

KORZYŚCI Z UPRAWIANIA KARATE SĄ NIEZLICZONE

Rozmowa z Santo Torre

SANTO TORRE – pochodzący z Sycylii mistrz karate. W powszechnej opinii najlepszy trener karate kata na świecie. Przed tygodniem ten znakomity trener gościł w Ostrzeszowie, prowadząc tutaj seminarium karate, w którym wzięli udział karatecy z klubu HITOTSU i wielu reprezentantów Polski. Choć program seminarium był dość bogaty, mistrz znalazł czas, by udzielić wywiadu dla czytelników „Czasu Ostrzeszowskiego”.

Czy możliwe, by przy okazji takich seminariów mógł Pan też coś skorzystać, czegoś się nauczyć?

Oczywiście, prowadząc takie zgrupowania czy seminaRIA, sam się uczę. To jest tak samo jak z lekarzem, który z każdą operacją poprawia swe umiejętności.

Czego może nauczyć karate?

Karate powstało jako dyscyplina sportu mająca poprawić nam zdrowie, kondycję. Niestety, kino i reklama sprawiły, że karate postrzegane jest jako dyscyplina sprawiająca kłopoty. Owszem, służy do obrony, zdarza się, że musimy zastosować sztuki tej walki na zewnątrz, ale głównym naszym przeciwnikiem jesteśmy my sami. Trzeba umieć zwyciężyć, zrozumieć samych siebie. Tego właśnie uczy karate, oprócz nauczania tego, w jaki sposób zadać cios.

Czy musiał Pan kiedykolwiek użyć swych umiejętności na ulicy?

Powiedzmy, że wtedy, kiedy byłem młody i głupszy. Gdy wdajemy się w bójkę – nie ma zwycięzców. Konsekwencje takiej bójki są niszczące dla obu stron. A wracając do pytania – to owszem, zdarzyło mi się bić z rówieśnikami.

Co sprawiło, że wybrał Pan właśnie tę dyscyplinę sportu?



Pewnie to, że byłem niespokojnym młodzieńcem. Zaczęłem ćwiczyć karate w wieku 10 - 11 lat, żeby być jeszcze silniejszy. To chyba dotyczy wszystkich. Miałem naprawdę szczęście, ponieważ moja historia jest specyficzna – w wieku 14 lat wyjechałem z domu na Sycylii aż do Mediolanu. Przebywałem 1500 km od mojej rodziny, tylko po to, aby ćwiczyć karate u japońskiego mistrza. To dzięki niemu zacząłem uprawiać ten sport. Z biegiem czasu zmieniała się moja koncepcja karate. Już nie zależało mi tak bardzo na uzyskaniu większej siły, potrzebnej do wszczynania bójek. Z początku uprawialiśmy tę dyscyplinę sportu po to tylko, żeby móc się bronić, zaniebując aspekt podstawowy, czyli korzyści psychofizyczne, jakie uprawianie karate z sobą niesie, korzyści fizyczne i umysłowe. Dodam,

że również moi trzej synowie uprawiają karate.

Czy to oznacza, iż byli „skazani” na tę dyscyplinę sportu?

Nigdy w żaden sposób nie naciskałem na synów, by uprawiali karate. Osiągnęli najwyższe laury, zdobyli tytuły mistrzów. Teraz mają swoje rodziny, pracę, ale powtarzają, że dzięki karate byli w stanie stawić czoła sytuacjom, z którymi przyszło im się mierzyć. Jeden z synów uczy się na pilota samolotu, drugi chce zostać agentem... Znajomość karate bardzo pomaga w uprawianiu tych zawodów.

Czy karate jest we Włoszech sportem popularnym wśród młodzieży?

Jest popularne, ale mogłoby zyskać jeszcze większą popularność, gdyby powszechna była wiedza o korzyściach, jakie dla zdrowia ducha i ciała ten sport z sobą niesie. Zapraszam pediatrów, ortopedów, psychologów, żeby przyrzekli się tej dyscyplinie. Korzyści płynące z uprawiania karate w dowolnym wieku są niezliczone.

Na jakim poziomie w świecie i Europie są Polacy?

Znacznie powyżej średniej. Od jakiegoś czasu przyjeżdżam do Polski na zaproszenie pana prezesa i spostrzegam, że Polacy są na dobrym poziomie i zdobywają czołowe miejsca na zawodach międzynarodowych. Owszem, patrzę na technikę, ale zwracam też uwagę na to, czy ćwiczący wykonują swe zadania z pasją. Tutaj to zaangażowanie dostrzegam jeszcze bardziej niż u nas. Zawsze uważałem Polaków za ludzi traktujących poważnie to, co robią. Na Sycylii mam swój klub i przez cztery lata sekretariat prowadziła pani Agnieszka – Polka, osoba bardzo rzetelna. Zwykle staram się utrzymywać kontakty z oso-

bami, które są dobrymi ludźmi. Wtedy to jest przyjemność.

Czy w gronie ćwiczących tu zawodników są, według Pana, kandydaci na mistrza świata?

Oczywiście, chociażby ci ćwiczący w pierwszym rzędzie – kadrowicze, to zawodnicy na doskonałym poziomie. Każdy z nich może zdobyć tytuł.

A jak wygląda Pański zwykły dzień, dzień mistrza?

O ósmej jestem już w klubie i przebywam tam do dziesiątej wieczorem. Wracam tylko na dwie godziny do domu, żeby coś zjeść. Nie ma miejsca, w którym jadłbym lepiej niż w domu. Nie powinno to dziwić, bo nasza włoska kuchnia jest cudowna.

Czy zdążył Pan już coś w Ostrzeszowie zobaczyć?

Jeszcze nie, ale postaram się coś obejrzeć. Jestem osobą, którą trzeba trochę zachęcić do zwiedzania.

Gdyby znów zorganizowano tu semi-

narium karate, czy możemy liczyć na Pański kolejny przyjazd?

Oczywiście, przyjadę. Przy okazji chciałbym podziękować panu Janowi Zielińskiemu. Zawsze mi się podobała jego praca z karatekami, a teraz jeszcze zorganizował świetną rzecz.

Dziękuję za rozmowę.

K. Juszcak

*SONO ULTRAFELICE
BI ESSERE QUI OSPITE
DI QUESTE MAGNIFICHE
PERSONE -- --
LA POLONIA E' BELLISSIMA
E LE PERSONE ANCORA DI PIU'*

Jestem ogromnie szczęśliwy, że mogę być gościem tak wspaniałych osób. Polska jest przepiękna, a jej mieszkańcy jeszcze bardziej.



Klubowe Mistrzostwa Wielkopolski Juniorów i Juniorów Młodszych

Sezon lekkoatletyczny w pełni. Nasi zawodnicy praktycznie co tydzień biorą udział w zawodach różnej rangi. Tym razem 11 i 12 maja br. lekkoatleci LKS „ORKAN” Ostrzeszów rywalizowali w Poznaniu o medale Klubowych Mistrzostw Wielkopolski. Młodzi sportowcy potwierdzili wysoką formę, jaką zaprezentowali dwa tygodnie wcześniej podczas Mistrzostw Wielkopolski LZS, zdobywając na stadionie TS Olimpia 8 medali:

Medal złoty:
Norbert Piekieni - 2000m z przeszkodami - 6:42,32 s (rz)

Medale srebrne:
Małgorzata Wysota - 400m - 1:00,16 s (rz)
Żeńska sztafeta 4x100m w składzie: M. Sztuder, A. Wojtkowska A., M. Tomaszewska, M. Wysota - 51,75 s
Sztafeta żeńska 4x400m w składzie M. Sztuder, A. Wojtkowska, M. Tomaszewska, M. Wysota - 40:20,06 s

Medale brązowe:
Marcelina Sztuder - 3000m - 11:11,39 s (rz)
Patrycja Niełacna - rzut oszczepem -

31,00m (rz)
Hubert Duś - pchnięcie kulą - 11,55m (rz)
Sztafeta męska 4x100m w składzie: P. Piątek, K. Gawełek, F. Przybyłek, Ł. Połóska, - 48,92 s
Warte odnotowania są także wyniki piątej w biegu na dystansie 400m ppł Małgorzaty Wysoty, uzyskała ona wynik 1:07,87 s, czas ten to nowy rekord powiatu na tym dystansie,



oraz rezultat Miłozza Pietruchy, który w rzucie dyskiem 1,5kg osiągnął wynik 41,86m, co daje Miłozzowi uzyskanie III klasy sportowej.

Minimum Młodzieżowych Mistrzostw Polski wypełnione oraz kolejny rekord powiatu!

W ten sam weekend, dwoje innych zawodników LKS „ORKAN” startowało podczas mityngu LA we Wrocławiu. Ze znakomitej strony zaprezentowała się Agnieszka Jeziorna, uzyskując wynik 24,94 s w biegu na dystansie 200m. Wynik ten daje Agnieszcze awans do Młodzieżowych Mistrzostw Polski, które odbędą się 29 - 30 czerwca w Bydgoszczy. Agnieszcze zabrakło jedynie czterech setnych do uzyskania I klasy sportowej, ale wynik ten jest nowym rekordem powiatu, który wcześniej wynosił 25,24 i należał do tej samej zawodniczki. Kto śledzi wyniki ostrzeszowskich lekkoatletów na łamach naszej gazety, zapewne pamięta, że tydzień wcześniej Agnieszka pobiła także rekord powiatu na dystansie 300m (40,71).

W tych samych zawodach udział wzięł Mikołaj Jakóbczak, nasz młody wieloboista, który podczas rozgrywania sześcioboju zdobył 3413pkt - wygrał aż 5 z 6 konkurencji i tym samym zdeklasował przeciw-



ników. Obecnie zarówno wynik Agnieszki, jak i Mikołaja znajdują się na 2. miejscach w ogólnopolskich tabelach lekkoatletycznych, odpowiednio w kategorii U23 i w kategorii młodzika.

Wyjazdy na zawody finansowane były między innymi ze środków pozyskanych z Funduszu Inicjatyw Obywatelskich w Warszawie.

WEŹ UDZIAŁ W PROJEKCIE

LEK

NA BEZROBOCIE

BEZZWROTNE DOTACJE NA OTWARCIE DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ!!!

CZY ZAMIESZKUJESZ POWIAT KĘPIŃSKI, KROTOSZYŃSKI, OSTROWSKI LUB OSTRZESZOWSKI?

ZOSTAŁEŚ/AŚ ZWOLNIONY/A I NADAL NIE PRACUJESZ?

PRZYJDŹ DO NAS !!!

OTRZYMAJ 40 000 ZŁ

REKRUTACJA DO PIERWSZEJ GRUPY PROWADZONA BĘDZIE 28.05.-11.06.2013

WIĘCEJ INFORMACJI:
Eurocentrum Innowacji i Przedsiębiorczości
tel./fax 62 736 10 27
ul. Budowlanych 5, 63-400 Ostrów Wielkopolski

KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

EP

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

www.euro.ctiw.pl/lek

II MISTRZOSTWA OSTRZESZOWA W PŁYWANIU

KRYTA PŁYVALNIA OCEANIK, UL. KĄPIELOWA 4A, 63-500 OSTRZESZÓW

09.06.2013

Program zawodów:
08:00 - 08:45 - rozgrzewka
09:00 - starty indywidualne (konkurencje 1-12)
12:00 - uroczyste otwarcie zawodów dekoracja (konkurencje 1-12)
12:30 - starty indywidualne (konkurencje 13-23)
14:30 - dekoracja (konkurencje 13-23)
16:30 - uroczyste zakończenie zawodów

Więcej informacji na stronie:
www.mksocceanik.pl

W zawodach mogą brać udział zawodnicy z roczników 1997-2006. Zgłoszenia dla zawodników indywidualnych do dnia 04.06.2012 do godz. 20:00 pod nr tel. 791143021 lub na e-mail: mksocceanik@wp.pl
Dla wszystkich uczestników przewidziane są pamiątkowe koszulki.
Opłata startowa dla zawodnika wynosi 25zł.

OCEANIK

AKME

SUD FM

OSTRZESZOWSKI

mamotato

UNIBEL

anc