

Ju Jitsu ismertető

Kedves Barátunk!

Szeretettel köszöntünk a TATAMI CENTRUM vezetése nevében. E kis ismertetővel szeretnénk tájékoztatni mindarról, amit fontos tudni ahhoz, hogy el tudd dönteni, beiratkozol-e a klubunkba, mi szeretettel várunk!

A TATAMI CENTRUM tagjai az utóbbi két évben a FILA Grappling Világbajnokságokon **6 Világbajnoki címet szereztek**. Eddz együtt a Világbajnokokkal, próbáld ki magad, és ha igazán jó vagy, Te is kijuthatsz a Világbajnokságra!

Klubunk oktatója, sensei **Fekete Sándor** 2011 január végén a brazil ju jitsu Európa Bajnokságon csoportjában és abszolútban is 1. helyezést ért el, így **kétszeres Európa Bajnok** lett! Sőt 2012-ben újra Európa Bajnoki aranyat hozott!

További információkat szerezhetsz a honlapunkon: www.tatamicentrum.hu Eddigi rendezvényeinken készült képek (több, mint 20 ezer kép) és videók (több, mint 1000 film), a klub közel 25 éves története és sok minden más is fenn van.

Ju Jitsu

Szó szerint '**lág módszer**'-t, 'lág művészet'-t jelent. A lág megnevezés a kitérő, elvezető, 'fifikás' filozófiára utal. Kiejtése 'dzsudzsicu'. Írják ju jutsu, jiu-jitsu, jiujitsu, dzsiudzsicu formában is. Technikai gyűjtemény, a több száz éve távol keleten, Japánban kialakult önvédelmi és megelőző fogásokból áll. A pusztakezes védekezésre kényszerült földművesek által használt technikákat és az egyszerű házkörüli fegyverek használatát (bot, kés, kötél stb.) tartalmazza.

柔術

Mit ad nekünk a Ju Jitsu ?

- Mint minden sport, mozgás **javítja a fizikai állapotot**, erősebbé, gyorsabbá, hajlékonyabbá válik a gyakorlója, nő az állóképessége.
- A küzdő, konfliktusos helyzetek gyakorlásával levezeti az agressziót, növeli a magabiztosságot, **erkölcsi tartást ad**.
- **Hatékony önvédelem**, mely hozzájárulhat önmagunk, családjunk és értékeink megvédéséhez.
- **Megköveteli a pontos és kitartó munkát**, ugyanakkor az eredménye jól mérhető. Különböző fizikai képességeket nem kíván, ami azonban feltétlenül szükséges, az az **elhivatottság**, azaz a tudatos és rendszeres edzés.
- Kicsiknél (**Manó** csoport) játékos önfelelt foglalkozás, **játszva** tanulunk.
- Kiváló alapokat ad **Grappling, MMA, BJJ** versenyekre.

Alapvető különbség a versenysport és a harcművészet között

- **Versenysportnál** a cél a győzelem, mindent ennek rendelnek alá, ennek érdekében folynak az edzések, a versenyen alkalmazható technikákat gyakorolják és tökéletesítik a maximumig. A győztes versenyzők az igazán 'értékesek'.
- **Harcművészet** esetében az edzéseken nem csak a sportkörülmények közötti (teremben, tatamin, azonos súlycsoportú és nemű ellenféllel szemben) küzdelemre készülünk, hanem a különböző időjárású és talajviszonyok között, különböző ellenfelekkel szemben lezajlott küzdelemre. Mindenki a saját képességei és lehetőségei szerint halad előre az úton. Mindenki egyformán értékes, hiszen nem másokhoz, hanem mindig önmagához képest kell fejlődnie.

Kijelenthetjük, hogy a **Ju Jitsu harcművészet és nem versenysport**.

Miért indulunk mégis versenyeken?

- Állítjuk, hogy a Ju Jitsu hatékony és jól alkalmazható az önvédelemben is és a közelharcban is, így kötelességünk versenyeken indulni és ezt megmutatni.
- Fialatok, gyermekek esetében nagy a motiváló ereje a versenyzésnek. Rendkívül lelkesek és szívesebben edzenek, ha versenyre készülünk.
- A vereség és a győzelem elviselésével hozzájárul az erkölcsi tartáshoz.

Évente többször rendezünk ju jitsu versenyt, illetve minden év végén mi rendezzük a Nyílt Ju Jitsu Magyar Bajnokságot.

Vizsgarendszer

A Magyar Ju Jitsu Szövetség vizsgarendszerében 11 gyermek, hat tanuló és tíz mesterfokozat van a következő övszínekkel:

- gyermek I.-II. fokozat: fehér öv egy, kettő narancs csík 6 éves kortól
- gyermek III.-V. fokozat: narancssárga öv (egy, kettő lila csík) 7 éves kortól
- gyermek VI.-VIII. fokozat: lila öv (egy, kettő szürke csík) 9 éves kortól
- gyermek IX.-XI. fokozat: szürke öv (egy, kettő fehér csík) 11 éves kortól

- tanuló 6. kyu fokozat: fehér öv sárga csíkkal 13 éves kortól
- tanuló 5. kyu fokozat: sárga öv 14 éves kortól
- tanuló 4. kyu fokozat: zöld öv 15 éves kortól
- tanuló 3. kyu fokozat: kék öv 17 éves kortól
- tanuló 2. kyu fokozat: barna öv 18 éves kortól
- tanuló 1. kyu fokozat: barna öv egy fekete csíkkal 19 éves kortól

- 1. dan fokozat: fekete öv 21 éves kortól
- 2. dan fokozat: fekete öv két arany csíkkal 25 éves kortól
- 3. dan fokozat: fekete öv három arany csíkkal 30 éves kortól

Előmeneteli lehetőségek

Az új jelentkezőket 4 éves kortól veszünk fel. Februárban és szeptemberben a gyerek és felnőtt csoportba van felvétel és a tanulók évente vizsgázhatnak, bár az életkortól, a képességeiktől és az edzésre fordítható idejüktől függően ez eltérő lehet.

Néhány tipikus esetet szeretnénk itt bemutatni. Ha a kezdő tanuló

- 4-6 éves: Manó csoportba jár, és nem vizsgázik
- 7-11 éves: évente vizsgázhat a gyerekcsoportban
- 12-13 éves: félévenként vizsgázhat a gyerekcsoportban
- 14 év felett: felnőtt csoportban kezd, és évente-kétévente vizsgázhat.

Edzőruha

Az első edzéseken szabadidőruhában is részt lehet venni, ha nincs rajta gomb és zippzár. A Manócska csoportban ez maradhat végig. A gyermek és felnőtt csoportban legkésőbb a harmadik hónapban be kell szerezni a felvarrókkal ellátott edzőruhát.

Csoportjaink

Kecskemét

Oktatók: Shihan Berkes László 5. dan Mobil: 30/206-7078
A Magyar Ju Jitsu Szövetség elnöke
Sensei Fekete Sándor 1. dan Mobil: 30/2781-224
többszörös Európa és Világbajnok

Bányai dojo, Kecskemét Bányai Júlia Gimnázium 6000, Nyíri út 11. T:76/481-474
Edzések kedden és csütörtökön
Gyermek 17.30 - 19.00
Felnőtt 19.00 - 20.30

Hakkoda dojo, 6000 Kecskemét, Burga u. 1.
Manócska edzés kicsiknek hétfő 17.00-18.00

Hírös dojo, 6000 Kecskemét, M5 úton a TESCO körforgalom előtt
Küzdő edzés hétfőn, szerda, péntek 18.00-20.00

Orgovány

Oktató: Sensei Cseri József 1. dan Mobil: 30/90-81-901
Kétszeres Kempo Világkupa győztes

Orgoványi dojo, Általános Iskola 6077, Kossuth Lajos u. 62. Tel:76/376-235
Edzések hétfőn és csütörtökön 18.00-20.00

Beiratkozás

A beiratkozáskor a következőket kell a kapott szabvány borítékban leadni:

- Kitöltött és aláírt Adatlap és Nyilatkozat
- Két igazolvány fénykép kb. 4 cm x 4 cm méretű, hátán a névvel
- Éves szövetségi tagsági díj (teljes díj februárban, fele szeptemberben)
- Az első két havi díj (vagy öt havi befizetés 25% kedvezménnyel)

Várható költségek

- **Havi tagsági díj:** a TATAMI CENTRUM havi tagsági díja 8.100 Ft. Ha egy családból többen járnak, a második, harmadik stb. személy kedvezménye 50%, tehát nekik **4.050 Ft.** a havi tagdíj. Most 900 Ft kedvezményt adunk a teljes árból, azaz a kezdőknek is csak **7.200 Ft** a havi tagdíj és elengedjük a regisztrációs díjat, ami az első befizetésből közel 40%-os kedvezmény!
- **Éves szövetségi tagsági díj:** klubunk tagja a Magyar Ju Jitsu Szövetségnek, a 2012 évi szövetségi tagsági díj **5.000 Ft**, ezt a beiratkozáskor be kell fizetni.
- A **vizsga díja** megegyezik a havidíjjal. Erre is érvényes a családi kedvezmény, azaz a család második tagjának csak a felébe kerül.
- **Edzőruha:** mérettől függően kb. **13-18 ezer Ft.**, + **2.300 Ft.** hímzett emblémák.

Összefoglaló

Szeretnénk a kezdőknek nyújtott **próba edzésekkel** valamint ezzel a kis ismertetővel lehetőséget adni arra, hogy a különböző harcművészeti ágak közül választani tudjanak, eldönthessék, hogy klubunk és a ju jitsu megfelelő-e nekik. Minden edzésünket, vizsgánkat meg lehet nézni.

A tapasztalat azt mutatja, hogy azok a tanulók jutnak messzire, akik az egyéb lehetőségek megismerése után tudatosan döntöttek mellettünk. Nem könnyű az út, amit kínálunk, de aki kitartó, annak a jellemén, a konfliktusos helyzetekhez való viszonyulásán idővel ez meglátszik. Nem harcosokat szeretnénk nevelni, hanem önmagukkal és környezetükkel **harmóniában élő** embereket.

Ez ugyanis a JU JITSU igazi célja.

Kecskemét, 2012. február 1.



Berkes László 5.dan

