

18 kwietnia 2015 r. nasz s?uchacz liceum zaocznego ♦ Artur Denisiuk ♦ bra? udzia? w X Otwartych Mistrzostwach Polski Karate Tsunami. A my starali?my si? go wspiera?. Artur uprawia Karate Tsunami w Honbu Dojo (Centralnej Szkole Karate Tsunami) w Warszawie. Ma 45 lat, mieszka w Warszawie. Karate uprawia od 25 lat, pocz?tkowo w Warszawskim Klubie Karate Tsunami ♦ ♦Praga♦. Jego nauczycielem jest shihan Arkadiusz Wiewi♦owski 8 dan. 30 pa?dziernika 2014 roku Artur uko?czy? w Warszawie (pod kierunkiem prezesa federacji soke Ryszarda Murata 10 dan) Kurs instruktorski i otrzyma? dokumenty Instruktora o specjalno?ci Karate Tsunami. Na ich podstawie mo?e zorganizowa? w?asn? sekcj? i samodzielnie prowadzi? zaj?cia Karate Tsunami. Dokumenty s? wa?ne na terenie ca?ej Unii Europejskiej.

KARATE TSUNAMI

Karate Tsunami (nazwa pochodzi od japo?skiego s?owa tsunami ♦ ♦portowa fala♦) ♦ styl walki opracowany w Polsce w 1979 roku na podstawie og♦nych regu? karate, z uwzgl?dnieniem wielu element♦ zaczerpni?tych z innych sztuk walki. Stworzony przez prawnika Ryszarda Murata 10 dan, kt♦y w stylu tym nosi tytu? s?ke (♦za?o?yciel, g?owa♦). Styl ukierunkowany jest przede wszystkim na nauk? samoobrony oraz na trening walki z kilkoma przeciwnikami, r♦nie? uzbrojonymi. Na treningach tsunami na du?? skal? stosuje si? nauk? samoobrony nie tylko z u?yciem w?asnego cia?a, ale r♦nie? wszelkich mo?liwych przyrz?d♦, zar♦no specjalnych, np. tonfa, nunczako, miecza itd., jak te? przypadkowych, np. no?a, kija, pa?ki, sierpa, ?opaty itd.

W zakresie technicznym charakterystycznymi cechami karate tsunami s?:

- wykorzystywanie wszelkich ruch♦ (odpowiednio przystosowanych) jako technik zaczepnych lub obronnych,
- nacisk na wykonywanie wszelkich technik z maksymaln? si?? i szybko?ci?,
- preferowanie ataku oraz agresywnych i brutalnych technik zaczepnych,
- w obronie ukierunkowanie na stosowanie specjalnie opracowanych zej?? z linii ataku oraz podw♦ne zabezpieczenie blokami.

Styl karate tsunami k?adzie tak?e wielki nacisk na doskonalenie si? duchowe i psychiczne ?wiczcych, poprzez wszechstronne stosowanie r♦nych ?wicze?, w tym zw?aszcza medytacyjnych i intelektualnych.

W aspekcie filozoficznym cechami karate tsunami s?:

- d??enie do r♦nowagi w rozwoju cia?a i ducha (w tsunami okre?lane terminem: bodai),
- podkre?lanie konieczno?ci dzia?ania w zgodzie z otoczeniem i regu?ami wsp♦ycia spo?ecznego (w tsunami okre?lane terminem: nehan).

Styl karate tsunami uprawiany jest w kilku o?rodkach w Polsce, a tak?e w r♦nych krajach w Europie, Afryce, Azji i Ameryce. [W stylu tym organizowane s? r♦nie? turnieje sportowe (w tym Mistrzostwa Polski i Mistrzostwa Europy), z rozgrywaniem szeregu konkurencji, w tym full contact kumite (walki z dopuszczeniem wszelkich mo?liwych technik wykonywanych z pe?n? si??).

[dokumenty/galeria/01062015/1.jpg](#),[dokumenty/galeria/01062015/male/1.jpg](#),Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
[dokumenty/galeria/01062015/2.jpg](#),[dokumenty/galeria/01062015/male/2.jpg](#),Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
[dokumenty/galeria/01062015/3.jpg](#),[dokumenty/galeria/01062015/male/3.jpg](#),Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
[dokumenty/galeria/01062015/4.jpg](#),[dokumenty/galeria/01062015/male/4.jpg](#),Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
[dokumenty/galeria/01062015/5.jpg](#),[dokumenty/galeria/01062015/male/5.jpg](#),Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";

dokumenty/galeria/01062015/6.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/6.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/7.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/7.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/8.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/8.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/9.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/9.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/10.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/10.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/11.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/11.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/12.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/12.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec";
dokumenty/galeria/01062015/13.jpg,dokumenty/galeria/01062015/male/13.jpg,Wycieczka gimnazjum pt. "Szlakiem Kamieni na Szaniec"}</p>