

# Uczelniana Sekcja Aikido Politechniki Gdańskiej

[WWW.aikido.pg.gda.pl](http://WWW.aikido.pg.gda.pl)

[WWW.aikido-gdansk.pl](http://WWW.aikido-gdansk.pl)

[aikido@pg.gda.pl](mailto:aikido@pg.gda.pl)

[aikido@aikido-gdansk.pl](mailto:aikido@aikido-gdansk.pl)

Krótki informator  
by Dariusz Adrychowski

12 września 2005

Uczelniana Sekcja Aikido Politechniki Gdańskiej działa nieprzerwanie od 26 kwietnia 1989 roku. Jest to najstarsza sekcja Aikido działająca na terenie trójmiasta. Należymy prawie od początku istnienia sekcji do Polskiej Federacji Aikido. Od początku istnienia sekcja działa na terenie PG, należymy również do AZS PG.

Udział w treningach Aikido nie zwalnia jednak od zajęć z wychowania fizycznego.

## WIDZOWIE

Przez cały roku można przyjść i obejrzeć trening grupy młodszej i/lub starszej. Trzeba tylko spełnić poniższe warunki:

- przed wejściem na salę, zdjąć obuwie
- zachować ciszę w czasie trwania treningu, wyłączyć bądź wyciszyć telefon komórkowy!
- NIE WOLNO jeść i/lub pić w czasie treningu
- na trening należy przyjść PRZED rozpoczęciem zajęć
- jeśli się spóźnisz, NIE NALEŻY wchodzić do środka w czasie ceremoniału rozpoczęcia i zakończenia treningu ( w skrócie czyli kiedy wszyscy, z wyjątkiem prowadzącego siedzą w równych rzędach na macie).

## NABÓR

Co roku w październiku rozpoczyna się nabór do grupy początkującej. W tym roku pierwsze zajęcia dla grupy młodszej to trening od godziny 9:00, **8 października**.

W trosce o bezpieczeństwo ćwiczących ( sala, w której ćwiczymy ma ograniczoną powierzchnię) nabór trwa do momentu wyczerpania limitu miejsc. W przypadku dużej ilości chętnych, pierwszeństwo mają osoby studiujące na Politechnice Gdańskiej.

## ZAPISY

Zapisy do grupy początkującej odbywają się tylko na treningach grupy młodszej.

Należy przyjść na trening i przed treningiem zgłosić się do instruktora po informacje.

Aby dopełnić formalności, każdy z nowych członków musi dostarczyć zaświadczenie o zdolności do uprawiania sportu i deklarację członkowską. Szczegółowych informacji udziela instruktor. Deklarację wypełniają wszyscy nowi członkowie, a druki rozdaje instruktor, bądź też można je ściągnąć z naszej strony domowej. Zaświadczenie lekarskie ważne jest w naszej sekcji przez maksymalnie 1 rok. Co roku więc, trzeba je uzyskać raz jeszcze.

## DOJAZD

- Treningi odbywają się na macie Sali judo Akademickiego Ośrodka Sportu, przy Al. Zwycięstwa 12 w Gdańsku. Wejście do obiektu znajduje się naprzeciw wejścia na basen PG.

- Jadąc tramwajem z Gdańska Głównego, to przystanek za Akademią Medyczną, przy Traugutta.
  - Jadąc tramwajem od Wrzeszcza to przystanek za Operą. Po wyjściu z tramwaju, należy udać się w kierunku boiska ( za ścianą drzew latem), wejść bramką na teren AOS PG i iść prosto, w kierunku budynku głównego.
- Jadąc SKM-ką należy wysiąść na stacji Gdańsk Politechnika i iść w kierunku Opery. Na skrzyżowaniu przed Operą, nie przechodząc przez ulicę trzeba skrócić w lewo i przejść około 300 metrów. Po przejściu przez bramkę, należy kierować się do budynku głównego.

Aby wejść na salę judo, kierujemy się do wejścia po prawej stronie ( nie na basen ☺ )  
 Po przejściu obok portierni idziemy korytarzem jak na salę sportową. Po kilku zakrętach, należy wejść po schodach na pierwsze piętro. Znajduje się tam tylko sala judo. To tu. **Szatnie** przydzielane są prawie za każdym razem inne, więc o numer właściwej trzeba zapytać na portierni, lub co zdecydowanie lepsze przyjść wcześniej i wejść razem z innymi ćwiczącymi Aikido.



Mapa z portalu [WWW.trojmiasto.pl](http://WWW.trojmiasto.pl)

**POCZĄTKUJĄCY**

Aby uczestniczyć w zajęciach, należy się najpierw zapisać. Rozkład treningów dla grupy początkującej znajduje się na planie: <http://www.aikido-gdansk.pl/>  
Na treningach obowiązuje strój sportowy- min. luźne spodnie ( obowiązkowo długie nogawki) i koszulka. Oczywiście najlepszym strojem jest białe keikogi.

## **ZAAWANSOWANI**

Aby dołączyć do grupy zaawansowanej należy zgłosić się do instruktora prowadzącego zajęcia. Można to zrobić również na treningach grupy młodziej. Goście są zawsze mile widziani, jednakże chcąc pozostać z nami, należy spełnić kilka wymogów.

Uczelniana Sekcja Aikido Politechniki Gdańskiej należy do **Polskiej Federacji Aikido**. W sekcji panują ogólne zasady **PFA**, najważniejsze z nich to:

- Strój treningowy to białe keikogi. Dopuszczalne są zarówno wersje z karategi jak również judogi jak i doboki.
- Hakama przysługuje trenującym, którzy osiągnęli poziom wyszkolenia 2 kyu Aikido i wyżej
- Czarny pas przysługuje osobom, które osiągnęły poziom wyszkolenia 1 dan Aikido i wyżej
- Kolorowe pasy obowiązują dla kyu od 12 do 7. Kyu, dla kyu 6- 1 obowiązują pasy białe. Dopuszczalne są obi jak i kakuobi.

Osoby, które zechcą dołączyć do naszej grupy zaawansowanej, muszą spełniać powyższe warunki.

Dodatkowo chcąc przystępować do egzaminów na stopnie kyu, należy dostarczyć dokumenty poświadczające dotychczasowy poziom wyszkolenia.

Szczegółowych informacji udzielają instruktorzy przed/po treningach.

## **PLAN ZAJĘĆ**

Plan zajęć podany zostanie przed rozpoczęciem zajęć, w ostatnim tygodniu września.

Zawsze aktualny plan zajęć na naszych stronach WWW: <http://www.aikido.pg.gda.pl> i <http://www.aikido-gdansk.pl>

O szczegółowe informacje można pytać:

Na naszym forum: <http://www.aikido.pg.gda.pl/forum>

Pocztą @ [aikido@pg.gda.pl](mailto:aikido@pg.gda.pl) lub [aikido@aikido-gdansk.pl](mailto:aikido@aikido-gdansk.pl)

Telefonicznie: 0607-78-10-99

Osobiście: zawsze przed/po treningach.