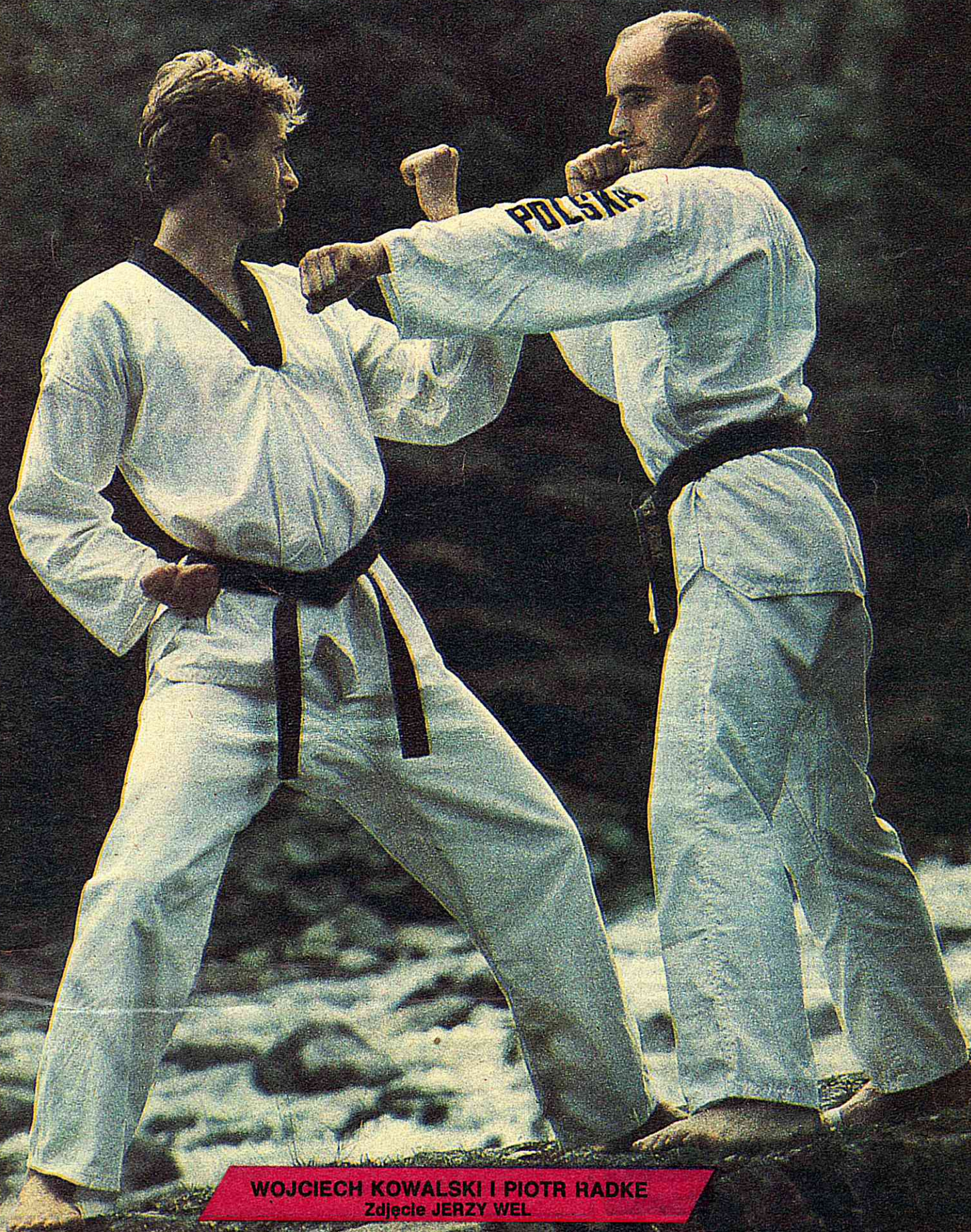


sportowiec

budo 3/8

PAŹDZIERNIK ● 1988 ● CENA 120 ZŁ



WOJCIECH KOWALSKI I PIOTR RADKE
Zdjęcie JERZY WEL

ĆWIERĆ WIEKU

Czy wiecie kiedy polski judoka zdobył pierwszy medal w naprawdę prestiżowej imprezie? Również 25 lat temu. Wiosną 1963 roku drobny wzrostem, a także wielki duchem zawodnik z Gdyni, JAN OKROJ, przywiózł z mistrzostw Europy skromny, brązowy krążek. Doskonale pamiętam jak wielką była radość w naszej judowej rodzinie. Byłem wtedy dziennikarzem Sztandaru Młodych i tak się złożyło, że starsi koledzy nie bardzo jeszcze rozumiejący zasady tej nowej na polskim gruncie dyscypliny sportu, mnie powierzyli obowiązek opanowania tajemnic chwytów, rzutów, dźwigni, podcięć i duszeń oraz propagowanie juda na łamach gazety.

Łączyły się z tym pewne koszty. Oto na przykład, kiedy młodzi działacze – Bogusław Skut, Janusz Pawluk i Jan Ślawnski organizowali pierwszy, międzynarodowy turniej w Warszawie, redakcja zobowiązała się ufundować puchar dla najlepszego z Polaków. W dniu rozpoczęcia imprezy zwróciłem się do sekretarza redakcji o wyasygnowanie środków na zakup tej nagrody. Odmówił! Stwierdził, że tym sportem mało kto się interesuje i szkoda na taki cel pieniędzy. Stałem przed przełożonym jak wryty, wiedziałem, że wieczorem, w Hali Gwardii spiker wywoła jakiegoś zawodnika, ogłosi, iż został laureatem naszej nagrody i poprosi przedstawiciela „SM” o wręczenie trofeum. Zapadłem się chyba pod ziemię. Pobiegłem więc do domu i zdjąłem z kredensu najpiękniejszy kryształ jaki sam zdobyłem jako zawodnik podczas turnieju szermierczego na Węgrzech. Plamy nie była. Wręczyłem, przy oklaskach dość licznej widowni, ten puchar Staszewi Tokarskiemu, wówczas czołowemu judocy, przemitemu sportowcowi uwielbianemu przez publiczność za wesole usposobienie, zawsze fair postawę i dbałość o estetykę. Staszek w każdej przerwie w walce poprawiał nie tylko kimono, ale także fryzurę, tak że niektórzy kibice, gdy o tym szczególe zapominali, krzyknęli z trybun: Stasiu! Popraw włosy! Tokarski w pięknym stylu zwyciężył w swojej wadze i mój puchar został jego pucharem o czym oczywiście nie powiedziałem przez 25 lat nikomu i czynię to teraz z okazji jubileuszu.

Z biegiem lat kłopoty z nagrodami się skończyły, judocy zaczęli bowiem odnosić spore, międzynarodowe sukcesy, a ów pierwszy medal Janka Okroja otworzył skarbnicę, do której zaczęły wpadać wciąż nowe krążki. Dorzucali je kolejno Czesław Laksa, Czesław Kur, Antek Zajkowski. Atmosfera w Polskim Związku Judo była w owych latach cudowna. Może tak mi się tylko wydaje po tylu latach, ale wtedy, każdy kto zjawiał się w tym środowisku wnosił ze sobą entuzjazm, chęć budowania czegoś nowego, szczerść. Ciekawe było towarzystwo zawodników. Większość, od samego początku, stanowili studenci. Nie tylko z uczelni wychowania fizycznego. Byli w krajowej czołówce przyszli filozofowie, inżynierowie, lekarze, językoznawcy ale byli też zwykli, zafascynowani sportem robotnicy czy żołnierze. Japoński ceremoniał traktowali jak nabożeństwo, wyróżniali się ogromnym zdyscyplinowaniem, kulturą, taktem.

Judo z Warszawy i Wybrzeża zaczęło promieniować na cały kraj. Kraków, Koszalin, Wrocław, rosły kolejne ośrodki, a w nich dojrzewały talenty przyszłych mistrzów. Od czasu kiedy chłopak z podbiałostockiej wsi – Antek Zajkowski zdobył srebrny, olimpijski medal – a było to w Monachium w 1972 roku – judo przestało wymagać specjalnej propagandy. Młodzież pchała się już do sal treningowych drzwiami i oknami. A dzisiaj, kiedy przyjrzymy się statystyce okaże się, iż niewiele związków sportowych w Polsce może pochwalić się taką liczbą trenujących wyczynowo zawodników. Więcej jest piłkarzy, pingpongistów, szachistów, zeglarzy, ale chyba już nie lekkoatletów!

Kiedy oddawaliśmy ten numer „Budo” do druku, nasza reprezentacja olimpijska akurat wsiadała do samolotu udając się na Igrzyska do Seulu. Obiecaliśmy za Kiejde, Błacha, Pawłowskiego, Legienia, Beutlera, Basika i Bogusie Olechnowicz trzymać kciuki. Czy mogło to pomóc? Czy najsilniejszy w całej historii tej dyscypliny turniej, rozgrywany w dodatku na azjatyckim gruncie, mógł nam przynieść chociaż jeden skromny medal? Czytelnik to już wie. Baliśmy się, że będzie bardzo trudno...

JACEK ŻEMANTOWSKI

● KRONIKA SPORTOWA ●

● Taekwondo WTF idzie śladami judo. Podczas igrzysk olimpijskich w 1984 roku w Los Angeles nastąpił pokaz tej dyscypliny sportu. Na olimpiadzie w Seulu odbył się już turniej pokazowy. Wszystko wskazuje, że za 4

obserwował w kwietniu prezydent belgijskiej federacji taekwondo WTF – **Michael Cloesen**. Trochę później podczas kongresu w Ankarze pan Cloesen został obrany prezydentem Europejskiej Unii Taekwondo (ETU).

Polski, kiedy to przyjechał na zaproszenie szczecińskiego Stoczniewego Ośrodka Me-todyki Aikido nauczyciel aikido **Alain Peyrache** (6 dan), asystent mistrza Nobuyoshi Tamura (8. dan). Ważnym wydarzeniem było wręczenie certyfikatów dla egzaminowanych w ubiegłym roku przez shihan N. Tamura. Stało się to zgodnie z tradycją panującą w aikido.

● Dziwny sezon. Nasza kadra olimpijska w judo rzadko wychylała nosa na mistrzostwa i międzynarodowe turnieje, bo taki był program przygotowań do Seulu. Tradycyjny XXVI Turniej Warszawski odbył się w tym roku bez „pierwszego garnituru Zieniawy”, co na pewno nie przydało mu blasku. Tym bardziej że wśród gości zagranicznych byli i Seisenbacher, van der Groeben, Wiecek... Chwile radości mieliśmy po sukcesach młodego **Szałorza** w wadze 60 kg i **Kamińskiego** w wadze 71.

Turniej, tym razem w hali „Warszawianki” był zorganizowany wzorowo i tylko przykro było słuchać jęknów warszawskich działaczy, iż po raz kolejny nasza TV wypięła się na judocką imprezę. Zadawano pytanie: „Przyjadą »telewizory«, czy nie przyjadą?” Szczególnie głośno pytali liczni (i możni) sponsorzy, bez których, jak twierdzi sekretarz generalny PZJudo, Jan Ślawnski, żadnej imprezy zorganizować się nie da...

Zdjęcie JERZY WEL



Polscy olimpijczycy w taekwondo. Na zdjęciu od lewej: wiceprezes PZKarate i trener Andrzej Puchniński, Mariusz Zdonek, Wojciech Kowalski, Piotr Radke.

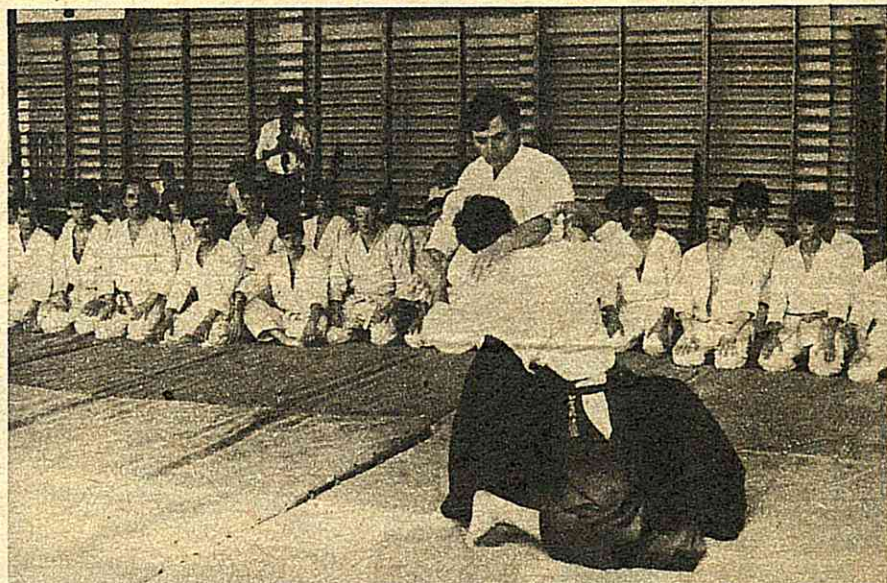
lata podczas igrzysk w Barcelonie taekwondo znajdzie się w oficjalnym programie olimpiady. Organizatorzy igrzysk w Seulu dostrzegli klasę naszych reprezentantów. Wśród zaproszonych sportowców byli polscy zawodnicy uprawiający taekwondo: **Mariusz Zdonek** (58 kg), **Wojciech Kowalski** (70 kg), **Piotr Radke** (76 kg) i trener **Andrzej Puchniński**.

● Zawody w Puławach

Wiadomość cieszy polskich sportowców zajmujących się tą dyscypliną, gdyż nowy prezydent jest ich przyjacielem.

● Sztuka aikido, choć nie jest sportem, wymaga stałych kontaktów z różnymi instruktorami i nauczycielami, którzy osiągnęli znany poziom lub też wykazują olbrzymią wiedzę w tej dziedzinie. Taką okazję po raz kolejny mieli aikidocy z

Zdjęcie ARCHIWUM



Alain Peyrache demonstruje jedną z technik.

NÓŻ na gardle

Przebywał gościnnie we Francji, kiedy dotarło zaproszenie. Miał prowadzić kurs w Holandii, ale z wszystkiego zrezygnował. Kupił bilet lotniczy i wylądował w ... Warszawie.

„W Holandii jestem do dyspozycji praktycznie co tydzień, wy tutaj w Polsce mieliście obóz, który trudno przeżyć. A ponadto przyleciałem, bo chciałem spotkać swoich starych przyjaciół i uczniów”.

Rob Zwartjes odwiedził w sierpniu nasz kraj po raz trzeci. Nie przyjechał na weekend, lecz popracować w pocie czoła. Nauczał karate na zgrupowaniu w Szklarskiej Porębie, prowadził egzaminy na stopnie mistrzowskie. Kolejna wizyta w Polsce zagranicznego trenera uczącego sportu walki Dalekiego Wschodu nie byłaby czymś szczególnym, gdyby nie to, że Rob Zwartjes jest człowiekiem niezwykłym...

„Książka o ju-jitsu wpadła mi w ręce, gdy miałem 14 lat. Od tego się zaczęło” – wyznał. „Zainteresowała mnie w głównej mierze tajemniczość przedstawionych w niej rzeczy. Teraz myślę, że instynktownie poczułem wspólnotę harmonii jaką w sobie miałem od najmłodszych lat, z tą jaką istnieje w budo”.

Rob liczy sobie obecnie już 57 lat i uważa się za jednego z najwybitniejszych nauczycieli karate na świecie. Przez wiele lat szkolił reprezentację Holandii, wychował światowych mistrzów, zdobył ogromny autorytet i popularność.

„Nie zabrzmi to nieskromnie, ale powinienem być od najmłodszych lat byłym ambity. Ze wsze miałem przy tym szczęście do nauczycieli, a ponieważ chciałem się nauczyć, jako się udawało. Za Teruo Kono jeździłem po całej Holandii, żeby nie przegapić żadnej okazji zobaczenia tego, co pokazywał. Gdy nadarzyła się sposobność, popędziłem do Japonii, aby pobierać lekcje u samego Hirono Otsuki”.

Rob jest posiadaczem 7 dana karate, 2 dana kobujutsu, 2 dana judo. Az nieprawdopodobne, że tak ogromną pasję poznawania wschodnich sztuk walki rozbudził w sobie człowiek będący także profesorem matematyki, a od roku... studentem wydziału filozofii uniwersytetu w Amsterdamie. Wegetarianin pełen humoru i radości życia, skromny, bezpośredni. Fascynuje go głęboka wiedza o karate, ciekawymi przemyśleniami i refleksjami.

– Niedawno jedna z najpopularniejszych gazet holenderskich – „De Telegraaf”, przeprowadziła z panem wywiad w cyklu „W poszukiwaniu szczęścia”. Zamierzeniem dzienikarzy tej gazety jest rozmowa z ludźmi, którzy w niekonwencjonalny sposób poszukują swojej drogi życiowej. Czy była to rozmowa właściwą osobą?

– I tak i nie – odpowiedział Rob Zwartjes.

Rozmowa z prezesem Polskiego Związku Karate – WACŁAWEM ANTONIAKIEM

– Czy ludzie uprawiający w Polsce sporty walki Dalekiego Wschodu narzekają na swój związek?

– Nie wiem. Podobno jeszcze się taki nie narodził, który by wszystkim dogodził. Nasz związek, jak każda inna organizacja sportowa, został powołany po to, żeby kierować tym ruchem, organizować imprezy, turnieje, zabiegać o kontakty międzynarodowe, sprawować opiekę nad kadrą narodową i tak dalej. Zdaję sobie sprawę, że nie ze wszystkich obowiązków wywiązujemy się tak, jakby so-

bie życzone. Kiedy na przykład kasa związku może wspomóc organizatorów mistrzostw Polski jedynie kwotą 100 tysięcy złotych, a organizacja zawodów kosztuje około 1,5 miliona złotych, to wiadomo, że z naszej hojności nie będą się cieszyć.

– Sztuki dalekowschodnie są nośnikiem ogromnych wartości moralnych, a jednak o naszych środowiskach karateckich nie zawsze słyszy się dobrą opinię...

– Zgadza się. W naszym środowisku nie ma zawodowców, pracują tu autentyczni działacze społeczni, którym werwy dodaje o-

Stan wrzenia



Tak – ponieważ podobnie jak wszyscy ludzie podświadomie oczekują szczęścia i zapewne go poszukują. Nie – ponieważ gdybym świadomie szukał szczęścia znaczyłoby to, że obecnie nie jestem szczęśliwy. Ja jednak jestem szczęśliwy.

– Czy to zasługa karate?

– Nie, takie stwierdzenie byłoby znacznym uproszczeniem. Moje szczęście wynika z równowagi, harmonii duchowej, wewnętrznego spokoju. Karate, a raczej budo jest dla mnie naturalnym sposobem ekspresji, językiem jakim mówię.

– Czy to oznacza, że trening budo nie przyczynia się do kształtowania osobowości?

– Przyczynia się, ale pod warunkiem, że jest to trening właściwy. Karate jako obiekt,

zestaw ćwiczeń jest niczym, tak samo jak nóż sam w sobie jest niczym. Dopiero interpretacja obiektu, właściwe do niego podejście zaczyna stanowić o jego wartości. W przypadku karate, właściwe podejście kształtować musi nauczyciel i jeżeli robi to dobrze, wtedy można mówić o wpływie treningu na osobowość ucznia. Budo uczy nas jak walczyć ze strachem, jak przezwyciężać ból. Uderza więc w słabe punkty, dotyka bezpośrednio naszego wnętrza, w ten sposób może kształtować osobowość.

– Podobną opinię można jednak wyrazić także o innych, bardziej nowoczesnych sportach walki. Czy nie dostrzega pan różnicy między na przykład budo a boksem?

– Mogę mówić tylko o tym, co jest moją domeną. Proszę zadać to samo pytanie tre-

nerowi boks, porównać odpowiedzi i będzie wniosek. W budo ćwiczy się kata, czyli formę. Ta kulturowa od wielu lat postać ćwiczeń jest niczym innym, jak zewnętrznym odbiciem głębokiej zawartości duchowej budo, stanowiącej o wartości sztuki walki.

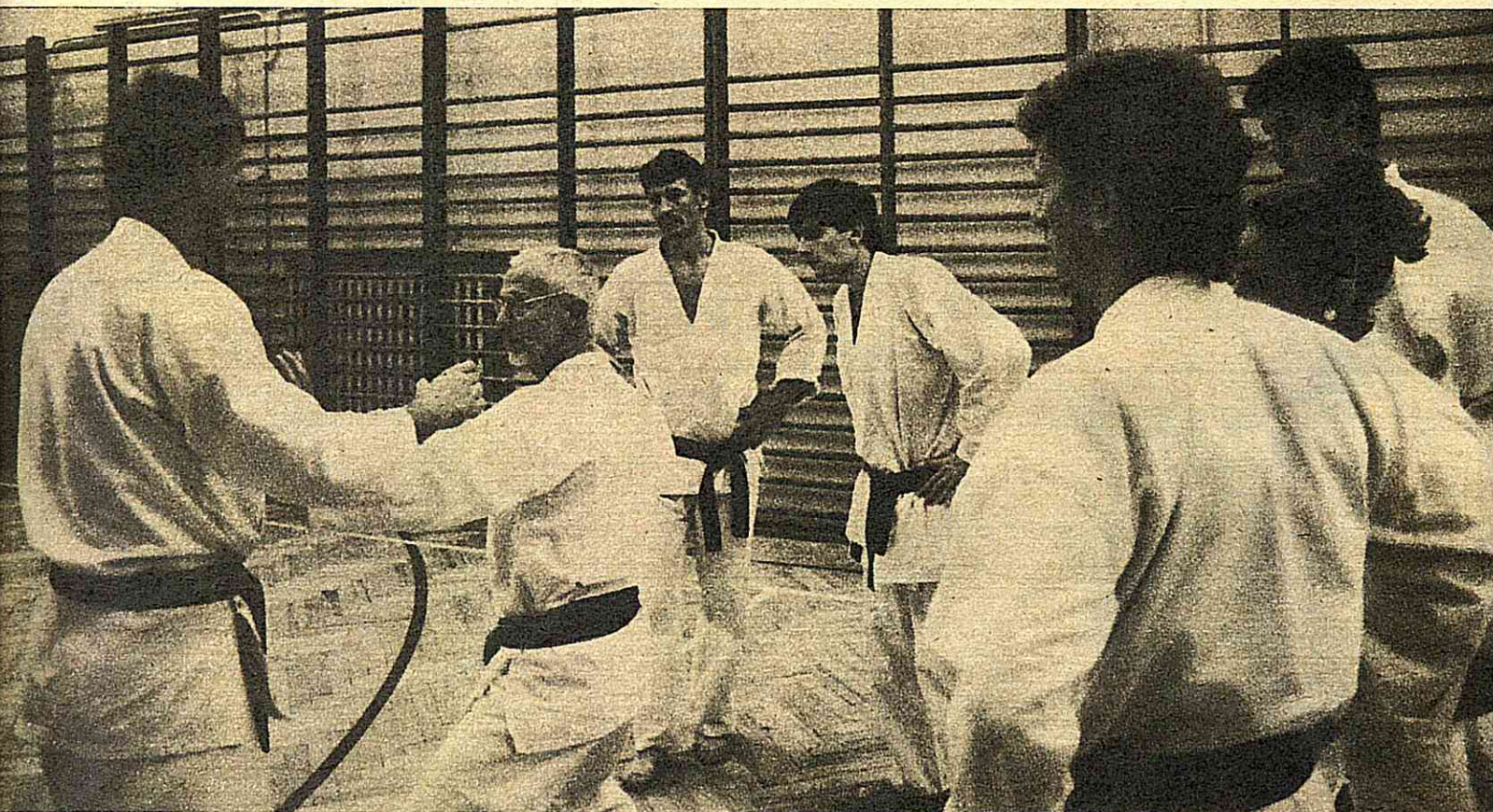
– Czy trenując formy tradycyjne, czyli kata, kihon i konwencjonalne kumite, które są dostępne dla wszystkich niezależnie od wieku i sprawności fizycznej, można uważać się za również dobrego karatekę jak medalista mistrzostw świata?

– W momencie, gdy zaczynamy porównywać mówimy o rywalizacji, a ta nie ma nic wspólnego z najgłębszym sensem budo. Porównywać się można jedynie do siebie, aczkolwiek i to jest złudne, ponieważ wciąż się zmieniamy, zmieniają się nasze zapamiętania

i opinie. Różnica pomiędzy kobietą czyżną jest oczywista, podobnie między letnim dzieckiem, 30-letnim mężczyzną i letnim staruszkiem. W każdym wypadku ta jest inaczej rozumiana. Odrzucić jednak od rywalizacji, bo wyrażamy w niej rodzaj „czy lepiej pływać niż grać”.

– Podczas treningu wielokrotnie pan, że konieczne jest wyrobienie umiejętności pogodzenia się z porażką? Czy nie można osiągać „szkarate” starając się zawsze wygrać?

– Jeżeli mówimy o sporcie, to rzecz zawodnik chcący cokolwiek osiągnąć za wszelką cenę wygrać. Powinien pamiętać, że porażka nie jest tragedią, ale częścią życia. To jest gra, a ta może się stać



gromna fascynacja wschodnimi sportami. Przeważnie są to ludzie nie posiadający jakichkolwiek doświadczeń organizacyjnych. Mają zapał, entuzjazm, lecz nie zawsze wiedzą jak organizować zawody, stąd wypływają później kłopoty i nieporozumienia. Działają w klubach – przeważnie jednosekcyjnych, borykających się z biedą. Klubów nie stać na zatrudnienie sekretarza, księgowej. Instruktor – często student lub świeżo upieczony absolwent uczelni – nie ma znowu czasu na działalność papierkową, na prowadzenie dokumentacji, gdy większość życia spędza w sali treningowej. Przychodzą kontrole i dziwią się, że tego brakuje, tamtego brakuje. Ja pracuję w Akademickim Klubie Karate AZS w Szczecinie i znam mnóstwo przepisów, widzę ile jest kruczków prawnych. W wielkich klubach sportowych, gdzie zatrudniona jest kadra fachowa, wiedzą jak sobie radzić. Nasi działacze nie mają natomiast pojęcia i wpadają w sieć, gubią się w tym gąszczu przepisów biurokratycznych. Chciałbym wystosować apel do władz sportowych, żeby się zlitowały i nie żądały od nas tak przeogromnej sprawozdawczości, żeby nie zabierały naszej energii do prac niepotrzebnych. To zresztą problem nie tylko nasz. Dotyczy on wszystkich małych klubów w Polsce.

– Kiedys się obawiano, że żywiołowa moda na karate, przyniesie niepożądane skutki społeczne. Obecnie związek karate funkcjonuje na podobnych zasadach jak i inne związki sportowe. Czy Komitet Młodzieży i Kultury Fizycznej kocha was jak swoje dzieci?

– W postępowaniu Komitetu wyczuwamy daleko posuniętą nieufność wobec PZKarate. W sposób pośredni i bezpośredni zrzeszamy około 40-50 tysięcy ludzi, należymy więc do jednych z większych związków sportowych. Otrzymujemy natomiast od komitetu najmniejsze dotacje. W tym roku bogactwo wynosiło około 8 milionów złotych.

– Może karatecy nie zasługują na większą pomoc?

– Sedno tkwi w czym innym. Przypuszczam, że sytuacja nasza jest podobna do tej, w której było kiedyś judo. Nowość, młody sport – nie wiadomo co to za zjawisko. A może umrze?... Stąd chyba wątpliwości komitetu, ale sytuacja z roku na rok się poprawia.

– A może obawy są słuszne. Fascynacja Dalekim Wschodem minie i zginie u nas sport, który stamtąd przywędrował.

– Bez przesady... Chociaż trzeba przyznać, że nasze sporty to kuriozum. Są jedyn-

mi dyscyplinami, gdzie zawodnik musi płacić za to, że trenuje. Płacą po tysiąc złotych miesięcznej składki, sami starają się o sprzęt, jeżdżą na zawody – często na swój koszt. Wiele wydatków z własnej kieszeni. Nie wszystkich na to stać, więc coś z tego, że sport popularny. Kiedy prowadzę w Szczecinie zajęcia, widzę jak wielu chłopców stoi pod oknami sali i zagląda. Chcieliby ćwiczyć, ale ich nie stać. Nas nie stać na nich przyjęcie. Sytuacja paradoksalna: niby sport powszechny i łatwo dostępny, a jakby elitarny. Pójdzie chłopak do sekcji futbolowej i niemal od ręki otrzymuje za darmo dresy, trampki. Zrozumiałe, że w takiej rywalizacji przegrywamy. Ale nie można mówić o braku popularności.

– W innych dyscyplinach sportowych też narzekają, że państwo skąpi na ich działalność. Szukają jednak sponsorów, szukają innych rozwiązań...

– Rozmawiałem z przedstawicielami różnych firm polonijnych. Mówią, że chętnie by nam pomogli, w zamian na przykład za reklamę. „Dam wam milion – mówi taki człowiek – i z tego tytułu drugi milion pochłonie mi podatek, narażę się, zbiegną się kontrole, aby wywęszyły skąd ja wziąłem te pieniądze. Taki prezent to tylko kłopot...” Na całym świecie

ktoś kto wspomaga, kto przekazuje, kto daje na cele społeczne, otrzymuje ulgi podatkowe, jest zachęcany do sponsorowania innych sportów. U nas inaczej. Wiąże się z tym, że system finansowania sportu jest inny. Zawodnicy utrzymują się z własnych pieniędzy. Wszyscy o tym wiemy, ale ten system funkcjonuje inaczej. Nie chcemy, żeby karateków także zaliczono do rzekomych górników dołowych. Chcemy, żeby system finansowania sportu był zdrowy. Na razie jest chory, z tego na tym wychodzą tacy jak my.

– Być może nasze władze sportowe uważają, że związek karate zrzesza i prowadzi nie sport, lecz sztukę i

– Związek został powołany po to, aby prowadzić działalność sportową. Sztuka jest zajęciem, które może być sportem. Trudno wymagać od początkujących, żeby jej taniec był sztuką. Potyka się jeszcze o własne nogi. Po pewnym czasie trzeba je dobrze poznać. Najpierw trzeba je dobrze poznać, żeby móc się doskonalić i walczyć jako sztukę.

– Polski Związek Karate skupia i prowadzi również taekwondo, i



również przegrana. Jeżeli mówimy o budo, trzeba wiedzieć, że nie ma ono „szczytów”. To droga bez końca i nigdy nie ma zastosowania stwierdzenie: „znam, umiem karate”. Konieczność przygotowania na porażkę, którą podkreślam na treningach, ma ustrzec moich uczniów przed bezkrytyczną wiarą, że techniki, których się uczą są zawsze skuteczne, a przez to oni stają się niepokonani. Nie ma technik uniwersalnych i wszyscy są do pokonania. Pokazywałem na zajęciach: jeżeli wysoki, silny mężczyzna złapie cię nagle za gardło i podniesie w górę, szanse twoje będą niewielkie, choćbyś był ekspertem w walce. Uczyć mistyfikacje – jeżeli wystarczy mu siły, to cię udusi.

– Do dzisiaj ma pan nauczycieli w Japonii. Czy nie zmęczyc się pan ciągłym doskonaleniem się, systematycznymi treningami przez tyle lat, podróżami?

– To jest moja droga życiowa, idę nią konsekwentnie i naprawdę nie czuję się zmęczony. Istotnie mam nadal nauczycieli, do których jeżdżę w miarę regularnie. Podkreślałem przecież, że w moim przekonaniu nauczyciel odgrywa ogromną rolę inspirująco-kształtującą. Z nauczycielem to jak z rodzicem. Rodzice zawsze są dla nas rodzicami, nawet po zdobyciu pełnej niezależności.

– Prowadzi pan wegetariański tryb życia, nie pali papierosów, nie pije alkoholu, a na-

wet kawy. Przesada, czy konieczny wymóg dla właściwego rozwoju w karate?

– Nie gram też na pianinie. Czy oznacza to, że grając na pianinie nie można rozwijać się poprzez karate?

– Czy istnieje doskonały sposób na osiągnięcie sukcesu w karate?

– Czy to znaczy sukces? W karate sportowym recepta jest identyczna, jak w innych sportach. W budo jedynym sukcesem może być to, że się rozwijasz, że czujesz się dobrze.

– Co pan sądzi o polskim karate?

– Jestem przekonany, że rozwijacie się dynamicznie, widzę to podczas wizyt, jak również na zawodach międzynarodowych. Przeprowadzałem egzaminy na stopnie mistrzowskie i mogę szczerze powiedzieć o ludziach, którym te stopnie nadałem, że prezentują głęboką wiedzę o karate, zarówno sportowym jak i tradycyjnym. Obserwując egzamin doszedłem do wniosku, że w naszym kraju obowiązują wciąż bardzo ostre kryteria. Do egzaminów mistrzowskich podchodzą głównie ludzie o długim stażu i sporach osiągnięciach. Widzę również, że brak wam trochę odwagi. Mając tak doświadczonych nauczycieli, nie powinniście szukać egzaminatorów na czarne pasy za granicą.

– Czy karate zdobywa jeszcze świat? Czy nie minęła już moda na tę sztukę walki?

– Jak zwykle jestem optymistą. Jeżeli chodzi o karate WUKO, myślę, że duże znaczenie dla dalszego rozwoju tego sportu będzie miało ucywienie przepisów walki jeszcze bardziej przyrzystymi, zrozumiałymi dla laika. Z drugiej strony przepisy te mają ogromną zaletę: nie zakładają wyrządzania krzywdy przeciwnikowi, a to stanowi o wartości sportu walki w obecnych czasach.

– Popularnie jednak się sądzi, że budo to działalność prymitywna, pełna agresji. Tego typu opinie nie są obce kręgom intelektualistów. Jak pan odpowie na ten zarzut, jako wybitny trener i intelektualista?

– Mogę odpowiedzieć na pytanie, nie na zarzut. Nie jestem misjonarzem i nie chcę nikomu narzucać swoich poglądów. Jeżeli ktoś nie mający w danej dziedzinie wiedzy odrzuca ją z góry i neguje jej wartość, to sam wystawia sobie świadectwo...

Rob pożegnał się z polskimi karatekami i polecił dalej, służyć innym radą i pomocą. Obiecał, że jeszcze nas odwiedzi...

PAWEŁ WINIARSKI

Początek

Chciałbym odbiec od udzielania ulatych wskazówek książkowych. Opowiem jak rozpoczynałem ćwiczyć karate i co z tych doświadczeń wynika.

Uprawiałem judo, byłem młodym i podobno nieźle zapowiadającym się sportowcem. Kariera judoki została nagle przerwana ciężką kontuzją. Po rocznej rehabilitacji nie wróciłem już do tego sportu. Przypadek sprawił, że zająłem się karate. Traf – spotkał się z kolegą Chiyomoro Ischimodę, Japończyka, który przyjechał do Polski studiować w Teatrze Grotowskiego. Wcześniej uczył się w Łodzi języka polskiego. Posiadał 3 dan, był szkoleniowcem trenującym przedtem między innymi młodzieżową reprezentację wyspy Hokkaido. W Polsce nie chciał jednak styśleć o karate, dopiero po długich namowach dał się skusić. 1 października 1972 rozpoczęliśmy pierwsze ćwiczenia. Sądziłem, że najpierw będę występował w roli widza, tymczasem od pierwszego dnia nastąpił dla mnie morderczy niemal trening! Chiyomoro okazał się ortodoksem, człowiekiem o surowych zasadach nawet w karate. Fascynował, a równocześnie wzbudzał naszą bojaźń. Zajęcia w wynajętej, prywatnie sali rozpoczynałyśmy od dokładnego oczyszczenia parkietu z kurzu. Następnie ćwiczyliśmy tak długo na ile pozwalały nam siły. Nieraz trening przeciągał się do czterech godzin. Pierwszy raz w życiu widziałem wtedy jak ludzie mdleją z wyczerpania, takie to było karate. Ćwiczyliśmy trzy razy w tygodniu, nie tylko w sali. biegaliśmy w kimonach po ulicach wywołując zainteresowanie i zdziwienie przechodniów. Ischimodo uczył nas tak, jak u siebie w Japonii. Zaczynał się zajęcia główne dużą ilością technik podstawowych. Przez kilka miesięcy nie wiedziałem nawet, że ćwiczę shotokan. Myślałem, że uprawiam po prostu karate. Nasz nauczyciel wyjął w końcu jaki uprawiamy styl, ale przestrzegając, że karate jest jedno i tak powinniśmy traktować. „Patrz i ćwicz” – powtarzał swoją dewizę.

Mówił nam, że Europejczycy dużo czasu spędzają siedząc na krzesłach, w związku z tym nasze biodra są mało sprawne. Duży nacisk kładł właśnie na usprawnienie naszych bioder, na poprawienie gibkości i wyrobienie dużej siły nóg.

Nasz trening nie ograniczał się do zajęć z Japończykiem. Staraliśmy się poznać techniki jak najszybciej opanować ćwicząc indywidualnie w domu. Na każdym zajęciach doskonaliliśmy techniki poznane, a następnie demonstrowaliśmy nam nowe. Przesłaliśmy surową szkołę, którą ciężko było wytrzymać. Obecnie ćwiczę się już inaczej, łagodniej. Radziłbym wszystkim zabierającym się za karate, aby nie zniechęcali się pierwszymi niepowodzeniami, żeby zwalczać załamania, które występują u wszystkich przeciw ludzi. Mnie dużo pomógł wspierający nauczyciel. Patrząc z perspektywy lat, widzę co to znaczy dobry nauczyciel. Kolejna wskazówka: jeśli ktoś zamierza uprawiać karate, niech kieruje się do dobrych klubów, do dobrych instruktorów. Dlaczego jest to ważne? Wszyscy w pewien sposób naśladujemy przecież mistrza, u którego trenujemy. Jeśli nauczy nas z błędami, błędy będzie się powielać. Zauważyłem jeszcze większe niebezpieczeństwo. Słabe naśladowanie: to nieudolnych instruktorów może doprowadzić nie tylko do złego opanowania technik. Zagroza ono zdrowiu! Mówię z pozycji lekarza. Zbierałem materiały, pisałem pracę – mogę autorytatywnie stwierdzić, że nieumiejętnie prowadzone zajęcia mogą prowadzić do chorób! Jednym z przykrych objawów złych ćwiczeń młodziego człowieka są stany zwyrodnieniowe. Są to rzeczy nieodwracalne nabyte na całe życie. Widziałem na przykład, że często treningi nie poprzedza się wszechstronną, solidną rozgrzewką.

Ostrzegam też instruktorów, aby doskonalili swą wiedzę, usprawniali metodykę treningu, żeby podczas zajęć nie ograniczali się tylko do nauki karate sportowego lecz zajęcia urozmaicali wszechstronnymi ćwiczeniami. Czasem młodemu, załaz cynowanemu karate adeptowi można wyrządzić krzywdę najgorszą, bo na całe życie.

LL

aikido i inne sztuki walki. Czy nazwa związku jest właściwa?

– Związek zakładali głównie karatecy. Inne sporty i sztuki walki wschodnie doczepiono nam w pewnym sensie na siłę. Nie chcieliśmy zmieniać nazwy, chociaż niektóre z karate niewiele mają wspólnego. Na przykład kendo, szermierka na miecze, bardziej pasowałoby do Polskiego Związku Szermierczego. Przypuszczamy, że każdy z tych sportów, które czują się u nas gośćmi, wzmocnią się, okrzepną i naturalną tendencją będą dążyły do utworzenia swojego własnego związku. Liczymy się, że niedługo odłączy się taekwondo.

– Wszystkich wrzucono jednak do wspólnego kotła, w którym temperatura osiągnęła już stan wrzenia. Dolatują z niego odgłosy kłótni. Niezadowolone wyraża tak zwana piąta komisja stylowa...

– Piąta komisja skupia sztuki walki nie związane ze sportem, można je traktować jako rekreacyjne. Istotnie mamy z nimi pewien kłopot, wynikający z naszego ubóstwa. Nie możemy ich wspomagać finansowo, dlatego się obrażają, myślą o założeniu własnego stowarzyszenia. Większość pragnie jednak pozostać przy związku. Występuje złe zjawisko, że każda z grup chcąc wygrać swo-

je sprawy, doprowadza do niepotrzebnych walk. Stąd ten niepokój.

– Wspomniał pan, że nie wszystkim wolno przybranych dzieciom pomagać. Oni mówią jeszcze więcej: związek przeszkadza, hamuje inicjatywy...

– Rozumiem ich, ale nie zawsze się z tą opinią zgadzam. Oni rzeczywiście postępują czasem jak rozkapryszony dzieci, które boją się, gdy im na coś nie pozwolą. Nie na wszystko możemy się jednak zgadzać, zwłaszcza wtedy gdy bezwzględnie ograniczają nas przepisy. Sprawa full-contactu w kick-boxingu. Obowiązuje zarządzenie władz sportowych, że rozgrywanie imprez w tym stylu jest zabronione. Ale część ludzi naigrywa się z zarządzenia. Rozumiem młodych, mają zapał, chcą zająć świat – ale niech dla swoich celów nie narażają innych. Nie mają jeszcze odpowiedniej i wystarczającej kadry szkoleniowej, często zajęcia prowadzą ludzie bez uprawnień. To sport kontaktowy, o wypadek nietrudno. Czy możemy się zgadzać, puścić wszystko na żywioł? Nie czepiam się ich, nie wykastuję złej woli. Pomogę, ale niech swoją energię skierują także na organizację kursów, na szkolenie instruktorów, a później przepisy nie będą przeszkodą.

– Wielu młodych ludzi, zaścynowa-

nych wschodnimi walkami, a pozbawionych możliwości uprawiania ich w grupach zorganizowanych, występuje w roli samouków. Jaki jest stosunek związku do tych domorosłych karateków?

– Ubolewamy, że nie możemy im pomóc. To jeszcze jeden przykład słabości sportu w naszym kraju.

– Karate jest jednak sportem groźnym. Nie obdarzył je pan ślepą miłością...

– Karate nikomu nie zagraża. Posiada natomiast ogromne zalety. Jest to najtańszy sport. Nie potrzebuje wielkiej bazy. Na jednym korcie tenisowym może zagrać na raz dwóch tenisistów. W jednej sali może ćwiczyć na raz wielu karateków. Jest to sport bezpieczny. Notujemy bardzo mało wypadków. Można go uprawiać przez wiele lat: sport, a później rekreacja. Praktyczna zaleta – uczy samoobrony.

– Związek, który pan reprezentuje wygląda krzepko. Dlaczego jednak nasze sporty walki dalekowschodnie nie są zrzeszone w federacjach światowych i europejskich. Jakże są tego konsekwencje?

– Dwa lata temu wystąpiliśmy do naszych władz z prośbą o zgodę na zarejestrowanie Polskiego Związku Karate w Europejskiej

Unii Karate (EKU). Podobno brakowało dewiz na opłacenie składki. Teraz ponowiliśmy wniosek. Nie wiemy z jakim skutkiem. Sprawa jest śmieszna, idzie o sumę około czterech stu dolarów. Wszystkie europejskie federacje, z którymi mamy do czynienia dziwią się nie rozumieją naszej opieszałości. Traktują nas z przymrużeniem oka, to znaczy uważają za członków. Gdyby jednak potraktowały nas rygorystycznie, nie moglibyśmy brać udziału w międzynarodowych mistrzostwach i zawodach. Oznaczałoby to izolację.

My też się dziwimy, bo organizujemy za wody, z których państwo polskie zyskuje kilkadziesiąt tysięcy dolarów.

– Pod koniec roku odbędzie się walny zjazd PZKarate. Do jakich sukcesów i porażek pan się przyniósł?

– Sądzę, że wyniki sportowe jakie osiągaemy w rywalizacji międzynarodowej, są na przyzwoitym poziomie. Moje mniej będę si chwalił sukcesami, wyliczę niepowodzenia. Nie udało się załagodzić waśni i sporów między wieloma naszymi grupami. Wystaraliśmy się trochę za mało sprzętu dla kadry, niewystarczająca była liczba zgrupowań. Nadzieja energia nadal mnie nie opuszczają.

Rozmawiał
LECH UFE

Jest 18 sierpnia i wygląda na to, że lot do Chicago opóźni się jeszcze co najmniej o kwadrans. Marek Piotrowski nie wytrzymał. Płaczący mistrz świata w kick-boxingu – cóż za temat dla fotoreportera...

Ostatnie machnięcie ręką, ostatnia tza... „To skromny, sympatyczny chłopak – powie później Jerzy Wątorski – ale w ringu pracuje na zasadzie buldożera. Nie wiem, czy Polska będzie jeszcze kiedyś miała drugiego takiego fajtera”.

„Człowiek ten miał nadzwyczajne wrodzone warunki do uprawiania boksu. Fizyczne – wyjątkową siłę i wytrzymałość, zręczność i szybkość, oraz psychiczne – bezgraniczną odwagę, błyskawiczną orientację i niebywałą, wprost przerażającą żądzę walki (...) Ciekawe, że wcale nie wyglądał na takiego zabójczego punczera, jakim był w istocie. Proporcjonalnie zbudowany, raczej szczupły, mięśnie miał długie, delikatnie rysujące się pod skórą. Druzgocącą siłą jego ciosów była wytworem gwałtownego i równoczesnego napięcia nerwów i skurczu mięśni. Te ciosy nie raziły przeciwnika w zwykły sposób, lecz można powiedzieć: eksplodowały niczym artyleryjskie pociski (...) Przystojny ciemny blondyn, z jasnoszarymi oczami był w życiu towarzyskim zawsze uśmiechnięty i miły w obejściu, natomiast w ringu zmieniał się w istnego demona!! – zachowując umiar w sądach i pamiętając o proporcjach, trudno nie dostrzec w opisie, poświęconym przez Aleksandra Rekszę Stanley'owi Ketchelowi, zastanawiająco licznych analogii z sylwetką Marka Piotrowskiego.

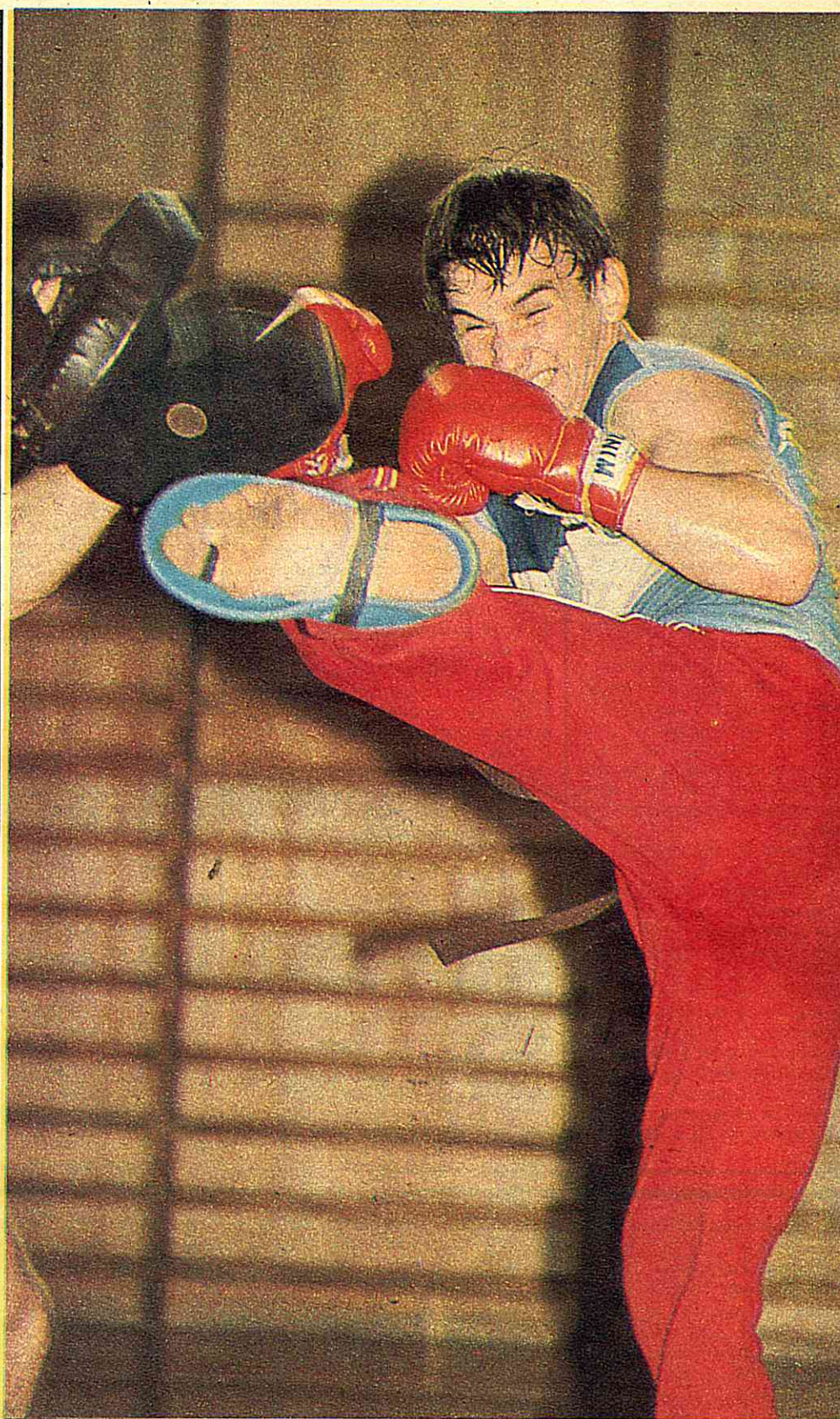
Stanley Ketchel, albo jak kto woli Stanisław Kiecal, syn polskich emigrantów zrobił w USA oszałamiającą karierę. Prowadzony przez młodego menadżera, Jamesa Coffrotha, był na początku naszego stulecia niekwestionowanym championem wagi średniej w zawodowym boksie, rozstrzygając większość swoich pojedynków przez nokaut. U szczytu sportowej sławy, w wieku 24 lat, zginął zastrzelony podobno przez zazdrosnego kochanka, Waltera Dipleya. Do dziś pozostaje jednak uznanym przez specjalistów najznakomitszym zawodnikiem wagi średniej w historii profesjonalnego pięściarstwa.

Marek Piotrowski wyjechał do Stanów Zjednoczonych na zaproszenie młodego przedsiębiorcy budowlanego z Chicago, Andrzeja Janusza, który po podpisaniu kontraktu, ma zostać jego menadżerem. Wyjechał, by zmierzyć siły z najlepszymi kick-boxerami wśród zawodowców, mając 24 lata. Wyjechał z apetytem na tytuł mistrza świata...

★ ★ ★

– Chicago Fitness Center oddalone jest raptem o kilka przecznic od biura firmy Andrzeja Janusza, gdzie w wygospodarowanych dla mnie dwóch pokojach chwilowo mieszkam. Łóżko, szafa i zdjęcie Moniki, które zawiesiłem na jednej ze ścian – to jedyne elementy, które świadczą o mojej obecności tutaj. Jeszcze nie zdążyłem się przyzwyczaić. Najgorsze są niedziele, kiedy jestem zupełnie sam ze swoimi myślami i mogę sobie tylko wyobrazić, jak w domku przy ulicy Warszawskiej w miejscowości Dębe Wielkie zbiera się na świąteczny obiad cała rodzina Piotrowskich. I tylko wizyta w kościele, gdzie intuicyjnie odbieram treść kazania – mój angielski jest ciągle jeszcze niewystarczający – przerywa monotonię tego dnia.

Chicago Fitness Center, to miejsce, w którym spędzam znaczną część każdego powszedniego dnia, pozwala mi od-



„Czy Polska będzie miała jeszcze takiego drugiego fajtera”. Na zdjęciu Marek Piotrowski.

zyskać równowagę i zrozumieć, dlaczego znalazłem się USA. Ośrodek sportów walki, jakbyśmy nazywali go w kraju, gdzie oprócz kick-boxingu, zdecydowanie najpopularniejszej ze wszystkich „Martial arts”, jakie uprawia się w Stanach, ćwiczyć można również boks – tradycyjne karate, to punkt zaczepienia. Gwarancja, że moje życiowe marzenia mogą się spełnić w USA.

Wspaniale wyposażona siłownia, sale do ćwiczeń, rzych szczególną uwagę zwracają różnych rozmiarów treningowe wypełnione wodą, elastyczne i sprężynujące były najważniejszym argumentem przesądzającym o w tego właśnie miejsca. Trener Ed Yoshimura, Japończyk cy za sobą karierę sportową w karate kyokushinkai, doc się już zawodnika, który pod koniec sierpnia zdoby mistrza świata wśród profesjonalnych kick-boxerów st cych w imprezach firmowanych przez organizację ISKA, nującą w Stanach. Czarny jak smoła Manson Gibson, jący w wadze do 75 kilogramów, a więc raptem kategorii niż ja, to sparringpartner, o jakim leć przez Atlantyk m tylko marzyć.

Po kilku wstępnych treningach i pierwszych testach wypadły widać nie najgorzej, Yoshimura postanowił s dzić na co naprawdę mnie ślać, wyznaczając do siedm dowej walki treningowej z Gibsonem. Murzyn nie zdą-

GŁÓD W CHICAGO

nak na czas powrócić z championatu, a moim przeciwnikiem został ostatecznie inny wychowanek Eda, pogromca McCowna, 10. profesjonalisty mojej wagi w ISKA.

Miałem go, miałem go na luzie, chyba tylko tyle mógłbym powiedzieć o przebiegu tego testu. Zwykle nie oszczędzam rywali podczas treningowych sprawdzianów, tym razem zrobiłem wyjątek. Nie czuję jeszcze do końca, jakie panują tu pod tym względem obyczaje. Na wszelki wypadek wołałam nie przesadzać. Yoshimura był również zadowolony. Nie wiem czy przydomek jakim obdarzył mnie po tej walce, „Fireball”, a więc „Ognista Kula”, jest już dowodem wyróżnienia, czy może po prostu taka panuje to moda. Jakby na to nie spojrzeć, miałem powody do zadowolenia. Pierwsza, chociaż treningowa próba sił z profesjonalistą, wykazała, że nie muszę mieć kompleksów, a próg między amatorami i zawodowcami nie jest być może aż tak trudny do przeskoczenia.

„Masz bardzo dobrą wytrzymałość i ciekawy styl – zawyrokował Yoshimura – ale jest to styl europejski. Musisz jeszcze nauczyć się walczyć tak, jak robimy to w Stanach. Musisz wiedzieć, jak bronić się przed faulami, przed uderzeniem głową, łokciem i kolanem”.

Do tej oceny mógłbym jeszcze dodać, iż pewnym zaskoczeniem były dla mnie dopuszczalne tutaj uderzenie zewnętrzną częścią rękawicy, zaskakujące i groźne, które u nas każdy sędzia zakwalifikowałby, jako niebezpieczny faul.

Wszystko wskazuje na to, że pierwszą walkę oficjalną stoczę w październiku. Moim rywalem miałby być w Ragport McCown, jak już wspomniałem 10. w rankingu ISKA. Jeszcze nie wiem, czy ewentualne zwycięstwo powodowałoby, że automatycznie wskoczyłbym na jego miejsce. Gdyby tak się stało, miałbym już realne powody do zadowolenia.

„Znokautujesz go w pierwszej rundzie” – Yoshimura moje szanse w pierwszym pojedynku ocenia wyjątkowo optymistycznie. Może dlatego Andrzej Janusz nie waha się przed wyłożeniem pieniędzy na to starcie. Takie walki kontraktuje się tu w ten sposób, że menadżerowie obu stron wykładają z

góry ustalone sumy dolarów obstawiając „swojego” zawodnika, a cała stawka trafia do rąk zwycięzcy. Porażka lub sukces ma więc dla obu stron znaczenie nie tylko prestiżowe.

Jest jeszcze za wcześnie, żeby mówić o pieniądzach. Mogę tylko podziwiać to, co mówiłem już w kraju: pieniądze nie są najważniejsze, są istotne o tyle, że bym miał możliwość wspinać się do punktu, który jest moim celem. Z dwóch propozycji, jakie składali mi potencjalni menadżerowie jeszcze w Polsce, wybrałem być może mniej intratną finansowo, ale taką która stwarza pewniejszą perspektywę awansu na rankingowych listach.

Jestem dziś w przededniu podpisania kontraktu. Rozmawiałem już o tym z Andrzejem Januszem w obecności bezstronnego adwokata. Wszystko wskazuje na to, że kontrakt będzie „długi”, obowiązujący być może na dwanaście lat, jak większość podpisywanych tu umów tego rodzaju. Na razie są to jednak spekulacje, trudno przewidzieć jak sprawy potoczą się dalej.

Trening, trening, trening – niewiele więcej mógłbym na razie powiedzieć o życiu, które tutaj prowadzę. W Chicago Fitness Center coś takiego, jak narzucona z góry dyscyplina formalna, nie istnieje właściwie wcale. Odpowiedni reżim każdy z zawodników musi narzucić sobie sam. Od lat stosowałem dodatkowe, własne treningi w Polsce – myślę, że nietrudno będzie mi się do miejscowych warunków przyzwyczaić.

Poza sportem czuję wokół siebie pustkę, która ciąży znacznie bardziej niż można by to sobie wyobrazić. Właściwie jedyną rozrywką jest zwiedzanie Chicago. Dla człowieka wyrwanego z kraju, takiego jak Polska, gdzie powszechne są bliskie i serdeczne kontakty, jest to doświadczenie poważne i dające do myślenia. Nie wypada jednak narzekać, ostatecznie sam sobie taki los wybrałem.

Głód sportowego sukcesu nie słabnie, już wkrótce pierwsze walki...

ALEKSANDER BILIK

Drobne fałszerstwo

Trudno znaleźć w polskim sporcie zawodnika bardziej konsekwentnego w swoich działaniach, jak Marek Piotrowski. Chciał zostać sportowcem – został. Zapowiedział, że zdobędzie mistrzostwo świata amatorów – zdobył. Teraz marzy mu się mistrzostwo świata profesjonalistów w kick boksie.

Jest już w USA, ale w Polsce pozostały problemy i kłopoty jego ulubionej dyscypliny. Od ponad roku działacze kick boks walczą o swoje prawa. Uważają, że sportowe sukcesy oraz popularność tego sportu (6 tysięcy zarejestrowanych zawodników) są dostatecznym powodem do powołania samodzielnego związku. Okazało się jednak, że droga do tego nie jest łatwa i prosta.

Zbigniew Głapa wiceprzewodniczący Komitetu Młodzieży i Kultury Fizycznej stwierdził na ten temat: – Aby zarejestrowany został związek kick boks muszą być spełnione dwa podstawowe warunki. Po pierwsze trzeba znaleźć podstawę prawną rejestracji, dokonać zmiany zarządzenia przewodniczącego GKKFiT, po drugie – należy uzyskać wiarygodne opinie lekarzy na ten temat.

Zbigniew Głapa zapewniał mnie, że w KMiKF jest życzliwość dla kick boks, są jednak także pewne kłopoty, trudne do rozwiązania. Jeden z problemów ma charakter finansowy. Jeśli więc nawet powstanie Polskie Towarzystwo Kick Boks, to nie będzie mogło liczyć na szczodre dotacje. Komitet wspomaga finansowo tylko w przypadku najważniejszych startów, czyli w mistrzostwach Europy i świata.

Andrzej Palacz, trener kadry kick bokserów powiedział:

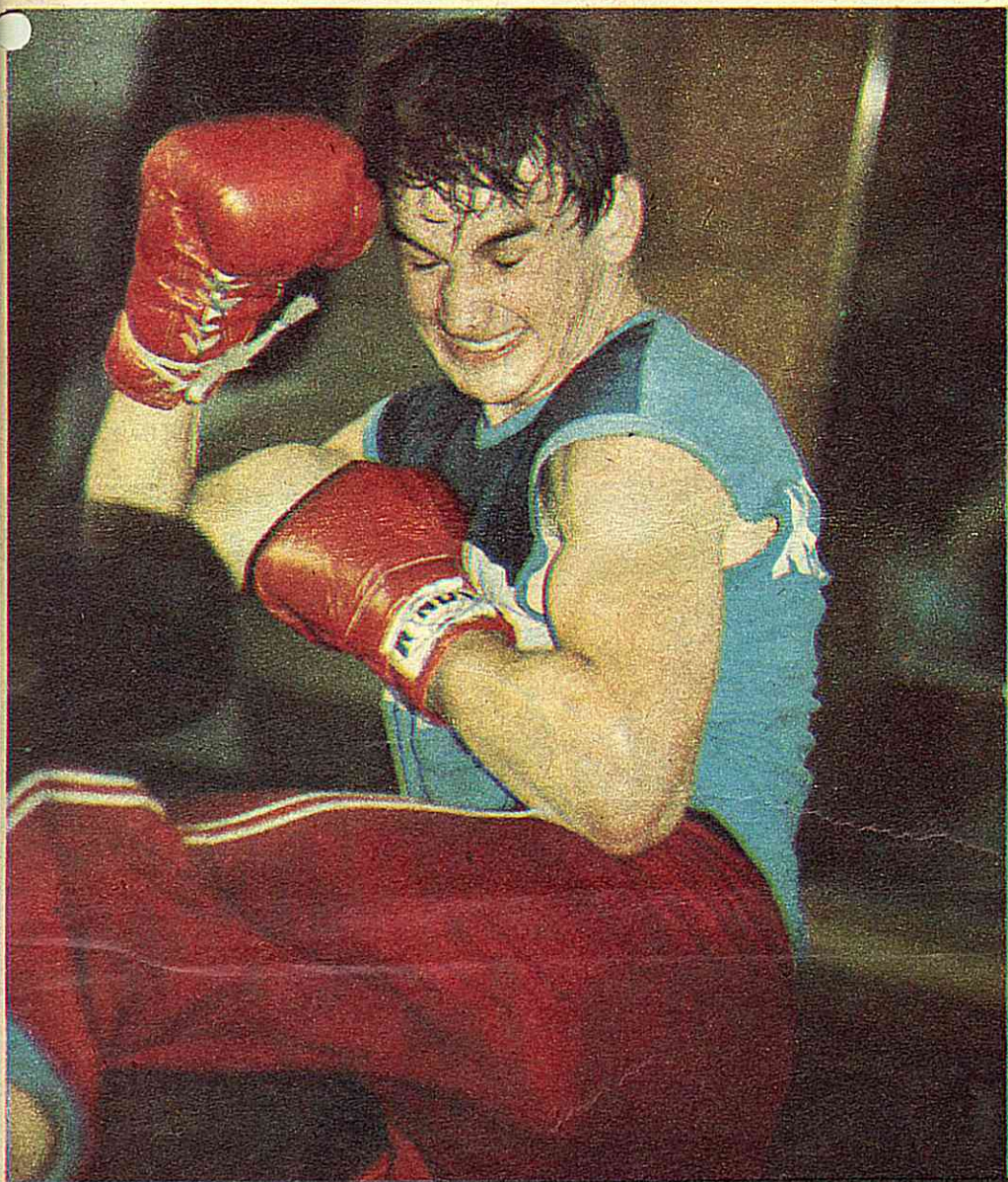
– Nie chcemy być na garnuszku ministerstwa sportu tak jak inne dyscypliny. Zakładamy samodzielną finansową. Od Komitetu Młodzieży i Kultury Fizycznej chcielibyśmy tylko zezwolenia na rejestrację i pomocy w przygotowaniach do najważniejszych imprez.

Są więc, jak widać podstawy porozumienia. Doszłoby do niego zapewne dużo wcześniej, gdyby nie działania ludzi, którym rozwój kick boks jest solą w oku. W bezinteresownej zawiści posuwają się do wszystkiego, nawet do jawnych fałszerstw.

Od lat zajmuję się profesjonalnym boksem, mam w tej dziedzinie trochę doświadczenia i wiedzy. Przecierałem oczy czytając niektóre publikacje harcowników. Dowiedziałem się między innymi, że „w ostatnich latach zmarło na światowych ringach w wyniku stoczonych walk 342 bokserów i kick bokserów.” Pomijam już precyzję stwierdzenia „w ostatnich latach”, pod którym kryje się rok... 1922. Od tego bowiem roku redakcja słynnego amerykańskiego magazynu „The Ring” zaczęła rejestrować przypadki śmierci w zawodowym boksie. Doliczyła się do dzisiaj rzeczywiście 342, ale... tylko w boksie „The Ring”; nigdy nie zajmował się kick-boxingiem. Ale cóż znaczy to drobne fałszerstwo wobec humorystycznych wykretałów intelektu, że kick-boks jest niebezpieczniejszy od karate ponieważ używa się w nim... kasków na głowę i rękawic. Koń by się uśmieł, a cóż mówić o człowieku.

Szczęście, że ludzie, od których zależą decyzje w kwestii rejestracji kick bokserów też podeszli do tej „kampanii” z przymrużeniem oka.

ANDRZEJ KOSTYRA



Zdjęcia: GRZEGORZ SAJDAK

Najgorsze są niedziele...

Gimnastyka

Ju-jitsu znane było w Europie od końca XIX w. za sprawą Jigoro Kano i Erwina Blaeza. Polacy uczący się w Europie Zachodniej mieli okazję poznać tę sztukę samoobrony. W latach 1907–1908 ukazały się jedne z pierwszych na ziemiach polskich podręczniki do ju-jitsu. Były to następujące pozycje: „*Źródło zdrowia, siły i zręczności*” napisana przez Zygmunta Kłosnika i wydana we Lwowie w 1907 r. oraz, „*Japoński system fizycznego trenowania ciała dla młodzieży*” pióra Wojciecha Szukiewicza, która ukazała się w Warszawie w 1908 r. Książki te zawierały rysunki (w wypadku pierwszej pozycji) i zdjęcia (w drugim podręczniku) oraz szczegółowe opisy ćwiczeń stosowanych w japońskim systemie ju-jitsu, celem których było podniesienie sprawności fizycznej. Nie mogło w tych podręcznikach zabraknąć opisów chwytów i uderzeń stosowanych w samoobronie. Znajdziemy w wymienionych książkach sposoby, przy pomocy których można się wyswobodzić od uchwytów za gardło czy kłapy marynarki. Do ciekawszych sposobów zaliczyć można: obronę ciosem bokserkim i chwyt obezwładniający.

Polacy biorący udział w wojnie rosyjsko-japońskiej zetknęli się z ju-jitsu w praktyce na polach bitwy Dalekiego Wschodu.

W okresie poprzedzającym wybuch I wojny światowej gdy do walki o niepodległość przygotowywały się polskie formacje wojskowo-niepodległościowe, wykorzystywano wiedzę praktyczną o ju-jitsu podczas nauki jak bronić się przed ciosem nożem lub pałką saperską. Polacy służący w armiach państw zaborczych czy krajów zachodnich mieli także okazję zetknięcia się z ju-jitsu w ramach nauki walki wręcz. Pamiętajmy, że w takich państwach, jak Wielka Brytania, Francja czy Niemcy nauka ju-jitsu znajdowała się na wysokim poziomie.

Gdy w 1919 r. przybyła do Polski, „*Błękitna Armia*” dowodzona przez gen. Józefa Hallera w jej składzie znajdowało się wielu znakomitych instruktorów, którzy wcześniej uczyli się ju-jitsu we Francji i w Stanach Zjednoczonych.

W latach 1921–1939 wielu oficerów polskich przebywających we Francji w ramach wymiany doświadczeń na mocy sojuszu wojskowego Polski z Francją z 1921 r. przeszło też przeszkolenie w zakresie teoretycznego i praktycznego nauczania ju-jitsu.

W okresie międzywojennym propagatorami nauki samoobrony w stylu japońskim były: Towarzystwo Gimnastyczne „*Sokół*”, polska YMCA (gdzie lekcje ju-jitsu prowadził między innymi Henryk Jeziorowski) i wojsko. Możliwość zetknięcia się z ju-jitsu mieli Polacy zamieszkali na Sachalinie i na Wyspach Kurylskich będących do roku 1945 pod administracją japońską.

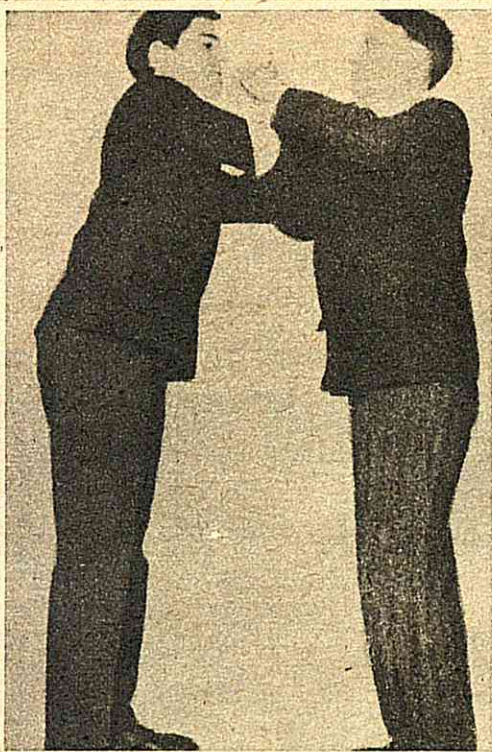
W latach 1918–1939 Wojsko Polskie idąc za przykładem wielu armii świata i wykorzystując doświadczenia z lat 1914–1921 wprowadziło ju-jitsu do nauki walki wręcz. Ju-jitsu uczono w tym czasie w wojsku w połączeniu z boksem, zapasami, szermierką, walką na bagnety, walką kijem i topatką saperską.

Bardzo wysoki poziom nauki ju-jitsu był w Centralnej Szkole Wojskowej i Sportów w Poznaniu, co znalazło potwierdzenie w książce Alojzego Pawełka o tejże uczelni. W opracowaniu Pawełka znajdujemy wśród wielu zdjęć także kilka dotyczących ju-jitsu. Jedno z nich przedstawia naukę obrony przed ciosem pałką.

W roku 1923 ukazała się książka Henryka Jeziorowskiego pt. „*Walka wręcz ju-jitsu*”, przeznaczona dla instruktorów wojskowych. Jej drugie zmodyfikowane wydanie (rok 1927) zalecone zostało do wykorzystania w szkołach średnich podczas wychowania fizycznego decyzją Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przepisów Wojskowych. We wspomnianym podręczniku Henryk Jeziorowski i Wiktor Junosza demonstrują ponad trzydzieści chwytów samoobrony do wykorzystania w różnych sytuacjach, np. przy ataku przeciwnika uzbrojonego w nóż, pistolet lub zadającego cios laską.

Wspominałem już wcześniej o Centralnej Szkole Wojskowej Gimnastyki i Sportu. Gdy w Warszawie powstał Centralny Instytut Wychowania Fizycznego kadra z CSWGiS (działającej do 1929 r.) zasilili szeregi wykładowców i instruktorów

nowej uczelni. Komendantem CIWF został dotychczasowy komendant CSWGiS płk Osmolski, propagator i wielki miłośnik ju-jitsu. Do propagatorów ju-jitsu należeli także bracia Baranowie, płk Walerian Sikorski, por Marian Skierczyński i Kazimierz Laskowski. Kadra CIWF wyszła ze swoimi zainteresowaniami poza mury uczelni. Pokazy ju-jitsu demonstrowano w szkołach średnich Warszawy, a nauczyciele i uczniowie mieli możliwość nauki walki wręcz z elementami ju-jitsu i boks w obszernych salach gimnastycznych CIWF pod okiem fachowców.



Jedna z ilustracji książki Wojciecha Szukiewicza.



Na zdjęciu lekcja ju-jitsu w Centralnej Szkole Wojskowej Gimnastyki i Sportów w Poznaniu. Rok 1925.

Zdjęcia: ARCHIW

Na wysokim poziomie stało nauczanie ju-jitsu w szkołach policyjnych, najbardziej znane z nich znajdowały się w ośrodkach międzywojennym w Gołędzinowie i w Mostach. Jedną z dzieł znanych w latach 1918–1939 książek przeznaczonych dla słuchaczy szkół policyjnych była wydana w roku 1925 pozycja o następującym tytule: „*Zasady walki wręcz, su*”.

W latach międzywojennych bardzo często można spotkać określenie „*gimnastyka ju-jitsu*”. Dlaczego? Przyczyną jest to, że oprócz chwytów obronnych aplikowanych w samoobronie, których celem było wyrobienie zwinnego i szybkiego, a także nauczanie ich reakcji na różne sytuacje, których mogłoby się znaleźć. Była to jak widać swoista gimnastyka dla mięśni i umysłu.

Wielką rolę w praktycznym propagowaniu ju-jitsu odegrała na terenie całej Polski Ośrodek Wychowania Fizycznego. W roku 1931 dziennikarz „*Przeglądu Sportowego*” Ryszard Mosin napisał artykuł o warszawskim ośrodku „*Kuźnia zdrowia i tężyzny sportowej*”, w którym wspominał o ju-jitsu. Wśród zamieszczonych zdjęć, stanowiących ilustrowanie do artykułu jedno z nich ukazywało naukę obezwładnienia przeciwnika poprzez wykręcenie mu ręki w stawie: nadkole, łokciowym i barkowym.

W okresie międzywojennym najsilniejszym ośrodkiem nauki ju-jitsu były: Warszawa, Poznań, Kraków, Lwów, Łódź, Wilno, a także Katowice. Nietrudno zauważyć, że miasta te odgrywały także dużą rolę w propagandzie różnych dyscyplin sportu, więc i nauka japońskiej sztuki samoobrony stała się na wysokim poziomie. Nie bez znaczenia były i położenie tych miast np. Poznań czy Katowice, które z niedużej odległości od granicy z Niemcami były odwieczone przez wielu przybyszów bawiących wcześniej w Europie Zachodniej, a przynoszących też wiadomości o ju-jitsu.

Mimo faktu, że Gdańsk był w latach międzywojennych nym Miastem przenikały za jego pośrednictwem do Polski różne wiadomości. W tym dużym portowym mieście istniało ogromne skupisko ludności polskiej. W latach 1918–1939 Polonia Gdańska wydała całą serię kolorowych rysunków opisami dotyczącymi roli różnych dyscyplin sportu w wychowaniu człowieka. I mimo faktu, że ju-jitsu sportem nie jest, jednak takich rysunków propaguje naukę japońskiej sztuki samobrony, jako nowości i umiejętności przydatnej w życiu. Na rysunku widzimy mężczyznę wytrącającego nóż opryskacza pomocą uderzenia nogą. U dołu znajduje się napis następującej treści: „*Policjant nie może być wszędzie. Są sytuacje, których człowiek musi radzić sobie sam. Poznaj więc ju-jitsu.*”

Nauka ju-jitsu w Polsce stała na bardzo wysokim poziomie, co potwierdził wizytator japoński przebywający przed wojną w naszym kraju. Dzieje ju-jitsu w Polsce są bardzo ciekawe, do dnia dzisiejszego bardzo słabo zbadałe i opisane. W ten artykuł zainteresuje badaczy dziejów kultury fizycznej napisania wielu ciekawych książek.

TOMASZ RADZYŃKIEWICZ

NARESZCIE!

Polscy reprezentanci taekwondo WTF nie mieli szczęścia do zagranicznych wyjazdów. Starty w międzynarodowych zawodach często i niespodziewanie odwoływano. Wreszcie doszedł do skutku wyjazd i to jaki! Do Seulu! Na zdjęciach pokazujemy trening naszych olimpijczyków w ośrodku sportowym w Zakopanem, kiedy przygotowywali się do igrzysk.

Zdjęcia: JERZY WEL



LISTY

Ważny temat

Na początku chciałbym wyrazić swoją wdzięczność, że jest gazeta, która zajęła się tematyką wschodnich sztuk walki. Uważam, że zbyt mało miejsca zajmuje ten temat w środkach masowego przekazu. Chodzi mi nie tylko o zaspokojenie własnych zainteresowań, ale także o ukazanie ludziom czym naprawdę jest sztuka walki, a w zasadzie sztuka wychowania. Sam uprawiałem karate (styl kyokushinkai) przez 3 lata dopóki pozwoliło mi na to zdrowie. Obecnie trenuję sam lub z kolegą, ale to nie to samo. Chciałbym przekonać ludzi, że trening pod okiem odpowiedniego człowieka nie jest tylko nauką walki, ale także pomocą w życiu. Odczułem to na samym sobie. Zawdzięczam karate bardzo wiele np. umiejętność koncentracji, która jest także potrzebna w czasie nauki.

Muszę jednak poruszyć jeden bardzo ważny temat, o którym zauważyłem, że nasze sekcje karate zaczynają się przestawiać na sport. Nie jestem przeciwnikiem tworzenia z karate dyscypliny sportowej, ale pod warunkiem, że nie zapominamy o wychowawczej roli karate. Wydaje mi się, że trening składający się z samych walk nie spełnia swojej roli (tym bardziej, jeżeli nie poprzedza go rozgrzewka). Myślę także, że wschodnie sztuki walki są bardzo widowiskowe, ale nie w takim wydaniu jak to obserwujemy na turniejach sportowych (np. ostatni Międzynarodowy Turniej Karate Kyokushinkai w katowickim „Spodku”). Być może wyjściem z tej sytuacji byłoby wprowadzenie dodatkowej oceny zawodnika za widowiskowość walki. Oczywiście, że prowadzenie walki w sposób widowiskowy, a zarazem skuteczny jest bardzo trudne, ale w końcu doskonalenie samego siebie to podstawowy cel wszystkich sztuk walki.

HENRYK JARON
Chróścice

Dojo w lesie

Od lat ćwiczymy sami jako amatorzy. Myślę, że nie założono u nas do tej pory sekcji, bo trenerzy lękają się przyjechać do Trzcianki. Niestety nie możemy ćwiczyć na sali, bo nie mamy uprawnień na papierze. No i krzątamy się od jednego do drugich bezskutecznie. Najgorzej jest zimą – kiedyś płaciliśmy „grubą forszę”, która się szybko skończyła za dwa treningi tygodniowo. W pozostałe miesiące ćwiczymy w lasach, który jest naszym dojo. Zawsze próbowaliśmy założyć sekcję z prawdziwego zdarzenia, lecz było to „szyfrowe zajęcie”. Może kiedyś dożyjemy tej chwili. Chciałbym jeszcze napisać o pobitym rekordzie tj. rozbić deskę (płyty marmitowej na wysokości 260 cm techniką mae-tobi-geri. Udało mi się to zrobić 87.02.7. Poprzedni rekord należał do Koreańczyka, który rozbił deskę (gr. 1.5 cm) na wysokości 252 cm. Postanowiłem spróbować swych sił i okazało się, że rozbiłem płytę gr. 3.8 cm od frontu, a nie sposobem Koreańczyka, który zrobił to z boku (pozycja wygodniejsza).

ARKADIUSZ OSOWSKI
Trzcianka

W Olsztynie padały już światowe rekordy. To tutaj człowiek po raz pierwszy skoczył na odległość siedemnastu metrów w trójskoku. Ale zapowiedzi takiego rekordu, jaką dał Artur Skrzek jeszcze nie było. Przewidywano prawdziwy gwóźdź programu...

– Długo siedziałem i myślałem – wspomina Artur – w jaki sposób zachęcić ludzi do przyścia na nasz mecz. I wtedy wpadłem na ten pomysł. Chwył reklamowy, tyle że nowy i w moim wykonaniu. Zapowiedziałem próbę rozbięcia dziewięciu desek, co byłoby nowym rekordem, wartym zapisu w księdze Guinnessa.

O dotychczasowych próbach w wykonaniu innych zawodników uprawiających taekwondo Artur niewiele słyszał. Koledzy, którzy brali udział w zawodach w Budapeszcie, po powrocie opowiadali o wyczynie śmiałka, który zamierzył się na osiem desek, lecz cel mu się nie powiódł. Rozbił siedem, a więc tyle, ile podaje Guinness w swoim rejestrze. W Polsce, o tym Artur wiedział na pewno, nikt z ich środowiska podobnego rekordu nie osiągnął. Nie jest to bowiem głównym celem ludzi uprawiających taekwondo, a poza tym sprawa nie przedstawia się prosto. Wymaga dużych umiejętności. Wyskok, w czasie którego należy rozbić te deski o wymiarze 50 x 30 cm trzymane przez kolegów, trwa przecież bardzo krótko, zaledwie chwilę. Ile w tym momencie można wykonać precyzyjnych, silnych ruchów? Jaki jest potrzebny dar szybkości, talentu i rutyny?

Zaplanował na przykład, że cztery deski rozłupie ciosami nóg. Przeprowadził eksperyment i nie powiódł się. Mógł liczyć tylko na zniszczenie trzech. Założył więc, że nogi załatwią sprawę trzech sztuk, a ręce-sześciu. W ten sposób, jako wynik otrzymał liczbę dziewięć, która nie jest doskonała, ale przecież w matematyce liczby doskonałe także nie są traktowane jako lepsze, lecz jako ciekawostki.

Następne zadanie do rozwiązania podobne było do planowania przestrzennego. Brał kartki i na nich rysował, kreślił, poprawiał. Szukał optymalnego sposobu na rozmieszczenie desek. Na treningach teoretyczne wyniki sprawdzał, testował. Po wielu doświadczeniach doszedł do wniosku, że w pierwszej fazie sławetnej próby, gdy tylko odbije się od parkietu, wznosząc się złamie rękoma dwie deski i nogami również dwie. Spadając załatwi jeszcze rękoma – cztery i nogami – jedną.

Cieśla, który chce dobrze robotę wykonać, musi naostrzyć swe narzędzia – mówi wschodnia sentencja. Artur postępując według jego prawideł przystąpił do zaplanowanych ćwiczeń. Jak zwykle bywa, początek przypominał górę trudną do sforsowania. Okazało się, że problem rozmieszczenia desek nastęrczał wiele kłopotów. Powinny

one znajdować się jak najporężej, jak najbliżej, a tu nagle brak miejsca. Kiedy już jako tako je rocił, pojawiło się nowe zmartwienie można w sposób doskonały wyrobić odległości między ułożonymi miotami? Podczas próby nie przecieży czasu na myślenie. Właśnie wtedy trzeba szybko, a więc według tego doskonale zaplanowanego w tym przedsięwzięciu jednym runków powodzenia jest zatem p.

Metody idealnej na dokładne wanie desek Artur nie znalazł. Kolegom, którzy ofiarowali się r. m. Poprosił, aby dokładnie pa w którym miejscu każdy z nich deske.

Próba trwała zaledwie chwilę, ćwiczył do niej kilkadziesiąt godzin jest to wydarzenie inne, znacznie się od chleba powsze sportowca uprawiającego taek. Każdy z nich przygotowany jest (ki, do formy, ale nie do wyczerpania kordowych. Skrzek też nie podjął tego zamiaru, gdyby nie zabawy le relaksu w dotychczasowych gach. Dla złapania oddechu, dla cji, podczas stylowych ćwiczeń nieraz deski. Były to zajęcia por nowe, z uśmiechem i w celu po: nia swoich zdolności fizycznych gotowywali materiał i tupali, aż wióry...

Artur od dawna interesował się k. Wschodu. Kiedy zobaczył styl my z samurajami i karatekami głównej, ogarnęła go ogromna: poznania tajników ich walki. W nie zawiązała się akurat sekcja. Był jej jednym z najwierniejszych niów. Ale lekcje z hall nie wyst: Na własną rękę gromadził na ter literaturę, wczytywał się, rozkła: wan w swoim pokoju i ćwiczył n: wiązkowo. Studentowi olszt WSP nie brakowało wyobraźni. j: jomością oddawał się nowej, r: kłej pasji. Kiedyś dowiedział się Gdańska przybyli koreańscy ins rzy taekwondo. Pojechał w ślad z

bo słyszał już trochę o sztuce walki, którą popularyzują. Sport Koreańczyków spodobał mu się natychmiast. W walce w tym stylu dostrzegł wreszcie większe możliwości stosowania technik nożnych, które najbardziej go frapowały.

Do Olsztyna wrócił już jako wielbiciel taekwondo ITF. Założył tu sekcję, zdobył uprawnień trenerskie. Od roku kieruje klubem Star. W godzinach pracy martwi się jego wszystkimi sekcjami, a później nadchodzi ta wspaniała pora, że sam poćwicz i pokaże innym na czym polega ten sport.

Zachęca i przekonuje swoich uczniów, że uprawiać taekwondo może każdy. Niepotrzebny tu specjalny talent i osobliwa ręka. On – Artur Skrzek, lat 26, kawaler – ćwiczy dla własnej satysfakcji. Rękę ma normalną, a może nawet drobną, nie różniącą się od wielu innych. Ta ręka poznała już wiele tajemnic techniki taekwondo i dlatego porusza się do czynów niecodziennych. Ta ręka czasem spuchła, nieraz bolała, lecz tylko z tego powodu, że kiedyś nie знаła jeszcze podstaw technicznych. Dzisiaj nic jej nie jest groźne. Deska o grubości jednego centymetra, podstawiona podczas zabawy, tamie się niczym zapalka.

Deski w naszym kraju są jeszcze dostępne, ale ludzie z taekwondo wcale się nie uparli, aby je niszczyć. Do ostatnich, nieco innych ćwiczeń, Artur używał płyt pilśniowych. Do występu potrzebne były jednak najprawdziwsze deski, odpowiadające wymogom, czyli o odpowiednich wymiarach.

Skrzek zjeździł cały Olsztyn i okolice, przeszukał stolarnie i sklepy, ale potrzebnych szerokich desek nie kupił. Miejskowa prasa zapowiedziała już wielkie atrakcje w Uranii, na słupach ogłoszeniowych wisiły afisze, a tymczasem do „gwoźdźca programu” brakowało materiału.

Tylko cud sprawił, że zagrożoną rozwiązaniem imprezę uratowano. Przyczynili się do tego... nieboszczycy. Ktoś sobie przypomniał, że do wyrobu trumien potrzebne są szerokie, solidne deski. Artur odwiedził zakład pogrzebowy i tam zrozumieli biżniego w potrzebie...

Szóstego sierpnia liczny tłum wypełnił olsztyńską halę widowiskową. Był mecz, pokazy mistrzów koreańskich, a później to, na co wszyscy czekali. Zapadła cisza, Artur stał na rozbiegu i koncentrował się. Po chwili nastąpił suchy trzask i... dwóch z dziewięciu kolegów trzymających deski, ze zdziwieniem unieśli przedmioty nie naruszone. Rekord nie został pobity, tylko wyrównany!

Tłum nagroził wyczyn gromkimi brawami. Skrzek był jednak niepokieszony. Służby porządkowe wynosiły z hali antenę satelitarną, którą firma „Satelit” ufundowała dla nowego rekordzisty.

– *Zabrakło dwóch centymetrów* – wyjaśniał strapiiony Artur – *nie sięgnąłem ręką. Wykonałem wszystko dobrze, zaszwankowało rozmięczenie. Zamiast w deski trafiłem w ręce kolegów. Czuję niedosyt. Część ludzi pewnie sobie myśli, że moje zapowiedzi były na wyrost, że nie stać mnie na pobicie rekordu. Przy najbliższej okazji próbę powtórzę. Obawiam się tylko, żeby nie ubiegli mnie Koreańczycy, którzy najpierw z uśmieškami, z niedowierzaniem przyjęli mój zamiar, a potem dokładnie filmowali. Po co biję ten rekord? Odpowiem, że nie dla chwały, nie dla rozgłosu. Na treningach kilkakrotnie sprawdziłem się, rozbiłem 9 sztuk. Proszę zrozumieć duszę człowieka uprawiającego sztuki walki. Nigdy nie ćwiczyłem tylko po to, żeby gonić za rekordem. Traktuję to w kategoriach satysfakcji wewnętrznej. Oto pokonałem kolejny stopień trudności, pokonałem siebie. Nie o efekciarstwo mi chodzi, lecz o satysfakcję w dążeniu do doskonałości fizycznej.*

LECH UFEL

Skok trwał ułamek sekundy. Na zdjęciach Artur Skrzek podczas sławetnej próby.

Zdjęcia:
ANDRZEJ KLIMEK

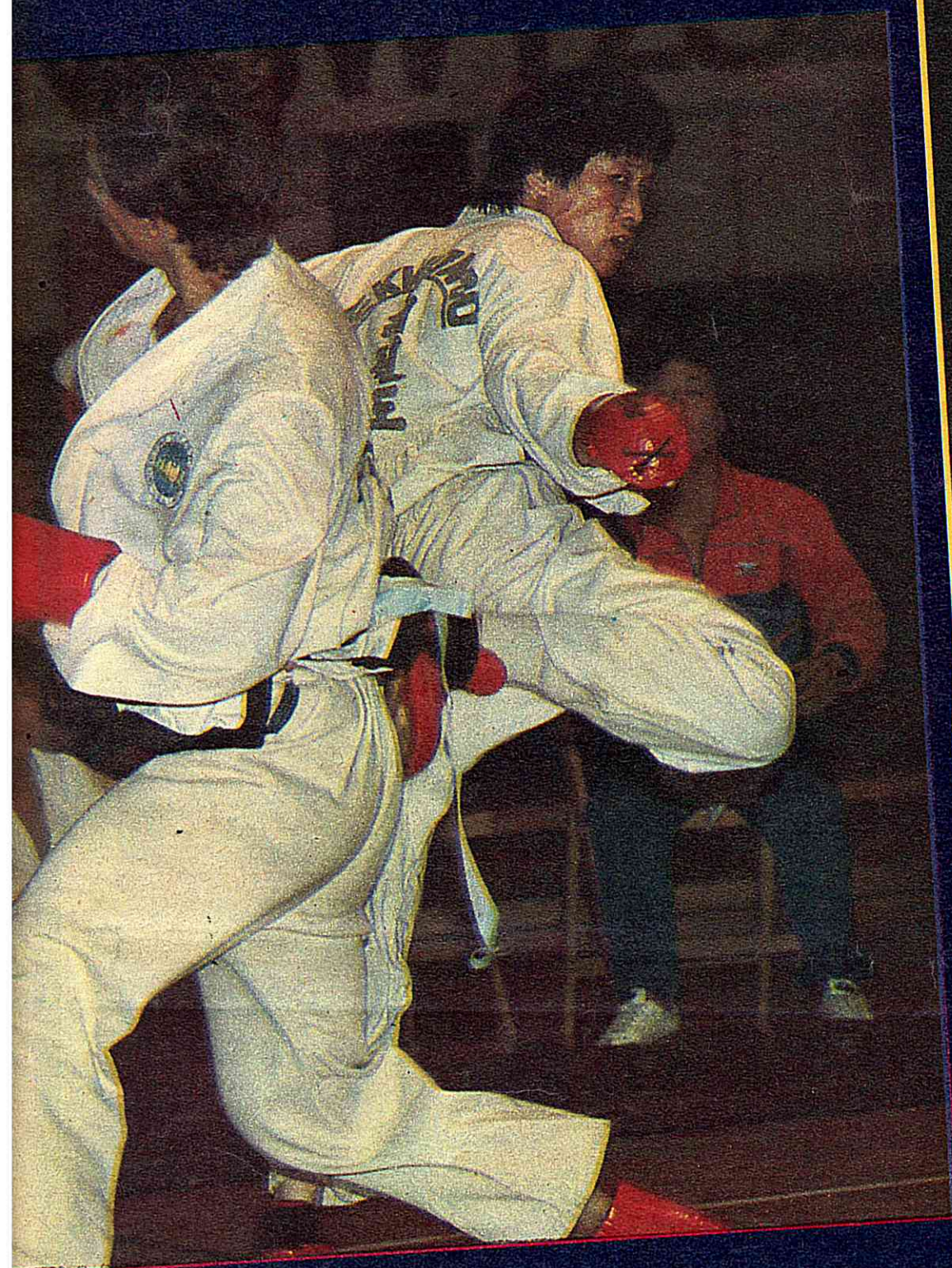


TAEKWONDO



Po raz pierwszy w Polsce reprezentacja KRLD w taekwondo ITF zmierzyła się z naszą drużyną. Goście, acz mili udzielili naszym reprezentantom srogiej lekcji. W czterech meczach, które odbywały się w Warszawie, Krakowie, Olsztynie i Gdańsku, odnieśli cztery zdecydowane zwycięstwa. Widowiska obejrzało

LEKCJA



POG

około ośmiu tysięcy ludzi.

Na usprawiedliwienie drużyny Jerzego Jeduta trzeba podkreślić, że reprezentacja Polski nie wystąpiła w swoim najsilniejszym składzie. Między innymi z powodu kontuzji nie walczył aktualny mistrz świata – Krzysztof Pajewski. Na zdjęciach Andrzeja Klimka przedstawiamy mecz olsztyński, w którym naszych barw bronili: Krzysztof Pawelski, Artur Mazik, Robert Ratajczyk, Zbigniew Kowalkowski, Artur Skrzek i Zbigniew Bujak.



Zdjęcia
ANDRZEJ
KLIMEK

ADOWA

Rozmowa z CHON DAE YONGIEM – koreańskim mistrzem taekwondo

– Zapytam banalnie: co pana sprowadziło do Polski?

– Jestem w waszym kraju od października ubiegłego roku. Mieszkam w Lublinie i na ile potrafię służę instruktorem z zakresu taekwondo w wersji ITF. Będę w Polsce tak długo dopóki będziecie mnie potrzebować.

– Taekwondo narodziło się na ziemi koreańskiej, zrozumiałe, że z tamtego zakątka świata wywodzi się wielu mistrzów tej sztuki walki. Kim pan jest?

– Z taekwondo zetknąłem się już w szkole podstawowej w Phenianie. Ta sztuka walki jest u nas jednym z elementów szkolnego wychowania fizycznego. Później poszedłem typową drogą. Zapisalem się do klubu, uczęszczałem na zajęcia, ćwiczyłem, startowałem. Uzyskałem 6 dan. Od ośmiu lat jestem instruktorem taekwondo, należę do rady technicznej naszej federacji krajowej.

– Czy Polska jest pierwszym krajem, w którym „rozsiewa” pan ten sport?

– Nie. W 1983 roku rozpocząłem swoją wędrówkę od Jugostawii. W wielu już krajach,

jak Węgry, Włochy, Austria, Czechosłowacja, Libia, Tunezja, Mozambik, ChRL – występowałem w pokazach, udzielając także instruktażu.

– Jak na tle innych przedstawia się taekwondo polskie?

– Muszę przyznać z uznaniem, że w Polsce spotkałem się z silnym taekwondo. O ile dobrze pamiętam nasi pierwsi instruktorzy przyjechali do was w 1982 roku, czyli niedaw-

no. Mimo to, w Polsce już jest sporo ośrodków, sport ten wzbudza duże zainteresowanie polskiej młodzieży. O tym, że tutejsi zwolennicy taekwondo osiągnęli już wysoki poziom umiejętności świadczą również wyniki ostatnich mistrzostw świata z Budapesztu, gdzie zdobyliście także tytuł mistrzowski.

– Czy taekwondo w wersji ITF jest rzeczywiście popularne na świecie?

Gorące głowy

– Trudno o dane bardzo precyzyjne. Liczymy, że tę sztukę walki uprawia się już w 88 krajach. Czynnie zajmuje się nią około 20 milionów ludzi. U nas – w Koreańskiej Republice Ludowo Demokratycznej – zainteresowanie jest szczególne. Funkcjonuje około pięćset ośrodków. Podobnie jak na przykład w Polsce, sport ten zyskał szczególną popularność w środowiskach studenckich.

– Każda sztuka walk wschodnich podbudowana jest pewną ideą. Jakich wartości dopatruje się pan w propagowanym przez siebie sporcie?

– Taekwondo jest naszą narodową sztuką walki, dawniej wykorzystywane było w różnych formach, w szerokim zakresie do szkolenia wojskowego. Od kiedy generał Choi Hong Hi opracował i sprecyzował zasady tego sportu, służyć ma on pokojowi. Uważamy taekwondo za doskonały sposób, pomoc w harmonijnym rozwoju fizycznym człowieka, a także jako świetne ćwiczenie do hartowania siły psychicznej. Zresztą, co dużo mówić. Zapraszam – sam się pan przekona.

– Jak pan sądzi, czego poszukuje w taekwondo polska młodzież, której wasze tradycje narodowe są przecież obce?

– Przede wszystkim pragnie poznać sztukę walki przy pomocy pięści i nóg, chce kształtować swoje charaktery. Polacy są ludźmi pracowitymi, chętnie trenują, ale czasem mają też zbyt gorące głowy. Wielu chciałoby w celach użytkowych zapoznać się tylko z techniką walki. My uczymy, że taekwondo, to sztuka, która kształtując wspaniałe szlachetne cechy charakteru, nakazuje stawać w obronie słabszych, w obronie sprawiedliwości.

– W toczącej się rozmowie operujemy nazwą ogólną, zauważyłem jednak, iż środowisko jest bardzo wyczułone na to, która z wersji: ITF czy WTF reprezentuje właściwe taekwondo. Kto ma rację?

– W celu wyjaśnienia potrzebny rys historyczny. Ludzie koreańscy od dawna uprawiali tę sztukę walki. Nazywały się one subak-te, teken. Dzięki nim nie słabła siła narodu broniącego się przed kolonializmem japońskim. Nazwa taekwondo powstała w 1955 roku. Jedenaście lat później generał Choi Hong Hi założył International Taekwondo Federation (ITF) z siedzibą w Seulu. Na początku federacja skupiała 9 związków krajowych. Władze

Południowej Korei chciały wykorzystać taekwondo jako narzędzia walki politycznej. Później było to niezgodne z duchem tego sportu, generał rozgoryczony przeniósł siedzibę federacji do Montrealu. W celu zniesienia ITF, w 1973 roku powstała w Korei Południowej World Taekwondo Federation (WTF). Jest to fałszywa organizacja.

– Dlaczego uważa pan WTF za organizację fałszywą?

– ITF powstała jako pierwsza organizacja działająca i działająca zgodnie z zasadami olimpijskimi.

– Przypuszczam, że poruszyłem bardzo wrażliwy temat. Czy widzi pan szansę, żeby wkrótce taekwondo, reprezentowała jedną wspólną federację?

– Sprawa jest bardzo zawiła. Na olimpiadzie w Seulu taekwondo uznano za dyscyplinę pokazową. Oczywiście ludzie z WTF mocno kombinowali, bardzo się starali, aby pozyskać ludzi zajmujących się sprawami olimpijskimi. Pragnęli, aby Międzynarodowy Komitet Olimpijski uznał tylko WTF. Twórcy taekwondo sprzeciwiali się takiemu postępowaniu sprawy, były listy protestacyjne. W rezultacie MKOl postanowił, że w przyszłości sport ten ma szansę zaliczenia go do dyscyplin olimpijskich pod warunkiem, iż obie organizacje się zjednoczą. Dla dobra taekwondo byłoby to bardzo pożądane. Uważam, że w przyszłości jest możliwe takie rozwiązanie.

– Obie wersje różnią się nie tylko nazwą. Odmienność można zauważyć także w przepisach, a nawet w ubiorach taekwondzistów ITF i WTF. Może jednak próściej byłoby uznać, że są to dwa różne sporty?

– Nie o to chodzi. Nasze taekwondo nie zmieniło się od początku. Natomiast ludzie z WTF chcąc pozyskać zwolenników, zapożyczyli do swojej wersji niektóre elementy innych sztuk walki. Taekwondo jako sport jest jedno. WTF upiera się na przykład, że centrum organizacji może być tylko Seul. O to jedna z większych trudności porozumienia, ale ITF się rozwija i w przyszłości z pewnością będzie to organizacja zjednoczona.

– W Polsce taekwondo uprawia się w obu wersjach. Czy w związku z tym również występuje problem różnicy zdań?

– Niestety tak. W wersji ITF Krzysztof Pański zdobył tytuł mistrza świata. Po mistrzostwach świata w Budapeszcie słyszałem o artykułach i wypowiedziach chcących pomniejszyć sukces zawodnika z Koszalina. Głównym rzecznikiem wersji WTF w Polsce jest pan Andrzej Puchniarski, wiceprezes Polskiego Związku Karate, z którym także nie możemy się porozumieć.

– „Budo” w jednakowym stopniu szanuje sportowców uprawiających taekwondo według ITF jak i WTF. Pragniemy, aby coraz więcej rzeczy was zbliżało, mniej dzieliło. Jako instruktor mówi pan, że sport ten dość dobrze rozwinął się w naszym kraju, czyżby nie napotykał na trudności?

– Trudności są i to duże. Przede wszystkim brakuje sprzętu. Proszę posłuchać tych co uprawiają taekwondo, opowiedzą za jak wielkie pieniądze, z jakimi kłopotami zdobywają potrzebny sprzęt. Władze polskiego sportu nie kwapią się otoczyć opieką taekwondzistów z ITF.

– Mimo tego wielu młodym ludziom nie brakuje siły i zapału...

– Bo jest to wspaniały sport. Uprawiać go może każdy, nawet ludzie mniej sprawni, otyli i inni. Kto poznał jego smak, rozumie, że nie tylko o walkę tu chodzi. Taekwondo to przede wszystkim sport dla zdrowia.

– Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiał:
JANUSZ ZANTYR

Zdjęcie Andrzej KLIMEK

Taniec na szkle

Mistrzowie taekwondo ITF z Phenianu zachwycają wielkim kunsztem nie tylko w formach i walkach. W kilku pokazach, jakie zaprezentowali w Polsce, wzbudzili aplauz maestrią przypominającą sztuki cyrkowe.

Zdjęcia: ANDRZEJ KLIMEK

Do niedawna dalekowschodnie sztuki walki były nam całkiem obce, a jednak przez ostatnich kilkanaście lat zadomowiły się w polskim sporcie i dzisiaj wywierają poważny wpływ na inne dziedziny życia zbiorowego.

Karate zamiast boksu

Ogólnie polski sport wygląda obecnie fatalnie. Zarówno jeśli chodzi o wyczyn jak i o masowość. Nie udało nam się wyszkolić wielu wybitnych wychowanków, a stan bazy i zaplecza jest coraz gorszy. Brakuje hal sportowych, basenów, sal gimnastycznych, większość stadionów wymaga renowacji. Stan zdrowia społeczeństwa, którego przeciętny obywatel nie zajmuje się sportem i czynną rekreacją, stale się pogarsza. Zimne sale, brudne szalnie, brak pryszniców – to czynniki dodatkowo nie zachęcające do uprawiania sportu. Jak wynika z badań dziewczęta są obojętnie nastawione wobec wychowania fizycznego. Chłopcy przeważnie coś ćwiczą, lecz ich romans ze sportem jest zwykle krótki.

Wiele dyskutuje się o polskiej młodzieży. Przeważają opinie, że jest ona apatyczna, pozbawiona ambicji, skłonna do narkomanii – alkoholizmu, że brak jej wreszcie pozytywnych ideałów i wartości. Trudno w tej sytuacji wyobrazić sobie czterdziestu ludzi, którzy stoją na kościach przez 1,5 godziny, przyjmują bez słowa kopnięcia, którymi karze ich trener, dojeżdżają 2 godziny w jedną stronę na trening, a do tego płacą za całą tę przyjemność 900 zł miesięcznie. Jest to swoisty fenomen sztuk walki, gdyż wszystkie te poświęcenia i wyrzeczenia płyną z pobudek głębszych niż chęć zabezpieczenia się przed napaściami czy nawet sukcesów w zawodach.

Wschodnie sztuki walki przejęły w dużej mierze rolę boks w polskim sporcie. W okresie powojennym boks był jednym z naszych sportów narodowych. Sukcesy na olimpiadach, mistrzostwach Europy stały w parze z bogatym zapleczem. Wielu młodych mężczyzn sprawdziło się wówczas, zakładając choć kilka razy rękawice i stając w ringu. Brak było jednak trwalszych podstaw w tym sposobie wychowania młodzieży. Gdy sukcesy międzynarodowe skończyły się, sekcje zaczęły podupadać, a wielu niedoświadczonych mistrzów wychodziło na ulicę po to, żeby pokazać jak umieją się bić. Dzisiaj wielu chłopców, którzy zaczęli od boks, przechodzi do karate. W 1972 r. powstała w Warszawie pierwsza sekcja shotokanu przy SGPIŚ-ie. W 74 r. odbyły się pierwsze turnieje, w 76 r. nieoficjalna reprezentacja Polski wyjechała na mistrzostwa Europy do Mediolanu. Do Polski zaczęły napływać filmy ze słynnym Bruce'em Lee, który szybko stał się idolem nastolatków. We wszystkich zakątkach kraju powstawały nowe sekcje, prowadzone czasem przez instruktorów przyjeżdżających z zachodniej Europy, Jugosławii, czy Korei Południowej, a czasem przez samorodnych naszych „mistrzów”, którzy narażali młodych ludzi na utratę zdrowia, a czasem nawet życia. Opowiadano mi jak wyglądały mistrzostwa zw. sekcji prywatnych: walczyło się dotąd, aż przeciwnik padł na matę. Najlepsi w tej krwawej walce byli potem ścigani przez wiele miesięcy, póki rachunki nie zostały wyrównane. W tej sytuacji trzeba było stworzyć ramy organizacyjne i oddzielić prawdziwych entuzjastów od niebezpiecznych fanatyków. W 79 r. powstała Centralna Komisja Karate przy Zarządzie Głównym TKKF, rok później Polski Związek Karate.

Sukcesy międzynarodowe, jakimi były zdobyte w połowie lat 80. tytuły mistrza świata w kick-boxie Piotra Siegoczyńskiego i Warka Piotrowskiego, mistrza świata w taekwondo Krzysztofa Pajewskiego, mistrza Eu-

ropy w karate-kyokushin Marka Drożdżewskiego i Włodzimierza Roja – przyczyniły się do znacznego wzrostu popularności sztuk walki Wschodu w naszym kraju.

Katolik czy buddysta?

Ideologia w sztukach walki jest starsza od samej walki, stale się z samą walką przeplata i uzupełnia. Legendarnym prekursorem najstarszej szkoły kung-fu był tajemniczy mnich Bodhidharma, który w V w. n.e. przybył do klasztoru Shaolin (Młody Las). Po trwającej 9 lat medytacji, stwierdził, że „kiedy Twoja psychi-



Zdjęcie ADAM HAYDER

ka będzie taka, jak znajdująca się przed Tobą ściana, wtedy będziesz mógł wkroczyć na drogę”.

Droga to po japońsku „Do”. Stąd to słowo stało się składnikiem nazw różnych stylów karate-kyon-do, do-shinkan, Wa-do-ryu.

Twórca współczesnego karate Gichan Funokoshi w jednym ze swych wierszy napisał: „Jak gładka powierzchnia odbija wszystko, co znajduje się przed nią, jak cicha dolina wzmacnia najłabsze dźwięki, tak STUDIJĄCY karate musi wyrzucić ze swego umysłu wszelkie zło, by móc reagować na wszystko, co znajduje się przed nim”. Zestaw reguł o-

bowiązujący we wszystkich stylach, opracował twórca ju-jitsu, dr Jigari Kano. Zdobywca drugiego miejsca w ostatniej Olimpiadzie Wiedzy o Kulturze Dalekiego Wschodu powiedział: „Aspekt sportowy w sztuce walki ma duże znaczenie, istotniejsza jest jednak samorealizacja człowieka... Trenuję od wielu lat. Byłem prowokowany do użycia siły wielokrotnie. Nigdy ze swych umiejętności nie skorzystałem. Nie pozwalają mi na to zasady przysięgi Do Jo: „Nie będę stosował i rozpowszechniał sztuki karate poza Do Jo”.

Teoretyczna podbudowa sztuk walki przesiąknięta była i jest pierwiastkami buddyzmu.

W naszej kulturze, która od tysiąca lat jest chrześcijańska, trudno by wpływ innej doktryny religijno-filozoficznej nie burzył zastanego systemu wartości. Instruktor stylu tai-chi, Dymitr Czarnocki stwierdził, że jeśli i trener i uczeń są katolikami, to zrozumieć specyfikę stylu nie sposób. Kontemplacja, wyjście poza własny, słaby byt, może jednak uczyć młodych ludzi zdolności koncentracji, a gdy

nie jest jeszcze celem samym w sobie, nie musi odwracać ich od wiary i powodować konfliktu wewnętrznego. Buddyści zen, których ośrodek powstał ostatnio w Falenicy, w momencie pełnego skupienia, koncentrują się na „wieczystej pustce”, swym własnym cielem, lub – zupełnie jak w kung-fu punkcie energii życiowej „tian-tien”. Tyle że w kung-fu nagromadzoną energię zużywa się do ćwiczeń, walka poza salą jest najsurowiej zakazana.

Słowo „kung-fu” to doskonałość, perfekcja. Trening sztuk walki rodzi chęć dorównania najlepszym nie tylko w sporcie. Pełni on

Dmuch Czasu

dużą rolę w socjalizacji, długofalowym wychowaniu młodzieży. Kształtuje takie cechy jak: karność, nieustępliwość, sprawność i szybkość działania, odporność na przeciwności losowe, pozwala pokonać własną słabość i rozładować agresję. Ogólnie znana jest reguła, że im dłużej ktoś ćwiczy, tym więcej widzi swych braków, tym bardziej jest świadomy jak wielka praca go jeszcze czeka w drodze do mistrzostwa.

Budka z piwem

Kto może ćwiczyć karate czy kung-fu? Wszyscy! Syn Bruce'a Lee pokazywał pierwsze techniki, gdy tylko nauczył się chodzić. Wielu mistrzów uchodzi za niepokonyanych mimo siedmiu krzyżyków na karku (Funokoshi na kilka dni przed śmiercią stwierdził, że dopiero teraz zrozumiał na czym polega cios prosty).

Wpływ sztuki walki na ogólną sprawność młodzieży nie zawsze jest pozytywny. Na treningach kładzie się nacisk głównie na gibkość i siłę wytrzymałościową. Zwłaszcza u ludzi cięższych powoduje to przeciążenia w stawach, przemieszczenia w nogach i kontuzje. Zawodnicy początkujący często narażeni są na naderwania ścięgien, w związku z nieprawidłowo prowadzoną rozgrzewką. Przy powtarzanych setki razy pompkach pracują tylko niektóre mięśnie i równowagę trzeba ćwiczeniami ze sztangą, by nie zdeformować swej sylwetki. Ludzie wspaniale rozciągnięci, wykonujący obrotowe kopnięcia z wysokości, niejednokrotnie na boisku do siatkówki czy piłki nożnej nie potrafili trafić w piłkę!

Sztuki walki nie mogą więc być podstawą i nie stanowią dobrego przygotowania do innych sportów. To na podkładzie gimnastyki, lekkoatletyki i innych dyscyplin podstawowych należy rozpoczynać trening specjalistyczny. W Polsce, niestety, karatecy często bywają zmuszeni do wykonywania technik, których wcale nie są przygotowani, a to powoduje kontuzje i błędy techniczne, których trudno się potem oduczyć.

Gdy prześledzimy relacje z różnych krajowych zawodów mistrzowskich – prawie zawsze na czołowych miejscach widnieją zespoły studenckie. Odzwierciedla to rolę spełnianą przez te ośrodki we wszystkich większych miastach. Duża część ćwiczących sztuki walki to studenci, a instruktorzy to w większości ludzie z dyplomami wyższych uczelni. Zdarza się również, że do karate trafiają młodzieńcy nie ze szkoły czy uczelni lecz spod budki piwem, a nawet z więzienia. Ludzie z marginesu społecznego zwykle szybko rezygnują, znając prostsze metody nauki bicia się, lecz czasem karate prostuje ich ścieżki i pozwala zaadaptować się do normalnego życia w społeczeństwie (przykład stanowi mistrz Polski shotokanu w kategorii open z 86 r.). Każda grupa treningowa stanowi przez parę godzin w tygodniu jedną wielką rodzinę.

Istotnym problemem są losy odchodzących z sekcji, rzucających systematyczny trening. Przytoczę tu wypowiedź jednego z instruktorów kick-boxu: – „Kick-boxing bardzo dobrze robi młodym ludziom tak pod względem fizycznym, jak psychicznym. Aby ćwiczyć dojeżdżają nieraz z bardzo daleka. Szkoda tylko, że wielu rezygnuje po 1–2 miesiącach. Nie wytrzymują ciężkich treningów.”

Inny z moich rozmówców, na pytanie „co ćwiczysz?” odparł z rozbijającym uśmiechem: – Kiedyś trunami, obecnie chuliganek.

Podjęcie treningu, a potem raptowne przewartościowanie powoduje, że nowo nagromadzona energia nie zostaje wyładowana. Często więc młodzi ludzie wyładowują ją w burdach, bójkach ulicznych, czasem nawet napadach w celach rabunkowych. Oczywiście bardziej niebezpieczni są ci, którzy zerwali ze sportem po roku lub dwóch latach treningu. Trzeba tu jednak podkreślić, że przez ostatnie pięć lat w przestępstwach zamieszanych było jedynie 50 osób mających styczność z karate! Niektórzy znajdują jako antidotum dla swego organizmu inne sporty (wielu byłych karatek uprawia kulturystykę), choć tam wszystkie zasady ideowe przestają obowiązywać i

nic nie stoi na przeszkodzie, by poza salą demonstrować swą siłę.

Inny problem to dziewczęta, które zdecydowały się ćwiczyć „męski sport”. Bardzo trudno w tym temacie o ogólne wnioski. Większość dziewcząt, przynajmniej na początku ćwiczeń, jest przytłumiona i może to negatywnie wpłynąć na osobowość i temperament. Są jednak takie, jak Linda, bohaterka węgierskiego serialu emitowanego w naszej telewizji. Mówi jedna z zawodniczek: „Nie spotkałam się z tym, żeby ktoś zmuszał dziewczęta do robienia pompek na kościach. A miałam już kilku trenerów. Niektórzy na dziewczyny nie zwracają wcale uwagi – jak już musi być na treningu, to niech robi co chce”.

Jakie są przyczyny, że młodzież tak chętnie ćwiczy walki wschodnie. Oto kilka wypowiedzi:

„Przekora. Wszyscy w tym czasie zapisywali się na karate. Chodzi tu o wyrobienie opanowania i spokoju wewnętrznego oraz siły zewnętrznej. Gdy czujesz się pewnie, zawsze w trudnych chwilach umiesz zachować zimną krew”.

„Namówił mnie kolega. Byłem gnębiony w szkole i chciałem uwolnić się od prześladowców. A potem okazało się, że w karate obrona nie jest najważniejsza. To fantastyczna przygoda”.

„Trafiłem do tego sportu za namową przyjaciela. W liceum chciano zorganizować sekcję judo, ale nie było mat. Zorganizowano więc karate. Teraz dostałem się na Uniwersytet, mam już 7 kuy, na treningi chodzę głównie po to, by zaliczyć w”.

Ta ostatnia motywacja ma dość kruche podłoże. Ci, którzy po dwudziestce złapią bakcyli karate pod wpływem niechęci do zwykłego wf, czy pływania, przeżywają często gorzkie rozczarowanie. Spośród obserwowanych przeze mnie studentów medycyny jedni robili wszystko, by ćwiczyć raz w tygodniu na zaliczenie, a inni jechali przez całą Warszawę, by uczestniczyć w dodatkowych zajęciach. I tylko ci ostatni czynili postępy.

Strach przed karateką

Stosunek przeciętnego obywatela do wysokich i niskich kopnięć uległ w ostatnich latach dużym przeobrażeniom. „Akcje opryszków starających się na ulicy powtórzyć ruchy Bruce'a Lee, podpatrywane w kinie – rozdzielił przeświadczenie, że w salach treningowych produkuje się bandytów”. Ludzie w kinomach wywoływali reakcje strachu, zdziwienia, totalnej negacji. Często próbowano ich po prostu ośmieszyć. Można jeszcze zrozumieć, gdy tak reagowali ludzie obojętni lub wrogo nastawieni wobec sportu. Ale Sportowiec Roku, kanadyjczyk Marek Dopierała, tak bardzo przestraszył się, gdy jego kilkunastu syn wprost do kamery TV oświadczył, że będzie „karacisłą”. Często młodzi karatecy atakowani byli na ulicy przez grupy chuliganów, którzy sprawdzali „czy ich dobrze ucza”. W Prudniku jeszcze niedawno sam dyrektor szkoły zrywał plakaty z ogłoszeniami o naborze do sekcji karate, a dziś pomaga w jej rozwoju i tworzy wspaniały klimat dla tej dyscypliny, który zaowocował już drużynowym mistrzostwem Polski. Inni dyrektorzy szkół, w których wynajmowane są sale pozostali bardziej nieugięci widząc w karatekach źródło zniszczeń i nieporządków, tak jakby siatkarsze, czy piłkarsze ręczne nie rozbijali szyb w oknach i drabinek.

Tysiące osób ćwiczących w ostatnim okresie karate również musiały wpłynąć na świadomość szerokiego kręgu społeczeństwa. Wielu ludzi zrozumiało, że sporty i sztuki walk dalekowschodnich są wspaniałym lekarstwem na zagrożenia współczesnej cywilizacji, alkoholizm, nikotynizm, narkomanie i dają młodym ludziom szansę godziwego wypełnienia wolnego czasu, szansę wspaniałej przygody, sukcesu, zwiedzenia świata. Coraz więcej jest mecenasów sztuk walki, propagujących je na każdym kroku, podkreślających ich walory, zachęcających młodzież do ćwiczeń. Są to prawdziwi ludzie sportu, otwarci na nowe rozwiązania, idący z duchem czasu.

BARTŁOMIEJ KOTOWSKI

● AIKIDO ●



Autor artykułu podczas zajęć.

Dziesiątka

W 1978 roku przy szczecińskim ognisku TKKF „Gryfia” powstał z mojej inicjatywy nowy Ośrodek Metodyki Aikido.

Ognisko zapewniło nam stałą opiekę i udostępniło pomieszczenia w Zespole Zawodowych Szczecińskiej Stoczni Remontowej. Mogliśmy tam korzystać m.in. z powierzchni 64 m². Od samego początku zajęliśmy się szkoleniem aikidoków ze S. na, a także z innych miast. W tym pierwszym, pionierskim okresie wyjątkowo dużym zaangażowaniem wykazywali się Leszek Szot, Jerzy Woźniak i Krzysztof Nader, którzy posłużyli z wszechstronną pomocą. Już latem 1978 r. zorganizowaliśmy pierwszy obóz dla zainteresowanych sztuką aikido. Kilka miesięcy później rozpoczęliśmy tzw. działalność w. polegającą na stałych dodatkowych zajęciach. W ten sposób zrodził się system aikido – najpierw dla Szczecina, później dla osób z pozostałych miejscowości.

Zadaniem SOMA było i jest wypracowanie najsukurszych metod szkolenia. Stał się z porad przyjeżdżających do Szczecina instruktorów zagranicznych, od których staraliśmy się jak najwięcej nauczyć. Postanowiliśmy wzorem innych krajów, wpro- Dyplom Stażysty Aikido i tym sposobem zmobilizować wszystkich ćwiczących do u- szenia swego poziomu. Z czasem zostały wprowadzone obozy stażysty aikido, ci się ogromnym powodzeniem. Zgodnie z uchwałą ogólnopolskiego zjazdu kręgu ins- rów aikido SOMA został Centralnym Dojo Aikido w Polsce, czyli główną salą ćwicze- samym stał się ośrodkiem wzorcowym.

Przez pewien czas, a dokładnie przez 15 miesięcy wydawaliśmy 600 egzemplarzy letynu „Echo”. Ośrodek nasz pomagał w zdobyciu wiedzy i podniesieniu umiejętności ponad stu polskim instruktorom. Zdarzały się jednak i okresy trudne. Do takich z- trzeba rok 1983, gdy wskutek intensywnej eksploatacji zniszczona została mata (ceń). Dzięki jednak pomocy osób ze stoczni, zwłaszcza Kazimierza Bończaka, wz- liśmy się o nową matę o powierzchni 128 m². Z czasem do tradycji weszły organiz- przez SOMA pokazy. Możemy się także pochwalić kontaktami z aikidokami w E- USA, Tajwanie i Japonii. Ten ostatni kraj jest dla nas szczególnie ważny bowiem ta- duje się Kwatera Główna Aikido słynne Hombu Dojo, gdzie nauczał założyciel O- Morihei Ueshiba. Efektem współpracy z kwaterą główną jest m.in. nawiązanie kont- jej delegatem na kraje skandynawskie, Toshikazu Ichimura posiadającym 6 dan. Ti- nie gościł on w Polsce. Po latach współpracy z kwaterą główną SOMA otrzymał o- świadectwo, uznające ruch aikido w Polsce.

Nasi aikidocy wyjeżdżali na staże zagraniczne prowadzone przez japońskich nau- li. Byliśmy obecni na matach Szwecji, Finlandii, Jugosławii, Szwajcarii, RFN i Hol- kolei naszymi gośćmi byli aikidocy z Danii, Szwecji, RFN, Szwajcarii, Francji, Ru- ZSRR. Osobiście miałem przyjemność prowadzić zajęcia z zachodnioniemieckimi- kami w Bonn i Lohmar.

Dziś ośrodek skupia 120 aikidoków trenujących w czterech grupach. Instruktor- Janusz Kogut, Bogusław Strachowski i niżej podpisany. Posiadamy stopnie potwie- przez kwaterą główną w Tokio. Urszula Kokowska, Zenon Kokowski i Bogusław Str- ki 1 dan, natomiast autor tego tekstu – 2 dan. Nie sposób w krótkim tekście zapreze- informacje, przedstawić się w całej okazałości, powiedzieć o wszystkich działaniach- nych dziesięciu lat.

Właśnie już dziesięć lat istniejemy dzięki życzliwości mnóstwa ludzi. Mam nadz- wielu sprawiliśmy radość.

MARIAN OS

Sami o sobie

Kącik szkoleniowy
pod redakcją WALDEMARA SIKORSKIEGO



1



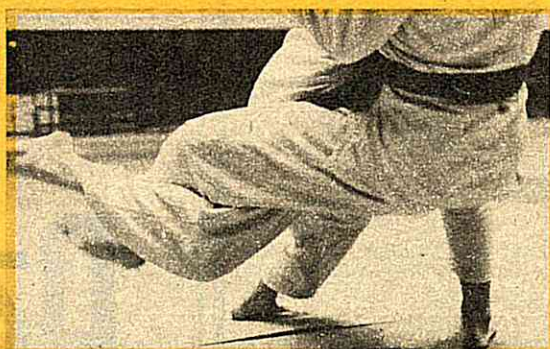
2



3



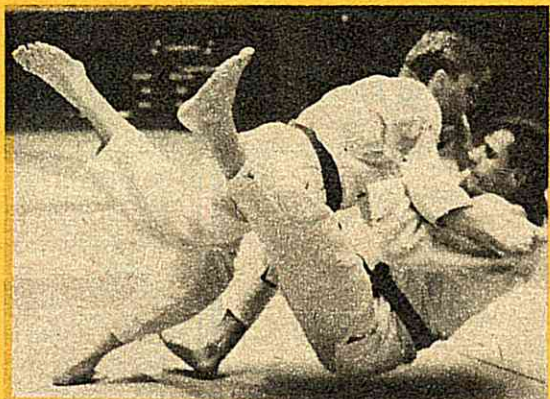
4



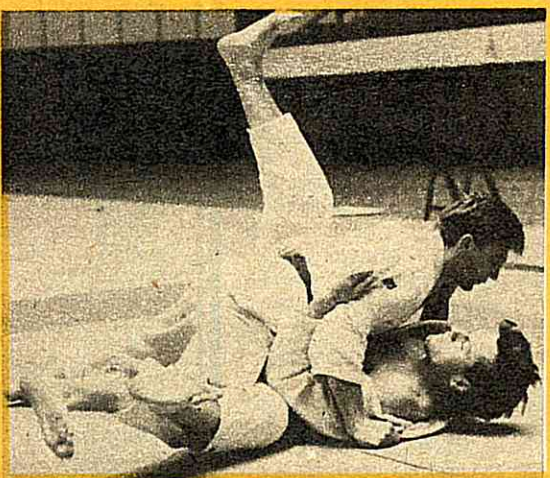
5



6



7



8

Zdjęcia:
GRZEGORZ SAJDAK

Jedną z najbardziej skutecznych technik nożnych O-UCHI-GARI demonstruje złoty medalista mistrzostw Europy z 1987 r. Wiesław Błach. W roli uke występuje brązowy medalista Mistrzostw Świata z 1987 roku Waldemar Legień. O-uchi-gari jest techniką bardzo skuteczną, wymaga jednak bardzo dobrej koordynacji ruchowej i technicznego zaawansowania. Szczególnie jest lubiany przez zawodników ruchliwych na tatami, do których należy właśnie W. Błach. W nowoczesnym judo rzut jest często stosowany w walce w połączeniu z innymi technikami wykonywanymi zarówno do przodu jak też do tyłu.

1. Właściwy uchwyt za judogi rękami, lekko ugięte nogi w kolanach to pozycja wyjściowa tego rzutu.
2. Prawidłowe wejście nogami oraz silna praca rąk, szczególnie prawej ręki w kierunku w tył, w dół, w prawo decydują o powodzeniu ataku.
3. Głęboki atak prawą nogą od wewnątrz nóg uke i silna praca rąk, a także atak całym ciałem szczególnie zaś biodrami tułowia uke, powodują jego utratę równowagi do tyłu i dają możliwość skutecznego jego kontynuowania.
4. Zagarnięcie nogi przeciwnika, atak ciałem i właściwy kierunek pracy prawej ręki powodują całkowitą utratę równowagi przeciwnika.
5. Atakujący nadal mocno pcha prawą ręką do tyłu i zagarnia lewą nogą uke. W tej fazie rzutu tułów tori zmienia kierunek bardziej w prawo, co uniemożliwia uke obronę przed upadkiem na plecy.
6. Atakowanie nogi uke winno być po dużym łuku od wewnątrz w

okolicach podudzia i kolana. Bardzo ważnym momentem jest właściwy kierunek zagarnięcia nogi uke: w przód w prawo, aby „rozciągnąć” uke. Lewa noga tori mocno ugięta w kolanie zapewnia utrzymanie własnej równowagi.

7. Końcowy moment ataku. Tori po zagarnięciu nogi uke nadal silnie naciska rękami na tułów uke. Siła pracy rąk poparta jest pracą tułowia, co powoduje, iż rzut jest skuteczny i dynamiczny.
8. Upadek przeciwnika na plecy kontrolowany jest do końca zarówno rękami jak też i tułowiem. Umożliwia to uke obronę, a tori pozwala na bardzo skuteczne zakończenie ataku.

12 września reprezentacja polskich olimpijczyków-judoków udała się do Seulu. Ryszard Zieniawa pojechał prowadzić do boju Ireneusza Klejdę, Janusza Pawłowskiego, Wiesława Błacha, Waldemara Legienia, Jacka Beutlera i Andrzeja Basika.

Właśnie wtedy wypadł termin zlania do drukarni numeru „Budo”. Siłą rzeczy nie możemy w nim opublikować wieści i ceny wydarzeń na macie seulskiej z Changchung. Uczynimy to obszernie w następnym wydaniu „Budo”, które ukaże się połowie listopada. Cóż więc teraz?

Sądzę, że – niezależnie od wyników Seulu – należy porozmyślać nad kondycją całego środowiska. Na przełomie roku zbierze się w stolicy kolejny sprawozdawczo-walczący Kongres tej organizacji. Jestem pewien, że będzie on poprzedzony wnikliwą, burzliwą także, dyskusją oraz analizą tego co działo się przy ulicy Sienkiewicza przez ostatnie cztery sezony. Jeśli ten głos będzie choć w małym stopniu pomocny to spełni aż nadto swoje zadanie...

Polski Związek Judo nie jest organizacją nym potentatem. Nie ma w swych kartotekach dziesiątków tysięcy czynnych zawodników, nie jest pupilem sportowej władzy. Jec nocześnie jest w sytuacji szczególnej. Dysponuje w centrall i w terenie bardzo zwartą grupą działaczy, którzy mają tę przewagę nad innymi, iż autentycznie znają i cenią tak trudny sport jakim jest właśnie judo. Zwartą i ustabilizowaną jest także kadra szkoleniowców pracujących w tak połączonych ośrodkach jak Wrocław, czy Gdańsk, czy w nieco „egzotycznych” klubach w Hajnówce lub Bobolcach. Dlatego niezrozumiała jest dość dziwna atmosfera jaka zapanowała w końcówce olimpijskiego sezonu. Przypomnijmy, że na przełomie kwietnia i maja miał miejsce tak zwany „bunt celniwski”, gdy część kadrowców miała zastrzeżenia do sposobu przeprowadzania zgrupowań centralnych przez trenera Ryszarda Zieniawę. Po bliższym zbadaniu okoliczności, i rozmowach wyjaśniających z udziałem wyższych urzędników KMiKF, okazało się, że właściwie nic się nie stało, a szum wzniecono niepotrzebnie PZJudo, a konkretnie ludzie nim bezpośrednio kierujący, zajęli w tych okolicznościach postawę dość osobliwą. Użyto bardzo grubych armat dla nadania „buntowi” ważnego znaczenia, a jednocześnie nie uczyniono nic aby całość została rozwiązana tylko i wyłacznie w środowiskowym sosie. Oczywiście pisanie o kadencji zarządu, to także pisanie o szefie kadry Ryszardzie Zieniawie. Na temat korespondencji krążącej na linii trener olimpijczyków – PZJudo można pisać rozprawy: epistolografii, zaś jakieś totalne niezrozumienie nie jednej strony przez drugą miało w sobie coś z bardzo szyderczego Mrożka. W ogóle temat „Zieniawa” był przez długi okres kadencji jedynym walkowanym do znudzenia ciągle z nowymi szczegółami. Argumenty na „nie” obie strony przedkładały i często i chętnie. Kiedy po mistrzostwach Europy w Pampelunie i krajowym championacie w Olsztynie nie nastąpiła prawdziwie olimpijska mobilizacja, i zrozumienie wspólnoty celów, już mieliśmy nową sprawę. Tym razem „sprawę Janiszewskiego”.

Pisałem o tym szczegółowo w numerze 35 „Sportowca” i mniejsza po raz kolejny o przypominanie faktów. Faktem było tylko to, iż wśród trenerów kadry (Zieniawa, Skubis Rzepkiewicz, Dodzian) i wewnątrz elementarnej działającej Rady Trenerów nastąpił diabelski wręcz kociokwitek, którego rezultaty szybko poznała opinia publiczna. Po co i dla-

czego? Zarządowi, używam liczby mnogiej, chociaż jak w każdym ciele społecznym są w nim osoby wiodące i statysty, znowu nie starczyło sił na rozwikłanie wszystkich okoliczności sprawy, wyjaśnienie mechanizmów jakie spowodowały kontrowersyjny wyjazd, było nie było, wiceprezesa i szefa szkolenia na dwa miesiące przed imprezą na jaką czekaliśmy dwanaście lat. Znowu okazało się, że brak w PZJudo mechanizmów, którymi powinny rządzić się takie przypadki, a i z jawnością niektórych poczynąń było nie najlepszej. To bardzo przykre, a świadczy raczej głównie o braku wzajemnego zaufania.

Są przecież statutowe uprawnienia związku i zarządu, są regulaminy pracy Rady Trenerów. Piękne sformułowania pozostające głównie na papierze. W przypadku transferów zagranicznych (a w judo nie ma ich wiele) powinny szczególnie być przestrzegane zasady jawności, respektowania opinii środowiska, może wprowadzenie wielokrotnie proponowanej „listy rankingowej” szkoleniowców, którzy zasługują na wyjazd i w danym momencie z różnych przyczyn mogą wyjechać bez szkody dla polskiego judo. Natomiast sierpniowe krzyki na temat Ryszarda Janiszewskiego przesłoniły w publikacjach cel nadrzędny, czyli problemy naszej szóstki na Seul. Zresztą Janiszewski nie uciekł, a wyjechał za pośrednictwem COS i KMiKF, czyli odpowiednie papiery były podpisane przez odpowiednich ludzi. Przewiny zaś leżą w sferze nie tyle formalnej, co moralnej i o tym można dyskutować...

Przy okazji wyjazdu szefa wyszkolenia powstały inne wątpliwości. Kto ewentualnie zajmie jego miejsce, kto był w rezerwie, bo chyba nie jeden z kandydatów, który na wstępnej rozmowie jako punkt, od którego można począć jakiegokolwiek przymiarki przedstawia warunek otrzymania mieszkania w Warszawie. Już przed Seulem wiele mówiło się, co potem z obsadą trenerską kadr narodo-

wych. Kto będzie, ewentualnie, po Zieniawie i Skubisie, czy Rzepkiewicz dożyje emerytury jako trener juniorów, co z pożytkiem dla polskiego judo miałoby robić Zieniawa i Skubis jeśli nie byłiby już odpowiedzialni za przygotowanie do Barcelony? Po co trzeba było wysłuchiwać żalów właśnie Skubisa pominiętego w składzie na Seul, podczas gdy ekipa jedzie tylko z jednym szkoleniowcem. Te pytania drażniły związek z końcem lata, a wszystkie są wykładnikiem czegoś innego.

Na wstępie pisałem, iż pozycja judo, mimo pozorów, u sportowych decydentów nie jest tą najsilniejszą, chociaż przez ostatnie sezony to właśnie judo przysporzyło nam wiele laurów. Uwidocznili się to w samym zatwierdzeniu składu na igrzyska (II trener, masażysta Jadrusiak). Mam również wrażenie, że samo judo nie jest należycie eksponowane w publikacjach (nie o „afery” chodzi, ale o sportową stronę jego dyscypliny). O to, że radio i TV widzi judo gdzieś na marginesie swojej działalności, a związkowi propagandyści robią zbyt mało, aby to zmienić i sprzedawać sukcesy. Przykładem zupełnie nie

zdyskontowane sukcesy na paryskich mistrzostwach Europy w 1987 roku, bo przecież mało jest narodowych ekip, które wracają z takich imprez z 8 medalami.

Mam również wrażenie, że nie było pełnej współpracy pomiędzy biurem związku, a trenerami kadry. W biurze słyszałem, iż uczyniono wszystko co trzeba było uczynić w olimpijskich przygotowaniach. Trenerzy z kolei podkreślali, iż o każdą sprawę, która wynikała *ad hoc* musieli walczyć sami, co odrywało ich od warsztatu... Od trenerów słyszało się także, że upada klubowa dyscyplina, na obowiązujące w kalendarzu ważne zawody absencja wyznaczonych sięga 30 procent i tak dalej.

Przykre w tym wszystkim jest to, że zważając na to, że ludzie pracujący ze sobą od lat, znający się bardzo dobrze, znający się również dobrze na judo i jego zawiłościach.

Takie stosunki nie mogą wpływać dobrze na tych, którzy stanowią istotę związku, czyli zawodników. To nieprawda, że większość z nich cechuje całkowity tumiwizm i oglądanie się tylko za własnymi sprawami. Nieopie-

rzony junior, jeśli tylko dostanie się w ort kadry, już wie kto z kim trzyma w centli jakie są układy i wzajemne zależności.

Oczywiście przegląd związkowych protokołów nie może być utrzymany w kolorze tła do ciemnym. Przez całe czterolecie mas na się kręciła, imprezy odbywały się zgodz z kalendarzem, byliśmy w świecie wszędzie tam (mistrzostwa, Kodokan, Fukuoka, Colorado Springs) gdzie nas zapraszano i go powinniśmy być. W EJU nadal trwa i to brze Kazimierz Jaremczak, innym nie udało się podchodzić do IJF. Nie udało się polskiemu sędziemu delegować do Seulu, *wypaliły* z wrocławskie mistrzostwa Europy Juniorów Naukowe Sympozjum Judo. Nie wiem pomimo zachęt ministra Kwaśniewskiego zgłosiliśmy chęć organizacji poważnej, strzowskiej imprezy seniorów...

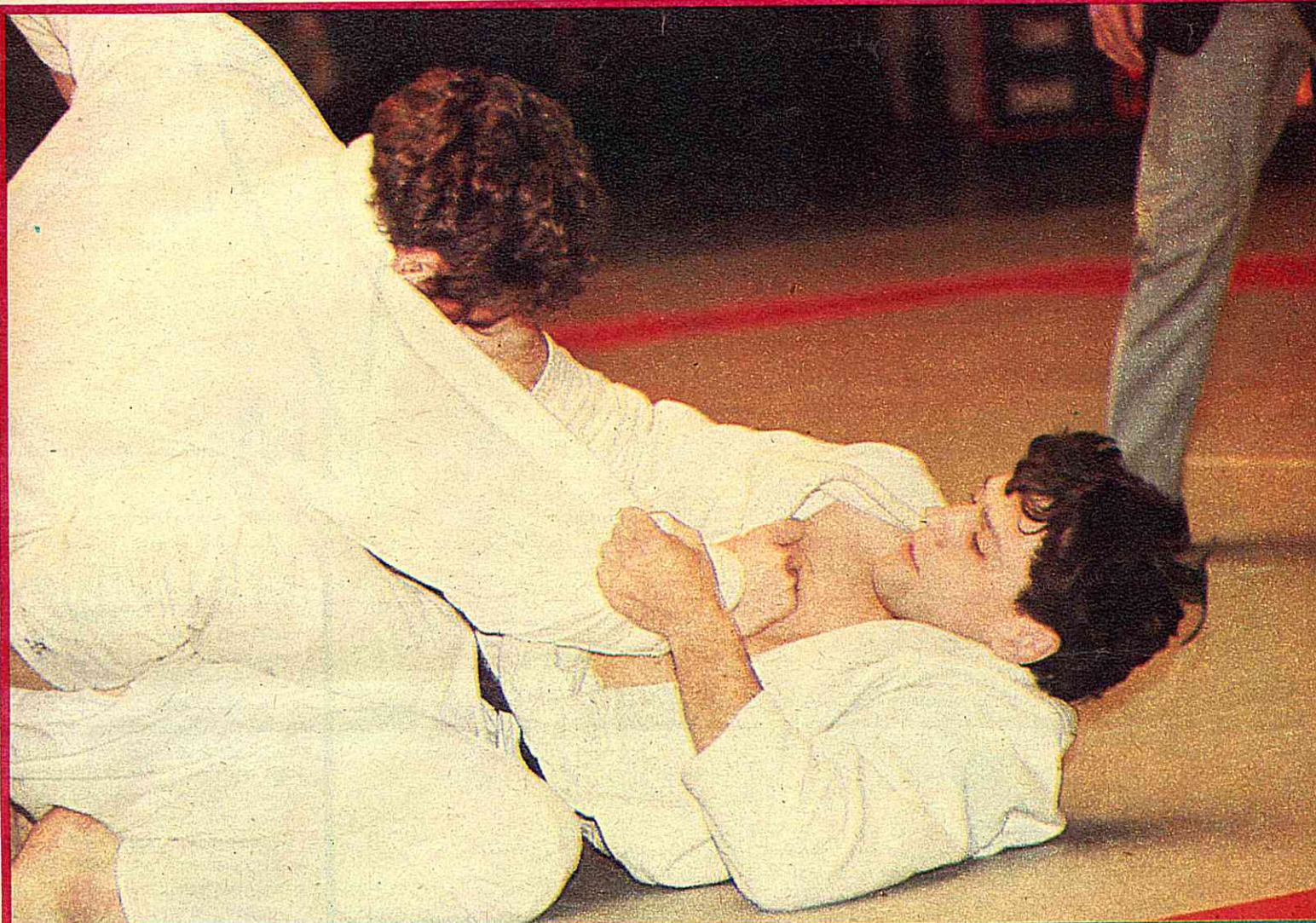
Wyrażone powyżej uwagi są jakby głosem całego, szczupłego zresztą, grona dziennikarzy piszących o judo i mających do sprzeczności stosunek nie tylko zawodowy, ale mocjonalny. My też wolimy pisać tylko „czystym” sporcie, nie o swarach i nieporozumieniach.

Po Kongresie będzie nowy zarząd, n plany (resort wymaga takich aż po rok 15 będzie potrzebne spojrzenie na szczególne stan masowości judo, jego popularyzacji, ziomu kadr trenerskich, ocenę sportową wodników, problemy judo kobiecego – i ciał podobno „judo jest jedno” – problem finansowe i sprzętowe. Spraw jest bez większości do rozwiązania. Potrzebny spr i wyjście z międzyludzkich utarczek w pierze.

JACEK KORCZAK-MLECZ

PS. Z ostatniej chwili! Wspaniałe olimpijskie występy Janusza Pawłowskiego i demara Legienia – wkrótce materiały z S – są najlepszym dowodem na to, kto rację w związkowych przepychankach...

Wyjście z parteru



Walki w parterze powinni toczyć raczej tylko zawodnicy...

DZIECI

Korespondencja z ZSRR

MAJAKOWSKI

Moskiewski rejon „Zacjepy” uważany był po wojnie za dzielnicę złodziei. Mieszkali tam „królowie noży”, oszuści, spekulanci bazarowi, kieszonkowcy. Kogo tam nie było... Rozboje, bijatyki na noże zdarzały się często. Kto nie chciał być upokorzony musiał czymś zaimponować.

W tym środowisku wypadło spędzić dzieciństwo **Tadeuszowi Kasjanowowi**. Ojciec zginął mu na wojnie, pieniędzy w domu brakowało. W wieku siedmiu lat Kasjanow musiał dorabiać. W dzieciństwie zdarzyło się jeszcze coś, co ukierunkowało go na całe przyszłe życie. Poważnie zachorował na gruźlicę, a ponieważ brakowało również lekarstw, babcia postanowiła leczyć małego Tadeusza ćwiczeniami fizycznymi. „Rąbał drwa prosto w pokoju” i tak szło...

Metoda babci sprawdziła się znakomicie. Jak on to teraz wspomina! Zachciało się żyć! Ten niebывały entuzjazm i radość życia skusiły go do uprawiania sportu. Na początku interesował się boksem. W 1947 roku na ekranach kin ZSRR wszedł pierwszy powojenny

film o bokserach „Pierwszy krok”. Wielu chłopców po obejrzeniu filmu zaczęło uprawiać boks. Jako bokser Kasjanow osiągnął bardzo dobre wyniki. W latach 1957–58 zajmował drugie miejsce w Moskwie. Ale uprawianie samego boksu nie wystarczało. Nie spalał całej energii, poszukiwał czegoś innego. Trafił do legendarnego sportowca, „ojca sambo” – słynnego, Anatolija Harlampiewa. Zaczął trenować sambo, zawiązał się i szybko został mistrzem również w tym sporcie. Harlampiew zastępował mu niemal ojca, pomagał, wychowywał, a przede wszystkim pilnował, aby przejął wszystko co najlepsze po mistrzu.

Ponieważ miał talent, szybko poszedł śladami mistrza i znów osiągnął co chciał, a potem poczuł pustkę, niedosyt. Zaczął się interesować innymi sportami walki jak judo, kendo, karate. W ten sposób zaczynało rodzić się to, co on teraz nazywa „systemem rukopasznowo boja”.

Kasjanow sam układa, tworzy, zestawia techniki walki. W tej pracy uważa się za kontynuatora sportów walki, twórcy sambo – Harlampiewa. System Kasjanowa to nic innego jak metoda walki wręcz podobna do karate, judo itp. Zaczernął on wiele elementów techniki z pojedynków, które używały w szkoleniu armie dalekowschodnie. Wraz, ze swoimi uczniami szuka coraz to nowych materiałów, odgrzebuje stare opisy walk. Czasem zapuszcza się w głąb Azji, w pobliżu wschodnich granic ZSRR odszukuje ludzi, tak zwanych „starików”, którzy pamiętają jeszcze tajemne reguły, niuanse dawnych walk wręcz.

„Nas interesuje wszystko – wyjawia swoje do Kasjanow – masaż, akupunktura. Nie tyle myślimy o mistrzostwie, co o dokładnym poznaniu tych sztuk.”

„Karate zaczęliśmy trenować – opowiada dalej – dokładnie 10 września 1969 roku. To oficjalny dzień otwarcia naszej szkoły. Ćwiczyliśmy do roku 1978. Trenowaliśmy w sali w samym centrum Moskwy na Placu Majakowskiego. Nazywano nas »rebiata z Majakowki«. Nasza szkoła rozwijała się, aż nagle zaszły nieprzewidziane wypadki...”

Moim nauczycielem był instruktor z Korei Południowej. Przyszedł do nas sam, z własnej woli pomagał, uczył. Mówił, że jeśli trzeba to on nas zawsze odszuka. Drugim moim nauczycielem był trener samoobrony narodowej reprezentacji ZSRR – Harlampiew. To właśnie on powierzył mi później obowiązki pierwszego trenera. Trzynastego listopada 1978 roku odbył się pierwszy wielki zjazd szkoły naszego rejonu. Karate rozwijało się już w ZSRR błyskawicznie. Rok później z ogromnym entuzjazmem utworzyliśmy Federację Karate w ZSRR. Taka była już potrzeba, w samej Moskwie trenowało wówczas karate półtora tysiąca osób. Ponad trzy tysiące zwolenników karate było już w Użgorodzie, Rydze. Na wspomnianym zjeździe powierzono mi funkcję trenera kadry ZSRR w karate. Zapowiadało się wspaniale. W 1979 roku zorganizowaliśmy pierwsze, otwarte, międzynarodowe mistrzostwa Moskwy. Z 22 moich zawodników 20 zdobyło medale. Wieść o naszych mistrzostwach rozniosła się daleko, przyjechali zawodnicy z Japonii, obecny był mistrz Huszi-taka, sekretarz WUKO, Hege-mud. W tym też roku zdobyliśmy w Tallinie 2 złote i 3 brązowe medale. Byliśmy już naprawdę dobrzy...

W 1986 roku lawina publikacji w prasie o naruszeniach porządku publicznego, rozbojach, spowodowała zawieszenie działalności naszej federacji karate. Zarzucano nam, że wyrządzamy wiele zła. Zarzucano, że mamy „lewe” dochody finansowe i tak dalej. Nie wykluczam, że zdarzyły się tego typu wypadki, ale były one sporadyczne. Wszędzie znajdują się ludzie nieuczciwi. Na nasze konto

zrzucono jednak wszystkie niezawinione grzechy. My tymczasem uczyliśmy, wychowywaliśmy młodzież według szczytnych idei tej sztuki walki. Zorganizowaliśmy turniej, z którego dochód w wysokości 1200 rubli przekazaliśmy na fundację „Dzieciom świata”, z własnych datków zebraliśmy około 350 rubli, które przekazaliśmy do podmoskiewskiego ośrodka dzieci niewidomych, głuchych. Robiliśmy to bez reklamy. Ale naganka w wykonaniu ludzi nie znających naszego sportu, nie znających nas i naszych zamiarów doprowadziła do decyzji najgorszych. Na całym świecie trenują obecnie karate, trenują w krajach socjalistycznych, a nam Ruskim – nie wolno” – mówi gorzko Kasjanow.

Mimo „pierestrojki” sytuacja karate w ZSRR jest obecnie niewyraźna. Wiosną tego roku, wydział filozofii Akademii Nauk ZSRR

wypowiedział się negatywnie na temat uprawiania karate w ZSRR motywując to sprawami kulturowymi. Bezprawne nauczanie karate uznawane jest za przestępstwo w rozumieniu kodeksu karnego. Zajęcia w zakresie karate mogą prowadzić tylko niektóre organizacje sportowe w pionie wojskowym i w federacji Dynamo. Kasjanow zgodnie z tymi aktami pracuje w zgodzie z prawem, ale się martwi. „Nie mamy już związku, sal, sprzętu. A co się stało z tysiącami ludzi, którzy trenowali?”

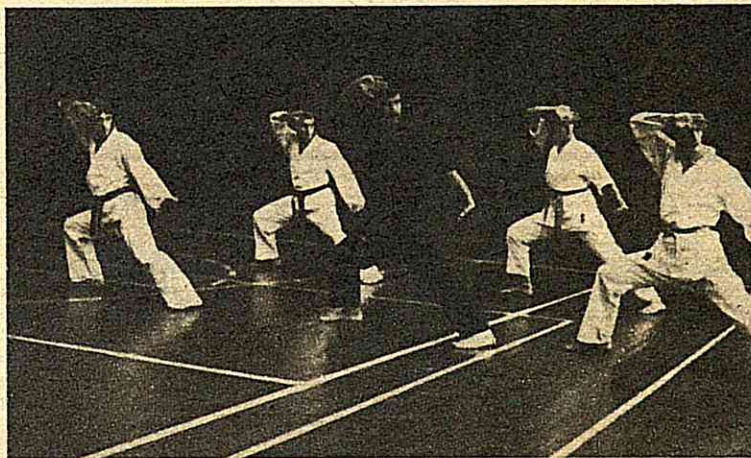
Zasady i kryteria naboru do sekcji karate sportowego były ściśle określone. Zanim kandydat na mistrza został przyjęty do sekcji, musiał uzyskać rekomendację miejskiego lub rejonowego Komsomołu, za zgodą miejscowych organów spraw wewnętrznych. Listę członków sekcji zatwierdzało biuro rejonowego albo miejskiego komitetu Komsomołu, a przed umieszczeniem na niej kandydat wypełniał ankietę i podpisywał zobowiązanie, że naukę spożytkuje tylko w celach sportowych. Mimo tak wielu wymagań formalnych, napływ młodzieży do sekcji wzrastał lawinowo. Przypuszcza się, że obecnie karate uprawia nadal w ZSRR ok. 280 tysięcy osób. Większość uprawia więc niezgodnie z prawem...

„No właśnie, w tym cały problem – uważa Kasjanow. – Wielu z nich nadal trenuje, grupy ćwiczących wymknęły się spod opieki i kon-

troli byłego związku. Ta „dzika” jak się uwodziła działalność powoduje, że niektóre, nieoczekiwane osoby rzeczywiście popadają w konflikt, naruszają porządek publiczny i rządzą karate bardzo złą »reklamę«. Co będzie? Kto nam, pragnącym poprzez karate kształtować szlachetne cechy charakteru, może?” – pyta Kasjanow.

W sierpniu tego roku w Akademii Nauk ZSRR odbyło się ponowne zebranie, w którym poruszono sprawę uprawiania karate w Kraju Rad. Wnioski dla ćwiczących są jednak optymistyczne. Polecono Kasjanow aby powołał tak zwane grupy eksperymentalne ćwiczących.

Codziennie rano o godzinie siódmej gr. Kasjanowa licząca około 80 osób ćwiczy wschodnie sztuki walki. Po południu do treningu. Większość ćwiczących to... kaskaderzy. Do maja tego roku, w ZSRR oficjalnie było zawodów kaskadera, mimo iż korzystał z ich usług w wielu filmach. Już w 1977 i Kasjanow zagrał w filmie pod tytułem „punkcie osobnej uwagi”, opowiadający o szkole komandosów. Później wystąpił „Wiecznym uderze”. Warto dodać, że scenariusz w obu filmach został napisany specjalnie dla Kasjanowa i jego grupy. Kolejny film z jego udziałem to „Piraci XX wieku” obraz bardziej kasowy w Związku Radzieckim



„Na całym świecie trenują...” Tadeusz Kasjanow, ze swoją grupą, w której ćwiczy ze Sonia Kasjanow.

Zdjęcia: ARCHIW

którym rolę bosmana gra Tadeusz. Obecnie wchodzi na ekrany kin „Akcja” również z jego udziałem.

Po oficjalnym uznaniu zawodu, Kasjanow powołał w Moskwie studio filmowe „Kaskader”, którego jest szefem. W jego planie między innymi otworzyć szkołę kaskaderów.

Kaskaderzy, jak wspominałem, przeważają w karateckiej grupie Kasjanowa, ale są w niej również studenci i przedstawiciele innej profesji. W grupie ludzi w kimonach można zauważyć również jedną kobietę. To Sonia Kasjanow, córka Tadeusza – jedyna kobieta będąca instruktorem karate w ZSRR. Ciekawie o sporcie tym mało się tutaj pisze, w naszym kraju można spotkać notatkę o karate. Nie jest również dostępna literatura o wschodnich sztukach walki.

„Już niedługo – powiedział Kasjanow – karate będzie prawdopodobnie dyscypliną olimpijską. Może dopiero wtedy zechcą nam pomóc. Wierzę, że i my pojedziemy na olimpiadę po medale...”

CEZARY MATY

Autor artykułu jest posiadaczem 3. stopnia w karate. Należał do grona prekursorów dyscypliny w Polsce. Obecnie współpracuje z Tadeuszem Kasjanowem.

BENNY URQUIDEZ

DOKOŃCZENIE ZE STR. 24

kan, co oznacza styl życia. Uzupełniał w nim tradycyjne karate o elementy profesjonalnego boks, który zaczął praktykować z późniejszym mistrzem świata zawodowców, Bobem Chaconem. Nie wiele brakowało, a sam Urquidez rozpocząłby karierę bokserką. Aż nadszedł rok 1973...

W tym roku Hawajczyk Tommy Lee zorganizował dla amerykańskiej sieci telewizyjnej turniej walk „Toughman Contest” emitowany w programie „The World Series Of Martial Arts”, który oglądany był niemal we wszystkich domach w Stanach Zjednoczonych. Chodziło o zetknięcie ze sobą największych i najtwardszych zawodników świata reprezentujących sporty walki. Nie było żadnych reguł, a jedyną drogą do zwycięstwa był nokaut. Cel uświelał środki...

Z całego świata zjechali bokserzy, zapaśnicy, kick bokserzy, karatecy, reprezentanci boksu syjamskiego, wreszcie zwykli uliczni zakapiorzy. „Odrzutowiec” o wroście 168 centymetrów i 68 kilogramach wagi był wśród nich najmniejszy. Po pierwszym dniu bezpodonowych zmaganiach zostało już tylko dziesięciu prawdziwych gladiatorów. Benny rozkładał kolejnych przeciwników i po zwycięstwie w półfinale nad Billy Wallace’em, późniejszym Superfoot, znalazł się nieoczekiwanie w finale. Jego przeciwnik, mierzący 190 centymetrów i ważący nieco powyżej 110 kilogramów, profesjonalny zapaśnik z Hawajów, Dan Goodson, wyglądał przy nim jak niedźwiedź. Benny zdawał sobie sprawę, że zwyciężyć może tylko szybkością i sprytem. Nie wważając na ciosy, szedł cały czas do przodu, jak dzikie zwierzę, które krwawi i zasypywał przeciwnika seriami kopnięć i uderzeń. Miliony Amerykanów śledzących pojedynek przed telewizorami miało wrażenie, że śnią, kiedy pod koniec czwartej rundy Goodson legł bezwładnie na matę zupełnie bez sił.

Benny Japończykiem

Mike Anderson zorganizował w 1974 roku na arenie sportowej w Los Angeles pierwsze światowe mistrzostwa w kick-boxingu wersji full contact. Na tych zawodach, pod pierwotną nazwą sportowe karate, narodził się sport, któremu Benny oddał się bez reszty. W latach następnych zaczęły powstawać profesjonalne organizacje kick-boxingu pełno kontaktowego. „The Jet” walczył początkowo w utworzonej przez Chucka Norrisa „National Karate League”, która rozpadła się w 1976 roku z powodu trudności finansowych. Urquidez przeszedł do PKA (Professional Karate Association), gdzie został do dziś niepokonanym mistrzem świata wagi superlekkiej.

PKA zajmowała się nie tylko organizacją imprez sportowych w kick-boxingu full contact. Była także rodzajem firmy promocyjnej i jako taka, starała się zwać z sobą kontraktami wszystkich najlepszych na świecie. Zaproponowała Urquidezowi 3-letnią umowę na łącznie królewskich warunkach,

którą ten jednak odrzucił. W ten sposób, bez porażki na ringu, „The Jet”, utracił tytuł mistrza świata. Howard Hansen, menadżer Urquideza, stworzył konkurencyjną dla PKA organizację – World Karate Association, która początkowo mogła jednak działać tylko na terenie Japonii.

Po raz pierwszy zmierzył się Benny z taj-bokserem 12 marca 1977 roku. Narong Noi był najlepszym specjalistą tej dyscypliny nie tylko w Tajlandii. W pierwszych rundach Urquidez odczuwał po wielu uderzeniach potworny ból. Ostatecznie udało mu się jednak zapanować nad sobą i doprowadzić do wyniku remisowego. Dla wierzących bezgranicznie w swoje gwiazdy Tajlandczyków było to wydarzenie szokujące.

Katsujuki Suzuki, niepokonany Japończyk stanął naprzeciwko „Odrzutowca” w świątyni Budokan w Tokio w obecności 12 tysięcy swoich fanów. Datę 2 sierpnia 1977 roku zapamięta zapewne do końca życia. Po sześciu rundach niemiłosiernego lania musiał uznać się za pokonanego. Urquidez dziwił się bardzo, że Suzuki mógł w ogóle przetrwać podobny szturm. Po skończonej walce, kiedy „The Jet” chciał pożegnać się jak zwykle z publicznością saltem w tył, zatrzymał go największy japoński mistrz, Kunitatsu Okao. Okao wycofał się rok wcześniej z walk po 57 zwycięstwach, ponieważ uznał, iż nie ma godnego siebie rywala.

Trzy miesiące później Okao opuścił swoją twierdzę treningową w górach, by 14 listopada stanąć do walki z Benny „The Jet” Urquidezem, który od czasu zwycięstwa nad Suzuki obwołany został bohaterem narodowym w Japonii.

„Okao był najtrudniejszym przeciwnikiem z jakim spotkałem się w ringu!” – twierdzi do dziś „Odrzutowiec”. Już w pierwszej rundzie Benny znalazł się na deskach po potężnym prawym sierpie skośnookiego rywala. Okao przyszło jednak za tę zniwagę drogo zapłacić. W miarę upływu czasu Urquidez trafiał coraz częściej, szczególnie efektywnymi kopnięciami z wysokości, a w czwartej odsłonie powalił wreszcie championa serią uderzeń z obu rąk, jakiej nie powstydziłby się sam Sugar Ray Leonard. „The Jet”, bohater serii komiksów produkowanych po walce w Japonii, osiągnął wówczas szczyty chwaty. „On musi być Japończykiem, inaczej nigdy nie udałoby się mu pokonać Okao” – twierdzą od tej pory w ojczyźnie karate.

Niepokonany

Benny Urquidez ma na koncie 57 zwycięstw, z czego 47 przez nokaut i dwa remisy. Nikomu na świecie do dziś nie udało się go pokonać. Trzeba jednak dodać, iż w dwóch walkach pokazowych toczonych według formuły „nodedcision”, istotą których była prezentacja techniki, siły i szybkości, Benny przeżywał ciężkie chwile. Było to w pojedynkach z Japo-

czykiem i fajterem z Teksasu, Billy Jacksonem, który w 1981 roku pokonał Ferdinanda Macka. Ostatnią potyczką „Odrzutowca” było starcie z kanadyjskim kick bokserem Tomem Laroche, którego zwyciężył na punkty. Szykują się jednak kolejne pojedynki. W tym celu Urquidez zamierza ponownie wybrać się do Japonii...

Liczący dziś 36 lat Urquidez walczył na ringu nie tylko wielką sławę, ale i nie mniejsze pieniądze. Na przedmieściach Los Angeles w Van Nuya utworzył 3 lata temu własne dojo – „The Jet Center”. W szkole nazywanej również „Domem mistrzów” uczy własnego stylu, a ponadto wszystkiego tego, co w sportowej walce pozwala na dużą siłę uderzenia, od karate do profesjonalnych zapaśców. Trzy razy w tygodniu trening prowadzi osobiście, a najchętniej poświęca się pracy z dziećmi.

„Podstawą wszystkich moich sukcesów jest moja wiara” – twierdzi Benny. W 1972 roku „The Jet” nie został mistrzem, ponieważ – jak twierdzi – w tym właśnie czasie odwrócił się od Boga. Wiara nie stoi w sprzeczności ze sportem, który uprawia, jak mogłoby niektórym przypuszczać. W walce sportowej znajduje się ciągle nowe cele. „Dzięki wierze – twierdzi Benny – mogę w pełnijszy sposób przekazać swoją wiedzę, uczyć swoich uczniów nie tylko bicia, ale przede wszystkim zrozumienia sensu walki”.

Urquidez jako dziecko wzrastał w bardzo niespokojnej okolicy. Dzieciom, których dotknął ten sam los, próbuje podsunąć alternatywę odciągającą od ulicy. Z pewnością jest to chrześcijański postępek. Szczególną satysfakcję odczuwa, kiedy młodzi ludzie, którzy nigdy nie uznawali autorytetu własnych rodziców, dają mu się prowadzić prawie że za rękę.

Ukidokan

Urquidez rozwinął własny styl walki ukidokan, który nauczany jest w „The Jet Center”. Połączenie technik różnych systemów, od shotokanu, przez styl lima – lama, boks tajlandzki i angielski, jest efektem 30-letnich doświadczeń z ringów i mat.

Podobnie jak inni wielcy fajterzy, Urquidez prowadzi seminaria w całych Stanach Zjednoczonych. Jego lekcje są przeznaczone przede wszystkim dla zaawansowanych sportowców. Wykłady popiera „The Jet” aktywną walką i ostrym treningiem. Tradycyjnie na początku zajęć obiera temat, który dla innych mistrzów zdaje się nie mieć podstawowego znaczenia: strach. Następnie daje wiele wskazówek, jak można sobie z nim poradzić i zwyciężać.

Stuchając wykładów tego wrażliwego i łagodnego w istocie człowieka, którego ulubioną lekturą jest Biblia, a sztuka Romeo i Julia, trudno doprawdy rozpoznać w nim niezwykłego fajtera, człowieka, któremu trzydzieści lat życia zajęła walka.

Opracował: ALEKSANDER BILIK

Czy wiecie, że ...

● Najwcześniejsze, tzw. okinawskie karate wywodziły swe nazwy od nazwisk strzów, którzy je stworzyli. Około 1830 Sokon Matsumura stał się pierwszym ol wskim mistrzem karate, który nadał sw stylowi samoisną, oryginalną nazwę – S te. W jego ślady poszli inni. Tak usłysz: m.in. o stylach Naha-te i Tomari-te. Form (ręka) to wczesna nazwa karate, zaś c pierwszy zapożyczony był od nazwy mi, w którym styl został ukształtowany.

● Karate w Japonii dzieli się na tzw. k te-jutsu (którego adeptów interesuje gło samoobrona) i bardziej popularne karate (które obejmuje również wymiary duchow filozoficzne). Instruktor sztuk walki Donn Draeger jest zdania, iż we wczesnych la siedemdziesiątych w Kraju Kwitnącej W rozwinęło się około 70 stylów karate-do becznie do najpopularniejszych należą: 8 tokan, shito-ryu, wado-ryu i goju-ryu.

● „Wejście smoka” Bruce’a Lee, mim wyprodukowane w 1973 roku, ciągle uw ne jest za najlepszy ze wszystkich filmów wierających elementy wschodnich sztuk ki. Była to pierwsza koprodukcja filmow Hollywood ze specjalistami z Hongkoi. Obraz ten już w pierwszym roku emisji rekordy frekwencji i do dziś pozostaje nym z najbardziej dochodowych w his kina. Kosztował producentów mniej niż miliony dolarów, przyniósł w ciągu kilku ponad 100 milionów zysku. W połowie lat demdziesiątych zaliczał się już do pierw pięćdziesiątki bestsellerów wszechczas O sukcesie filmu świadczy również fak powstało kilka jego wersji teatralnych, zmiennie przyciągających publiczność na tym świecie.

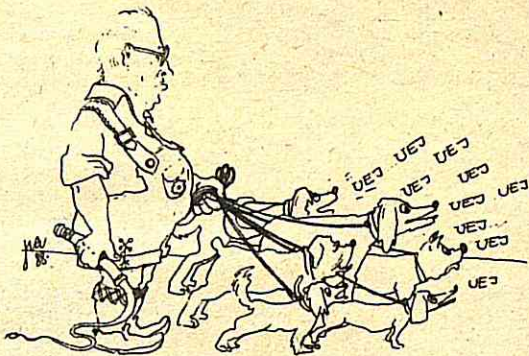
● „Żelazna dłoń” to nazwa techniki i wanej do wytwarzania psycho-fizyczn ciepła i wprowadzania go do dłoni lub inr części ciała. Dzięki wykorzystaniu dośw czeń chińskich mistrzów możliwe jest ła nie obiektów przy pomocy siły wewnętr tkwiącej w każdym człowieku. Uderzą ręka nie jest nigdy wzniesiona wyżej niż cale nad obiektem, który ma być złam: Zamiast zamachu z wysokości barku, stosuje się w karate czy taekwondo, uż się mięśni i ścięgien znajdujących s do 6 cali ponad talią. Mimo że nie ma w żadnej tajemnicy, pełne opanowanie tect wymaga co najmniej dwuletnich ćwic Trening jest jednak tak ostry, iż rodzi wątpliwość, czy współcześni praktykanc w stanie osiągnąć prawdziwe mistrzostw tej sztuce.

● Taekwondo dotarło do Polski pod nieć lat siedemdziesiątych, szybko zdot rzesze sympatyków, uprawiających ten sp Ale dopiero od niedawna nazwa „taekw do” pojawiła się w oficjalnych publikacj Przez kilka lat nowa sztuka walki daleko chodniej rodziła się i żyła w milczeniu...

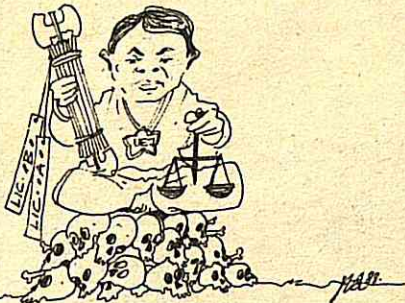
● Najmłodszym posiadaczem pierw go dana w taekwondo w Polsce jest Sebastian Porębski. Sebastian, lat 12, uczęsz do Szkoły Podstawowej nr 35 w Krakoi taekwondo ITF ćwirzy od lat 5 w klubie Or Jego pierwszym trenerem był Marek Lec ostatnio Koreańczyk Sin Jae Sopa (4 d Zapał do sportu to cecha rodzinna Por skich. Ojciec Sebastiana uprawiał kolarst a kuzyn – Paweł Porębski jest aktualnym prezentantem Polski w taekwondo ITF.

Peller poszedł na całość...

Trwa artystyczny festiwal, miłego „Budo”, grafika i judockiego sędziego, Andrzeja Pellerę. Oto na XXVI Turnieju Warszawskim zgromadzeni wyrwali sobie z rak oryginalny i pięknie nadany program mistrzostw, w którym szalał Peller-artysta. Szczególnie podobały się rysunki przedstawiające „najgrubsze ryby” EJU, prezydenta: **Kurta Kuczera**, oraz naszego **Kazimierza Jaremczaka**, który w dyktorii technicznym federacji zajmuje się sprawami sędziowskimi. Podobizny Kuczery nie komentujemy, zaś Jaremczak ważący na kościach oponentów sędziowską sprawiedliwość okraszona słynnymi licencjami klasy „A” i „B” wydaje się naprawdę groźny. „Skośne oko” zna jednak obu panów i klasyfikuje ich jako ludzi i kompetentnych, i raczej dobroduszych. A artystyczne wizje Andrzeja Pellerę niechaj będą zawsze towarzyszyły światłokowi polskiego judo...



Kurt Kuczera i jego Judocka „sfora”.



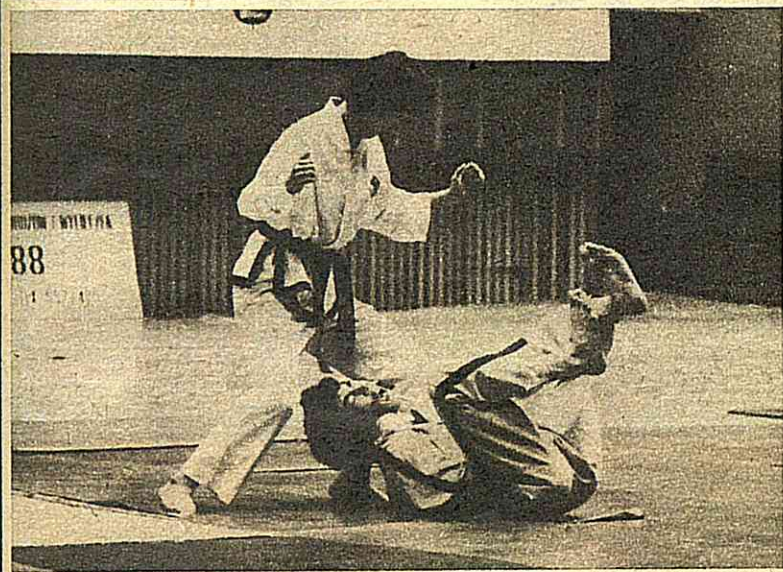
Każdy arbiter wpadnie w ręce Kazimierza Jaremczaka!

Szycie

Wielu ludzi w Polsce, nawet kibiców sportowych, nie wie, że uprawia się u nas sport o nazwie taekwondo. Zaskoczeni wiadomością, że w ekipie do Seulu trzeba znaleźć miejsce dla reprezentantów tego sportu, byli prawdopodobnie nasi urzędnicy olimpijscy. Najzabawniej zaskoczenie uwidoczniło się w chwili, gdy ludzie Puchniarskiego przymierzali olimpijskie garnitury. Wyglądali tak, jakby wdziewali ubrania po starszym bracie lub młodszej siostrze. Krawiec tuż przed odlotem samolotu uwijał się niczym w ukropie i zdolał przesyć co trzeba. Dobrze, że tym razem nie szyto butów...

Nowa cenzura

W pewnym mieście, w pewnym miejscu (dla dobra sprawy nie lokalizujemy jeszcze imiennie) działacz klubowy oznajmił reporterowi „Budo”, że pozwoli na oglądanie zawodów pod warunkiem, że artykuł przed opublikowaniem zostanie przekazany jemu do zaakceptowania. Jak widzimy na polu walk dalekowschodnich, rodzą się także inne sztuki. Ale takich sztuczek to my nie lubimy. Sztukmistrzom proponujemy zimny kubek wody na głowę.



Koreanka Kim Young Sun uprawiająca taekwondo ITF demonstruje jak „załatwić” natrętnego mężczyznę. Kto wymyślił, że kobiety są słabsze? Zdjęcie ANDRZEJ KLIMEK

KRZYŻÓWKI NR 8

Grid for crossword puzzle with letters A-S and numbers 1-29.

POZIOMO: 2) imię niezwykłego championa judo • maszyna do formowania przedmiotów metalowych, 4) były klubowy partner Zbigniewa Bońka z Juventusu • czołowy judoka klubu Czarni Bytom, 5) uczulenie na działanie pewnych substancji, 6) klubowy partner Dariusza Dziekanowskiego • domena Henryka Średnickiego, 7) antonim dobra, 8) pastylki na ból gardła • odłam wyznaniowy w obrębie danej religii, 10) styl pływacki • czołowy kick-bokser Polonii Pastek, podczas I MP zajął IV miejsce w kat. 57 kg, 13) mistrz Europy w judo w kat. 71 kg • oczyszcza podejrzanego z zarzutów, 15) brązowy medalista ME '87 w judo w kat. 78 kg • Y, 17) blaszane naczynie służące do prania • krajowy rywal Rafała Kubackiego, 20) kwitnie tylko raz • awantura, sprzeczka, 22) najdłuższa rzeka Francji • plakat, ogłoszenie uliczne, 23) włoska złotówka, 24) chroni szyję przed zimnem • ubiór sportowy, 25) plażowy strój, 26) podstawa urządzenia geodezyjnego • czołowy rfmowski kick-bokser w kat. +60 kg, 28) podstawowy karateka klubu AZS ART Olsztyn • świadczona na rzecz osoby w rodzinie, która nie jest w stanie utrzymać się sama. PIONOWO: A) morski kuzyn raka • rzadkie imię żeńskie, B) wielokrotnie reprezentacyjny partner Andrzeja Szarmacha • sportowiec z Mediolanu • piłkarz, zawodnik • tłuszcza wielorybi, C) klub sportowy z Gdyni • grupa drużyn walczących o mistrzostwo, D) potoczna nazwa podania piłki partnerowi między dwoma zawodnikami przeciwnej drużyny • winny mieć pokrycie • nasz słynny ciężarowiec, mistrz świata z 1982 r. E) aktualny finalista Pucharu Polski w piłce nożnej • pogoda, F) krótki, zwarty utwór muzyczny • występuje w reprezentacji kraju, H) mistrz Polski z 1986 r. we wszechstronnym karate (kumite 75 kg) • siostra Aliny, K) skapiec, sknera • słynny radziecki ciężarowiec mistrz olimpijski z 1980 r. w kat. do 82,5 kg, M) klubowy kolega Wiesława Błacha • duszenie potrawy mięsnej, N brązowy medalista I MP w kick-boxingu w kat. +84 kg • pomyłka, O) dział matematyki • warszawski klub sportowy • cel, misja do wypełnienia, P) Zbigniew Boniek dla Włochów • klub sportowy, w którym trenował Wojciech Buciarski, R) rozkwit, dojrzałość • atrybut brydżysty • w bucie lekkoatletycznym • przechowywane są w archiwum, S) były piłkarz Juventusu Turyn, obecnie AS Roma • sprzęt lekkoatletyczny. Po rozwiązaniu krzyżówki należy odczytać szyfr: (10-R, 20-E, 6-S, 18-S, 2-E, 13-P, 10-B, 11-S) (2-A, 29-R, 1-F, 16-A, 24-S, 13-E, 18-C, 26-D, 12-A) - (1-B, 28-O, 4-O, 8-L, 28-H, 23-F, 5-M) (15-E, 18-E, 24-O, 7-K).

Rozwiązania samego szyfru prosimy nadsyłać w ciągu 30 dni od daty ukazania się numeru pod adresem redakcji z dopiskiem na kopercie lub pocztówce: Krzyżówka nr 8 Do rozlosowania sprzęt sportowy.

Rozwiązanie krzyżówki nr 6 Peter Selsenbacher – mistrz olimpijski w judo z Los Angeles.

Rozwiązanie krzyżówki nr 7 Wiesław Błach – aktualny mistrz Europy w judo.

Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki nr 6 nagrody otrzymują: Bolesław Urbaniaś ul. 40-lecia PRL 2/24, 64-600 Oborniki; Elżbieta Grała, Rydzewo 53, 19-204 Belda woj. łódzkie i Ewa Jolanta Myślińska, ul. Poprzeczna 1/2, 58-575 Bołków.

Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki nr 7 nagrody otrzymują: Andrzej Małecki OSPWL Łąbinowice, 49-140 Łąbinowice woj. opolskie, Krzysztof Matia, ul. Boł Chrobrego 6/9, 74-125 Chojna, woj. szczecińskie i Pasikowska Dorota, ul. Młodow 7/6, 31-055 Kraków.

ANDRZEJ NOWAKOWSKI

BENNY „THE JET” URQUIDEZ



Jest najbardziej znanym i odnoszącym największe sukcesy kick bokserem na świecie. Obok Billa „Superfoot” Wallace, Benny z powodu niebywałej szybkości swych technik zwany „Odrzutowcem” („The Jet”), jest żywą legendą tak młodego sportu, jakim ciągle jeszcze pozostaje pełnokontaktowy kickboxing. W przeciwieństwie jednak do Billa „Superstopy”, który zakończył już sportowe występy, Urquidez – Ostatni Mohikanin – czuje się wciąż młody jak dziecko i wkrótce znowu stanie na ringu.

★ ★ ★

Benny Urquidez urodził się, żeby zostać fajterem. Jego ojciec był zawodowym bokserem z Meksyku, matka uprawiała zapasy w stylu wolnoamerykańskim. W życiu „Odrzutowca”, obok krwi płynie więc specjalny ekstrakt implikujący zacięcie do walki. Jego bracia, szczególnie najstarszy Arnold, od najwcześniejszego dzieciństwa wprowadzali go w arkana wschodnich sztuk walki.

Aby uchronić Benny’ego przed wdaniem się w złe towarzystwo i zgubnym wpływem ulicy, Arnold zmusił go do brania lekcji judo. Ale judo okazało się dla „Odrzutowca” zbyt nudne. Raziło go, iż musi ograniczać się do mechanicznego odtwarzania technik pokazywanych przez braci. Mając pięć lat, po raz pierwszy przywdział rękawice bokserskie. Dwa lata później, pod kierunkiem Billa Ryasky’ego, rozpoczął regularne treningi karate. Wykazywał niebywały talent i już wkrótce zaczął odnosić sukcesy w turniejach karate rozgrywanych w południowej Kalifornii.

Z czarnym pasem

Miał czternaście lat, kiedy po zdaniu dwudniowego egzaminu, zdobył prawo przywdziewania czarnego pasa i został promowany na pierwszy dan. Był pierwszym amerykańskim nastolatkiem, który otrzymał prawo walki z dorosłymi. Walczył z fajterami tej miary, co Joe Lewis, David Moon, czy Norris Schuler. Benny przewyższał strach i, pomimo ich klasy, był groźnym przeciwnikiem. Tak było w tradycyjnym karate.

Urquidez starał się być wszechstronny. Uczył się judo, ju-jitsu, aikido, lima-lama, shotokan i kenpo, w każdym z tych stylów osiagając poziom upoważniający do noszenia czarnego pasa. To mu jednak nie wystarczało. Często pytał sam siebie: czy tradycyjne style, które ćwiczył na co dzień nadają się w pełni do wykorzystania w walce bez ograniczeń?

Któregoś dnia został na ulicy zaatakowany przez jednego z zawodników. Zareagował odruchowo, prawym sierpem rzucając przeciwnika na bruk. To zdarzenie zainspirowało go do rozpoczęcia prac nad konstrukcją nowego, własnego stylu. Nazwał go ukido-

sportowiec
budo

Wydanie specjalne magazynu ilustrowanego SPORTOWIEC, 00-561 Warszawa, ul. Mokotowska 24, skr. poczt. 255, tel. 21-62-08.

Redaktor naczelny: JACEK ŻEMANTOWSKI. Redaktor wydania: LECH UFEL. – Sekretarze redakcji – JAN TRAWIŃSKI, JACEK KORCZAK-MLECZKO. Opracowanie graficzne – STANISŁAW SIWEK. Redakcja techniczna: MAŁGORZATA GROCHOWSKA, KRYSZYNA NOWAKOWSKA. Korekta: BIANKA ABRATOWSKA, EMILIA KURZELA.

Rada merytoryczna: Janusz Pawluk, Waldemar Sikorski, Paweł Rafalski. Druk: Zakłady Włósnodrukowe, Warszawa, ul. Okopowa 58/72. Dyrektor: Andrzej Maciejewski. Wydawca: Młodzieżowa Agencja Wydawnicza, Warszawa, al. Stanów Zjednoczonych 53. Dyrektor Zygmunt Konopka. Zam. 6060. Nakład 100 000 egz. U-14.