

# 松濤館世界協会

S H O T O K A N   W O R L D   O R G A N I Z A T I O N



KONGRES EUROPEJSKI I II PUCHAR „DOBREJ WOLI”  
22 - 24 LISTOPADA 2013



# SHOTOKAN WORLD ORGANIZATION

*Shotokan World Organization* jest organizacją **karate shotokan**, która postawiła sobie za cel wprowadzenie karate w XXI wiek. Nasza wizja karate opiera się na trzech filarach budując pomost między nimi. Są to:

**tradycja - współczesność - przyszłość**

## Tradycja

Karate jest starą „sztuką walki” wywodzącą się z Chin oraz Okinawy, posiada swoją historię, tradycję, zasady i specyficzne techniki. **Powstało jako system samoobrony.**

## Współczesność

W karate wyrażona jest jego metodyką i nowoczesnymi formami nauczania. *Karate shotokan* jest najlepiej opracowanym systemem wychowawczym i sportowym. **Posiada filozofię, treść, dobre przepisy zawodów i opracowane naukowo metody treningowe.**

## Przyszłość

Chcemy zachować i rozwinąć stare, skuteczne techniki, edukacyjny charakter i specyfikę karate, aby nie dopuścić do degradacji sztuki walki. Jednocześnie **przystosowaliśmy tradycyjne formy „kata” i ich interpretacje do wymogów dzisiejszego świata**, dbając o to, by były skuteczne, logiczne i pełniły swoje funkcje jako wychowanie fizyczne, samoobrona oraz sport.

Robert Sworek 7 DAN  
Założyciel i Prezes  
Shotokan World Organization

więcej na [www.karateswo.org](http://www.karateswo.org)



**22 - 24**  
**LISTOPADA 2013**

**POZNAŃ**  
**POLSKA**

**Miejsce Kongresu**

**Sala gimnastyczna Liceum im. Św. Marii Magdaleny**  
ul. Garbary 24  
61-867 Poznań POLAND

**Kontakt**

**mobile:** +48-886-702-701  
**office:** +48-616-393-408  
**e-mail:** office@karateswo.org

więcej na [www.karateswo.org](http://www.karateswo.org)

# KONGRES EUROPEJSKI PUCHAR „DOBREJ WOLI”

Szanowny Kolego,

pragniemy zaprosić Cię na II Kongres Europejski oraz Puchar „Dobrej Woli” w *karate shotokan*.

Jest to drugi zjazd międzynarodowy naszej Organizacji dlatego mamy nadzieję, że zaszczycisz nas swoją obecnością. Miedzy innymi przez wysoką frekwencję Polaków możemy pokazać Europie siłę Shotokan World Organization!

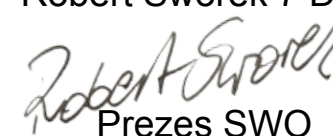
W Kongresie wezmą udział instruktorzy z kilku państw europejskich, między innymi z: Anglii, Włoch, Niemiec, Litwy, Łotwy i Rumuni. Dlatego również liczymy na Ciebie i Twoich instruktorów.

Po Kongresie zostanie rozegrany Puchar, w którym może startować każdy kto wykaże „dobrą wolę”. Ma on na celu prezentację i „przetestowanie” nowej formuły rozgrywania turniejów.

Myślę, że Kongres i Puchar są również dobrą okazją do integracji naszego polskiego środowiska karate z europejskim.

Do zobaczenia na Kongresie!

Robert Sworek 7 DAN



Prezes SWO

# KONGRES EUROPEJSKI, TERMINARZ, OPŁATY

## 22 Listopada 2013 (Piątek)

20:00-22:00 szkolenie sędziowskie

## 23 Listopada 2013 (Sobota)

10:00 – 13:30 pierwszy trening

14:00 – 15:30 obiad

16:00 – 18:30 drugi trening

20:00 do nocy impreza

## 24 Listopada 2013 (Niedziela)

10:00 – 12:30 Puchar „Dobrej Woli”

Udział w Kongresie Europejskim kosztuje 100 zł (członkowie SWO) lub 150 zł (reszta). Start w Pucharze „Dobrej Woli” jest darmowy.

Nocleg w *Honbu Dojo* jest darmowy.

Prosimy **potwierdzić** swoje uczestnictwo do **10 listopada 2013 r.**

Jeżeli wybieriecie na nocleg „Opcję przyjacielską”, również prosimy o potwierdzenie do 10 listopada 2013 r.

Na Kongresie pragniemy zaprezentować **nasze podejście** do *kihonu*, *kata* i *kumite*. Chcemy zaprezentować **naukową metodykę** każdej z tych form treningowych. Dodatkowo zaprezentujemy **logiczne interpretacje kata**, które nic nie zmieniają w formie (*embusen*) i ruchach. Zaprezentujemy również jak dostosować trening poszczególnych form do **kreowania umiejętności walki**, tak, żeby np. techniki *kumite* wynikały z *kata* i *kihonu* i na odwrót.

W czasie Kongresu odpowiemy na pytania:  
**Dlaczego karate kata są takie ważne?**  
**Po co powstało pięć kata Heian?**  
**Czy kata są realistyczne?**  
**Co oznacza „ikken hissatsu”?**  
**Dlaczego Hangetsu jest kata oddechowym?**  
- i wiele innych.

# PUCHAR „DOBREJ WOLI”

*Turnieje karate* w dotychczasowym kształcie były nieco za długie i przez to nieatrakcyjne dla widza, który na dodatek słabo orientował się w zawiłościach technik, przepisów i sędziowania.

Aby wyłonić najlepszego zawodnika *karate* **Shotokan World Organization** postanowiła zorganizować **wielobój** (*fukugo*). Polega on na rywalizacji we wszystkich konkurencjach po kolei. **W każdej rundzie przed zawodnikiem stają coraz trudniejsze wyzwania.** Aby osiągnąć sukces należy wykazać się kompleksową znajomością sztuki.

Wszystkie zawody *karate* rozgrywane były dotychczas w konkurencjach: *kata* – pokaz technik, *kumite* – walka sportowa (bezpśrednia). **Shotokan World Organization** dołożyło do rywalizacji **konkurencję *tameshiwari*** (test siły), aby wykazać siłę ciosów *karate*. Właśnie z powodu ogromu tej siły w prawdziwym *karate* nie stosuje się walk pełnokontaktowych.

Turniej jest swego rodzaju „sitem”, które wylania najdoskonalszego zawodnika. Rozgrywany jest systemem pucharowym bez repasaży. To z kolei ogranicza czas trwania całości turnieju i dodaje mu atrakcyjności. Zwycięzca tego typu zawodów zdobywa podziw i szacunek oraz może powiedzieć o sobie,  
**że jest prawdziwym Mistrzem!**

# PUCHAR „DOBREJ WOLI” - REGULAMIN

## ELIMINACJE

W pierwszej rundzie rozgrywane jest *shitei kata* (*kata* z grupy *Heian*). Wyczytani zawodnicy zajmują miejsca na planszy i wykonują *kata* zalecone przez sędziego głównego. Po wykonaniu *kata* i orzeczeniu werdyktu opuszczają miejsce startu. W wypadku remisu sędzia zarządza wykonanie drugiego *kata* jeśli to nie przyniesie zwycięstwa należy podjąć decyzję przez wskazanie.

## 1/8 FINAŁU

W drugiej rundzie zawodnicy startują w konkurencji *kumite* do jednego *ippon* (*shobu ippon* - 2 minuty efektywnej walki), w przypadku remisu sędzia ogłasza dogrywkę (2 minuty do pierwszego trafienia), gdy walka nie zostanie rozstrzygnięta w dogrywce należy orzec zwycięstwo przez wskazanie.

## 1/4 FINAŁU

W trzeciej rundzie zawodnicy wykonują *kata*, podobnie jak w pierwszej, ale o wyższym stopniu trudności (*kata* z zakresu wymagań na 1 *dan* - *Bassai Dai*, *Kanku Dai*, *Jion*, *Enpi*); w razie remisu zawodnicy wykonują *kata Hangetsu*. *Kata* te są

przypisane do odpowiedniego miejsca drabinki startujących, czyli zawodnicy od momentu losowania wiedzą jakie będą wykonywać *kata* w razie zwycięstwa w II rundzie.

## 1/2 FINAŁU

Analogicznie - jak w drugiej rundzie.

W zależności od ilości startujących dzieli się ich na grupy. Zwycięzcy biorą udział w Finale.

## FINAŁ

W finale zawodnicy wykonują *tokui kata*. Pokaz *kata* oceniany jest metodą punktową przez pięciu sędziów. Wygrywa ten zawodnik, który uzyska wyższą średnią z trzech środkowych ocen, dwie skrajne zostają odrzucone.

W przypadku remisu decyduje o zwycięstwie dogrywka w formie *tameshiwari* lub pokazu *kata* (*kata* inne niż wykonywane w Finale).

W przypadku *tameshiwari* pierwszy rozbija deski ten zawodnik, który jako ostatni wykonywał *kata*. Aby wygrać musi rozbić więcej desek od przeciwnika. Deski muszą być rozbijane techniką *seiken tsuki* (uderzenie proste pięścią).

# ZAKWATEROWANIE

Podajemy trzy możliwości noclegu:

## Opcja przyjacielska

**Nocleg w *Honbu Dojo* jest darmowy.** Zapewniamy spanie na *tatami*, ale z własnym śpiworem, ręcznikiem itp. Prysznic, toaleta oraz możliwość zrobienia sobie kawy lub herbaty są zapewnione.

**adres:** ul. Św. Marcin 28; 61-805 Poznań POLAND

**tel. kom.:** +48 886-702-701

**e-mail:** office@karateswo.org

www.karateswo.org

## Opcja hostel

Polecamy dwa hostele:

### Blooms

**adres:** ul. Kwiatowa 2 61-881 Poznań POLAND

**tel.:** +48 61 22 14 448

**skype:** blooms.hostel

**e-mail:** info@blooms-hostel.pl

### La Guitarra

**adres:** al. Karola Marcinkowskiego 20a 61-827  
Poznań POLAND

**tel.:** +48 61 852 20 74

**e-mail:** poznan@lagitarra.com

## Opcja Hotel

Polecamy dwa hotele:

### Hotel Ibis

**adres:** ul. Kazimierza Wielkiego 23, 61-863 Poznań  
POLAND

**tel.:** +48 61 858 44 00

**fax:** +48 61 858 44 44

**e-mail:** H3110@accor.com

<http://www.ibishotel.ibis.com/pl/hotel-3110-ibis-poznan-centrum/index.shtml>

### Hotel Rzymski

**adres:** al. K. Marcinkowskiego 22 61-827 Poznań  
POLAND

**tel.:** +48 61 852 81 21

**tel. kom.:** +48 601 839 508

**fax:** +48 61 852 89 83

**e-mail:** hotel@rzymski.pl

www.hotelrzymski.pl



**Shotokan World Organization**

**Honbu Dojo**

ul. Św. Marcin 28

61-805 Poznań

POLAND

**mobile:** +48-886-702-701

**office:** +48-616-393-408

**e-mail:** [office@karateswo.org](mailto:office@karateswo.org)

**web site:** [www.karateswo.org](http://www.karateswo.org)