

# OBSAH

- David Dvořák:**  
Rád lezu do přestřelek, rád se štípu...  
(Marek Kožušník) 4
- Haidong Gumdo**  
– cesta korejského meče  
(Martin Zámečník) 14
- Mistrovský box na Mělníku  
(Jitka Nováková) 19
- 10 nejlepších filmů se Scottem  
Adkinsem  
(Lukrecius Chang) 20
- Aikidó:** Potřebujeme se navzájem  
(Martin Švihla) 22
- Potenciál cvičení taijiquan  
(Jan Pletánek) 26
- JKA karate:**  
Kadeti vybojovali na MS zlato v kumite  
(Marie Prajzlerová) 32
- Bojové koncepty** stylu Latosa Escrima  
(Zdeněk Koblíček) 34
- Rene Latosa:**  
„Každý bojovník si musí najít  
svou vlastní cestu...“  
(Marek Kožušník) 35
- Historie MMA (3):** Padouši a velikáni  
(Dan Barták) 44
- Okinawa kobudo** – nunchaku  
(Jan Kopecký) 46
- Pod pěti kruhy:**  
Světové taekwondo s námi musí počítat!  
(Petra Novotná) 52
- Česká asociace aikidó slaví 30. výročí  
(Pavel Skalický) 55
- Japonsko na vlastní kůži  
(Pavel Slavík) 56
- Zajímavé knihy, které stojí  
za to si přečíst  
(Martin Hradecký) 60
- Jak si užívat bojové sporty  
po celý život (2):**  
Magické chodidlo, nádech, výdech  
a umění relaxovat  
(Mediatým ČST ITF) 62
- Nihontō no teire** – údržba  
japonského meče  
(Pavel Slavík) 66
- Obrana proti útočníkovi s nožem  
(Martin Hradecký) 72

