

ŠKOLA TAEKWON-DO I.T.F. KARVINÁ



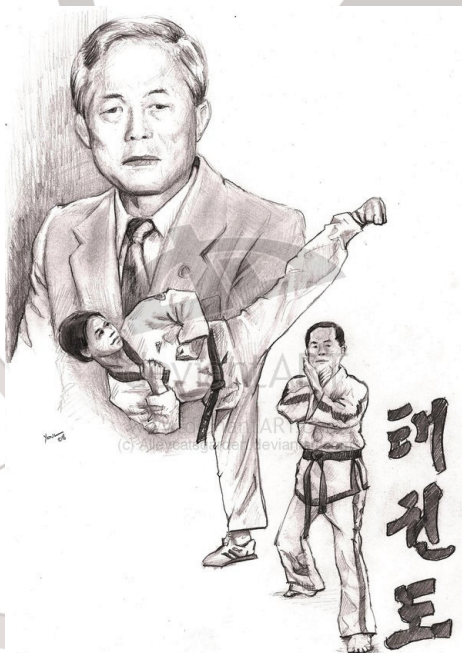
WWW.KARVINA.TAEKWONDO.CZ



BULLETIN 2013

HISTORIE TAEKWONDA

Historie Taekwon-Do je úzce spjata se životními osudy jeho zakladatele, **generála Choi Hong Hi**. Narodil se roku 1918 na území dnešní Severní Koreje. Věnoval se umění Taekyon a později i Karate, ve kterém dosáhl druhého danu. Během vyostřené situace za japonské okupace Koreje se angažoval v korejském hnutí za nezávislost. Po 2. světové válce započal kariéru v nově vzniklé korejské armádě. Stále více si začal uvědomovat potřebu vlastního korejského bojového umění, které by bylo jak ideově, tak i technicky nadřazeno japonskému Karate. Začal tedy systematicky vyvíjet techniky pro nové bojové umění. To – teď již generál – Choi pojmenoval roku 1955 Taekwon-Do. V tomto roce také Taekwon-Do oficiálně vzniká a posléze se dostává do světa. O jeho rozšíření se má postarat skupina instruktorů, na jejichž vytrénování generál Choi velmi dbal. Do České republiky se Taekwon-Do dostává až během 80. let 20. století. Od roku 1987 pak má Česko svého vlastního instruktora, **velmistra Hwang Ho-Yonga** (IX.dan), jenž patří mezi osobnosti světového významu v tomto bojovém umění.



HISTORIE TAEKWONDA

Smyslem taekwonda bylo vytvořit velice účinné umění sebeobran, které by se dalo použít v dnešní moderní době 21. století a které má možnost naučit se každý (v rámci svých schopností, samozřejmě). Neméně důležitým prvkem výuky je však také aspekt morálních principů, mezi které patří mj. **zásady a slib taekwonda** (viz níže).

1. Budu dodržovat zásady Taekwon-Do
2. Budu respektovat instruktora a sonbe
3. Nikdy Taekwon-Do nezneužiji
4. Budu bránit svobodu a spravedlnost
5. Budu vytvářet mírovější svět

ZÁSADY TAEKWONDA

1. zdvořilost (jei): Studenti taekwonda by měli praktikovat zásady zdvořilosti (zdravit, respektovat, rozumně ustupovat aj.), aby si vybudovali ušlechtilý charakter

2. čestnost (jomcchi): Člověk musí být schopen správně rozlišit dobré a špatné a má-li špatné svědomí, měl by se cítit vinen. Netolerují se podvody, lži, trénování kvůli materiálnímu zisku aj.

3. vytrvalost (inne): Tak jako v životě, chce-li člověk něčeho dosáhnout, ať už je to dokonalost techniky nebo mistrovský stupeň, musí si stanovit svůj cíl a potom v cestě za jeho dosažením vytrvat.

4. sebeovládání (kukki): Lao-c' praví: „Silnější je ten, kdo zvítězí sám nad sebou, než ten kdo zvítězí nad druhým.“ Ztráta sebekontroly při sportovním boji se může stát nebezpečnou jak pro studenta taekwonda, tak pro jeho soupeře. Taekwondista musí být schopný ovládat své emoce jak v tělocvičně, tak mimo ni.

5. nezkrotný duch (pekol pulgul): Setká-li se taekwondista s nespravedlností, měl by se snažit o nápravu, a to beze strachu a váhání, s nezkrotným duchem, bez ohledu na to, kdo je jeho protivník a v jakém počtu.

ŠKOLA TAEKWON-DO ITF KARVINÁ

Taekwon-Do ITF Karviná je oddíl sdružující přes padesát taekwondistů na území bývalého okresu Karviná. V Karviné působí od založení v roce 2002, v Havířově pak od roku 2006.

Jeho začátky spadají ale až do konce minulého tisíciletí, kdy Kamil Šamal, tehdy cvičící ve Frýdku-Místku, poznal pány Gottwalda, Pietrowského, Rubera a Havránka, kteří chtěli, aby je někdo trénoval. Kamil učil ostatní základy taekwonda na podzim roku 1999 v malém karvinském bytě Martina Gottwalda. Koncem roku už cvičili v první tělocvičně. V roce 2000 se k nim přidávali další jejich přátelé. Své umění předvedli téhož roku na 1. exhibici v KD Družba. Zájem o TKD byl velký. Karvinská pobočka měla brzy 60 členů. Mirek Sýkora, tehdejší vedoucí oddílu ve F-M naléhal, aby se Karviná osamostatnila. Podmínkou svazu však byl Kamilův černý pás. Ačkoliv se na pozici trenéra zprvu necítil, získává nakonec Kamil 6.10.2002 černý pás a 9.12. (úmyslně 9 – magické číslo orientu) vzniká ITF Karviná. O čtyři roky později se již úspěšný karvinský oddíl rozšiřuje do města Havířova, kde vytváří novou, početnou členskou základnu. V roce 2012 se oddíl rozšířil do čtyř dalších obcí: Šenova, Petřvaldu, Vrátimova a Řepiště. Letos otvírá pobočku také v Ostravě-Porubě.

VEDOUcí ODDÍLU

Zakladatelem a vedoucím oddílu je Ing. Kamil Šamal (II.dan). Po své vlastní závodní kariéře (mj. absolutní mistr ČR 1998) se začal věnovat v Karviné trenérské praxi. Několikrát dostal nabídku na post trenéra české reprezentace.

ODKAZY

Oddílové stránky:

www.karvina.taekwondo.cz

 facebook:

Taekwon-do ITF Karviná

Liga taekwon-do ITF:

www.ligataekwondo.cz

Český svaz tkd ITF:

www.taekwondo.cz

REPREZENTANTI ČR



Ilona Hambergerová

Íla patří k našim nejúspěšnějším reprezentantkám. Pravidelně si odváží cenné kovy z domácích i mezinárodních soutěží. Jejimi letošními úspěchy jsou zejména 1. místo ze speciálních přerážecích technik na ME Slovinsko a 3. místo ve sportovním boji na MS Bulharsko. Od září začne v Ostravě-Porubě, coby trenérka předávat své bohaté zkušenosti mladým taekwondistům.



Adam Chlebek

V letošním roce se zařadil do seniorské kategorie české reprezentace, kde ho čeká velká konkurence. Jeho talent se však nedá popřít. Jako juniorský reprezentant získal mnoho ocenění. V minulém roce na ME 2012 obsadil 1. místo z technických sestav I.dan, na MČR 2012 1. místo ve sportovním boji a 2. místo ze speciálních přerážecích technik.



Jakub Jonšta

Kuba je nováčkem v české juniorské reprezentaci a na svou účast ve světové soutěži zatím čeká. Na domácí půdě má však za sebou řadu úspěchů. Mezi nejnovější patří 1. místo ze sportovního boje na MČR 2012 a zlato z boje na Czech Open 2013. Mužeme se tak těšit na jeho výkony i za hranicemi naší vlasti.

TRÉNINKY A KONTAKTY



PŘEDSEDA ODDÍLU

Ing. Kamil Šamal (II. dan)
trenér závodčáků v Karvině a Havířově

ADRESA

U lesa 868, Karviná - Ráj, Karviná,
734 01

IČO

26609517

ČÍSLO ÚČTU

86-6023740287/0100

PORUBA



Ing. Kamil Šamal

tel.: (+420) 774 745 306



TRÉNINKY

ÚT	-	17:00-18:30	(dětí do 13 let)
ČT	-	17:00-18:30	(nad 14 let)
PÁ	-	16:00-17:30	(dětí do 13 let)
NE	-	19:30-20:30	(nad 14 let)

PASKOV



Jana Hoňková

tel.: (+420) 731 454 193



TRÉNINKY

PO	-	18:30-20:00	(všichni)
----	---	-------------	-----------

KARVINÁ



Kamil Pietrowski
tel.: (+420) 774 421 174



TRÉNINKY

- | | | | |
|----|---|-------------|------------------|
| PO | - | 17:00-18:30 | (všichni) |
| ST | - | 17:00-18:30 | (závod'ák) |
| ČT | - | 17:30-19:00 | (dětí do 13 let) |

HAVÍŘOV



Adam Chlebek
tel.: (+420) 777 796 707



TRÉNINKY

- | | | | |
|----|---|-------------|------------------|
| ÚT | - | 18:00-19:30 | (všichni) |
| PÁ | - | 17:00-18:00 | (dětí do 13 let) |
| | - | 18:00-19:30 | (nad 14 let) |
| NE | - | 17:00-18:30 | (závod'ák) |

VRATIMOV



Ing. Kamil Šamal
tel.: (+420) 774 745 306



TRÉNINKY

- | | | | |
|----|---|-------------|-------------|
| ÚT | - | 17:00-18:30 | (všichni) |
| PÁ | - | 18:00-19:30 | (přípravka) |

ŘEPIŠTĚ



Jana Hoňková
tel.: (+420) 731 454 193



TRÉNINKY

- | | | | |
|----|---|-------------|-----------|
| PO | - | 16:30-18:00 | (všichni) |
|----|---|-------------|-----------|

SOUTEŽE PRO ODDÍL

Pro oddíl také pořádáme své vlastní soutěže:

- na každém soustředění 1 závodní den
- Mistrovství Evropy, tak trochu jinak
- Vánoční soutěž
- Fotografická soutěž

Na každých závodech se snažíme udělat kategorie tak, aby v nich bylo co nejvíce dětí a zároveň má vždy každý min. 2 zápasy. Tedy už od bílého pásu si mohou vyzkoušet atmosféru závodů, včetně sportovního boje.



POZOR SOUTĚŽ!!!

Kdo přitáhne nejvíce nováčků, kteří nejpozději na letním soustředění udělají zkoušky na bíložlutý pásek (min.5)

Dostane karvinský dobok, tašku, triko, mikinu a 10% slevu na soustřední



NESOUTĚŽNÍ AKCE



Oddíl každoročně pořádá pravidelná soustředění s bohatým tréninkovým programem, zábavou, výlety a novými zážitky s kamarády. Součástí jsou i zkoušky na vyšší pásy.



Abychom si občas oddechli od městského smogu, podnikáme výpravy do hor společně s rodiči a přáteli. Překážkou nejsou ani horké letní dny - výšlap absolvujeme v noci.



Naši sportovci posilují kondici i mimo TKD tréninky. V červenci se tak v hojném počtu zúčastnili Městského běhu Karvinou 2013, kde všichni splnili své ambice.



Snažíme se dělat lekce pokaždé jinak, neotřele a zajímavě. Velmi atraktivní jsou letní tréninky venku, což umožňuje podívanou pro celé okolí. Letos se uskutečnil také první trénink s rodiči, který měl velmi pozitivní ohlas.



LIGA TAEKWON-DO ITF

Druhý ročník ligy v Taekwon-do ITF je 6i kolová soutěž, která probíhá v 6 městech Moravy. Korejské bojové umění sebeobrany se prezentuje v nejatraktivnější formě a to soutěží v matsogi (sportovní boj) týmu v městech Frýdek-Místek, Brno, Opava, Třebíč, Olomouc a Havířov.

V ČR se jedná o ojedinělý projekt. České Taekwon-do ITF patří mezi nejlepší na světě, což potvrzuje každý rok na mistrovstvích Evropy i světa. Právě tato atraktivní liga, ve které startují reprezentanti ČR a tedy aktuální či bývalí medailisté z ME a MS, slouží k propagaci tohoto bojového umění.



Tímto projektem zároveň chceme pomoci handicapovaným dětem. Letošní rok pomáháme 10 letému Pavlu Matejíčkovi, který bojuje se silnou mozkovou obrnou a dále spolupracujeme s nadací Krtek.



Součástí tohoto projektu je „Pyramida mistrů“, ve které startují jen nejlepší taekwondisté z ČR a zahraničí.

Jsou před námi ještě 3 kola, kdy nejbližší je 14.9. v Třebíči, 19.10. v Olomouci a velké finále 14.12. v Havířově. Nenechte si ujít pořádnou dávku adrenalinu!

Více informací na www.ligataekwondo.cz

 Moravská liga Taekwon-do ITF



10

FAN CLUB

Díky lize se začal tvořit také stálý fan club karvinského taekwonda, který podporuje naše borce v této unikátní soutěži. Nejen fyzická příprava, ale i podpora publika velmi ovlivňuje výkony. Není náhodou, že věrní diváci objíždějí se svým týmem všechna města. Souboje, které se odehrávají na tatami zajišťují jedinečnou podívanou.

Také vy můžete okusit atmosféru soutěže a rozšířit řady našeho fan clubu. Máte možnost si také zakoupit dresy, mikiny a sportovní tašky v barvách svého týmu.

Pro skalní příznivce tu jsou fanouškovské karty, které nabízejí velké výhody pro jejich držitele.

Zlatá karta: 800 Kč / 920 Kč (dres XXS, XS, S / M, L, XL), v ceně je předplatné na 6 kol + dres, sleva 350 Kč na mikinu a 10% na oddílové výrobky

Stříbrná karta: 700 Kč / 820 Kč za předplatné 5 kol + dres, sleva 250 Kč na mikinu a 5% na oddílové výrobky

Bronzová karta: 600 Kč / 720 Kč, cena zahrnuje předplatné na 4 kola + dres a slevu 150 Kč na mikinu



Fan club karvinského taekwonda

Střediska talentované mládeže sdružují nejšikovnější mladé taekwondisty regionu do 18 let za účelem dalšího sportovního rozvoje. Zabraňuje se tak izolaci v jednotlivých mateřských oddílech. Členové mohou pravidelně cvičit s výkonnostně perspektivními jedinci daného regionu, zlepšovat své schopnosti i vědomosti a ty zpětně přenášet do své mateřské školy, čímž roste celková úroveň všech. Cílem je připravit ty nejlepší na vstup do reprezentace ČR.

Podmínkou členství je pravidelná účast bojovníka na závodních trénincích.

Tréninky STM Severní Moravy na 11. ZŠ ve Frýdku-Místku:

21.9.2013

od 9:15 - 11:15 žáci / od 11:15 - 13:15 junioři

5.10.2013

od 9:15 - 11:15 žáci / od 11:30 - 13:15 junioři

12.10.2013

od 9:15 - 11:15 společný trénink

od 12:00 - 14:00 jen týmy, od 12:00 obě tělocvičny

13.10.2013

od 9:15 - 14:00 jen týmy, obě tělocvičny

19.10.-20.10.2013

setkání STM - OSTRAVA BONVER ARÉNA

23.11.2013

od 9:15 - 11:15 hod. žáci / 11:15 - 13:15 junioři

14.12.2013

závěrečné setkání - společné (bude upřesněno)

EXHIBIČNÍ TÝM

Úkolem exhibičního týmu je prezentace taekwon-da a jeho šíření veřejností, zejména ve školách.

Vedoucím týmu je náš úspěšný reprezentant Adam Chlebek.



Adam Chlebek



Jan Muller



Oliver Ženatík



Daniel Labudek



Jakub Jonšta



Ondrej Papšík



Marie Hanischová



**Beata Kurtišová
Izabela Kurtišová**

ZÁVODY 2013

14.9.2013 (Třebíč)

4. kolo Ligy Taekwon-do

5. - 6.10.2013

Brno TEAM OPEN 2013

19.10.2013 (Olomouc)

5. kolo Ligy Taekwon-do

8. - 10.11.2013 (Nymburk)

Mistrovství České republiky

19. - 20.10.2013 (Ostrava)

2. kolo celorepubliového setkání STM

29. - 30.11.2013

Třeboň OPEN 2013

14.12.2013 (Havířov)

Závěrečné kolo Ligy Taekwon-do



VŠEOBECNÉ INFORMACE PRO NOVÉ ČLENY

- 1) Na cvičení si noste sportovní oblečení nejlépe s dlouhými rukávy (později dobok)
- 2) Speciální oblečení (dobok a pásek), je možno si objednat u trenérů
- 3) Cvičí se naboso, pouze v případě zdravotních komplikací se povoluje speciální obuv
- 4) Zájemci mladší 15-ti let budou přijímáni pouze s písemným souhlasem minimálně jednoho z rodičů (v přihlášce)
- 5) Nezapomeňte pravidelně kontrolovat internetové stránky oddílu na webu www.karvina.taekwondo.cz – novinky, reportáže, fotky!

ZÁKLADNÍ NÁZVOSLOVÍ

Sonbenim ke kjonge – pozdrav cvičenci s vyšším technickým stupněm
Ke kjonge – pozdrav cvičenci se stejným technickým stupněm
Fube ke kjonge – pozdrav cvičenci s nižším technickým stupněm
Pusabonim ke kjonge – pozdrav 1. – 3. Danu
Sabonim ke kjonge – pozdrav 4. – 6. Danu
Sonbe – cvičenec s vyšším technickým stupněm
Charyot – povel „do pozorů“
Sijak – start
Kurjong macho – povel „na počítání“
Balgode – výměna nohou
Kjode – změna
Do jang – tělocvična
Jirugi – úder
Tearigi – sek
Makgi – blok
Mikulgi – přiskok
Son – ruka
Bal – noha
Sonkal - malíková hrana ruky
Tul – sestava
Ap – vpřed
Yop – stranou
Dwit – vzad
Tearugi – sek
Sambo matsogi – tříkrokový sparring
Ibo matsogi – dvojkrokový sparring
Ilbo matsgoi – jednokrokový sparring
Twimyo – výskok
Tora - otočka

ZKOUŠKY, POPLATKY

Systém technické vyspelosti v TKD:

V Taekwondu existuje deset žákovských stupňů a devět mistrovských stupňů (černý pás).

9.-7.kup (bíložlutý až žlutozelený pás) 300 Kč

6.-5.kup (zelený až zelenomodrý pás) 350 Kč

4.-3.kup (modrý až modročervený pás) 400 Kč

2.-1 .kup (červený až červenočerný pás) 450 Kč

Význam barev žákovských stupňů

Bílý pásek znamená nevědění, neznalost technik, začátek učení.



Žlutý pásek symbolizuje semínko, semínko stromu našich znalostí.



Zelený pásek znamená první klíček, první lístky, pokroky při cvičení.



Modrý pásek značí růst k obloze, znalosti studenta rostou, zlepšují se.



Červený znamená první plody. Student již zná některé nebezpečné techniky, ale mohou být zatím nebezpečné i pro něho samého.



Černý pásek symbolizuje opak bílé, naplněnost a schopnost umět bojovat i v temnotě strachu.



ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY

Havířov, Karviná, Poruba

- 4000 Kč/rok
- 400 Kč/měsíc
- Druhý člen rodiny: 300 Kč/měsíc nebo 3000 Kč/rok
- Třetí člen rodiny: zdarma! (pouze poplatky svazu)

Vratimov

- 150 Kč/měsíc
- 2000 Kč/rok
- Poplatek DDM Vratimov 900 Kč/půlrok (při jednorázovém zaplacení poplatku za celý rok: 1 700 Kč/rok)
- Nováček neplatí 1.měsíc měsíční poplatek 150Kč, ale pouze 200 Kč na vyřízení svazové průkazky! Měsíční poplatek až od dalšího měsíce.
- Druhý člen rodiny: zdarma! (pouze poplatky svazu a DDM Vratimov)

Řepište, Paskov

- 100 Kč/měsíc
- Poplatek DDM Vratimov 900 Kč/půlrok (při jednorázovém zaplacení poplatku za celý rok: 1 700 Kč/rok)
- Nováček neplatí 1.měsíc měsíční poplatek 100Kč, ale pouze 200 Kč na vyřízení svazové průkazky! Měsíční poplatek až od dalšího měsíce.
- Druhý člen rodiny: zdarma! (pouze poplatky svazu a DDM Vratimov)

Další důležité informace:

- V ročním členském příspěvku je i registrační poplatek do Českého svazu Taekwon- Do ITF (300 Kč) na rok 2013 a všechny absolvované zkoušky + pásek!
- V měsíčním členském příspěvku to tak není!
- Splatnost měsíčních plateb je do 20. dne každého měsíce!
- Platí se za členství, nikoliv za tréninky!!!

KARVINÁ, SOŠ OCHRANY OSOB MAJETKU
PONDĚLÍ
19:00 - 20:00 KICKBOXAEROBİK
STŘEDA
19:00 - 20:00 KRUHOVÝ TRÉNINK

1. HODINA ZDARMA

OSTRAVA, SOŠ OCHRANY OSOB MAJETKU
ÚTERÝ
19:00 - 20:00 KICKBOXAEROBİK
20:00 - 21 :00 KRUHOVÝ TRÉNINK
ČTVRTEK
20:00 - 21:00 KICKBOXAEROBİK
PÁTEK
18:00 - 19:00 KRUHOVÝ TRÉNINK



Chcete se dostat do formy, vyplavit pořádnou dávku endorfinu, ale na taekwon-do se úplně necítíte? Máte možnost vyzkoušet nevěštní druhy cvičení díky projektu ZAMAKEJ SI! V nabídce je dynamický kickboxaerobik a posilovací kruhové tréninky.

Evidenční karta člena Českého svazu Taekwon-Do ITF

Jméno a příjmení	Rodné číslo										
	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> </tr> </table>										
Trvalé bydliště	tel.:										
Škola Taekwon-Do	Od roku :										

Souhlasím s tím, aby ČST ITF zpracovával a evidoval mé osobní údaje poskytnuté v souvislosti s mým členstvím v Taekwon-Do ITF. Dále souhlasím s tím, že ČST ITF je oprávněn poskytovat mé osobní údaje do centrální evidence ČSTV (identifikace sportovce při soutěžích apod.) Údaje je ČST ITF oprávněn zpracovávat a evidovat i po ukončení mého členství v ČST ITF.

Prohlašuji, že jsem byl řádně informován o všech skutečnostech dle ustanovení § 11 zák. č. 101/2000 Sb.

Dne

Podpis

Příhláška člena školy Taekwon-Do ITF Karviná

Tel.: 774 745 306 Internet: <http://www.karvina.taekwondo.cz> E-mail: kamil.samal@gmail.com

Jméno a příjmení :

Rodné číslo (nutné pro evidenci v ČSTV) :

Bydliště:

PSČ : e-mail :

tel. : Zdravotní omezení :

Potvrzuji, že nemám další zdravotní omezení a mohu se účastnit výuky Taekwon-Do.

O náboru jsem se dozvěděl/a prostřednictvím (zakroužkujte Vaši odpověď, prosím):

- a) kamaráda (koho?) b) exhibice c) internetu d) letáku
e) jinak

Souhlasím se zpracováním a evidencí osobních údajů, dle zák. č. 101/2000Sb. a se zveřejňováním fotek pořízených na akcích tkd, k propagaci našeho oddílu.

Datum :

Podpis člena :

Podpis rodiče u členů mladších 15-ti let :

PARTNEŘI

Velké poděkování patří našim partnerům, kteří se rozhodli podpořit oddíl finančně či věcnými dary. Bez nich by většinu programu nebylo možno uskutečnit a velmi si vážíme jejich pomoci.



ŠKOLA TAEKWON-DO I.T.F. KARVINÁ

WWW.KARVINA.TAEKWONDO.CZ