



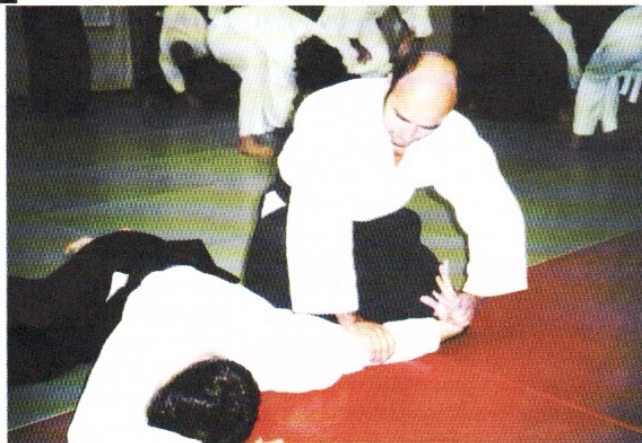
odovzdávať v krajine, kde sa narodil a kam sa po tridsiatich rokoch vrátil. Vo svojom dojo vyučuje okrem aikida pravidelne aj hojo. **Bližšie informácie získate priamo od Romana Lamoša** tel: 0905/657058

a tvrdo, urobíte techniku iba na slabšom súperovi, na silnejšom fungovať nebude. Ak však uprednostníte „baletný“, jemný prístup a uvoľníte sa dokážete po určitom čase cítiť súperovu energiu a naučíte sa ju aj usmerniť a ovládať. Takto sa postupne naučíte pracovať s akokoľvek silným súperom. Okrem toho sa vyhnete zraneniam, s ktorými sa často stretávajú študenti Aikido v tvrdom a silovom prevedení. Pred vstupom na tatami (žinenku) si treba uvedomiť, že nič nedostanete zdarma. Za každým majstrovstvom stoja roky,

V Bratislave vedie klub SAA pod názvom Aikido škola Bratislava Roman Lamoš, držiteľ technického stupňa 2. **DAN- Aikikai Hombu.** Aikido škola Bratislava vznikla v marci 1998, odkedy je aj členom SAA. Jej zakladateľom je Roman Lamoš, ktorý školu založil krátko po svojom návrate zo Švajčiarska, kde žil od roku 1968. Tu sa od roku 1991 venoval aikidu, bol členom aikido školy Basel a Švajčiarskej aikido asociácie (ASCA).

prípadne na mail musashi@napri.sk

Aikido, ktoré sa tu cvičí by sa dalo prirovnať k „baletu“. Na prvý pohľad toto prirovnanie evokuje neškodné bojové



umenie. To je omyl. Ak sa totiž tento „balet“ zrýchli stáva sa z neho veľmi účinné a nebezpečné bojové umenie. Okrem toho Aikido sa nedá učiť natvrdo

lepšie povedané desaťročia poctivého tréningu. Nejde o to byť najsilnejší, to ani nie je cieľom Aikido. Působenie tohto bojového umenia sa odráža skôr na rozvoji pozitívnych osobnostných kvalít. Praktikovaním Aikido sa naučíte ako predchádzať konfliktom v živote a ako žiť v zmysle Tu a teraz!

Jeho učiteľom bol Michele Quaranta, asistent technického riaditeľa SAA pána Mastomi Ikeda. Pravidelne sa zúčastňoval medzinárodných seminárov vo Švajčiarsku, Nemecku, Francúzsku a ČR vedených viacerými majstrami. Najbližším mu bol ale výukový systém p. Ikeda, ktorého dojo v Zürichu pravidelne navštevoval. Zúčastňoval sa letnej školy aikido a hojo, ktorá sa koná každý rok v októbri v južnom Talinsku pod vedením p. Masatomi Ikeda. Skúsenosti, ktoré nadobudol u p. Ikeda a p. Quarantu sa rozhodol ďalej

a nasilu. Jeho techniky sú totiž z prevažnej väčšiny postavené na využití rôznych druhov pák. Pokiaľ k nim pristupujete silou

