości motorycznych. Pierwsze apogeum motoryczności. Musimy to wykorzystać w ćwiczeniach wiedząc, że dziecko w tym wieku z łatwością opanuje technikę bezpiecznego upadku i potrafi uczyć się efektywnie unikania zderzeń.

W tym wieku wprowadzamy także intensywną rywalizację polegającą na bezpośrednim starciu dwojga trenujących dzieci: bez wzajemnego wyrządzania sobie krzywdy i bólu, przy poszanowaniu reguł walki szlachetnej i życzliwości dla partnera (przykładem niech tu będzie wzajemna asekuracja rywali podczas upadków. Taka forma rywalizacji uwrażliwia młodego człowieka na potrzeby i słabości rywala, czego nie może zapewnić wiele dziedzin prawdziwego a więc bezwzględniego sportu.

Doświadczony trener dydaktyk wpływa odpowiednimi ćwiczeniami i motywacjami na kształtowanie etycznej sfery osobowości dziecka. Stopniowo w dziecku wyodrębnia się wewnętrzny mechanizm samokontroli i w wieku 11-12 lat z luźnego na pozór zbioru nakazów i zakazów kształtuje się osobista STRUKTURA WARTOSCI. Mechanizm kontroli zaczyna funkcjonować coraz silniej. Można z dużym, granicznym z pewnością prawdopodobieństwem stwierdzić, że po pięciu latach właściwego treningu dwunastoletnie dziecko będzie LEPIEJ, DOJRZALEJ funkcjonować społecznie, niż jego rówieśnicy.

W ubiegłym roku rozpoczęliśmy treningi karate w klasach pierwszych jednej ze szkół podstawowych. Treningi są nieodpłatne, odbywają się w ramach godzin pozalekcyjnych, a na początku roku szkolnego rodzice pierwszoklasistów mieli do wyboru dla

swoich dzieci następujące propozycje zajęć pozalekcyjnych: Piłka nożna, tenis, zajęcia plastyczne, kółko muzyczne, kółko teatralne i karate.

Spśród siedemdziesięciorga uczniów karate wybrało 37 osób, a pozostałe dziedziny po kilkoro uczniów, piłkę nożną 15. Wybór zajęć został poprzedzony spotkaniem rodziców z osobami prowadzącymi zajęcia, które przedstawiły swoje propozycje programowe (próby, treningi, szkolenia, etc.) Dużą ilość osób, które wybrały karate pozostawiam bez komentarza - wolałbym skomentować tę liczbę za 5 lat

Wszystkie dzieci zostały objęte następującymi badaniami:

- badania lekarskie rutynowe
- badania lekarskie wad postawy (tzw. Program proste plecy).
- badanie wydolnościowe testem Coopera
- badanie równowagi dynamicznej tzw. Test obrotowy

UWAGA: dokładny opis testu wraz z ilustracjami znajduje się na stronie: Nowosądeckiego Klubu Okinawa Karate, <http://www.karate.nszcz.pl>

Powyższe badania są powtarzane na początku i na końcu roku szkolnego. Po upływie 5 lat będzie można ocenić, w jaki sposób uprawianie karate shorin-ryu wpłynęło na rozwój dziecka fizyczny i psychiczny, a grupę naszych podopiecznych porównamy z grupą dzieci niećwiczących.

Proszę państwa. Nie ukrywam, że spodziewamy się wyników bardzo pozytywnych, gdyż doświadczenie i intuicja mówią, że właściwe metody muszą dać dobre wyniki (tak, jak w każdym ludzkim działaniu), co do tego, że nasze metody są właściwe nie mam żadnych wątpliwości.

Wybierając grupę badawczą kierowałem się wyłącznie kryterium wiekowym i rozpocząłem pracę z dziećmi sześciolletnimi. Po upływie 5 lat, w czasie których wprowadzany będzie program nauczania dzieci sztuki walki nazywany umownie elementarnym przygotowaniem obronnym. To elementarne przygotowanie powinno uwzględnić:

- wychowanie moralne etykieta dojo
- technikę bezpiecznego upadku
- technikę unikania zderzeń
- łagodne środki krępowania ruchów przeciwnika
- ćwiczenia relaksujące i koncentrujące
- wiedzę o uwarunkowania postępowania w sytuacjach trudnych.
- sposoby postępowania w przypadkach urazów, omdleń, itp.

Trening wybranej grupy dzieci przeplatane podstawowych technik karate i zabawowych form walki. Formy te zgodnie z



koncepcją prof. Kaliny uszeregowane są następująco:

- 1.UNIKNIĘCIE ZDERZENIA.
- 2.WYTRĄCANIE PRZECIWNIA Z RÓWNOWAGI.
- 3.UWALNIANIE Z CHWYTÓW:
- 4.KRĘPOWANIE RUCHÓW :
- 5.USUNIĘCIE PRZECIWNIA Z KOŁA :
- 6.WTRĄCANIE PRZECIWNIA W USTALONE MIEJSCE,
- 7.OBRONA TERYTORIUM,
- 8.STARCIE

/ uwaga : dokładny opis wymienionych form wraz z ilustracjami znajduje się na stronie: Nowosądeckiego Klubu Okinawa Karate , <http://www.karate.nszcz.pl>

Ale trener ma tutaj okazję wyodrębnić postawy rycerskie i szlachetne oraz postawy agresywne i zachowania łamiące zasady (zadawanie bólu, złość, naruszenie nieetykalności osoby neutralnej (w zabawie kulawy lis) . Wiele tu zależy od tego, w jaki sposób prowadzący instruktor wprowadzi zasady zabawy jeszcze przed jej rozpoczęciem.

Proszę Państwa. Podałem zaledwie kilka przykładów łączenia treningu z zabawą i kilka haseł dotyczących wprowadzania zabawowych form w treningach karate. Zapoznałem Państwa z moimi planami treningowymi (jako karateka) i badawczymi (jako lekarz) . Był to tylko zarys i opracowanie wstępne. Mam nadzieję ,że przynajmniej raz w roku będę mógł dzielić się z Państwem postępiami w mojej pracy i coraz szerszym materiałem porównawczym. W przyszłości - po kilku latach przyjdzie czas na obszernie, uogólniające wnioski, które z całą pewnością opublikuję z nadzieją, że koledzy trenerzy skorzystają z moich badań w sposób mądry i twórczy, czego na koniec wszystkim serdecznie życzę.



STAŻE SZKOLENIOWE DLA INSTRUKTORÓW – PIŃCZÓW 2010



W 2010 roku w stażach Shorin-Ryu Karate oraz Okinawa Kobudo w Pińczowie uczestniczyła grupę instruktorów z klubów z Polski, Czech i Irlandii. Specjalistyczne treningi prowadził bezpośrednio Główny Instruktor Unii sensei Aleksandra Staniszew.



GALERIA KLUBÓW

Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate Kobudo

KUMITE CENTRUM KARATE I KOBUDO JAWORZNO

Rok założenia: 1999

Główny instruktor: Ireneusz Ziętek,



- absolwent AWF Katowice.
- 4 dan Shorin-Ryu Karate
- 3 dan Okinawa Kobudo
- trener II kl. Karate
- instruktor sportu Shorin-Ryu

Instruktorzy sportu Shorin-Ryu Karate:

- Czesław Faron – 1 kyu
- Seweryn Dumański – 1 kyu

Ilość członków klubu: 50

Sekcje: Shorin-Ryu Karate
oraz Okinawa Kobudo

<http://www.karate.jaworzno.pl/>

W styczniu 1999r. sensei **Ireneusz Ziętek** założył **Klub Shorin-Ryu Karate w Jaworznie**, który obecnie nosi nazwę „KUMITE” CENTRUM KARATE I KOBUDO W JAWORZNIE. Treningi w klubie prowadzone są w grupach wiekowych z podziałem na stopień zaawansowania. Członkowie klubu biorą udział w stażach Shorin-Ryu Karate i Kobudo krajowych i międzynarodowych.





**Sensei
KENYU CHINEN
w Polsce**

**Kielce
9 – 10.04.2011**

30-LECIE SHORIN-RYU KARATE W POLSCE

Kielce, 9 – 10 kwiecień 2011

Sobota, 9.04

11.00 – 13.30 Trening Shorin-Ryu, prowadzi sensei KENYU CHINEN

16.00 – 18.30 Trening Shorin-Ryu, prowadzi sensei KENYU CHINEN

20.00 – Uroczysta kolacja

Niedziela, 10.04

9.00 – 11.30 Trening Shorin-Ryu, prowadzi sensei KENYU CHINEN

11.30 – 12.00 Wręczenie uczestnikom pamiątkowych medali 30-lecia
v Shorin-Ryu Karate w Polsce

Zapraszam wszystkich trenujących
Shorin-Ryu Karate



Prezydent Polskiej Unii Shorin-Ryu Karate Kobudo
prof. Aleksander Staniszew



素太武朱江武

MIĘDZYNARODOWY
STAŻ SHORIN-RYU



| str. 2-3

MISTRZOSTWA POLSKI
DZIECI SHORIN-RYU



| str. 6-7

MIĘDZYNARODOWY STAŻ
OKINAWA KOBUDO



| str. 8-9

CENTRALNY KONGRES
KARATE



| str. 10

五修会
沖縄古武道
沖縄小林流空手道

OFICJALNY BIULETYN INFORMACYJNY PUSKK
GRUDZIEŃ, 2010 ROK - EGZEMPLARZ BEZPŁATNY
TEKSTY: PREZYDENT PUSKK, ALEKSANDER STANISZEW
OPRACOWANIE GRAFICZNE: MATEUSZ I MARCIN STANISZEW
FOTOGRAFIE: ARCHIWUM PUSKK
DRUK: SKM-PRINT RADZIKÓW

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

GRUDZIEŃ 2010

BIULETYN

INFORMACYJNY POLSKIEJ UNII SHORIN-RYU KARATE KOBUDO

www.okinawakarate.pl

