



TANDEN

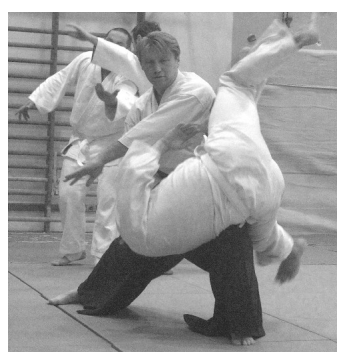
MAGYAR AIKIKAI AIKIDO KULTÚRA SZÖVETSÉG HIVATALOS HÍRLEVELE

2010. május – IV. évfolyam 1. szám – Ingyenes kiadvány

A májusi szám tartalma:

Összefoglaló a márciusi Kuribayashi edzőtáborról - “Attól tartok a Hombunak van jegye...”

2. - 4. oldal



Interjú Karászi Sándor 4. danos mesterrel a tavaszi edzőtáboráról - “Edzőtábor után mindig süt a nap”

5. - 6. oldal

Központi Dojo felújítási program

7. oldal



**Nyári Tábor
Matti Joensuu 6. dan Aikikai
Balatonfüred**

8. oldal

„Attól tartok a Hombunak van jegye.”



Márciusban egy különleges személy látogatott Magyarországra Japánból. Azzal a céllal érkezett a Tokyoi Aikikai-ból hogy a Magyar aikidosoknak tartson továbbképzést. Nevezetesen, Kuribayashi Takanori 7. danos Shihan tartott edzőtábort Budapesten. Ennek a programnak a szervezésért és lebonyolításért felelős szolnoki Iki dojo tagjait és vezetőjüket Dombai Józsit kérdezzük a tábor háttér munkálatairól.

1. Miért vállaltátok el ennek az igen fontos tábornak a lebonyolítását? Nem féltetek, a feladattól? Hiszen ennek a szervezésnek a híre egészen a Doshu-ig eljuthat.

Cs.R: Hogy miért vállaltuk el? Ez nagyon egyszerű és a kérdésedben már benne volt a válasz. Mert FONTOS volt. A Kuribayashi tábor nem csak szimpla edzést jelent, hanem a Hombu dojo támogatását. A szolnoki aikido közösség viszonylag fiatal csapat és nem tudtuk még, hogy mennyire fogunk tudni összedolgozni. De szerencsére gyorsan belerázódtunk és nem voltak komoly gondok a szervezéssel.

M.P: Megtiszteltetésnek éreztem a feladatot, örültem, hogy a sensei minket bízott meg velem, mert ez annak jele, hogy bízik a dojonkban, a szolnoki aikidosokban. Abban pedig biztos voltam, hogy vagyunk olyan összetartóak és kreatívak, hogy helyt tudunk állni ebben a felelősség teljes feladatban is ezzel bizonyítva társaink, a vezetőség és Hombu felé, hogy a szövetség hasznos tagjai vagyunk.

Sz. L: A tábor szervezése nemcsak kihívást jelentett számunkra, hanem összekovácsolódást, egyfajta bizonyítást is akartunk magunkkal szemben hogy mikre vagyunk képesek. Hittünk egymásban, mint egy jó szándékú tudatlan uke aki nem tudja mit fog vele csinálni a tori, Ezért nem féltünk, előre néztünk!

D. J: Azért vállaltuk el, mert már egyszer szerveztünk a mesternek egy kisebb tábor. Igaz azon nem voltak ennyien, mint a mostaniban. A mestertől jött visszajelzés alapján, nagyon jól érezte magát. A Shihan is értékelte szándékunkat.

2. Mi alapján kezdtetek dolgozni egyáltalán. Milyen segédeszközeitek voltak?

Cs.R: A szervezésnél leginkább a cég vezetési tapasztalatainkra támaszkodtunk és jobbra be is vált. Szerencsére volt a társaságban olyan személy, aki globálisan látta az egészet és kezdetektől összefogta és irányította az egyes feladatokért felelős személyek munkáját.

M.P: Sensei nagyon részletesen ellátott minket instrukciókkal, így volt miből kiindulni. Felosztottuk egymás között a feladatokat. A szükséges eszközöket pedig mindenki megszerezte és hozta.

Sz. L: Nekünk arra kellett figyelni, hogy azokat a feladatokat, amelyeket kitértünk meglegyenek maradéktalanul és még plusz dolgokat vigyünk az Edzőtábor! A legnagyobb segédeszköz az aikido jelentése iránti azonosulás, magyarán az Aikido volt az eszköz.

D. J: Amikor megtudtuk, hogy miénk e nemes feladat, akkor összejött a lelkes csapatunk egy beszélgetésre. Elővettük korábbi jegyzeteinket, amit együtt készítettük. Összeírtuk: ki- és milyen feladatot vállal magára a tennivalókból. Ezt már táblázatba jegyeztük, és ez alapján kezdtük el a háttér munkát.

3. Mit tartottatok egy ilyen munka legfontosabb kritériumainak? Mi az, amit ha kihagytok, akkor valószínűséggel nem sikerült volna ilyen minőségben megszervezni és lebonyolítani a tábort.

Cs.R: A munka legfontosabb kritériuma a következetesség volt szerintem. Lefektettük a szabályokat, hogy mi az, amit véghez akarunk vinni. Hogyan szeretnénk elérni, milyen eszközök állnak a rendelkezésünkre és szépen tervszerűen végrehajtottuk. Azt hiszem, a realitás a legfontosabb dolog, amit mindenképpen figyelem előtt kell tartani. Tisztában kell lenni saját korlátainkkal, de ugyanakkor ki kell használni minden erősségünket és akkor a kivitelezést siker koronázza.

M.P: Összetartás, felelősségtudat és folyamatos kommunikáció. Ezek mindenki részéről megvalósultak, így nem volt gond.

Sz. L: Az egymás iránti tisztelet és becsület csapat munkába kovácsolva, ha ez nem lett volna meg akkor semmit se értünk volna el. Hozzá kell tenni, hogy mindenki sokat áldozott emberi, tárgyi, fizikai, anyagi dolgokban a sikerért! Fontos volt az egymás informálása is. Nem volt nélkülözhetetlen ember, de nem volt nélkülözhető sem! Mindenki figyelt mindenkire és mindenki segített mindenkinek! De egy jó csapat receptje az előbbieket is beleértve: A jó pénztárosok és számvitelesek. Jó tolmács a külföldi vendégeinknek. Egy pörgős vicces Pestet ismerő futár és ügyintéző. Egy rangidős atyai aikidos aki élelmes a tárgyak bármilyen fajta átalakításában. Végül, de nem utolsó sorban egy vállalkozó alkatú ember, aki kiválóan látja át az edzőtábor egészét.

D. J: Mindenki tudta mit kell tennie, de mindez nem sikerült volna, ha egymást a munkában nem segítjük, és nem figyelünk oda a másokra.

4. Voltak feszültségek a felkészülés során vagy esetleg a lebonyolítás közben? Ha igen akkor ezeket hogyan kezeltétek?

Cs.R: Feszültségek leginkább abból adódtak, hogy a társaságra jelentős anyagi megterelést rótt a szervezés. Telefonok, utazások, szállítások, stb. Ezek mellett pedig nem igen maradt a saját dojo és az egyesül aktuális ügyeinek intézésére. Ami pedig a dojo további zavartalan működésének feltétele.

M.P: Ilyenkor az ember alaposan eltervez mindent, hogy mi, mikor, hogy fog történni, aztán eljön a nagy nap: a puding próbája az evés. Eltervezed, hogy odaérsz 8-ra, a Megyerire, de dugóba kerülsz, és elég sokat késel. Máris fele annyi idő van az elvégzendő feladatokra, mint ahogy tervezted. Az ehhez hasonló nem várt helyzetek pedig sorra jönnek, és természetesen feszültséget okoznak. Ugyanakkor ez a szervezés sava-borsa, akkor vagyunk jók, ha megoldjuk az ilyen helyzeteket. Hála Istennek mindenki tette a dolgát és jó volt az összhang közöttünk, folyamatosan beszéltünk és segítettük egymást. Személy szerint különösen fontosnak tartom ebből a szempontból, hogy senki sem okoskodott közülünk, egyszerűen mindenki tudta, hogy hol helye, mi dolga és csinálta is azt.

Sz. L: Természetesen voltak feszültségek, de mint egy jó aikidos jól kezeltük ezeket. Higgadtan, lazán, de megoldva! Egymás nehézségei még erősebbé tettek minket és nem feszültek lettünk tőle, hanem nyugodtabbak és barátságosabbak!

D. J: Azt tanultam mesteremtől, hogy a legnehezebb feladatokat is csak határozott udvariassággal lehet és kell megoldani. Erre senki sem mer "elleneszegülni", de mindenki úgy érzi, hogy foglalkoznak és törődnek velem. A legnehezebb szerintem az volt, hogy mindezt mosolyogva és könnyedén hajtsuk végre. Szerintem sikerült, habár mindenki tud fejlődni önmagához képest



5. Mi volt a legnehezebb ebben a feladatban? Mi volt az, ami meg izzasztott benneteket?

Cs.R: A legnehezebb az volt szerintem, hogy nem igazán csináltunk még ilyet, Nem tudtuk mire számítsunk...Semmi sem volt biztos a helyszínt, az időpontot és a mestert leszámítva.

M.P: Erre, gondolom, mindenkinek más jut az eszébe. Én a kasszánál ültem, számomra az volt az legizzasztóbb pillanat, amikor 10 órakor még kb. 20-án álltak sorba jegyért, nem volt

váltópénzem és a sor végén megjelent a Shihan és a Gergő. A pénzt a Shihanra való tekintettel diszkréten kellett volna kezelni, de az embereknek meg valahogy jegyet kellett adni. Aztán jól végződött az eset, a Kuribayashi sensei örült, hogy sokan jönnek, szépen megvárta a sort, mikor beért nevetve megjegyezte: "attól tartok, nincs jegyem".

Sz. L: Szállás szerzés a következő napra, egy picivel kevesebb komforttal, mint ami megszokott, ez nem izzasztott hanem kifejezetten hideget jelentet, március közepén és a hölgy szervezőinket egy kicsit megviselte.

6. Mi az, amit a másképp csinálnátok legközelebb?

Cs.R: Kedvezményes jegyet kérnék a szervezőknek :-)))))) Egyébként szerintem semmi mást.

M.P: Még pontosabban le kell egyeztetni előre, hogy mi milyen adatokat kérjünk el a résztvevőktől. Az én feladatomban két nagy döntő pont van: mikor a tábor végén átadom a borítékot, és amikor pár nappal rá elküldöm az összesítést. Ha valami nem stimmel, akkor az kétségbe vonja az egész munkánkat és becsületünket. Ezzel nem volt gond, mert figyelmesek voltunk, de a sensei mindkét tábor után hiányolt ezt vagy azt a statisztikából (melyik edzésen, hányan, melyik dojoból stb.) Legközelebb biztosan előre egyeztetném, kiegészíteném vele a jelenléti ív tartalmát.

Sz. L: A külföldi vendégekkel való mélyebb, kapcsolat tartást. Fontosnak tartom, mert ha elmegy a híre, hogy milyen színvonalas edzőtábor van itt akkor annál több vendég várható külhonból.

D. J: A beléptetés volt az. Én ezt a mostani eszemmel már másként csinálnám, persze ha legközelebb is felkérnének bennünket.

7. Lesz legközelebb?

Cs.R: Ha a Hombu dojo is úgy akarja, akkor biztosan. A szolnoki Iki dojon nem múlik.

M.P: Rajtam nem fog múlni. Bármikor nagyon szívesen.

Sz. L: Természetesen! Ez nem kérdés!

D. J: Ha a szövetség vezetősége úgy gondolja, magam részéről állok elébe.



8. Kiváló osztályzatot értetek el szervezésben.

Mik a terveitek a jövőre vonatkozóan a szövetségen belül és a dojotokban.

M.P: Köszönjük az elismerést. A szövetség számára bármilyen feladatot szívesen vállalok. Sajnos határozatlan időre emigrálni kényszerültem az Iki dojoból, de azon leszek, hogy ne szűnjön meg a kapcsolat a társakkal.

Sz. L: A dojonk nagy álma egy egyesület létrehozása, valamint biztosítsa az edzés feltételeinek.

D. J: A terveinkről csak annyit mondanék, igyekszünk a kéréseknek eleget tenni, építeni a magyar aikido szervezetek közötti barátságot. A legfőbb vágyam: minden ember a világon érezze meg azt a csodálatos élményt, amit az aikido gyakorlása nyújt! Ha ezt a lelki békét megtalálna az emberiség!

Köszönöm a beszélgetést és további sok sikert kívánok nektek.

„Edzőtábor után mindig süt a nap!”

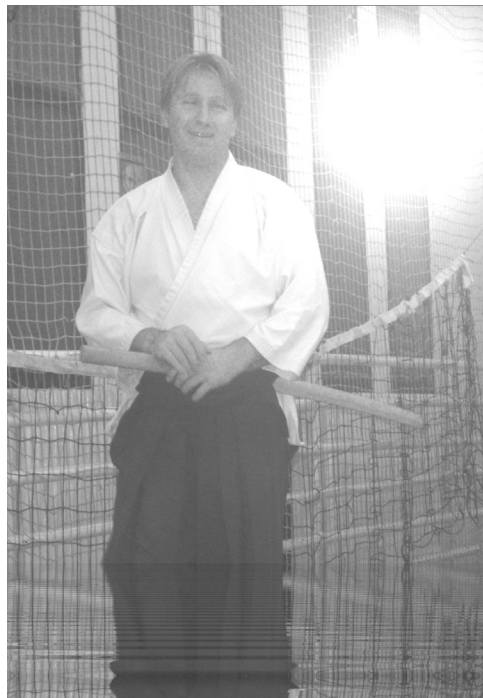
Szóval az idén Szolnokon is tartasz edzőtábort. Ha jól tudom, ott még ezidáig nem került sor részedről ilyen eseményre.

Miért pont ezt a helyszínt választottad?

Egy alkalommal már tartottam edzőtábort Szolnokon. Azt hiszem az a dojo megalakulását követő évben volt. Akkor is hasonló indokok miatt választottam helyszínt. Lehetőséget szerettem volna biztosítani azoknak is egy jó hangulatú edzőtáborra akik nem tudnak eljutni egy fővárosi vagy egy balatoni rendezvényre. Továbbá azok a tanítványok akik reményeim szerint szívesen eljönnek a táboromba azok Szolnok vonzás körzetében laknak. Fontos volt még hogy mind a megrendezés és mid a résztvevők költségei alacsonyak legyenek.

Milyen célokat tűztél ki magadnak erre a táborra?

Mi az amivel feltétlenül szeretnéd a megjelenő aikidokak ismereteit bővíteni? Milyen elvárásaid vannak a tanulókkal szemben, amikor elmennek egy táborodba?



Ha lehetne akkor az edzőtáboromnak egy olyan címet adnék hogy: A központ mozgatása és nem mozgatása. Tehát egy olyan különleges témát szeretnék feldolgozni ebben a szemináriumban amit kevés instruktor hangsúlyoz, véleményem szerint érdemtelenül. A célom ezzel a témával hogy a résztvevők belső központját erősítsem egy- két fokozattal. Illetve, ennek a képességnek a fejlesztésére egy úgynevezett útvonal tervet adjak. Ez konkrétan azt jelenti, hogy aki részt vesz a táborban azt megértheti az erős központ titkát. Ha megértette akkor pedig elindulhat egy olyan önálló úton ahol különlegesnek tűnő képességeket fejleszthet ki. Ez misztikusnak tűnhet de a shodan fokozattal rendelkező tanítványaimat már elindítottam ezen az úton. Nagyon tetszik neki. De a legfontosabb hogy a tanulók jól érezzék magukat a táborban.

Tudom, hogy Neked már sokéves edzésvezetői tapasztalatod van, de azért szoktál még izgulni edzőtábor előtt vagy alatt? És milyen érzelmi/lelki állapotba kerülsz ilyenkor?

Igen! Minden táborom előtt izgulok egy kicsit. Szeretném úgy csinálni hogy mindenki a lehető legtöbb tanuljon a táboromon. Tulajdon képpen azon izgulok hogy sikerül e olyan oktatási módszerek kiválasztanom, alkalmaznom ami mindenféle tanulónak eredményt hoz.

Hogyan készülsz fel előtte? Van valami szertartás? Vagy csak összeszeded a gondolataid és uccu neki? Babonás vagy egyébként?

A táboromra szinte egész évben készülök. Folyamatosan gyűjtöm azokat a gondolatokat amelyeket érdemesnek tartok arra hogy átadjam. Ahogy közeledik a tábor időpontja egyre jobban körvonalazódik bennem, hogy mit is fogok tanítani. Korábban volt egy szertartás amit alkalmaztam. Ma már igyekszem a társaság technikai képzettségéhez alkalmazkodni és figyelem az adott hangulatot is.

**Gondolom, mindenkinek van olyan technika ami valami miatt nem testhezálló, nem kényelmes, vagy még nem érett meg hozzá a tudása. Neked van ilyen?
És akkor valószínűleg olyan is van, ami a leginkább kedvére való. Ilyen van neked?**

Mostanában már nincs kedvenc technikám. Talán akkor van ha felfedezek egy újabb kivitelezési módot. Akkor azt egy kicsit többet gyakorlom. Egyébként azokat a technikákat gyakorlom ami az éppen aktuális oktatási tematikába jól illeszkedik.

Mi a leggyakoribb hiba, amivel a pályafutásod során találkoztl? Esetleg te magad is elkövetted ezt a hibát tanuló korodban? Mi az, ami a legjobban kihoz a sodrodból? Mi az, aminek most a legjobban örülnél?

Nem tudnék semmi olyat említeni ami hiba lehet a tanulóknál. Szerintem ilyen nincs. Van aki nagyon szeret gyakorolni és van aki kevésbé. Van aki nagyon ügyes és van aki kevésbé. Van olyan tanítványom aki kevésbé tehetséges, mégis talán ha azt kellene említenem hogy kire vagyok a legbüszkébb akkor őt említeném. Holott még alacsony fokozattal rendelkezik. Talán azt mondanám hogy a nem oda figyelés és a koncentráció hiánya ami nehezé teszi a fejlődést, de ez az én feladatom hogy ezt is megtanítsam. Még akkor is ha ez látszólag zavar. Igyekszem az ilyen érzelmeimen felül kerekedni.



És még egy kérdés. Mit fogsz csinálni, ha vége van a tábornak. Azaz Karászi Sándor 4. danos mester mivel lazít?

*A tábor után elmegyek egy étterembe és eszek egy finom ebédet. Aztán gyönyörködöm a vasárnap délutáni napfényben, **mert edzőtábor után mindig süt a nap.***

Karászi Sándor 4. Danos Sensei Edzőtábora

Időpont: 2010 június 4-6. (péntek, szombat, vasárnap)

Helyszín:

Péntek: Pálffy János Szakközépiskola Tornaterme. Szolnok, Tiszaparti sétány 2-3.

Szombat, vasárnap: Szolnoki Műszaki Szakközép tornaterme. Szolnok, Baross utca 42.

Edzések:

Péntek június 4.

18:00-19:30 Aikido edzés

Szombat de.

10:00 - 11:30 Aikido edzés

Szombat du.

15:00 -16:00 Atemi edzés

16:00 - 17:30 Aikido edzés

Vasárnap

10:30 - 12:30 Aikido edzés

Részvételi díj: 4000 Ft/fő

Jelentkezés: www.aiki.hu

További információ: Karászi Sándor 30/ 271-1916

Központi Dojo Felújítási Program

Meghirdetjük a Központi Dojo felújítására a Szövetség a Dojokért mozgalmunkat.

A célja hogy a Központi Dojot felújítsuk. Nem akarunk teljes átalakítást végezni, de igyekszünk apró, de a dojo színvonalát nagymértékben emelő munkákat vállalni.

Senkitől nem fogadunk el pénzt. Csak is anyagot, nyersanyagot és élő munkát.

A lényege, hogy nem pénzadakozással oldunk meg egy feladatot, hanem anyagi felajánlásokból és élő munkából.

Megkérünk minden aikidokát, hogy igyekezzen szétnézni a pincében, tárolóban, és a garázsban aztán gyűjtse össze azokat az anyagokat, amikről úgy gondolja, hogy neki és családjának már nincs szüksége, és ha szívesen felajánlja a Központi Dojónak akkor értesítse Molnár Csabát, Csák Gergelyt, vagy Karászi Sándort.

A elkövetkezendő időkben ezekre a munkálatokra keresünk munkaerőt és szakembereket:

- * Tatami felújítás, ragasztás.
- * Pad szerkezet tervezése készítése bútorlapból. Az anyagszükséglet rendelkezésre áll
- * Takarító eszközök tárolására fogas rendszer. (10 partfis, 10 felmosórúd, 10 vödör)
- * Villanszerelése az öltöző előtti térben.



Támogatásokat előre is köszönjük!
Magyar Aikikai Aikido Kultúra Szövetség Vezetősége!

Nyári tábor Matti Joensuval (6. Dan)

Időpont: 2010. augusztus 02-08.

**Helyszín: Balatonfüred, Széchenyi
Szakközépiskola, Hősök tere 1.
Jelentkezés: www.aiki.hu**

Edzések:

10:00-11:30

17:00-18:30

Összesen 12 edzés.

Árak:

Teljes tábor étkezés, szállás, edzés: 36 880 Ft

Kiemelt étkezéssel: 43 300 Ft

Makrobiotikus étkezéssel: 45 700 Ft

Hétféligi jegy: 9 560 Ft



Az árak tájékoztató jellegűek, pontos, személyre szabott árat a jelentkezés után küldünk.

Fizetés:

Szállást és étkezést (kivéve a makrobiotikust) az iskolának kell átutalálni július 27-ig.

Az iskola bankszámla száma: 11748007-15431954-30060007
SZÉCHÉNYI F. SZKI. ES KOLL

A megjegyzésbe feltétlenül írd be a NEVED és, hogy AIKIDO
TÁBOR.

A makrobiotikus étkezést július 10-ig személyesen kell befizetni.

Az edzés díjat a helyszínen kell fizetni.

További információ:

Karászi Sándor 30/ 271-1916