

## » Ju-jitsu



A dzsudzsicu (írd: Ju-jitsu!) több száz éves japán harcművészet. Szó szerinti fordításban "lágy művészet"-et jelent. A "Ju" szó lágy-ságot, finomságot, engedést, hajlékonyságot, rugalmasságot takar. A "Jitsu" értelme művészet, tudomány, hagyomány vagy fegy-

lem. Hogy mit eredményez, ha a kettőt összeeresztjük? Pusztakezes és eszközös technikákat, védekezéseket és támadásokat egyaránt. Ezen harcművészetből fejlődött ki a judo is. Karatét és judot meg már mindenki látott. Tehát elképzelhetitek, mi minden van itt: ütések, rúgások, dobások, és földharc. De az egész nem az erőfitogtatásról szól! Hanem lényege a feszültség, az agresszió levezetése, s mint a keleti harcművészetek általában: a lelki egyensúly megszerzésére, a harmónia fejlesztésére. Várnak minden érdeklődőt (kezdőket 7 éves kortól) a Tatami Centrum Harcművészeti Központ edzőtermeiben: a Bányai Júlia Gimnáziumban (30/2067078), Hetényegyházán a Napköziotthonos Óvodában (30/3377455), valamint Orgoványon az Általános Iskolában (30/9081901).

• csenki

KECSKEMÉT, NYÍRI ÚT 11.