

in

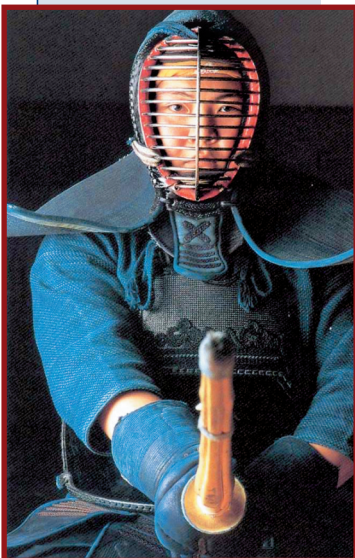
## AKCE

**13. Pražský pohár  
KENDÓ TÓRUA GIGY  
2004**

22. – 24. října  
Největší akce Kendó v České republice si získala poměrně velikou mezinárodní prestiž. Letošní ročník přislíbilo účast několik zkušených zahraničních učitelů, aby vedli seminář Kendó pro začátečníky i pokročilé a zajistili kvalitní úroveň turnaje.

## Program:

- Pátek 22. 10.  
17 – 18.30 Trénink Kendó pro začátečníky (základy), 19 – 20 Volný trénink (dži-geiko) pro pokročilé
- Sobota 23. 10.  
9 – 12 Seminář Kendó (základy, cvičení v bōgu), 14 – 17 Seminář Kendó (kendo kata, cvičení v bōgu, dži-geiko)
- Neděle 24. 10. 2004  
9 – 18 Pražský Pohár Kendó Tórua Gigy 2004



Sportovní centrum České zemědělské univerzity  
Kamýcká 1073, 165 00  
Praha 6 – Suchbátka  
Ze stanice metra Dejvická  
busem 107 nebo 147 na  
zastávku Kamýcká.

- [www.prague-kendo-cup.euweb.cz](http://www.prague-kendo-cup.euweb.cz)
- [www.kendo.euweb.cz](http://www.kendo.euweb.cz)
- [www.kendo.or.jp](http://www.kendo.or.jp)

# Kendó: cesta meče



FOTO: ARCHIV

**V** dlouhých sutanách a kuklách z jejich těl nezaehlédnete prakticky vůbec nic, připomínají spíše nějaké podivné včelaře klonované s postavami z Hvězdných válek. Tito zvláštní těžkooděnci jsou vyznavači sportu zvaného kendó. Japonského bojového umění, které zná tak trochu téměř každý, aniž by o tom vlastně věděl. Odkud? Přece, z filmů! Dříve totiž bojovníci nedrželi v rukou meč bambusový jako dnes, ale opravdový. Byli to legendární samurajové a právě z jejich způsobu boje se vyvinulo toto umění. Kendó znamená Cesta meče: „ken“ je meč a „dó“ způsob cesty.

Kendó se vyvinulo ze smrtícího šermířského boje, avšak pro mírové potřeby byl ocelový meč příliš nebezpečný. A tak se vymyslel bambusový meč shinai a také jakési brnění zvané bōgu. Proměna se odehrála někdy v 19. století.

Stejně jako ostatní bojová umění ani kendó není čistě jen o fyzické stránce, ale klade si vznešenější nároky. Jak tvrdí stránky České federace kendó, cílem je: "Formovat mysl a tělo, zušlechťovat silného ducha a správným a přesným cvičením usilovat o zdokonalení se v umění kendó, cítit lid-

skou laskavost a čest, stýkat se s ostatními s upřímností a vždy usilovat o zušlechťení sebe sama. Takto bude člověk schopen milovat svou zemi a společnost, přispět k rozvoji kultury a napomoci míru a štěstí mezi všemi lidmi."

## Obrana a útok

Při kendó je nesmírně důležitá reakce, rychlost úsudku a rozhodnutí a správné posouzení situace. V zápase musíte neustále svého soupeře sledovat, co nejrychleji reagovat na jeho pohyby a naskytne-li se příležitost, pak sami zaútočit.

Obrana i útok v kendó jako by až splývaly. Každý útočný pohyb musí být okamžitě doprovázen obranným, stejně jako z každé obranné pozice by měl bojovník umět bleskurychle přejít do útoku. Proto je velmi důležité naprosté soustředění a duševní koncentrace. Zápasy v kendó jsou vlastně nepřetržitým sledem útočných a obranných akcí.

Klíčový je také pojem ma-ai, označující udržení rozestupu od soupeře. Jiná vzdálenost je při obranných a jiná při útočných akcích. Pomocí ma-ai lze vylákat druhého do takové vzdálenosti, která se hodí právě vám. I tady platí, že proti-

klady se doplňují: je třeba být od soupeře co nejdál a zároveň co nejbližší.

## Brnění a bambus

Zmíněné „brnění“ bogu chrání hlavu, zápěstí a břicho. Skládá se z masky (men), chrániče hrudníku (do), rukavic (kote) a ještě jakési zástěry chránící břicho a boky (tare). Nohavicová suknice, která se nosí pod tím, se nazývá hakama. Bambusový meč (shinai) měří mezi 110 až 120 cm. Při správně vedeném úderu by měla protivníka zasáhnout jen horní třetina meče.

## Život nebo smrt?

Zatímco kendó se zrodilo asi před dvě stě lety, umění meče má na japonských ostrovech více než tisíciletou historii. Zvláště v 16. století to byla důležitá součást kultury: země zachvácená občanskými válkami se hemžila bojovníky, pro něž bylo ovládnutí meče otázkou života a smrti.

Tenkrát měl meč, coby prodloužená ruka samurajů, vlastně jediný cíl: zabít. Už tehdy se ale při výcviku užíval dřevěný meč a také se zrodily zásady pro ovládnutí meče – kata, z nichž se vychází dodnes. ●

ADÉLA POLÁKOVÁ

in

Magazín Hospodářských novin • Šéfredaktor listu: Roman Gallo • Vedení magazínu: Libor Ševčík, Jan Pergler • Grafika: Zuzana Michálková • Redakce: Dobrovského 25, 170 55 Praha 7, e-mail: in.hn@economia.cz, telefon: 233 073 118, fax: 233 072 060 • Příjem inzercí: Inzertní oddělení Economia a. s., Dobrovského 25, 170 55 Praha 7, telefon: 233 071 782 • Tisk: Moraviapress, a. s., Břeclav • Samostatně neprodejný