

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Filozofická fakulta

Katedra asijských studií

BAKALÁŘSKÁ DIPLOMOVÁ PRÁCE

Kendó a jeho pojetí ve sportovních klubech v České republice

The Concept of Kendō in Czech Sport Clubs

OLOMOUC 2020 Jakub Bačo

Vedoucí diplomové práce: doc. Mgr. Ivona Barešová, Ph.D.

(kopie zadání)

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou diplomovou práci vypracoval samostatně a uvedl veškeré použité prameny a literaturu.

V Olomouci dne 11. 12. 2019

.....

Podpis

Anotace

Jméno a příjmení autora: Jakub Bačo

Název katedry a fakulty: Katedra asijských studií, Filozofická fakulta

Název diplomové práce: Kendó a jeho pojetí ve sportovních klubech v České republice

Název v angličtině: The Concept of Kendō in Czech Sport Clubs

Vedoucí diplomové práce: doc. Mgr. Ivona Barešová, Ph.D.

Počet stran: 48

Počet znaků: 63 819

Klíčová slova: *Kendó*, *kendžucu*, *budó*, *dódžó*, bojové umění, japonská kultura, Česká republika.

Cílem této bakalářské práce je poskytnout odpověď na otázku, zdali *kendó* přispívá k šíření a poznání japonské kultury v České republice. V první části se práce zaměřuje na dějiny japonského šermu, od počátečních zmínek v historii, až po současnost. Dále je zde představena současná podoba *kendó* a popis průniku *kendó* do České republiky. Druhá část obsahuje souhrn dat z dotazníkového šetření, grafy a jejich popis. Poslední kapitola se zabývá shrnutím výsledků, využívá získané informace k analýze celkového přínosu *kendó* pro české sportovní kluby. Zprostředkovává pohled jednotlivých členů na toto bojové umění, analyzuje, jakým způsobem *kendó* napomáhá k šíření japonské kultury v České republice.

Zde bych rád poděkoval vedoucí práce doc. Mgr. Ivoně Barešové, Ph.D. za její nekonečnou trpělivost, laskavý přístup a velice cenné rady, které mi poskytla během psaní této práce. Zároveň bych chtěl poděkovat Martinovi a Miriam Formánkovým za jejich pomoc při tvorbě dotazníku a svému bratrově za jeho podporu.

Obsah

Seznam grafů	8
Seznam tabulek	8
Ediční poznámka.....	9
1 Úvod.....	10
2 Dějiny kendó.....	12
2.1 Počátek samurajů	12
2.2 Období šógunátu Muromači (1336-1573).....	13
2.3 Období válčících států.....	13
2.4 Období Edo (1603-1868)	14
2.5 Období 1868-1952	15
2.6 Kendó po okupaci	16
3 Současná podoba kendó.....	18
3.1 Vybavení	19
3.2 Příprava na trénink	19
3.3 Průběh tréninku	20
3.3.1 Waza	21
3.3.2 Kata.....	22
3.4 Závody a turnaje.....	22
3.5 Zkoušky a technické stupně	24
4 Vznik a vývoj kendó v České republice	25
4.1 Česká dódžó	25
4.1.1 Bílina	26
4.1.2 Brno	26
4.1.3 České Budějovice	26
4.1.4 Frýdek-Místek	26
4.1.5 Hradec Králové.....	27
4.1.6 Olomouc	27
4.1.7 Ostrava.....	27
4.1.8 Praha	28
4.1.9 Zlín	28
5 Analýza dat	29
5.1 Seznam otázek.....	29
5.2 Výsledky	31

6 Shrnutí výsledků	41
7 Závěr	42
Abstract	44
Seznam použitých zdrojů a literatury	45
Knihy a odborné články	45
Elektronické zdroje	46
Přílohy.....	48
Tabulky technických stupňů kendó.....	48

Seznam grafů

Graf č. 1: Věkové kategorie respondentů.	31
Graf č. 2: Rozdělení respondentů podle dódžó	32
Graf č. 3: Je kendó Váš první tradičně japonský bojový sport/umění?	32
Graf č. 4: Jiné aktivity.....	33
Graf č.5: Doba cvičení	33
Graf č. 6: Technické stupně	34
Graf č.7: Frekvence tréninků	34
Graf č. 8: Pořádání akcí	35
Graf č. 9: Pořádání akcí netýkajících se kendó	35
Graf č. 10: Účast na školení/seminářích aj. (mimo závodů).....	36
Graf č. 11: Vyhledávání akcí konaných japonskými učiteli.....	36
Graf č. 12: Zájem o jiné kulturní aktivity	37
Graf č. 13: Účast na turnajích	37
Graf č. 14: Informační zdroj	38
Graf č. 15: Počáteční motivace	38
Graf č. 16: Zájem o japonskou kulturu prostřednictvím kendó	39
Graf č. 17: Současná motivace	39

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Minimální požadovaná doba cvičení pro získání technického stupně.....	48
Tabulka č. 2: Minimální časový odstup od konání poslední zkoušky	48
Tabulka č. 3: Výjimky pro žadatele, jež dosáhli věku 60 let.....	48

Ediční poznámka

Při přepisu japonských slov a jmen používám českou transkripci. Názvy organizací ponechávám tak, jak jsou uvedeny na jejich oficiálních stránkách. Japonská terminologie, kromě vlastních jmen, názvů oddílů, technických stupňů a zeměpisných názvů, je vyznačena kurzívou.

1 Úvod

Ve své práci se zabývám tradičním japonským bojovým uměním zvaným *kendó*, což v doslovném překladu znamená „cesta meče“. *Kendó* se řadí mezi tradiční japonská bojová umění neboli *budó*, stejně jako *džúdó*¹, *aikidó*², *sumó*³, *karatedó*⁴, *kjúdó*⁵, *džúkendó*⁶, *naginatadó*⁷ a *šórinđzi kenpó*⁸. Hlavní filozofií těchto moderních *budó* je propojit ducha a tělo, docílit tím posílení obou navzájem, a dovolit tak lidské bytosti zdravě se rozvíjet pro své dobro, stejně tak, jako pro dobro celého světa (Bennett 2015, 5).

Kendó, jak ho známe dnes, vzniklo na počátku 20. století syntézou tradičních japonských škol specializovaných na souboj s mečem. Lze ho rozdělit na dvě části. V té první se cvičí za využití ochranného brnění, na němž jsou definovány platné zásahové plochy. Na tyto plochy se poté speciálním bambusovým mečem provádějí předepsaným způsobem seky a bodnutí. V druhé části se využívá dřevěného meče svým tvarem napodobujícího opravdový meč (katanu). Toto cvičení obsahuje soubor figur, které se provádí postupně (czech-kendo 2019).

Práce je rozdělena celkem na čtyři hlavní kapitoly. V první kapitole se zabývám historií a tradicí boje s mečem, a to od počátku samurajů, až po skončení americké okupace po druhé světové válce. Dále zjišťuji, z jakých tradičních kulturních hodnot *kendó* vychází a jakým způsobem je spjato s japonskou kulturou a historií.

Ve druhé kapitole se soustředím na současnou podobu *kendó*. Popisuji zde vznik organizací věnujících se definování jeho podstaty a významu v dnešní době, zdali v sobě zachovalo ony tradiční hodnoty a jakou formou je cvičicím předává. Stručně zde představuji vybavení, průběh tréninku a přípravy na něj. Nechybí zde ani popis turnajů, závodů, jejich pravidel a v neposlední řadě také zkoušek a technických stupňů, které jsou v *kendó* užívány.

¹ „Jemná cesta.“ (ijf.org 2019).

² „Cesta harmonie“ (midwestaikidocenter.org 2019)

³ Typ japonského souboje v těžké váze (ifs-sumo.org)

⁴ Nauka sebeobrany bez použití zbraní. „Cesta prázdné ruky“ (ajka-i.com 2019).

⁵ „Cesta luku“ (kjudo.cz 2019)

⁶ „Cesta bajonetu“ (jukendo.info 2019)

⁷ „Cesta halapartny“ (czech-kendo.cz 2019)

⁸ „Šaolinský chrámový box.“ Modifikovaná verze šaolinského kung-fu (shorinjikempo.cz 2019)

Třetí část pojednává o počátku a vývoji organizací zastřešujících *kendó* v České republice. Jsou zde také uvedeny a stručně představeny významné české kluby, jež jsou jejich členy.

V poslední kapitole se zabývám tím, jak praktikování tohoto umění ovlivňuje české kendisty. Pomocí dotazníkového šetření se snažím zjistit, co bylo jejich motivací začít a dále pokračovat ve cvičení a jaký přínos v něm spatřují. Hlavně však, jestli je samotné *kendó* nějakým způsobem kulturně obohatilo, či zda se jeho prostřednictvím začali více zajímat o japonskou kulturu, například o historii, jazyk, zvyky, nebo jiná tradiční japonská umění.

2 Dějiny kendó

V této kapitole jsou uvedeny počátky umění boje s mečem, které vedly k vývoji jednoho z nejspecifičtějších a nejpropracovanějších bojových umění na světě, *kendó*. Je zde uvedena jeho historie od období Heian (794-1185) až po americkou okupaci (1945-1952).

2.1 Počátek samurajů

Abychom porozuměli, co *kendó* vlastně znamená, musíme nejdříve porozumět tomu, z čeho vzešlo a jak se vyvíjelo. Název již napovídá, že se jedná o metodu zacházení s mečem. Nicméně samotné zacházení s mečem je pouze jedním ze tří milníků na této cestě. Dalšími z nich jsou cesta těla a cesta mysli (Ozawa 2005, 8). Počátky *kendó* lze sledovat již ve středověku kolem 10. století (Ozawa 2005, 10). Některé zdroje však uvádí, že se mohlo jednat již o století 9. či dokonce dříve (např. Bennett 2015, 26). V té době se začaly formovat v oblasti Kantó ozbrojené skupiny známé jako *mono-no-fu* nebo *cuwamono*⁹. Postupně, v průběhu 10. – 12. století, se do těchto skupin začali začleňovat i muži z ostatních oblastí. Lidem soustředěným do těchto skupin se říkalo *ie-no-ko* nebo *ródó*, v překladu přívrženci, nebo také vazalové (Ozawa 2005, 10).

To, že si jednotliví vlastníci půdy museli najímat ozbrojené družiny, aby ochránili svůj majetek, vedlo k narůstající moci těchto pánů a jejich soukromých armád (Bennett 2015, 27). S narůstajícím počtem příslušníků těchto bojových skupin se vytvořila jistá hierarchie a začala se formovat první nepsaná pravidla a normy týkající se toho, jak by se měl správný válečník v daných situacích zachovat ke svému pánu nebo nepříteli a jakým způsobem by měl svůj život vést. Vytvořila se takzvaná Cesta bojovníka, která se později stala základem pro kodex *Bušidó*¹⁰ (Ozawa 2005, 10). Neustálé rozbroje mezi jednotlivými mocnými rody (nejvýznamnějšími a také nejmocnějšími byly ve 12. století rody Taira neboli Heike a Minamoto neboli Gendži) vedly k pokroku ve způsobu vedení války, stejně tak jako ve způsobu nahlížení na ty, kteří ji vedou (Turnbull 1996, 12). Rod Taira byl nakonec poražen rodem Minamoto u Dan-no-ura. V roce 1192 byl Joritomo,

⁹ Oba názvy lze chápat ve smyslu válečníka nebo vojáka (Ozawa 2005, 10).

¹⁰ Morální kodex samurajů, doslova cesta válečníka. Prvním autorem zabývajícím se konceptem *bušidó* byl Jamaga Sokó v 17. století (Turnbull 1996, 153).

hlava rodu Minamoto, prohlášen za *šóguna* a začal formovat vládu, v jejímž čele již nestál civilní vládce, ale vrchní velitel vojsk (Bryant, McBride 1989, 11).

2.2 Období šógunátu Muromači (1336-1573)

Přestože si dnes již každý spojuje japonského válečníka s mečem, jenž se stal jejich symbolem, původně tito elitní válečníci preferovali luk. Vyvinuli speciální techniku, při které mohl jezdec střílet přímo za jízdy. To ovšem neznamená, že se meče vůbec nepoužívaly. Jelikož se jednalo o jezdecké válečníky, používali meč zvaný *tači*¹¹.

Ve válečných kronikách zvaných *gunkimonogatari* se uvádí, že před samotnou bitvou mezi dvěma nepřátelskými družinami probíhaly souboje jednoho proti jednomu, jak za pomoci luku, tak i meče. Těmto soubojům se říkalo *ikki-uči*¹². Během těchto soubojů měli válečníci jedinečnou příležitost získat nejenom přízeň svého pána a čest pro sebe i svůj rod, ale i nedocenitelné zkušenosti. Na začátku takového souboje vyzýval bojovník svého protivníka ze znepráteleného vojska tím, že uvedl své jméno a uvedl seznam svých úspěchů, načež mu protivník odpověděl stejným způsobem. To zaručovalo, že se v souboji setkali pouze stejně vážení válečníci (Turnbull 1996, 10, 25, 26).

2.3 Období válčících států

Století neustálých bojů mezi jednotlivými knížectvími, známé jako Období válčících států (1467-1568), poskytlo další důvod k rozvoji souboje muže proti muži. Ruku v ruce s tímto vývojem vznikala spousta nových technik a rozšířil se počet mistrů, kteří je vyučovali. V tomto období vznikly tři významné školy. Jedná se o školy *Tenšinšó-den-katori-šintó-rjú* (dosl. „Přímé a správné učení božstva ze svatyně *Katori*“), kterou založil Iizasa Čóisai, dále *Kage-rjú* (dosl. „Škola stínu“), jejíž zakladatelem byl Aisu Ikósaí a školu *Ittó-rjú* (dosl. „Škola jednoho meče“), na jejíž počátku stál Čúdžó Hjógono-kami Nagahide. Každý daimjó¹³ měl na svém dvoře vlastní mistry. Nicméně i ti se

¹¹ Dlouhý jezdecký meč (Turnbull 1996, 26).

¹² Doslova osobní souboj, duel (Turnbull 1996, 27).

¹³ Feudální pán (Turnbull 1996, 49).

hlásili k různým školám a dbali na to, aby znalosti a techniky byly předány správně a pouze v rámci jejich skupin (Ozawa 2005, 11).

Nesmíme zapomínat, že každý, kdo sloužil v armádě, nemusel být nutně samuraj neboli buši¹⁴. Stejně tak na to, že každý samuraj nemusel být nutně válečníkem. Členové této společenské skupiny se od zbytku lišili tím, že jejich pozice byla dědičná, na rozdíl od ostatních, kteří byli do svých politických nebo vojenských služeb jmenováni. Tato ideologie se postupem času rozvinula v myšlenku oddělit je od ostatních, jako byli rolníci, řemeslníci a kupci. Ke konci 16. století se tak cvičení bojového umění stalo naprosto výlučně povinností a privilegiem samurajů, zapříčinil to také edikt (*Katanagari-rei*), který roku 1588 vydal Tojotomi Hidejoši. Zabraňoval komukoliv, kdo nebyl samuraj, vlastnit zbraň (Bennett 2015, 29-30). V tomto období došlo k vylepšení techniky zpracovávání kovu, což vedlo k radikální změně výstroje, která nyní byla lehčí. To spolu se zkušenostmi získanými během válečného konfliktu vedlo k vytříbení umění výroby mečů, a tím i technik jejich používání. Dodnes jsou tyto techniky předávány prostřednictvím škol *Šinkage-rjú* (dosl. „Nová škola stínu“) a *Ittó-rjú* (kendo.or.jp 2019). Při cvičeních se používaly *tači* a dřevěné meče (*bokutó*), avšak stále žádná výstroj (Ozawa 2005, 11).

2.4 Období Edo (1603-1868)

V tomto období Japonsko konečně zažívá po dlouhé etapě nepokojů a bojů mezi jednotlivými vlivnými klany relativní mír a jednotu. Tento mír vedl k tomu, že se mnozí samurajové začali zabývat nejenom tím, jak co nejlépe posloužit svému pánu, jak za něj zabít a, pokud to okolnosti budou vyžadovat, za něj i zemřít, ale snažili se hledat návod, jak pokorně žít a dále prohlubovat své umění boje (*budžucu*). Tato doba je charakteristická vznikem různých publikací, které se právě tímto tématem zabývají. Jedná se například o *Heihó Kadenšo*¹⁵ od Jagjú Munenoriho, *Ken to Zen* (dosl. „Meč a Zen“), kterou sepsal Tokugawa Iemicu a v neposlední řadě také o Musašiho *Gorinnošo* („Kniha pěti kruhů“) (kendo.or.jp 2019).

¹⁴ Výraz označující válečníka (Turnbull 1996, 22).

¹⁵ „Dědičná kniha umění války“ (Bennett 2015, 61)

Navzdory tomu, že již nedocházelo k ozbrojeným konfliktům takového rozsahu, jako tomu bylo dříve, jednotlivé školy stále pokračovaly ve zdokonalování svých technik a způsobů tréninku. Mistři svým žákům předváděli *kata*¹⁶ a údery se cvičily do stromů. Při zápase (*šiai*) se používaly buď *bokutó* nebo skutečné meče. V této době začaly vznikat jednotlivé tělocvičny (*dódžó*) a začala se zdokonalovat i výstroj. V 18. století se trénink již téměř podobal tomu, jak se cvičí dnes. Tento styl se však stal cílem v té době oprávněné kritiky. Hlavní myšlenkou nácviku boje totiž bylo „vítězství znamená přežití, prohra znamená zemřít“. Proto byl takovýto výcvik kvůli své nepraktičnosti během opravdového konfliktu znevažován (Ozawa 2005, 11).

Vývoj dále pokračoval a na začátku 19. století se začaly objevovat další prvky výstroje, jež se více podobaly těm současným. Do této doby používaný *fukuro šinai*, tedy bambusový meč obalený v pytli, nahradil *jocuwari šinai*, tvořený 4 bambusovými štěpy svázanými dohromady. Také se začal užívat hrudní krunýř *dó* (viz kapitola výstroj). Ve stejné době si získala pozornost tři *dódžó*, *Renpeikan* (dosl. „Dům vojenského výcviku“), vedené Saitó Jakuróem, *Šigakkan* (dosl. „Škola pro samuraje“), vedené Momoi Šunzóem a *Genbukan* (dosl. „Síň černé želvy“), které vedl Čiba Šúsaku. Právě Čiba se pokusil systematizovat jednotlivé techniky (*waza*), vytvořil „Šedesát osm technik kendžucu“ a definoval jednotlivé zásahové plochy. Množství těchto technik je používáno dodnes (kendo.or.jp 2019).

2.5 Období 1868-1952

Po roce 1868 nastalo období mnohých reforem. Jednou z nich bylo zrušení společenských tříd, a tím došlo k pádu samurajů, jakožto nejváženější, ale i nejobávanější společenské vrstvy. Na tradiční a naprosto nezbytná umění bylo nyní nahlíženo jako na nepotřebné relikty minulé doby. Jedním z nich bylo právě umění boje s mečem (*kendžucu*). Teprve až v pozdější fázi období Meidži (1868-1912), okolo roku 1887, začalo docházet k návratu ke tradičním hodnotám a do popředí se dostávala i myšlenka bojového ducha Japonců. Toto cítění bylo podpořeno vítězstvím v čínsko-japonské válce v letech 1894-1895. Umění souboje s mečem se opět stalo oblíbeným a vyhledávaným (Ozawa 2005, 12). V roce 1912 byla vytvořena organizace s názvem *Dai-Nippon Teikoku*

¹⁶ Předem daná sestava pohybů, často pro dva cvičící (Ozawa 2005, 112-113).

Kendo Kata, později přejmenovaná na *Nippon Kendo Kata*, která sjednotila klasické školy šermu. Tímto se uchovala jejich podstata, i když se bojovalo „jen“ s bambusovými meči. V roce 1919 Nišikubo Hiromiči oficiálně změnil označení *budžucu* na *budó* a *kendžucu* na *kendó*. Takto byl kladen důraz na duchovní a vzdělávací aspekty, nikoliv pouze na techniky a soutěžení. Dokonce se zde objevilo i hnutí se snahou začlenit *kendó* do osnov tělesné výchovy. Tak tomu bylo až do roku 1945, kdy bylo Japonsko ve válce poraženo a muselo kapitulovat. Americké okupační síly spatřovaly v *kendó* bojechtivého ducha a agresivitu, proto jej až do konce okupace v roce 1952 zakázaly (kendo.or.jp 2019).

2.6 Kendó po okupaci

V říjnu stejného roku byla založena Celojaponská Federace Kendó (AJKF) s cílem rozvíjet *kendó* jako bojový sport, nikoliv jako bojové umění (Ozawa 2005, 13). Od roku 1955 se *kendó* postupně rozšiřovalo do ostatních zemí. Studenti z Japonska cestovali do zahraničí, aby zde předávali své znalosti a zkušenosti. Někteří japonští mistři se dokonce do těchto zemí přestěhovali, aby pomohli *kendó* propagovat. Postupně se začaly zakládat i školy mimo Japonsko a jejich představitelé i studenti naopak jezdili do Japonska studovat, což je dnes již běžné. V roce 1967 se konal první mezinárodní turnaj v *kendó* v Tokiu. V roce 1970 byla založena FIK (Mezinárodní Federace Kendó), jejímž cílem bylo dále propagovat cvičení a rozvíjet jej v dalších zemích. Zároveň bylo jejím úkolem podporovat veškeré členy své federace, přičemž každý si ponechal autonomní kontrolu nad svými studenty.

Pro vytvoření ideálního prostředí k dosažení těchto cílů musela federace vykonávat následující povinnosti:

1. Sponzorovat všechny světové šampionáty (WKC), které se konají každé tři roky. (První z nich se konaly v dubnu roku 1970 v Tokiu a Ósace. V pořadí 17. ročník této významné soutěže se konal 14. září 2018 v Koreji).
2. Podporovat rozvoj organizace jako takové, stejně jako rozvoj organizací v jednotlivých státech.
3. Stanovovat mezinárodní pravidla.
4. Sponzorovat výukové kurzy a výzkumné organizace.
5. Poskytovat pomoc při pořizování výbavy, knih a dalších nezbytností.

6. Stimulovat mezinárodní spolupráci a publikování periodik zabývajících se *kendó*.
7. Poskytovat jakoukoliv jinou specifickou pomoc za účelem docílení vytyčených bodů.

V roce 1994 měla FIK 36 členských organizací v 35 zemích světa (All Japan Kendo Federation 1994, 3). V roce 2005 přibylo dalších 9 národních asociací (Ozawa 2005, 180). Mezinárodního šampionátu, který probíhal v roce 1994, se zúčastnilo 550 kendistů z 31 zemí, což je oproti šampionátu, který se konal v Tokiu v roce 1970, kde soutěžilo 144 kendistů z 15 zemí, obrovský pokrok ve snaze internacionalizovat *kendó*, a tím šířit i japonskou kulturu (All Japan Kendo Federation 1994, 3).

3 Současná podoba kendó

Jak jsem již uvedl v předchozí kapitole, Celojaponská Federace Kendó a Mezinárodní Federace Kendó se snaží *kendó* rozvíjet jako výchovný sport, a to nejen pro děti a mladistvé, ale i pro dospělé. Bere si za cíl vést člověka k tomu, aby měl vůli a snahu sám na sobě pracovat, a tím se vyvíjet a stávat se lepším. *Kendó* nás také učí respektu vůči protivníkovi, avšak nikoli strachu. Během cvičení (*keiko*¹⁷) je velice důležité uvědomit si, že přemoci protivníka silou, rychlostí nebo zručností, je stejně důležité, jako získat nad ním i převahu mentální (Ziegelheim 2013, 25).

Jelikož jde vždy o souboje jednoho proti jednomu, lze tedy říci, že se jedná a jakousi spoluprací. Může to znít zvláštně, a to především z důvodů, které jsem uvedl výše, nicméně dnešní *kendó* se cvičí v úplně jiném prostředí, kde už neplatí ono „zvítězit znamená přežít, prohrát znamená zemřít“ v takovém smyslu jako dříve. Ozawa z tohoto důvodu uvádí šest základních kroků, které mohou napomoci *kendó* porozumět. Za prvé si musíme uvědomit, že se stále jedná o cvičení souboje, proto musí jít veškeré kamarádství stranou. Jedině po navození pocitu, že jde o vzájemnou konfrontaci dvou bytostí, lze řádně cvičit. V dalším bodě upozorňuje na to, že každý má svůj vlastní pohled na *kendó* a má i vlastní styl cvičení. Tento fakt je nezbytné mít neustále na paměti a respektovat ho pro zachování celkové harmonie mezi cvičícími. V následujícím kroku připomíná, že každý si musí uvědomit, že je to on sám, kdo se musí neustále snažit dosahovat lepších výsledků, a uvádí, že by se pokaždé mělo cvičit naplno, s plným využitím bojového ducha (*kihaku*), tělesných sil a techniky. S tím je úzce propojeno následující poučení: Každé cvičení, každý výpad a každý pohyb by měl být učiněn tak, jako by se jednalo o poslední a jedinou šanci, jež cvičící má. Následující bod jsme si již tak trochu nastínili. Je v něm uvedeno, že bychom se během tréninku měli soustředit na zlepšení vlastních technik, pohybů i postojů s cílem zdokonalit se. V posledním bodě říká, že se cvičící stává lepším, když přistupuje k jednotlivým cvičením jako k samostatnému cíli, nikoliv jako ke schůdkům, které k němu vedou (Ozawa 2005, 8-9).

¹⁷ Cvičení, jehož účelem je se zároveň i učit (Ziegelheim 2013,24).

3.1 Vybavení

Jak je výše uvedeno, vybavení se vyvíjelo postupně, dnes však již existuje unifikovaná výstroj. První část se skládá ze svrchní vrstvy připomínající kabát, které se říká *keiko-gi*, a kalhot zvaných *hakama*, kterým se budu blíže věnovat v následující kapitole. Jako první se na tento oděv obléká *tare*, ochranný pás, který do poloviny zakrývá stehna. Na hrudník a břicho se poté obléká *dó*, krunýř bez zadní části. Předposlední je maska s kovovou mřížkou vepředu zvaná *men*, pod kterou se ještě speciálním způsobem skládá na hlavu šátek *tenugui*. Poslední částí jsou rukavice zvané *kote*. Údery se zasazují mečem *šinai*, zhotoveným ze čtyř bambusových štěpů. Pro některé techniky je však nezbytný kratší bambusový meč zvaný *šótó*. Oba typy se používají při trénincích a zápasech. Pokud jde však o cvičení *kata* (tomuto cvičení se budu věnovat níže), používá se dřevěný meč napodobující katanu zvaný *bokken* (All Japan Kendo Federation 1994, 6-19).

3.2 Příprava na trénink

Na začátku jsme si uvedli, že *kendó* je tradiční bojové umění, a proto, než začnu jakkoli popisovat samotný trénink, musím nejprve vysvětlit i přípravu, která mu předchází. Cvičící se musí nejprve řádně ustrojít. Jako první je *keiko-gi*, svrchní část oblečení. Poté se obléká *hakama*, kalhoty s širokými nohavicemi připomínající sukni (Ozawa 2005, 16-17).

Při vstupu do tělocvičny je nutné se uklonit k té straně, které se říká *šómen*¹⁸, teprve poté je povoleno pokračovat dále. Samotné vybavení se nachystá tak, aby bylo na protější straně *šómen*. K této stěně se nesmí dávat žádné vybavení, považuje se to za nezdvořilé. Poté se pokročí k samotnému nástupu na trénink.

Na povel *seirecu*¹⁹ se cvičící vyrovnají do řad tak, aby stáli na stejné pomyslné čáře. Poté zazní povel *seiza*²⁰. Při tomto povelu všichni pokleknou nejprve na levé a pak na pravé koleno a posadí se na holeně. Následuje *mokusó*, stav koncentrace. Ruce

¹⁸ Hlavní, nejdůležitější stěna tělocvičny (*dódžó*), kde visí jeho název (Ziegelheim 2013, 64).

¹⁹ Vytvořit řadu (Ziegelheim 2013, 64).

²⁰ Styl sezení na kolenou a patách (Ziegelheim 2013, 250).

se položí tak, aby se mohly konce prstů proplést, a se zavřenýma očima se provede několik hlubokých, avšak tichých nádechů a výdechů. V této fázi si cvičící uvědomují, že se nyní hodlají věnovat *kendó*, a nechávají veškeré své ostatní pocity stranou. Po ukončení koncentrace povel *jame*²¹ následuje série úklon. Nejprve *šómen ni rei*, při kterém se klaní k té straně tělocvičny, kde jsou vyvěšeny insignie *dódžó*. Může zde být i vlajka. Tímto se vzdává čest samotnému *dódžó*. Následuje *sensei ni rei*, při kterém se prokazuje respekt učitelům a zároveň se jim tímto děkuje za nadcházející *keiko*. Poslední z těchto úklon je *otagai ni rei*, kdy si cvičící děkují navzájem. Po pokynu učitele, nebo hlavního cvičícího, se všichni postaví. Teprve pak začíná samotné *keiko* (Ziegelheim 2013, 66).

3.3 Průběh tréninku

Samotný trénink vypadá v různých *dódžó* jinak. Jak jsem již uvedl v předchozí kapitole, jednotlivá *dódžó* si ponechávají vlastní autonomii. Jako u každé fyzicky náročné aktivity probíhá nejdříve rozcvička. Speciální pozornost se věnuje nohám a zápěstím, ta musí být uvolněná pro správné provádění technik (*waza*). Následuje cvičení zvané *suburi*, nácvik úderů na zásahové plochy (Ozawa 2005, 47). Dalším v pořadí je nácvik správného postoje zvaného *kamae*, kdy se pravá noha posune před levou tak, aby špička palce levé nohy byla na úrovni paty pravé nohy. Záda musí být narovnaná a ramena uvolněná. Nestojí se bokem, ale přímo, takto se projevuje odvaha a odhodlání. Toto je základní pozice, existují však i jiné druhy *kamae*.

V *kendó* se uplatňuje specifický pohyb zvaný *okuriaši*, který se provádí téměř v každé situaci a akci. Při pohybu vpřed se odráží od zadní nohy, přičemž přední se jemně nadlehčí a pouze klouže po podlaze (Ozawa 2005, 43-44). Během této rozcvičky již mohou být nasazeny *tare* a *dó*. Poté si všichni společně nasadí *tenugui* a *men*.

Trénink v plné výstroji začíná často cvičením, které má za úkol cvičící znavit a připravit je na nácvik technik. Jedním z těchto cvičení je *kirikaeši*. Jedná se o cvičení, při kterém jeden z dvojice útočí na svého soupeře sérií devíti útoků, jež mohou být vedeny na *men* z boku, či na *dó*, střídavě zprava a zleva. Útoky jsou zakončeny výpadem na *men*. Poté se soupeři prohodí a celé cvičení se opakuje (Ozawa 2005, 59). Stejně, jako u tohoto typu cvičení, tak i při nácviku jednotlivých úderů a technik, je velice důležité dbát

²¹ Končit (Ziegelheim 2013, 64).

na několik pravidel. Každému úderu musí předcházet *seme*, což znamená tlak na oponenta. Jedná se o přebrání iniciativy a zabránění protivníkovi v útoku.

Každý úder musí být proveden z adekvátní vzdálenosti *maai* a musí dopadnout na správnou zásahovou plochu. Ty v *kendó* existují čtyři: *men* (úder shora nebo na vrchní stranu masky), *kote* (úder do rukavice), *dó* (úder do jednoho z boků chrániče) a *cuki* (bodnutí do krčního chrániče na masce). Každý úder musí doprovázet *kiai*, řev, kterým projevuje kendista svou vůli a nasazení. Tím to však nekončí. Po každém úderu musí následovat *zanšin*, duševní i fyzická připravenost kendisty k dalšímu výpadu, případně protiútku. Provádí se proběhnutím přes soupeře, nebo odstupem od něj. Vždy však musí být dosaženo vhodné vzdálenosti k útoku, nebo zamezení útoku oponenta. Pokud jsou všechna tato kritéria splněna, lze hovořit o platném úderu, což je zvláště důležité v zápasech. Po skončení tréninku probíhá stejná ceremonie jako na jeho začátku, a to ve stejném pořadí. Je také zvykem, že si cvičící navzájem poděkují osobně (Ziegelheim 2013, 65-66).

3.3.1 Waza

„Sekni správně ostřím.“ Smyslem tohoto pořekadla je upozornit, že tradice *kendó* nespočívá v tom obléci si veškeré vybavení, vzít do ruky *šinai* a někoho udeřit, ale v tom zasáhnout jej správně ostřím. I kendista vybavený pouze *šinajem*, umí-li ho ovládat, je schopný se této tradici přiblížit více nežli někdo v plné zbroji (Ozawa 2005, 151).

Waza neboli techniky můžeme dělit do dvou základních kategorií: *šikake* (útočné) a *ódži* (obránné). Ozawa (2005, 73) dále uvádí třetí kategorii, což jsou takzvané *cubazeriai*, viz níže. Těchto technik se nejvíce využívá v zápasech a během cvičení (*keiko*). Zároveň je jejich zvládnutí jedním z předpokladů pro získání vyššího technického stupně (Ozawa 2005, 112).

Šikake-waza

Jak jsem již uvedl, jedná se o techniky útočné a mají za cíl reagovat na protivníkovo *suki* (slabina či nevědomky odhalená zásahová plocha), nebo jej vyvolat. Do této kategorie spadají techniky, které kendista využívá z vlastní iniciativy, tedy nikoliv v reakci na protivníkův útok (Ozawa 2005, 73).

Ódži-waza

Ačkoliv se tyto techniky nazývají obranné, v *kendó* nelze mluvit o obraně jako takové. Jedná se spíše o reakci na soupeřův útok, převzetí iniciativy a ve stejném okamžiku přechod do vlastního útoku (Ozawa 2005, 74).

Cuba-zeriai

V této kategorii jsou uvedeny techniky prováděné v situaci, kdy se *cuby* (záštity) obou kendistů dostanou do kontaktu. Cílem je narušit soupeřovu rovnováhu a s úkrokem vzad zaútočit na jeho *suki* (Ozawa 2005, 75).

3.3.2 Kata

Jak jsem již naznačil v předchozí kapitole, velkou část cvičení zaujímají *waza*, avšak *kata* jsou nezbytná pro pochopení podstaty *kendó* a k pozvednutí jeho úrovně, a to jak během *keiko*, tak i během zápasu. Zvládnutí *kata* je navíc nezbytným předpokladem pro úspěšné dokončení zkoušek na vyšší technický stupeň (Ziegelheim 2013, 160, 219).

Ozawa uvádí jednotlivé přínosy cvičení *kata*: Správný postoj, rychlost pohybu, schopnost rozpoznat soupeřův úmysl, správný pohyb meče, přesnost seků a bodnutí. *Kata* dále napomáhají k odhadnutí správného *maai*, tedy správné vzdálenosti pro provedení výpadu a k odhadnutí příležitosti, kdy je možné zaútočit. Kromě toho, *kata* slouží k rozvíjení *kiai* a *kigurai* (ušlechtilé chování, hrdost a důstojnost) a technik *waza* (Ozawa 2005, 112).

3.4 Závody a turnaje

Závody jsou nedílnou součástí *kendó*. Snad právě proto, že i v minulosti docházelo k zápasům mezi jednotlivými školami *kendžucu*, při nichž se zápasníci snažili dokázat, že právě jejich technika nebo technika vyučovaná v jejich škole je ta nejlepší, a tím svoji školu proslavit.

Tento způsob myšlení je možno pozorovat i dnes, kdy vítěz mistrovství Japonska neobdrží žádnou finanční odměnu, nýbrž respekt a slávu pro sebe i pro své *dódžó*, stejně jako možnou nominaci na mistrovství světa. Dále je jeho jméno vyryto na putovní pohár (Ziegelheim 2013, 198).

Zápasy jsou rozděleny do různých kategorií. Tyto kategorie se dále člení podle věku, aby každý zúčastněný měl šanci na vítězství. Stejně je tomu jak u dětí, tak i u seniorů. Závody jsou děleny na zápasy mužů a na zápasy žen. Občas se kategorie rozlišují i podle dosaženého technického stupně, jako například do 1. danu nebo 4. danu (Ziegelheim 2013, 188-189).

Další z kategorií jsou individuální zápasy a zápasy pětičlenných týmů (Ziegelheim 2013, 188-189). Hovoříme-li o zápasech týmů, stále se jedná o souboj jednoho proti jednomu. Závodníci proti sobě však nastupují postupně, podle pozice, která jim byla přidělena. Od první po poslední to jsou tyto: *senpó*²², *džihó*²³, *čúken*²⁴, *fukušó*²⁵, *taišó*²⁶ (Ozawa 2005, 175). Vítězem se stane tým s vyšším počtem vyhraných soubojů. Pokud došlo k remíze, zvítězí tým s vyšším počtem platných zásahů neboli *ipponů*. Pokud i zde je to nerozhodně, vybere se z každého týmu jeden zástupce (*daihjóša*), který ve finálním zápase rozhodne.

Existuje i jiný systém, zvaný *kačínuki*, při kterém vítězný zápasník zůstává a nastupuje další z protivníků. Zápasí se stylem *sanbonšóbu*, to znamená celkem na tři platné zásahy (*júkó datocu*). Závodník, který jako první dosáhne dvou platných zásahů, vítězí ještě před uplynutím časového limitu. Zvítězit může i tak, zasáhne-li jednou a on sám zasažen není a časový limit vyprší. Může se také závodit systémem *ipponšóbu*, tzn. závodník, kterému bude jako prvnímu uznán platný zásah, zvítězí. Vítěze mohou při nerozhodném zápase také určit rozhodčí, čemuž se říká *hantei*. Délka jednotlivého zápasu bývá pět minut, plus třiminutové prodloužení (*enčó*), (Ozawa 2005, 155). Někdy bývají zápasy omezené jen na 3 minuty plus prodloužení, někdy se také může soutěžit systémem užitým v Německu při turnaji ve Frankfurtu, kdy se zápasilo na dvě a půl minuty a v případě nerozhodného výsledku určili vítěze rozhodčí (Ziegelheim 2013, 189).

Stejně jako při tréninku, tak i během zápasů, je třeba dodržovat jistou etiketu. Při prestižních akcích, jako jsou mistrovství, se protivníci vzájemně v kleče ukloní a obléknou si přilbu a rukavice. Před i po finálovém zápase se soupeři a rozhodčí ukloní směrem k *šómen* (Ziegelheim 2013, 195). Během běžných zápasů se protivníci pouze navzájem ukloní vestoje (Ozawa 2005, 169).

²² „Předvoj“ (Ozawa 2005, 188).

²³ „Další hrot“ (Ozawa 2005, 184).

²⁴ „Hlavní část“ (ve smyslu armády) (Ozawa 2005, 184).

²⁵ „Zástupce velitele“ (Ozawa 2005, 184).

²⁶ „Velitel“ (Ozawa 2005, 190).

3.5 Zkoušky a technické stupně

Technické stupně jsou rozděleny na kjú (žákovské stupně) a dan (mistrovské stupně), (Ziegelheim 2013, 219, 249). Udělování těchto stupňů musí být v souladu se stanovami Evropské Federace Kendó EKF, jež jsou ovlivněny stanovami FIK. Udělování stupňů kjú si každá členská asociace určuje sama. (European Kendo Federation 2019, 1).

Nejvyšší z žákovských stupňů je 1. kjú. Podmínkou k jeho dosažení je získat alespoň jeden z nižších stupňů a dovršit věk 12 let (Česká Federace Kendó 2018, 2-5).

Jednotlivým členským asociacím je povoleno organizovat si zkoušky od 1. až do 5. danu. Zkoušky na další stupně (6. a 7. dan) musí být EKF povoleny. Zkoušky na osmý dan se konají pod záštitou FIK (European Kendo Federation 2019, 1-3).

V rámci České republiky jsou požadavky pro získání danu definovány směrnicemi EKF. Žadatel o zkoušku na 1. dan musí dosáhnout věku minimálně 13 let. (European Kendo Federation 2019, 1-3).

Šógó

Do této kategorie spadají tituly (Ziegelheim 2013, 245, 250):

1. *renši* (učitel-expert, nejčastěji pro 6. a 7. dan)
2. *kjóši* (nejvyšší úroveň *kendó*, učitel)
3. *hanši* (učitel učitelů)

Těmito tituly se odměňují kendisté, jež prokázali své vysoké kvality a přispěli například k výuce ostatních kendistů (European Kendo Federation 2019, 6-7).

4 Vznik a vývoj kendó v České republice

V následujících kapitolách popíšu počátek *kendó* v České republice, uvedu seznam českých *dódžó* registrovaných do ČFK a zmíním výsledky, kterých čeští kendisté dosáhli.

Zcela poprvé se v České republice objevilo v květnu roku 1986, kdy do Prahy dorazila japonská delegace z Mezinárodní Federace Kendó. Její členové uspořádali ukázkou na Fakultě tělesné výchovy Univerzity Karlovy a v hale Na Folimance. Vladimír Hotovec byl jedním z těch, kteří měli obrovský zájem o provozování japonského šermu, a tímto se mu naskytlá příležitost setkat se s tehdejšími pracovníkem japonské ambasády a držitelem 3. danu, Giga Tóruem (kacubo.cz 2019). Ten se po souhlasu japonského velvyslanectví ujal prvních zájemců o japonský šerm. V říjnu téhož roku proběhl úplně první *kendó* trénink v České republice, který vedl právě Giga. V roce 1988 se Giga Tóru zasloužil o uspořádání prvního turnaje, který je dodnes jediným mezinárodním turnajem konaným na území České republiky. Po smrti Giga Tórua v roce 2002 byl po něm turnaj pojmenován (kacubo.cz 2019).

Giga Tóru se zasloužil nejen o počátky *kendó* v České republice, ale dále pomáhal prvnímu vzniklému oddílu se zajištěním potřebného vybavení a s další propagací. V letech, které následovaly, za významného přispění Vladimíra Hotovce postupně vznikaly další *kendó* oddíly. Zasloužil se i o rozšíření ostatních bojových umění a v roce 1992 vznikl také první oddíl *iaidó*²⁷. V roce 1998 byla založena Česká Federace Kendó (ČFK), jež se vyvinula z předešlé organizace Česko-moravské sdružení kendó (ČMSK). ČFK je členem jak Evropské Federace Kendó (EKF), tak i Mezinárodní Federace Kendó (FIK), (Laibr 2012, 14-15).

4.1 Česká dódžó

V rámci České Federace Kendó je celkově zaregistrovaných 320 členů z 13 oddílů z celé republiky. V následující kapitole uvedu a krátce představím jednotlivé významné oddíly podle města, kde působí.

²⁷ Umění tasení meče. Vzniklo z nutnosti samuraje naučit se rychle reagovat a být připraven k boji. Cvičí se s meči zvanými bokken, iaitó (kovové, ale tupé meče) a šinken (ostré meče), (Nozomi Dojo 2018).

4.1.1 Bílina

V říjnu roku 1994 zde Jindřich Ziegelheim založil klub s názvem Sandómon. Spolu se svou manželkou Janou Ziegelheimovou jsou držiteli 6. danu a předávají zde zkušenosti získané nejen během pobytu v Japonsku, ale i během účasti na nespočtu turnajů po celém světě. Předsedou klubu je Vít Máliš, držitel 2. danu (kendobilina.cz 2019).

Členové toho oddílu se pravidelně účastní turnajů konaných doma i v zahraničí a dosahují skvělých výsledků. Za zmínku stojí vysoká úroveň dětského oddílu, což dokazuje i jejich úspěch z března 2019 na dětském turnaji v Budapešti, kde získali tři stříbrné medaile (kendobilina.cz 2019).

4.1.2 Brno

Oddíl Seishinkan Kendo Brno byl založen v roce 2005, tehdy ještě jako Rjúšinkan, s cílem zlepšit úroveň studentů *Tenšinsó-den katori šintó rjú*²⁸. Teprve v roce 2008 se oddělil a v roce 2009 byl přijat do ČFK. Od roku 2010 pořádá Muga cup, jeden z turnajů Národního poháru, a od roku 2011 také turnaj a seminář pro začínající kendisty (do 1. kjú včetně) Mini Muga cup. Předsedou oddílu je Jakub Šmerda, držitel 4. danu. Klub se také věnuje tréninkům pro děti (kendobrno.cz 2019).

4.1.3 České Budějovice

Zde sídlí klub Kusanagi kai. Byl založen v roce 2015 a v jeho čele nyní stojí Lukáš Laibr, držitel 4. danu (czech-kendo 2019). Tento klub se může mimo jiné pyšnit tím, že mezi jeho spřátelená *dódžó* patří Yamanashi Kenshinkan z prefektury Jamanaši v Japonsku a Kendo Linz z Rakouska (Kusanagikai.cz 2019).

4.1.4 Frýdek-Místek

Zde působí oddíl pod názvem Kenshinkan, který byl založen v roce 2006. Jeho předsedou je Vladimír Pryček, držitel 2. danu. Pod záštitou tohoto oddílu pravidelně probíhá turnaj Národního poháru (czech-kendo 2019).

²⁸ Tato škola byla založena asi v roce 1480 (přesné období se podle různých zdrojů liší) Iejasem Ienaem. Jedná se o bojový systém zahrnující více oblastí, z nichž hlavní je technika meče. Meč je sice hlavní zbraní, ale škola vyučuje i souboj s holí či s halapartnou zvanou *naginata*. Cvičí se v páru a studenti zdokonalují své dovednosti pomocí *kata*. *Kata* bývají zpravidla delší, aby simulovaly skutečnou náročnost boje v bitvě (sakuradojo.cz 2019).

4.1.5 Hradec Králové

V Hradci Králové působí od roku 1995 klub, který nese název Nozomi Dojo. Zabývá se výukou nejen *kendó*, ale i *iaidó* a *džódó*²⁹. Předsedou je Roman Záhora, držitel 3. danu *kendó* a 2. danu *iaidó*. Zajímavostí je, že klub byl založen původně jako dětský oddíl. Ten v jisté formě funguje dodnes (nozomi.cz 2019).

4.1.6 Olomouc

Zde působí oddíl Kagawa-kai, který původně fungoval v Přerově. Jeho předsedou je Vladimír Trojek, držitel 4. danu (czech-kendo.cz 2019). Klub umožňuje trénovat studentům Univerzity Palackého v Olomouci, kteří si *kendó* mohou zapsat jako předmět (kendoolomouc.cz 2017). Věnuje se také dětským tréninkům, a to prostřednictvím DDM Olomouc (ddmolomouc.cz 2019).

V roce 2018 klub pořádal Moravský pohár a v roce 2019 Mistrovství České republiky (czech-kendo.cz 2018). Na obou těchto akcích jsem se aktivně podílel. Turnaje byly otevřené pro veřejnost, a lidé z Olomouce a okolí se tak mohli s tímto tradičním japonským *budó* seznámit. Oddíl Kagawa-kai se také každoročně účastní veřejných ukázek tradičního japonského bojového umění, které pořádá Univerzita Palackého ve spolupráci s Tenšin Šóden Katori Šintó-rjú Olomouc (upol.cz 2019).

4.1.7 Ostrava

V roce 2017 zde vznikl klub s názvem Tóbukan, který se v roce 2019 stal členem ČFK. Zastřešuje nejen výuku *kendó*, ale i *iaidó*. Klub se prostřednictvím veřejných ukázek a jiných společenských akcí snaží dále seznamovat širokou veřejnost s japonskými *budó*, které vyučuje, a tím i s japonskou kulturou. Jeho předsedou je Jiří Vlasatý, držitel 4. danu *kendó* a 1. danu *iaidó*. Přestože klub vznikl až v roce 2017, *kendó* se v Ostravě cvičilo již dříve, pod oddílem Sakura dojo (ikendo.cz 2019).

²⁹ Jak již napovídá název, jedná se o cestu hole. Při cvičení se používá *džó* (hůl) a stejně jako v *kendó* se cvičí v páru. Taktéž se klade důraz na morální atributy cvičenců a na etiketu (nozomi.cz 2019).

4.1.8 Praha

V Praze působí celkem čtyři oddíly. Prvním z nich je Jikishin Dojo, založený v roce 2014, jehož předsedou je František Pergler. Oddíl se specializuje nejen na výuku *kendó*, ale i *iaidó* (czech-kendo 2019).

Nejstarší oddíl působící v České republice je Kacubó kenrikai. Byl založen v roce 1986 a u jeho vzniku stál již zmíněný Giga Tóru. Jeho nynější předsedou je Miroslav Hotovec, držitel 3. danu a čestný prezident ČFK. Tento oddíl byl také u zrodu ČFK a dále poskytoval materiální a jinou pomoc při zakládání dalších oddílů v republice. Jelikož se jedná o nejstarší *dódžó* působící u nás, dosáhli jeho členové mnoha úspěchů, z nichž několik uvedu. V roce 1988 se bratři Vladimír a Miroslav Hotovcovi stali držiteli prvního danu v České republice. V roce 1994 se česká výprava poprvé zúčastnila mistrovství světa a v roce 2002 pořádal oddíl první ročník vlastního turnaje s názvem Pohár Sacuki. Zajímavostí je, že v roce 2011 pořádal Kacubó kenrikai charitativní Suburi sbírku na pomoc obětem postiženým zemětřesením v Japonsku (kacubo.cz 2019).

Dalším oddílem je Kensei. Tento oddíl byl založen v roce 1992. Specializuje se na výuku *kendó* a *iaidó*, jejíž kvalitu zaručuje Tomáš Kyncl, držitel 5. danu *kendó* a 5. danu *iaidó* a technický ředitel ČFK (kensei.cz 2019).

Posledním z pražských *dódžó* je Sandómon Praha. Oddíl založil v roce 1994 Jindřich Ziegelheim. Jindřich Ziegelheim je jednou z nejdůležitějších osobností českého *kendó*. Je držitel 6. danu, *renši* a zároveň je i vedoucím oddílu (sandomon.cz 2019).

4.1.9 Zlín

V současné době se *kendó* cvičí v oddíle VŠSK Univerzita Zlín, který ale vznikl oddělením z Tenšin *dódžó*. Do ČFK byl VŠSK Univerzita Zlín přijat 12. 2. 2017 (Ziegelheimová, 2017). Vedoucím je Pavel Vařacha, držitel 2. danu (czech-kendo.cz 2019). Oddíl mimo jiné nabízí možnost trénovat i studentům Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně (utb.cz 2019).

5 Analýza dat

V praktické části se budu věnovat analýze dotazníku, který byl vytvořen za účelem zaznamenat a zmapovat rozšířenost a oblíbenost tohoto *budó* v rámci České republiky. Obsahoval celkem 20 otázek a prostřednictvím České Federace Kendó byl rozeslán do českých klubů.

Otázky byly koncipovány tak, aby oslovily všechny, kteří se *kendó* v České republice věnují. Je v nich zohledněn jednak věk, jež je pro dosažení jednotlivých úrovní stěžejní, tak také zkušenost a osobní preference jednotlivců. Další otázky jsou směřované na japonskou kulturu. Kultura je nedílnou součástí tohoto umění a bez její přítomnosti by *kendó* ztratilo svůj smysl.

Cílem dotazníku bylo zjistit pohled českých kendistů na toto *budó*, jejich motivaci s ním začít, proč v jeho praktikování pokračují a jaký přínos, ať už osobní nebo jiné povahy, v něm spatřují. Většina asijských bojových umění je totiž spojena i s jistou filozofií, a *kendó* není výjimkou. V neposlední řadě bylo jeho cílem zjistit celkovou úroveň českého *kendó*.

Výsledky dotazníku budou shrnuty v konečné analýze a budou z nich vyvozeny patřičné závěry. Nejprve však pro lepší přehlednost uvedu kompletní seznam položených otázek:

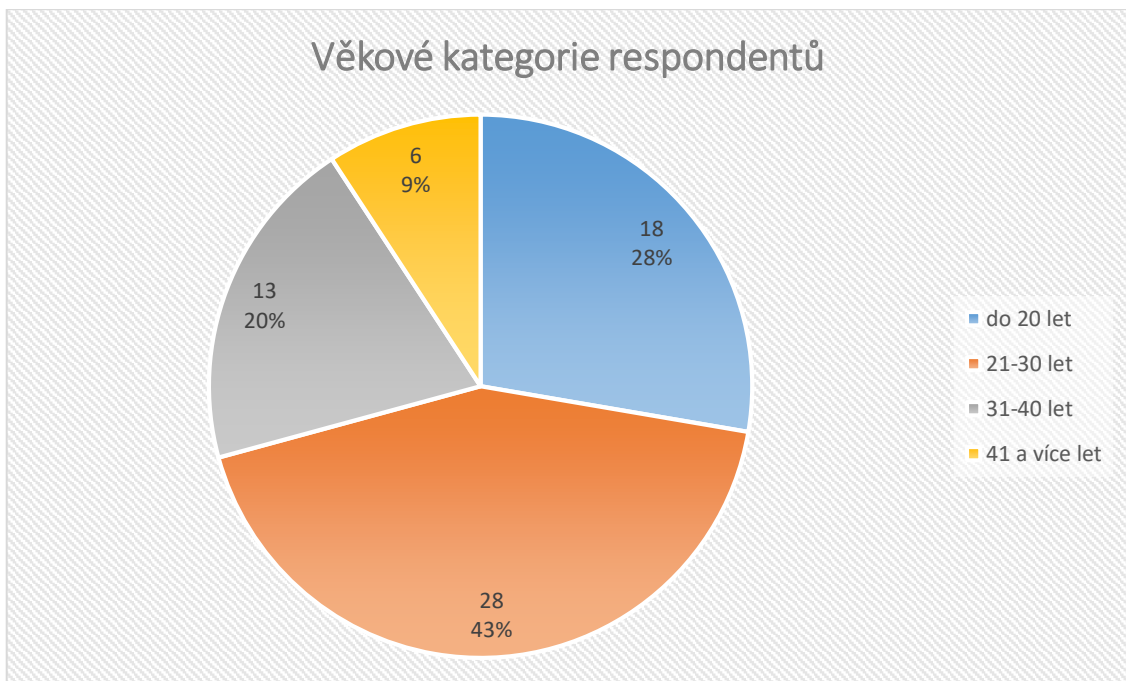
5.1 Seznam otázek

1. Uveďte prosím *dódžó*, kde momentálně cvičíte.
2. Je *kendó* Váš první tradičně japonský bojový sport/umění? Pokud ne, uveďte prosím, čemu jste se věnoval/a dříve.
3. Věnujete se mimo *kendó* i jiným tradičním japonským aktivitám? Pokud ano, uveďte, prosím, jakým.
4. Jak dlouho se *kendó* věnujete?
5. Jaký je Váš dosud dosažený technický stupeň?
6. Jak často se *kendó* věnujete?
7. Pořádá Vaše *dódžó* semináře, školení (vše kromě turnajů) týkající se *kendó*?
8. Pořádá Vaše *dódžó* semináře týkající se jiných aktivit spojených s japonskými bojovými sporty/uměními? Pokud ano, uveďte prosím, o jakou aktivitu se jedná.

9. Kolikrát ročně se účastníte seminářů, školení a jiných akcí (kromě závodů) týkajících se *kendó*?
10. Vyhledáváte cíleně semináře vedené japonskými učiteli?
11. Zúčastnil/a jste se někdy seminářů, workshopů, přednášek či jiných aktivit spojených s japonskou kulturou (např: skládání origami, japonské divadlo ...)?
Pokud ano, uveďte prosím konkrétní aktivity.
12. Kolikrát ročně se zúčastníte turnajů *kendó*?
13. Jakým způsobem jste se o *kendó* dozvěděl/a?
14. Byla Vaše motivace začít s *kendó* spojena s japonskou kulturou nebo jste měl/a zájem čistě o sport?
15. Přimělo Vás *kendó* více se zajímat o japonskou kulturu? Pokud ano, uveďte prosím, o co.
16. Co Vás na *kendó* v současné době nejvíce baví?
17. Co je důvodem, proč jste si vybral/a právě *kendó*?
18. Je na *kendó* něco, co Vám vadí, co byste případně rádi změnili?
19. Co Vám na *kendó* nejvíce vyhovuje a co byste neměnili?
20. V čem Vás cvičení *kendó* nejvíce ovlivnilo v běžném životě?

5.2 Výsledky

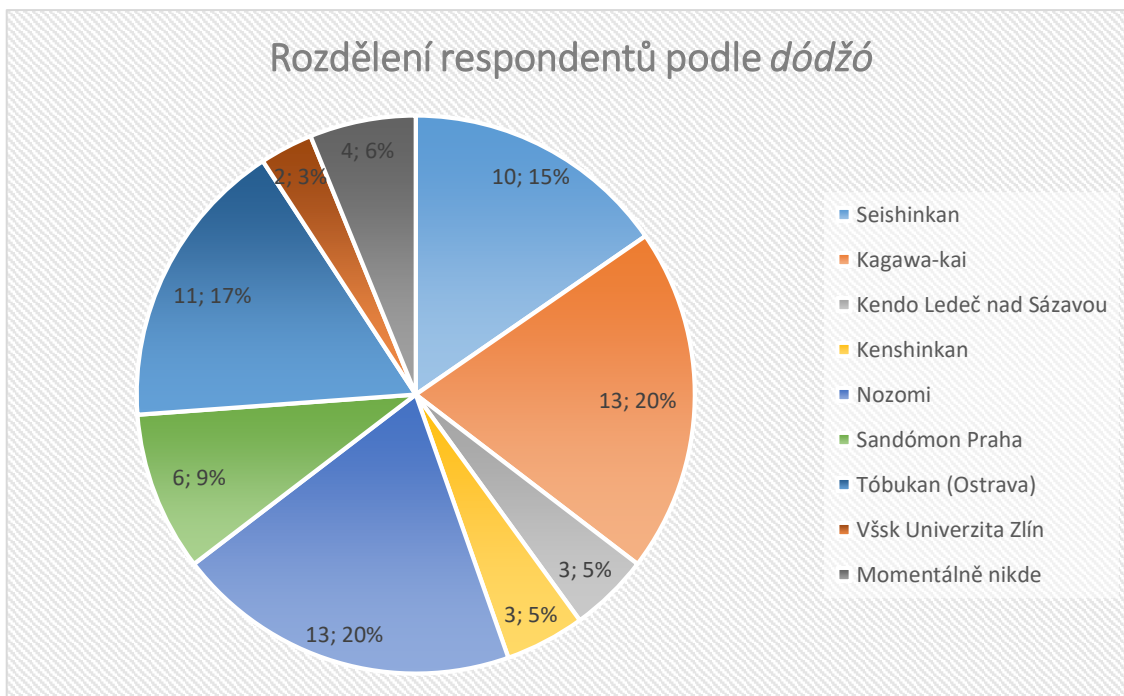
Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 65 respondentů z 8 oddílů, z nichž bylo 46 (71 %) mužů a 19 (29 %) žen ve věkovém rozmezí od 14 do 54 let. Největší podíl respondentů se pohyboval v rozmezí 21 až 30 let (28; 43 %), druhá největší část spadala do kategorie do 20 let (18; 20 %), další kategorie byla od 31 do 40 let (13; 20 %) a poslední kategorií byli respondenti ve věku nad 41 let (6; 9 %).



Graf č. 1: Věkové kategorie respondentů.

Otázka 1 (Vaše *dódžó*)

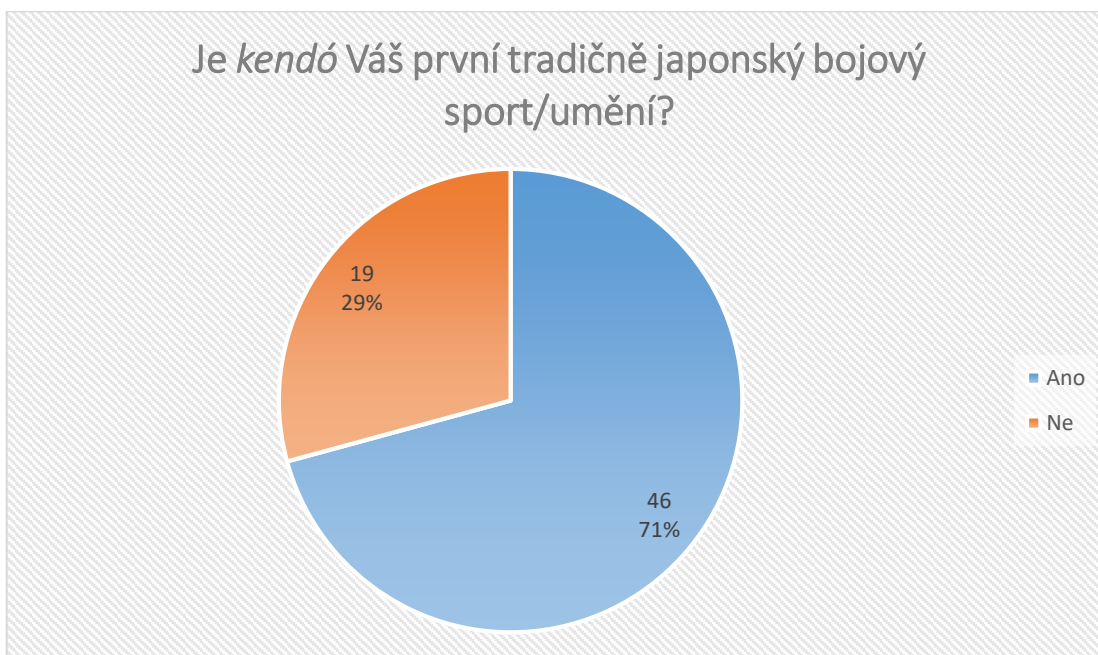
Cílem této otázky bylo zjistit rozvrstvení českých kendistů. Nejvíce odpovědi poskytli členové Kagawa-kai (13; 20 %) a Nozomi (13; 20 %). Z ostravského Tóbukanu odpovědělo (11; 17 %) kendistů, z brněnského Seishinkan pak (10; 15 %), další byl pražský Sandómon (6; 9 %). Z Kenshinka a Kendo Ledec nad Sázavou odpověděl stejný počet lidí (3; 5 %) a z VŠSK Univerzita Zlín odpověděli (2; 3 %). Zbývající (4; 6 %) uvedli, že momentálně pod žádným klubem necvičí.



Graf č. 2: Rozdělení respondentů podle *dódžó*

Otázka 2 (Je *kendó* Váš první tradičně japonský bojový sport/umění)?

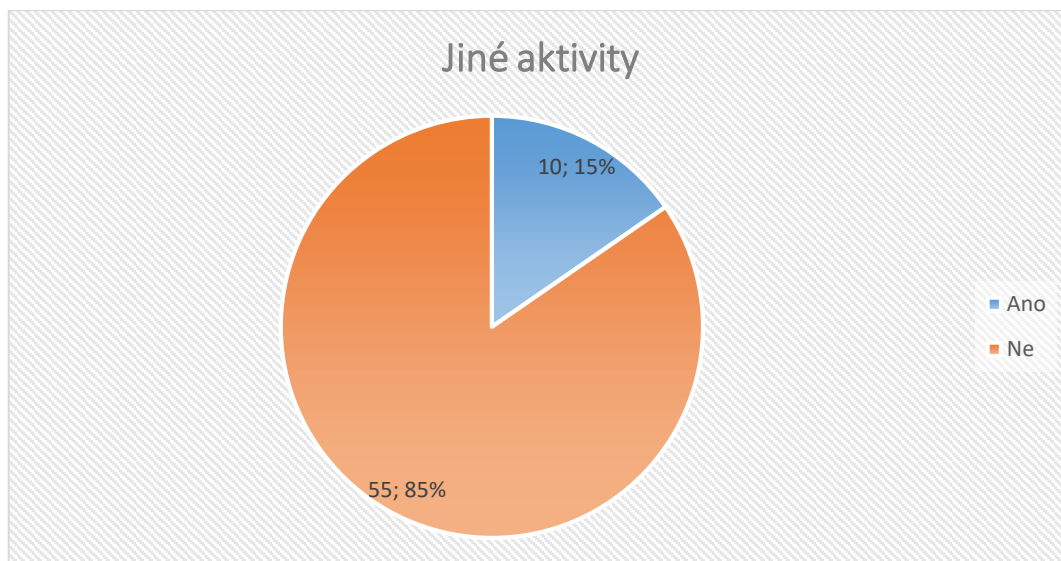
Z grafu lze vyčíst, že (46; 71 %) dotazovaných mělo možnost a zájem začít právě s *kendó* a (19; 30 %) si chtělo *kendó* vyzkoušet, přestože se již věnovali jinému umění/sportu.



Graf č. 3: Je *kendó* Váš první tradičně japonský bojový sport/umění?

Otázka 3 (Věnujete se mimo *kendó* i jiným tradičním japonským aktivitám?)

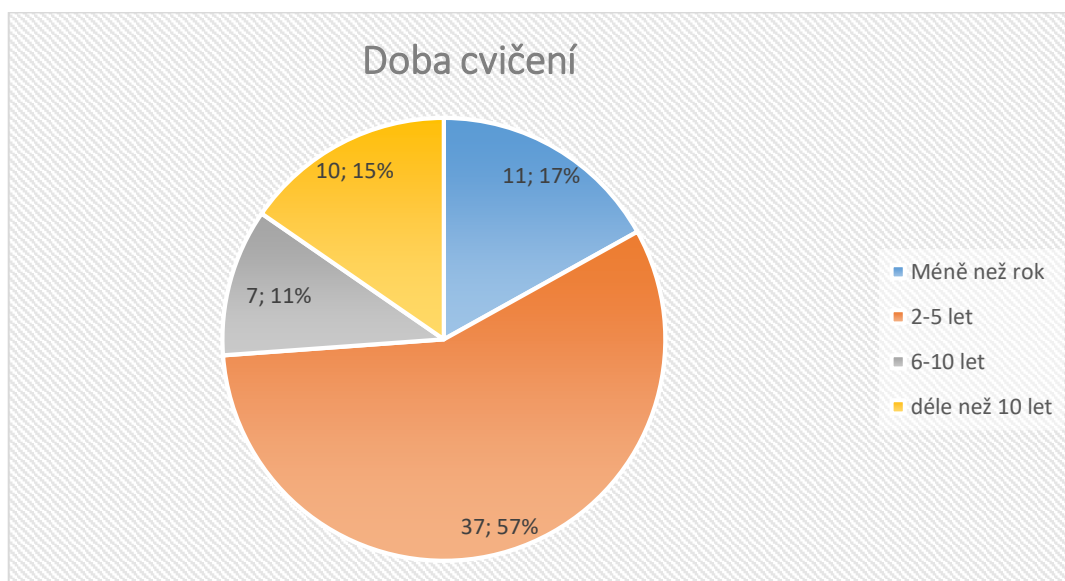
Drtivá většina respondentů (55; 85 %) se věnuje výhradně *kendó*. Pouze 10 (15 %) respondentů se věnuje i jiné aktivitě spojené s japonskou kulturou. Mezi těmito aktivitami převládají anime, manga a kaligrafie.



Graf č. 4: Jiné aktivity

Otázka 4 (Jak dlouho se *kendó* věnujete?)

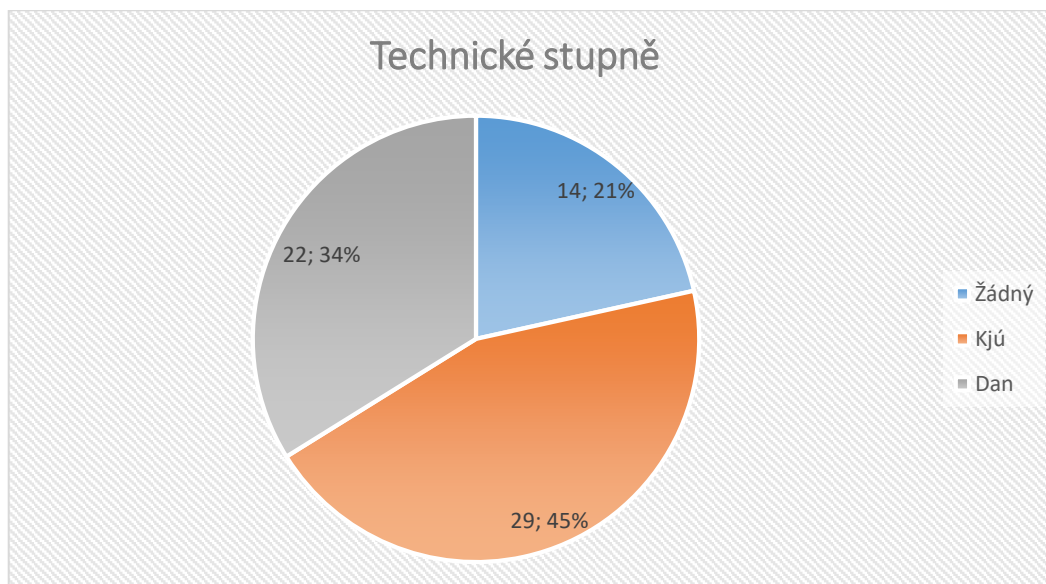
Většina respondentů se *kendó* věnuje v rozmezí 2 až 5 let (37; 57 %), 7 dotazovaných v rozmezí 6 až 10 let. Nejdéle cvičí 10 (15 %) respondentů, a naopak nejkratší dobu cvičí 11 (17 %) z dotazovaných.



Graf č.5: Doba cvičení

Otázka 5 (Jaký je Váš dosud dosažený technický stupeň?)

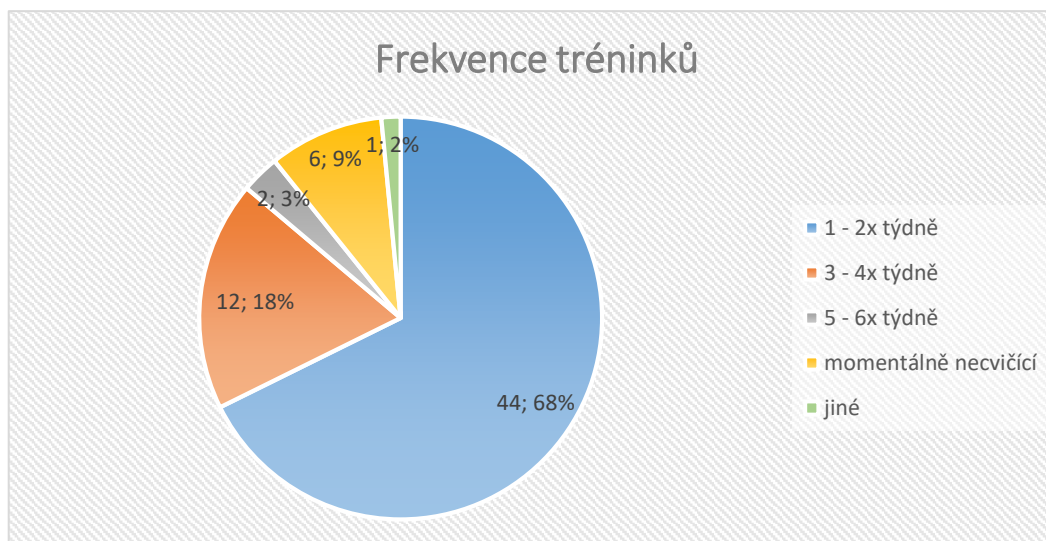
Nejvíce odpovídali držitelé žákovských stupňů kjú (29; 45 %). Držitelů mistrovských stupňů dan bylo o trochu méně (22; 34 %) a zbývající (14; 21 %) uvedli, že zatím žádný technický stupeň nedrží.



Graf č. 6: Technické stupně

Otázka 6: Jak často se *kendó* věnujete?

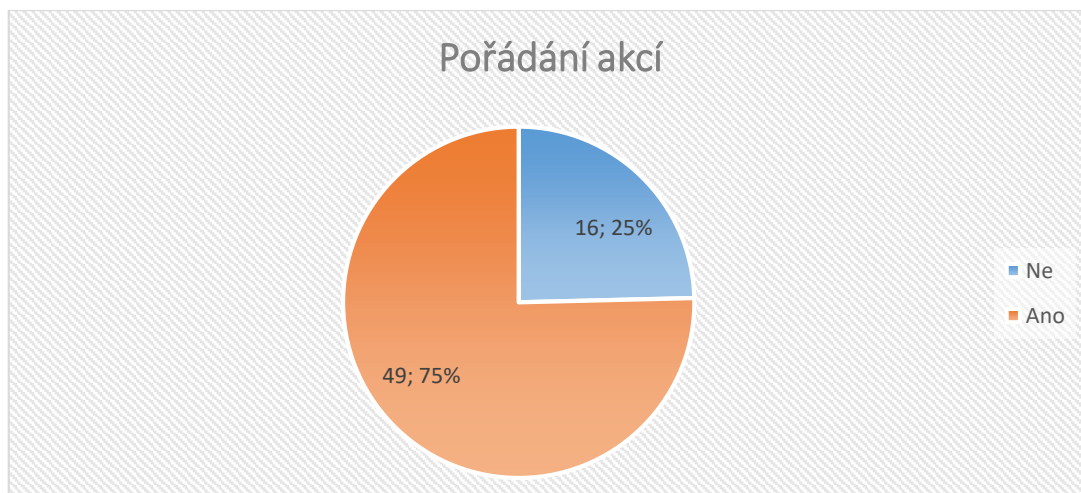
Většina respondentů (44; 68 %) uvedla, že se *kendó* věnují 1 – 2krát týdně, 12 (18 %) respondentů cvičí 3 – 4krát týdně, nejčastěji se tréninku účastní 2 respondenti (3 %). Momentálně pravidelně necvičí 6 (9 %) z dotazovaných.



Graf č.7: Frekvence tréninků

Otázka 7: Pořádá Vaše *dódžó* semináře, školení (vše kromě turnajů) týkající se *kendó*?

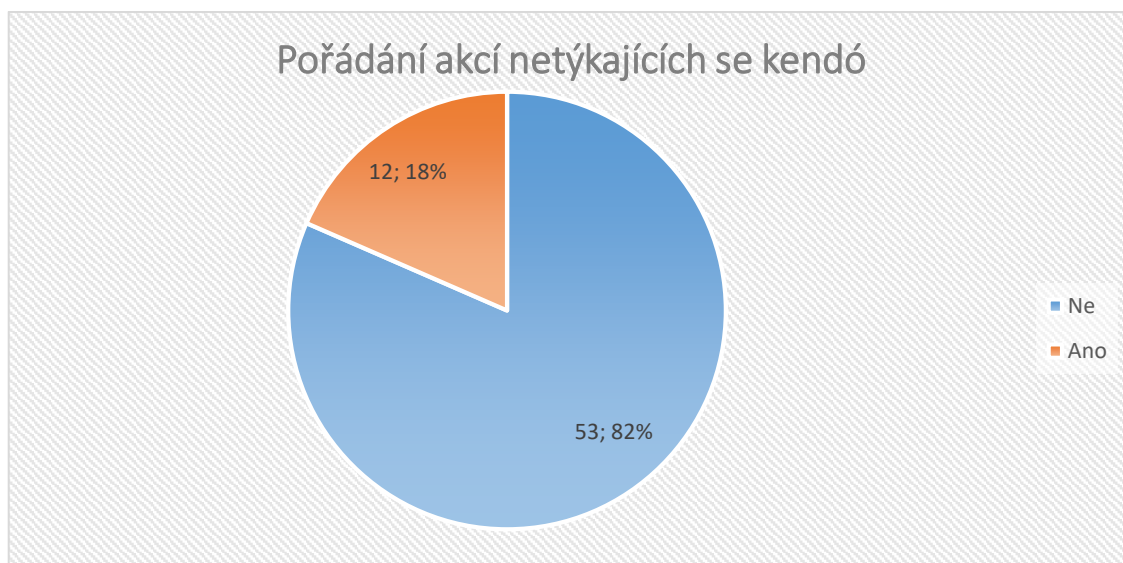
Dotazovaní v 75 % (49) případů uvedli, že jejich oddíl se pořádání těchto událostí věnuje. Zbytek respondentů (16; 25 %) odpověděl, že jejich oddíl žádné takové akce nepořádá.



Graf č. 8: Pořádání akcí

Otázka 8: Pořádá Vaše *dódžó* semináře týkající se jiných aktivit spojených s japonskými bojovými sporty/uměními?

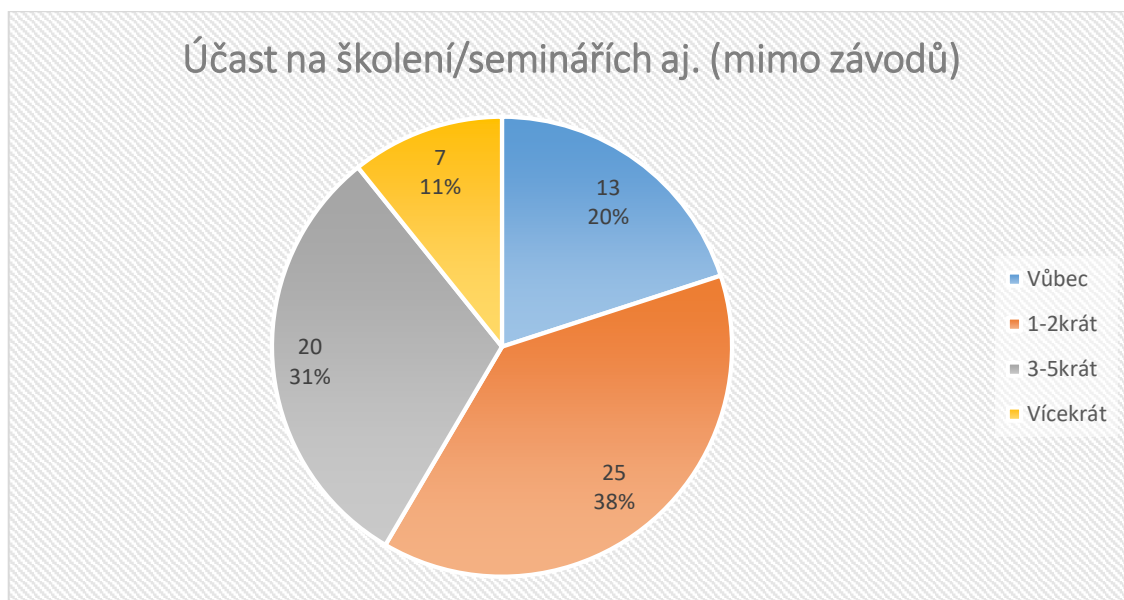
Většina respondentů (53; 82 %) uvedla, že jiné akce, kromě těch spjatých s *kendó*, jejich klub nepořádá. Zbývající (12; 18 %) odpověděli, že se jejich oddíl věnuje i pořádání jiných akcí (*iadó*, *džódó* a japonský film).



Graf č. 9: Pořádání akcí netýkajících se *kendó*

Otázka 9: Kolikrát ročně se účastníte seminářů, školení a jiných akcí (kromě závodů) týkajících se kendó?

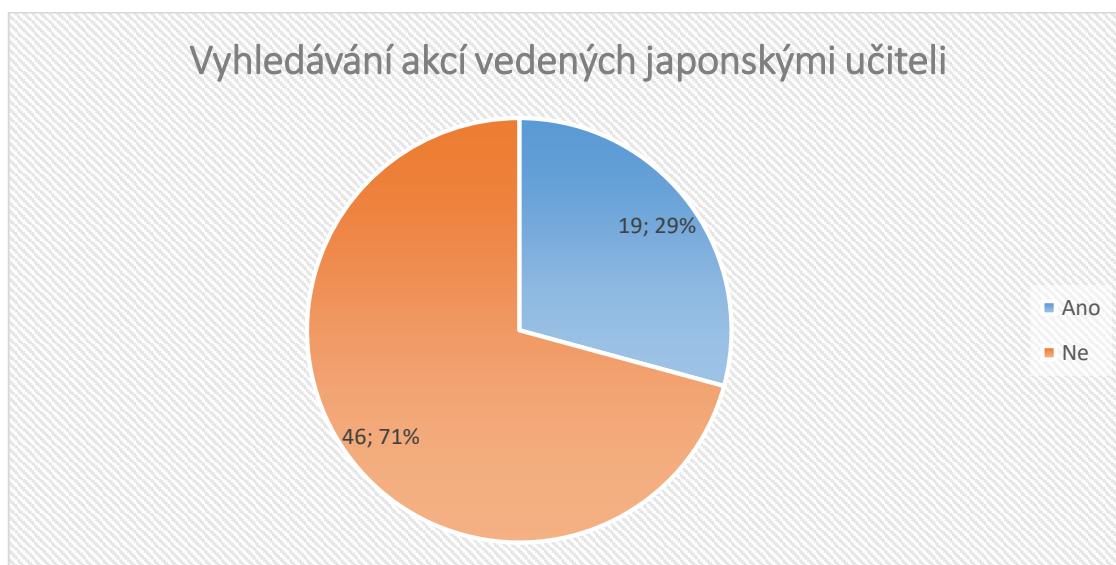
Největší část (25; 38 %) dotazovaných odpovídala, že se těchto akcí účastní 1 – 2krát ročně. Druhou nejpočetnější skupinou (20; 31 %) byli lidé, kteří se jich účastní 3 – 5krát. Nejčastěji se těchto akcí účastní 7 (11 %) respondentů a 13 (20 %) se podobných akcí neúčastní vůbec.



Graf č. 10: Účast na školení/seminářích aj. (mimo závodů)

Otázka 10: Vyhledáváte cíleně semináře vedené japonskými učiteli?

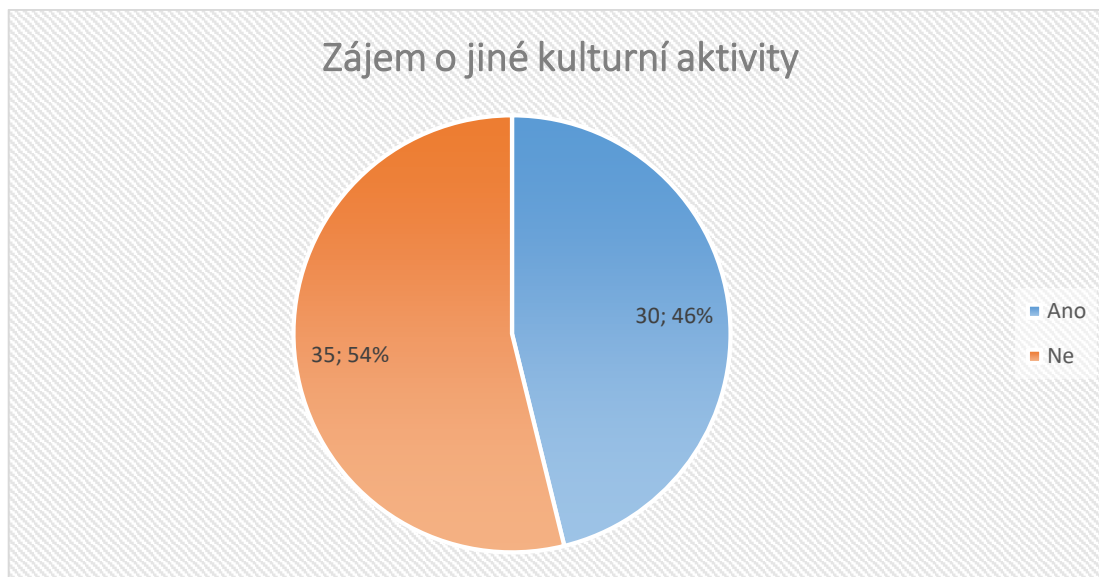
Téměř třetina (19; 29 %) odpověděla, že tyto semináře cíleně vyhledává, naopak 46 (71 %) respondentů uvedlo, že nikoliv.



Graf č. 11: Vyhledávání akcí konaných japonskými učiteli

Otázka 11: Zúčastnil/a jste se někdy seminářů, workshopů, přednášek či jiných aktivit spojených s japonskou kulturou?

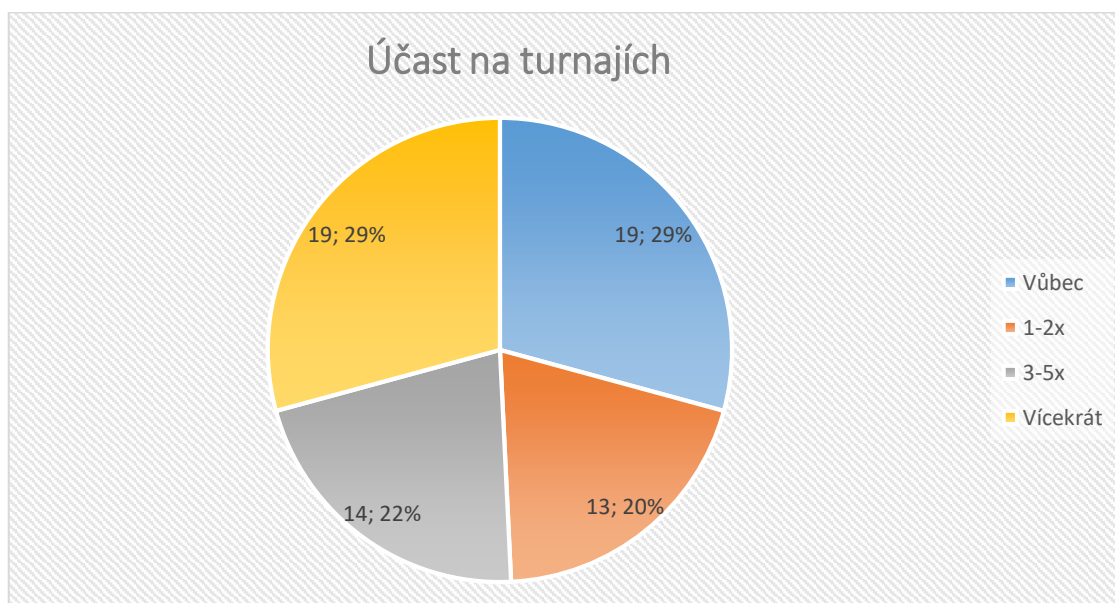
Více nežli polovina (35; 54 %) se nikdy takových akcí nezúčastnila. Zbývající respondenti (30; 46 %) však uvedli, že se některé z těchto akcí zúčastnili.



Graf č. 12: Zájem o jiné kulturní aktivity

Otázka 12: Kolikrát ročně se účastníte turnajů kendó?

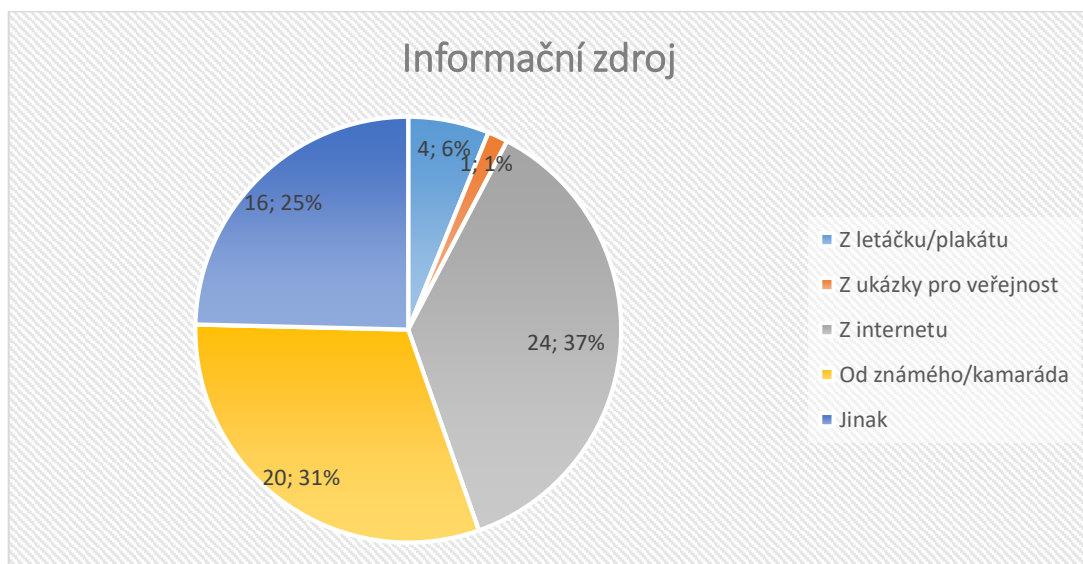
Nejčastěji, více nežli 5krát ročně, se turnajů účastní 19 (29 %) respondentů, 3 – 5krát ročně se jich účastní 14 (22 %) respondentů a 13 (20 %) dotazovaných se turnajů účastní alespoň 1–2krát ročně. 19 (29 %) z nich se turnajů neúčastní vůbec.



Graf č. 13: Účast na turnajích

Otázka 13: Jakým způsobem jste se o *kendó* dozvěděl/a (např. od známého, v novinách...)?

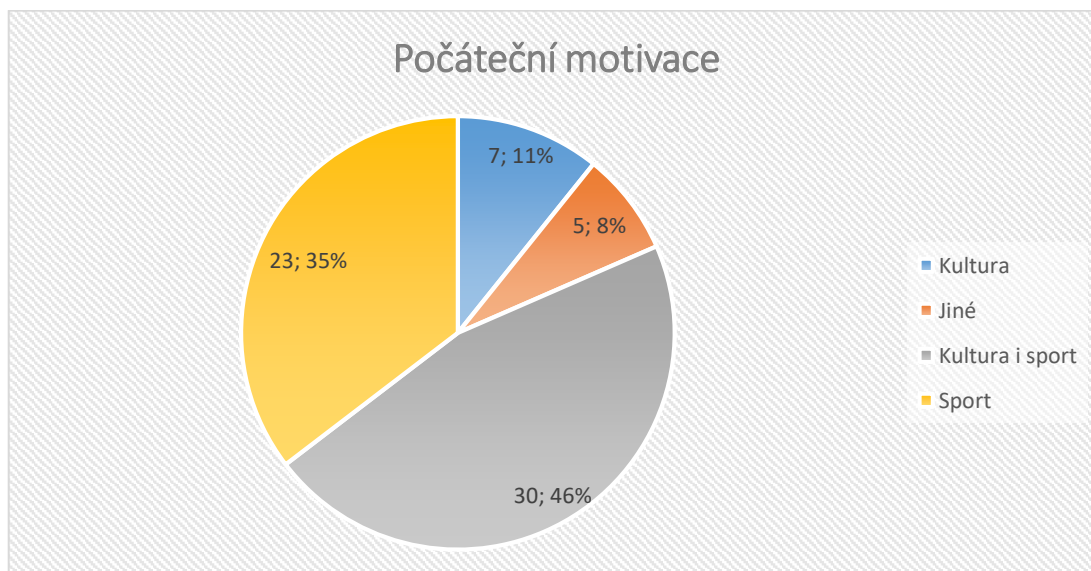
Nejčastěji se o *kendó* respondenti dozvídali z internetu (24; 37 %), dále pak od známých, či přátel (20; 31 %), 16 (25 %) odpovídajících se o *kendó* dozvěděli jiným způsobem, mezi které patřil například film nebo anime. 4 respondenti (6 %) se o něm dozvěděli díky letáčku nebo plakátu a 1 dotazovaný z veřejné ukázky.



Graf č. 14: Informační zdroj

Otázka 14: Byla vaše motivace začít s *kendó* spojena s japonskou kulturou, nebo jste měl/a zájem čistě o sport?

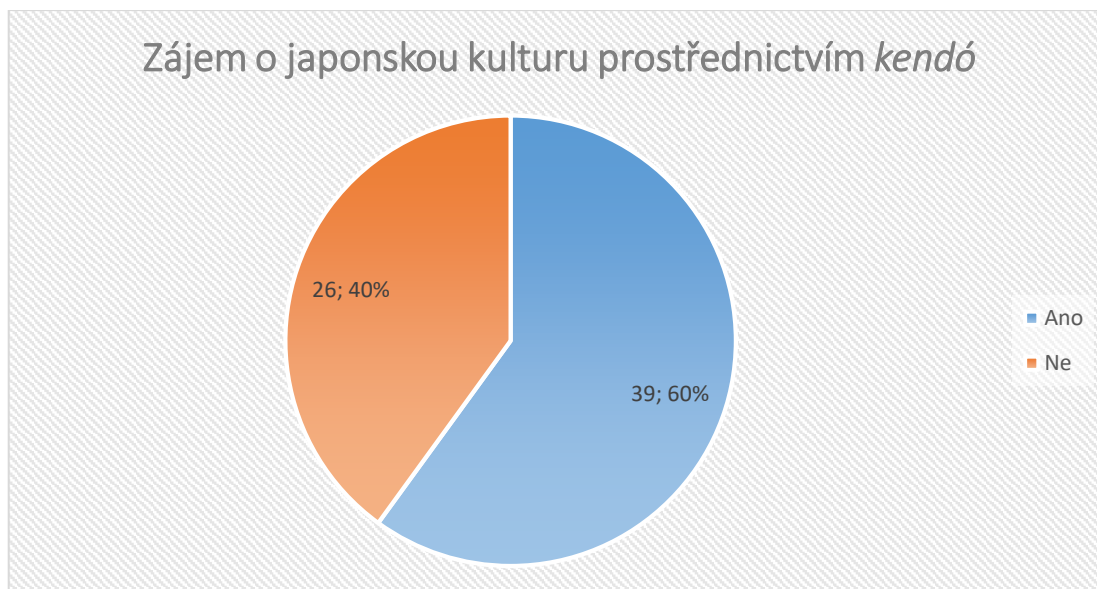
Pro 30 (46 %) respondentů byla lákavá vidina propojení kultury a fyzické aktivity. Druhá nejpočetnější skupina (23; 35 %) vyhledávala spíše fyzickou náročnost. 7 (11 %) respondentů zajímala kulturní stránka *kendó*.



Graf č. 15: Počáteční motivace

Otázka 15: Přimělo Vás *kendó* více se zajímat o japonskou kulturu (např.: jazyk, historie...)?

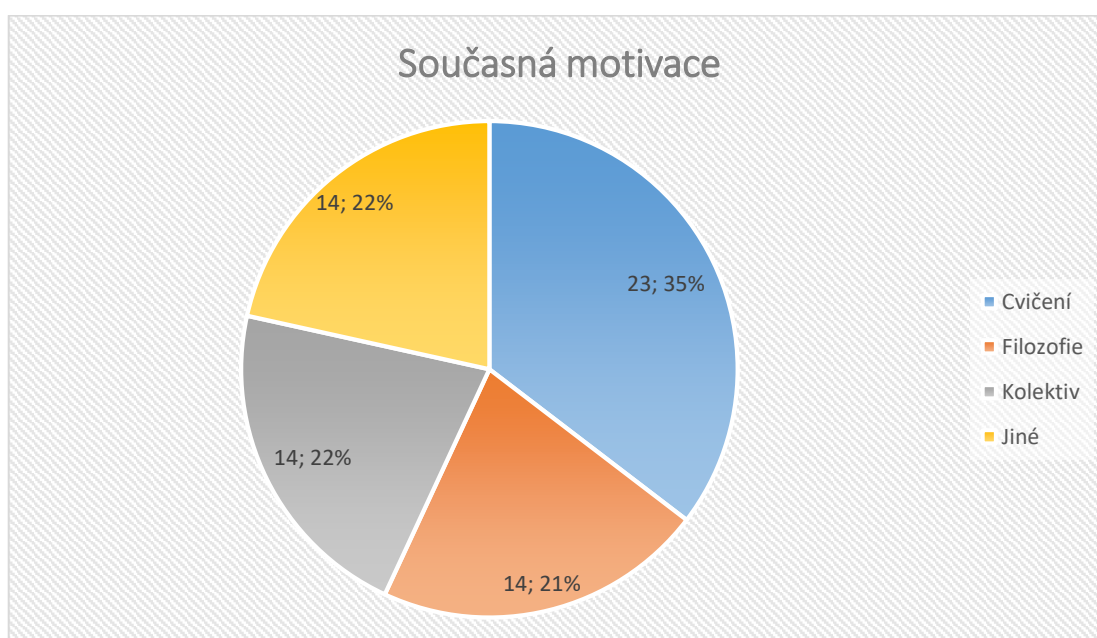
Více nežli polovina (39; 60 %) uvedla, že se skrze *kendó* začali více zajímat o japonskou kulturu. Zbývající (26; 40 %) odpovídali, že nikoliv.



Graf č. 16: Zájem o japonskou kulturu prostřednictvím *kendó*

Otázka 16: Co Vás na *kendó* v současné době nejvíce baví?

Samotné cvičení je pro 23 (35 %) respondentů momentálně nejlákavější. Pro 14 (22 %) respondentů je hlavní motivací kolektiv, pro stejné množství je největší motivace spojena s filozofií *kendó*. V kategorii „Jiné“ 8 (12 %) lidí uvedlo, že je baví vše uvedené.



Graf č. 17: Současná motivace

Otázka 17: Co je důvodem, proč jste si vybral/a právě *kendó*?

Většina (20; 31 %) dotazovaných uvedla jako důvod chuť vyzkoušet nějaké tradiční *budó*, nebo přímo nějakou variantu šermu. 14 respondentů (22 %) zaujal kolektiv a exotičnost *kendó*. 11 (17 %) respondentů hledalo aktivitu, kde se propojí duševní a fyzická náročnost s kulturou. 9, 2 % (6) odpovídajících vedlo ke *kendó* propojení kultury a filozofie tohoto umění. 6, 2 % (4) uvedlo jako důvod kombinaci filozofie, kolektivu a fyzické aktivity. Stejně množství respondentů začalo s *kendó* na doporučení známého či rodinného příslušníka.

Otázka 18: Je na *kendó* něco, co Vám vadí, co byste případně rádi změnili? Např.: (přehnaná etiketa, malé povědomí o tomto *budó* atd.)?

Přestože 46, 2 % respondentů uvedlo, že by v současné situaci na českém *kendó* nic neměnili, velká část odpovědí zahrnovala nespokojenost s nedodržováním etikety a jejím nepochopením. Dále zmiňovali nedostatečnou propagaci, vysokou cenu výbavy, její nepraktičnost a namáhavé cviky.

Otázka 19: Co Vám na *kendó* nejvíce vyhovuje a co byste neměnili?

V této otázce 15 (23 %) respondentů odpovědělo, že nelze vyjmenovat cokoli, co by jim vyhovovalo nejvíce a ani nic, co by nutně chtěli změnit. Jako přednosti 14 odpovídajících (22 %) uvádělo kolektiv českých kendistů, 12 (18 %) prostředek, jak zlepšit sebe sama a 8 (12 %) si cení přínosu etikety *kendó* do běžného života.

Otázka 20: V čem Vás cvičení *kendó* nejvíce ovlivnilo v běžném životě?

V této otázce 40 (61,5 %) z dotazovaných uvedlo, že cvičením dosáhli zlepšení fyzické a psychické zdatnosti. Více než pětina (15; 23 %) byla díky *kendó* obohacena o znalosti japonských reálií. 7 (11 %) respondentů *kendó* obohatilo o nové známosti.

Pozn.: Vzhledem k tomu, že otázky 17–20 jsou otevřené, některé odpovědi obsahují více než jednu kategorii a některé naopak nelze do žádné zařadit. Z tohoto důvodu zde vždy není počet odpovědí totožný s počtem respondentů.

6 Shrnutí výsledků

Z výsledků průzkumu vyplývá, že největší poměr cvičících se pohybuje mezi 21 až 30 lety. Většina se *kendó* věnuje od 2 do 5 let a jsou držiteli žákovských nebo mistrovských stupňů. Nicméně téměř třetina se *kendó* věnuje šest a více let. Udržování takto zkušené základny je velice důležité pro zachování a růst úrovně *kendó* v České republice.

České oddíly pořádají jednotlivé semináře a školení nejen na téma *kendó* a jiných *budó*, ale zapojují se i do dalších kulturních aktivit, jakou je například prezentace japonských filmů. Zájem o poznání japonské kultury značí jak účast českých kendistů na těchto akcích, tak také jejich aktivní vyhledávání seminářů vedených japonskými učiteli. Stejně příznivý efekt na šíření japonské kultury má i skutečnost, že se více než polovina odpovídajících díky *kendó* začala právě o kulturu Japonska více zajímat. Respondenti často uváděli zájem o workshopy zaměřené na japonskou kuchyni a módu, přesněji oblékání *kimona*, a v neposlední řadě divadlo, anime a přednášky týkající se japonských reálií. Nejedná se však pouze o události a účasti na nich. Tázání také uvádělo zvýšený zájem o jazyk, historii, mytologii, o japonské zvyky a cestování po Japonsku.

Podíváme-li se však na to, jak respondenti *kendó* vnímají, jednoznačně můžeme pozorovat rozdílnost a občasnou neslučitelnost japonského myšlení s tím českým. Podle odpovědí občas v rámci oddílu dochází k nepochopení a někdy i k nerespektování filozofie a tradic *kendó*. Jde například o nedodržování hierarchie *senpai*³⁰/*kóhai*³¹, či *reihó*, tedy vzájemného prokazování respektu nejen mezi soupeři během zápasu, ale i mezi jednotlivými cvičícími v průběhu tréninku. Toto je z hlediska udržení určitého standardu velice nebezpečné a může vést k odchýlení se od tradic, na kterých je *kendó* založeno.

Podstata *kendó* je však ve většině případů v českých oddílech pevně ukotvena a má velice pozitivní vliv nejen na fyzickou a psychickou zdatnost kendistů, ale také utváří společenského ducha a posiluje solidaritu uvnitř českých oddílů, která je důležitá nejen pro šíření japonské kultury do České republiky, ale také pro utužování společenských vztahů, a tím pádem vylepšování i kultury české.

³⁰ Starší kolega v oddíle (Ziegelheim 2013, 250).

³¹ Mladší, méně zkušený kolega v oddíle (Ziegelheim 2013, 249).

7 Závěr

Kendó je bezpochyby jedno z nejkompexnějších, a co se historie vedoucí k jeho vzniku týče, tak i nejbohatších japonských *budó*. Jeho kořeny sahají neuvěřitelných 12 století do minulosti. Pochází z doby, kdy japonští řemeslníci poprvé objevili způsob, jak pro své bojovníky vyrábět meče, které byly tak jedinečné, že cesta k jejich ovládnutí trvala celý život, a mnohdy se jejího konce ani nedosáhlo. Tyto meče se staly jejich symbolem a duší, techniky jeho ovládnutí jejich povinností a výsadou. Díky spojení meče, těla a nezlomné vůle dokázali sjednotit celou zemi, avšak kvůli stejným důvodům docházelo často i k jejímu rozdělení. Smyslem meče a nauky, jak s ním zacházet (*kendžucu*), ve skutečnosti není pouze zabít, ale hlavně kultivovat mysl, tělo, a dosáhnout tak naprosté koncentrace, která se přenáší nejen na bojiště, ale i do obyčejného života.

Ačkoliv se *kendžucu* mohlo v průběhu historie jevit jako nepotřebný přežitek z dob minulých či nástroj nenávisti, jeho ideologie se přenášela dál. Hledaly se nové způsoby a techniky. Vymýšlely se nové typy vybavení. Postupem času nebylo potřeba válčit, ale *kendžucu* tu stále bylo. Jeho pomocí se mnozí naučili pokoře, respektu a dosáhli zlepšení sebe sama a jako lidské bytosti vyžrály. Později se *kendžucu*, nyní už pod názvem *kendó*, stalo jedním ze vzdělávacích nástrojů, jenž mladé i starší učil, že vždy existuje cesta vpřed a vždy je co zlepšovat, jak na své technice, tak na sobě samém. *Kendžucu*, nebo *kendó*, tu v jisté formě vždy bylo a z těchto důvodů vždy i bude.

Z výsledků analýzy dotazníkového šetření, kterého se zúčastnili čeští kendisté, je zřejmé, že ačkoliv je mezi nimi *kendó* velice oblíbené, způsoby, kterými se o tomto umění mohou nezasvěcení dozvědět, jsou velice omezené. Tuto funkci ve velké většině zaujmají právě oni samotní, a to tím, že jej pomáhají šířit do povědomí české veřejnosti. Napomáhají tomu pochopitelně i jednotlivé kluby pořádající různé akce zaměřené ať už na *kendó*, nebo na jinou tradiční japonskou aktivitu spojenou s kulturou. Díky znalostem získaným během těchto akcí mohou pak jednotliví kendisté přivést další zájemce, nebo je obohatit o malou část japonské kultury.

Co se úrovně českého *kendó* týče, je zřejmé, že se ve srovnání s jinými aktivitami stále jedná o věc relativně novou. Navzdory tomu všemu je však v českém prostředí velice pevně uchopena, o čemž svědčí i vysoká účast na turnajích a seminářích a mimo jiné

i vysoký poměr držitelů technických stupňů a množství starších zkušenějších kendistů, což nabízí nově přichozím pro praktikování tohoto umění skvělé zázemí.

Řada respondentů v dotazníku uváděla, že je to právě kolektiv, jenž se v České republice vytvořil, díky kterému začali cvičit a díky kterému stále pokračují. Jedním z hlavních faktorů byla také komplexnost benefitů, které cvičící v *kendó* nacházejí. Cvičení *kendó* napomáhá nejen vyšší fyzické zdatnosti, ale také psychické odolnosti. Další dotazovaní uváděli, že se díky cvičení dokázali lépe vyrovnat s některými důležitými a složitými životními otázkami a že se díky *kendó* cítí být vyzrálejším člověkem.

Je tedy *kendó* schopné poskytnout nám i něco jiného než fyzickou aktivitu? Podle výsledků výzkumu musím konstatovat, že samotné cvičení *kendó* nezaručuje úplné poznání a pochopení japonské kultury jako takové, ale nabídne nám možnost alespoň z části pochopit styl japonského myšlení, které je v *kendó* zachyceno. Tou je touha neustále se zlepšovat a jít kupředu. Tato myšlenka je pomyslným klíčem, který nám může, máme-li zájem a vůli, otevřít bránu k cestě poznání širších souvislostí, tradic a zvyků této krásné a pro nás stále exotické kultury.

Abstract

The main goal of this thesis is to answer the question whether *kendō* contributes to the distribution and recognition of Japanese culture in the Czech Republic. The first part focuses on the history of Japanese fencing, from the initial references in history to the present day. Furthermore, it describes what is the current form of *kendō* and how it had found its way into the Czech Republic. The second part includes the raw data provided by the questionnaire survey. The last chapter summarizes the results, uses the gathered information to analyze the contribution of *kendō* to the Czech sport clubs, creates an insight into their member's understanding of this art, analyzes the way *kendō* helps to spread Japanese culture in the Czech Republic.

Key words: *Kendō*, *kenjutsu*, *Budō*, *dōjō*, martial art, Japanese culture, Czech Republic.

Seznam použitých zdrojů a literatury

Knihy a odborné články

All Japan Kendo Federation. *Kendo fundamentals*. International kendo federation, 1994 58 s.

BENNETT C. Alexander. *Kendo: culture of the sword*. Oakland, California: University of California press. 2015. 323 s. ISBN 978-0-520-28437-1.

BRYANT, Anthony J. a Angus MCBRIDE. *The samurai: warriors of medieval Japan, 940-1600*. London: Osprey, 1989. ISBN 08-504-5897-8.

Česká federace kendó. *Zkušební řád* [online]. © 2018 [cit. 17.9.2019]. Dostupné z: <https://www.czech-kendo.cz/dokumenty-cfk/>

European Kendo Federation. *Grading rules* [online]. © 2019 [cit. 11.9.2019]. Dostupné z: <http://www.ekf-eu.com/index.php?page=documents>

LAIBRT, Lukáš. *Kendó jako výchovně-vzdělávací systém*. České Budějovice, 2012. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta.

LAWLESS, Robert. *Co je to kultura*. Olomouc: Votobia, 1996. Malá díla. ISBN 80-719-8106-0.

MURPHY, Robert F. *Úvod do kulturní a sociální antropologie*. 2 vydání. Slon, 2004. ISBN 978-80-86429-25-0.

OZAWA, Hiroshi. *Kendó, úplný průvodce*. Praha: Argo, 2005. 194 s. ISBN 80-7203-646-7.

TURNBULL, Stephen. *Samurai warfare*. 1. ed. London: Arms and Armour Press, 1996. 157 s. ISBN 18-540-9280-4.

ZIEGELHEIM, Jindřich. *Kendó, Tři spojené kruhy*. 1 vydání. Bílina, 2013. 255 s. ISBN 978-80-260-3082-9.

ZIEGELHEIMOVÁ, Jana. *Zápis ze schůzky Výkonného výboru* [online]. Česká Federace Kendó, 2017 [cit. 1.4.2019]. Dostupné z: <https://www.czech-kendo.cz/dokumenty/#vv>

Elektronické zdroje

AJKA-I: karate-do [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <https://ajka-i.com/what-is-karate-do/>

All Japan Jukendo Federation: what is jukendo [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <http://www.jukendo.info/what-is-jukendo>

All Japan Kendo Federation. History of kendo. [online] © 2019 [cit. 17.3.2019]. Dostupné z: <https://www.kendo.or.jp/knowledge/kendo-history/>

Česká asociace japonské lukostřelby: kyudo [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <http://kjudo.cz/>

Česká Federace Kendó: Členové, Databáze členů [online]. [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://www.cubu.info/ceska-federace-kendo/KENSHINKAN-DOJO>

Česká Federace Kendó: Členové, Databáze členů [online]. [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://www.cubu.info/ceska-federace-kendo/Kusanagi-kai-zs>

Česká federace kendó: naginatado [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <https://www.czech-kendo.cz/naginatado/>

Dům dětí a mládeže Olomouc: Kroužky [online]. [cit. 2.10.2019]. Dostupné z: https://www.ddmolomouc.cz/krouzky?age_min_max=&txt=ken

International Judo Federation: History [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <https://www.ijf.org/history>

International Sumo Federation [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <http://ifs-sumo.org/index.html>

Kacubó Kenrikai. Historie našeho dódžó [online]. © 2017 [cit. 13.3.2019]. Dostupné z: <http://www.kacubo.cz/historiekacubo.htm>

Kendó Olomouc: Chci cvičit [online]. [cit. 2.10.2019]. Dostupné z: <https://www.kendoolomouc.cz/chcicvicit>

Kendó Olomouc: O nás [online]. © 2017 [cit. 17.6.2019]. Dostupné z: <https://www.kendoolomouc.cz/onas>

Kensei Dojo: Představení Kensei [online]. © 2013 [cit. 13.3.2019]. Dostupné z: <http://www.kensei.cz/uvod/predstaveni-kensei/>

Kusanagi Kai: Klub [online]. [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <https://www.kusanagi.cz/klub/>

Midwest Aikido Center: what is aikido [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <http://www.midwestaikidocenter.org/what-aikido>

Nozomi Dojo: Džódó [online]. © 2018 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: http://www.nozomi.cz/budo/jodo/jodo_uvod.html

Nozomi Dojo: Home [online]. © 2018 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://www.nozomi.cz/index.html>

Nozomi Dojo: Iaidó-úvod [online]. © 2018 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: http://www.nozomi.cz/budo/iaido/content_iaido.html

Nozomi Dojo: Kontakty na klub a seznam členů [online]. © 2018 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: http://www.nozomi.cz/kontakty/kontakty_nd.html

Sakura Dojo: Tenshin Shoden Katori Shinto-ryu [online]. [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <https://www.sakuradojo.cz/index.php/katori-into-rju->

Sandómon Bílina: O nás [online]. © 2013 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <https://www.kendobilina.cz/o-nas/>

San Dó Mon: O nás [online]. [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://www.sandomon.cz/o-nas/>

Seishinkan Kendo Brno: O nás [online]. © 2017 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://www.kendobrna.cz/pages/onas.php>

Shorinji kempo: Historie [online]. [cit. 2019-12-05]. Dostupné z: <http://shorinjikempo.cz/>

Tobukan: O klubu [online]. © 2019 [cit. 14.3.2019]. Dostupné z: <http://ikendo.cz/klub.html>

Univerzita Palackého v Olomouci: Cesty japonského meče [online]. 2018 [cit. 2.10.2019]. Dostupné z: https://www.upol.cz/nc/kalendar/akce/cal/2018/12/12/event/tx_cal_phpicalendar/1979/

Vysokoškolský sportovní klub: Nabídka sportovních aktivit [online]. [cit. 12.9.2019]. Dostupné z: <https://fame.utb.cz/o-fakulte/zakladni-informace/struktura/ustavy/ustav-telesne-vychovy/vssk/nabidka-sportovnich-aktivit/>

Přílohy

Tabulky technických stupňů kendó

Technický stupeň	Odcvičená doba
6. kjú	3 měsíce
5. kjú	6 měsíců
4. kjú	10 měsíců
3. kjú	15 měsíců
2. kjú	20 měsíců
1. kjú	30 měsíců

Tabulka č. 1: Minimální požadovaná doba cvičení pro získání technického stupně

Zdroj: Zkušební řád České Federace kendó 2018

Technický stupeň	Časový odstup
1. dan	3 měsíce po složení 1. kjú
2. dan	1 rok po složení 1. danu
3. dan	2 roky po složení 2. danu
4. dan	3 roky po složení 3. danu
5. dan	4 roky po složení 4. danu
6. dan	5 let po složení 5. danu
7. dan	6 let po složení 6. danu

Tabulka č. 2: Minimální časový odstup od konání poslední zkoušky

Zdroj: EKF Rules for Dan Grading Examinations and Shogo 2019

Technický stupeň	Minimální časový odstup
6. dan	2 roky po složení 5. danu
7. dan	3 roky po složení 6. danu
8. dan	5 let po složení 7. danu

Tabulka č. 3: Výjimky pro žadatele, jež dosáhli věku 60 let

Zdroj: EKF Rules for Dan Grading Examinations and Shogo 2019