

A KEMPO HIDAKAT ÉPÍT, NEM FALAKAT.

A 2012-ben alakult Budakeszi Kempo Iskola Se elnöke Sensei Szilágyi András, elnökhelyettese Lacza Ádám Illés. Az egyesület a Magyar Kempo Szövetség tagja.

A BKI Se elsődleges célja a kempo megismertetése és népszerűsítése Budakeszin és vonzaskörzetében, mert ez stílus a sablonos formákat elengedve azt tanítja, ami működik. Ugyan megtalálhatók benne a tradicionális karate bázisgyakorlatai és különböző ju-jitsu technikák, önvédelmében mégsem a szépségre, látványosságra, hanem a hatékonyságra törekszik. Az ütések, rúgások, védések, földreviteli és földharc technikák mellett megtanít fegyverek ellen is védekezni.

Az egyesület további célja a verseny és tömegsport iránti igények kielégítése. Tagjai között minden korosztály képviselteti magát. Az utánpótlás korú versenyzők rendszeresen részt vesznek hazai és külföldi rendezvényeken, ahol dobogós helyezéseket érnek el. Az „idősebb” korú (40-50 éves) tanulók is az általában kemény edzéseken jó fizikai és szellemi kondícióra tesznek szert, amit az élet más területein is sikeresen tudnak alkalmazni. Javul a koncentráció és egészségesebbek lesznek. A rendszeres sportolás kiegyensúlyozottabbá tesz és a közös munka során nő a csapat együttműködő készsége, hozzáállása, összekovácsolódnak, hisz a cél közös!

Egy Kempoka mondatait idézve: „2-3 hónap után már alkalmazható. A fájdalomküszöböd nagyon kitolódik, az önbizalmad maximális lesz. Kőkemény leszel. Az egyetlen küzdősport, aminek érelmét látom, és tényleg élvezem.”

