الهيئة العامة للرياضة
General Authority of Sports

مجلة الفنون القتالية
MARTIAL ARTS MAGAZINE
العدد رقم 2 فبراير 2022



تكريم أوزبكي لسعادة اللواء ناصر عبد الرزاق الرزوقي
تم منح سعادته شهادة الدكتوراة الفخرية من جامعة اوزباكستان للتربية البدنية والرياضة

منتخب الإمارات للكاراتية توج بـ 7 ميداليات قارية في بطولة آسيا - كازاخستان

منح الكابتن جابر الزعابي بالشارة العضوية للجنة حكام آسيا للكاراتيه

عـام الخمسـين
YEAR OF THE FIFTIETH
UNITED ARAB EMIRATES

اليوم الوطني
2 ديسمبر
الإمارات العربية المتحدة
UNITED ARAB EMIRATES

روح الاتـــــحـاد
SPIRIT OF THE UNION
اليـوم الـوطـنـي NATIONAL DAY
الإمارات العربية المـتحدة UNITED ARAB EMIRATES



آفاق الإسلامية للتمويل
aafaq Islamic Finance

آفـــاق
aafaq
islamic finance الإسلامية للتمويل

تقدم افاق منتجات وخدمات مالية متنوعة ومتوافقة مع الشريعة الاسلامية لعملائها من الافراد و المؤسسات و الشركات الصغيرة و المتوسطة

Aafaq offers variety of financial products & services guided by the Islamic Sharia for individuals, corporate & SMEs

Property Finance	Personal Finance	Auto Finance	Credit cards	Osool SME Finance	Investment Deposits
تمويل العقارات	التمويل الشخصي	تمويل السيارات	بطاقات الائتمان	أصول - الشركات الصغيرة و المتوسطة	الودائع الاستثمارية

600 502006 www.aafaq.ae I info@aafaq.ae /aafaqislamicfinance /aafaqfinance /aafaqislamicfinance /aafaqislamicfinance /aafaq



صاحب السمو الشيخ

محمد بن زايد آل نهيان

ولي عهد أبوظبي
نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة



صاحب السمو الشيخ

خليفة بن زايد آل نهيان

رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة
حاكم إمارة أبوظبي



صاحب السمو الشيخ

محمد بن راشد آل مكتوم

نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء
حاكم دبي



معالي الدكتور
أحمد بن عبدالله بالهول الفلاسي

وزير دولة لريادة الأعمال والمشاريع
الصغيرة والمتوسطة
رئيس الهيئة العامة للرياضة
النائب الأول لرئيس اللجنة الأولمبية الوطنية



سمو الشيخ
منصور بن محمد بن راشد آل مكتوم

رئيس مجلس دبي الرياضي



سمو الشيخ
أحمد بن محمد بن راشد آل مكتوم

رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية

UNITED ARAB EMIRATES
الهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة
GENERAL AUTHORITY OF YOUTH & SPORTS WELFARE

التسويق والإعلان والإشتراكات

مجلة تصدر عن اتحاد الإمارات للكاراتيه

الموقع الإلكتروني الخاص بالمجلة
www.k-magazine.com

عنوان صفحات التواصل الاجتماعي
kmagazine.com

المراسلات والتحرير
ص.ب 55603 دبي
الإمارات العربية المتحدة
هاتــف : 3223 239 4 971 +
فاكس : 3343 239 4 971 +
بريد إلكتروني : info@uaekaratefed.ae
موقع إلكتروني : www.uaekaratefed.ae

تغطيــة أخبــار
ألعاب الفنون القتالية

- الكاراتيه
- التايكواندو
- المصارعة
- الكونغ فو
- الايكيدو
- الكيك بوكسينغ
- الجيوجتسو
- هابكيدو
- الجودو
- النشاكو
- الملاكمة



مجلة الفنون القتالية
MARTIAL ARTS MAGAZINE

الرئيــس
اللواء / ناصر عبدالرزاق الرزوقي

رئيس التحرير
عوض خليفة سالم الدرمكي

المدير التنفيذي
الخبير / محمد عباس

المنسق الإعلامي
الكابتن / فاروق بن شويدح

هيئة التحرير
عبير الموسى
محمد أمين الرقيعي
عثمان شيرواني

الصف والإخراج الفني

مطبعة بن دسمال ومكتبتها

كلمة رئيس التحرير



رئيس التحرير

عوض خليفة سالم الدرمكي

أعجبني المثل القائل:

"بداية الطوفان قطرة، والجبال من الحصى"

أسعد الله أوقاتكم وكل عام وانتم بخير .

رسالتنا من إتحاد الإمارات للكاراتيه ومجلة الفنون القتالية هي الأخذ بيد الموهوبين وتوجيههم للنجاح في المحافل المحلية والدولية و التواصل مع مجتمع دولة الإمارات للإسهام في تطوير الفكر الثقافة الرياضية حول ممارسة رياضة الكاراتيه للجنسين .

إن اتحادنا أصبح كالجبال من الأبطال الموهوبين في لعبة الكاراتيه، صغاراً وكباراً من الجنسين، وأثبتوا وجودهم في كل المحافل الدولية وذلك بسبب رؤيتنا وهي نشر رياضة الكاراتيه من خلال إنشاء أماكن ومراكز تابعة للاتحاد، إضافة إلى الأندية الرياضية المنتشرة. وكذلك تنمية وتطوير الموارد البشرية إدارياً وفنياً. ونهتم بخلق قاعدة تكفي لفرز المنافسة الضرورية لاختيار منتخب وطني قادر على المنافسة في جميع المراحل العمرية للجنسين، والمشاركة في البطولات المحلية، والخليجية والدولية، ومن رؤيتنا الاهتمام بتطوير أبطال كاراتيه دوليين من الجنسين ذات مستوى دراسي عالي ومساعدتهم لاكتشاف نمط الحياة الرياضية الصحية، ونقوم بالتثقيف الأسري عن رياضة الفنون القتالية والدفاع عن النفس وخاصة لعبة الكاراتيه من مختلف الجوانب، ومنها الإشراف على اللاعب أو اللاعبة بتوفير البيئة الصحية فيما يتعلق بالتغذية والنوم والمستوى التعليمي والمتابعة والتواصل مع الأجهزة الفنية والإدارية في الأندية والمراكز.

هدفنا إثبات وجودنا في كل المحافل....

مجلة الفنون القتالية
MARTIAL ARTS MAGAZINE

مجلة الفنون القتالية
MARTIAL ARTS MAGAZINE

محتويات العدد

لقاءات ومقابلات شخصية ورصد من المصدر

- كلمة رئيس التحرير – عوض خليفة سالم الدرمكي 3
- كلمة اتحاد الإمارات العربية المتحدة للكاراتيه – راشد عبدالمجيد آل علي 6
- سعادة اللواء ناصر عبدالرزاق الرزوقي 7
- منحه شهادة الدكتوراه الفخرية من جامعة أوزباكستان 7
- واتفاقية تعاون وتبادل الخبرات والتنسيق بين الاتحاد الآسيوي للكاراتيه مع الاتحاد الإماراتي الأوزبكي 7
- استقبال حافل لمنتخب الإمارات للكاراتيه 8
  حصد 7 ميداليات قارية لمنتخب الإمارات للكاراتيه في بطولة آسيا
- لقاء مع البطلة سارة العامري 12
- لقاء مع البطلة فاطمة سالم خصيف 13
- لقاء مع البطلة اليازيه خالد 14
- لقاء مع البطلة سلوى أحمد المنصوري 15
- لقاء مع مدرب منتخب الإمارات كومتيه – وحيد خواجا 16
- كاراتيه العالم في ضيافة دبي 18
- لقاء مع البطل الإماراتي جابر الزعابي 22
- دورة صقل حكام الكاراتيه استعداداً لبطولات الموسم 2022 بإشراف اتحاد الإمارات للكاراتيه 25
- الكاراتيه طريق حياتي.. لقاء مع الخبير عادل سلامة 26
- تاريخ الكاراتيه والبطل الدولي محمد سالم بن غليطة 30
- لقاء مع لاعبة منتخب الإمارات والحكم الدولي أمينة حاجي 32
- مدرسة البحث العلمي تهتم بالرياضة عامة وبالكاراتيه خاصة 34
- التايكواندو والبطولات 38
- الجوجيتسو – سيف بن زايد استقبل أبطال أغلى الكؤوس 40
- جايير بولسونارد رئيس جمهورية البرازيل ومعالي نهيان بن مبارك 42
- الجودو بمشاركة 225 لاعباً ولاعبة في أبوظبي جراند سلام 44
- اختتام معسكر بودابست للجودو 45
- جامعة عجمان كعادتها كل عام والمخيم الرياضي 46
- الصحة والرياضة (صيف بلادي، نادي الشارقة الرياضي الثقافي) 48
- ارشادات غذائية وصحيّة 49
- بريد القراء ولقاء مع الكابتن عبيد إبراهيم بوملحه 50
- الرياضة للجميع... وكلنا رياضيون 52



8
الجامعة الأوزباكية تمنح سعادة اللواء ناصر عبدالرزاق الرزوقي شهادة الدكتوراة الفخرية



10
منتخب الإمارات يحصد 7 ميداليات قارية في بطولة آسيا للكاراتيه بكازاخستان



44
سيف بن زايد استقبل لاعبي بني ياس للجوجويتسو أبطال أغلى الكؤوس



كلمـــة اتحـاد الإمارات العربية المتحدة للكاراتيه





في مقابلة مع سعادة راشد عبدالمجيد آل علي ذكر رؤية اتحاد الإمارات للكاراتيه في تأهيل المواهب لصناعة الأبطال.

وأوضح أن رسالة اتحاد الإمارات العربية المتحدة للكاراتيه توجيه الموهوبين للنجاح في المحافل المحلية والدولية والتواصل مع مجتمع دولة الإمارات للإسهام في تطوير الفكر والثقافة الرياضية حول ممارسة رياضة الكاراتيه للجنسين.

ومن أهداف اتحاد الإمارات للكاراتيه نشر رياضة الكاراتيه من خلال إنشاء مراكز تابعة للاتحاد، لتنمية وتطوير الموارد البشرية إدارياً وفنياً، وبذلك خلق قاعدة تكفي لفرز المنافسة الضرورية لاختيار منتخبات وطنية قادرة على المنافسة في جميع المراحل السنية للجنسين، والعمل على تطوير قدرات الأبطال الرياضيين المتميزين من الجنسين، ذات مستوى دراسي عالٍ ومساعدتهم لاكتشاف نمط الحياة الرياضية الصحية.وذلك عن طريق تثقيف الأسرة في مجال الرياضات القتالية من مختلف الجوانب ومنها متابعة اللاعب أو اللاعبة لتوفير البيئة الصحية، فيما يتعلق بالتغذية والنوم والمستوى التعليمي الجيد، والمتابعة والتواصل مع الأجهزة الفنية والإدارية.

وفي نهاية اللقاء قال نهنيء ونبارك لأنفسنا ولأسرة الكاراتيه هذا الإصدار الجديد من مجلة ª الفنون القتالية ´.

ونتمنى لها دوام التقدم في انتشار وتوعية الناس بأهمية الرياضة وخصوصاً رياضات الدفاع عن النفس.

راشـــد آل علـــي

أمين عام
اتحاد الإمارات للكاراتيه

نائب رئيس الاتحاد الآسيوي

نائب رئيس الاتحاد العربي للكاراتيه









الجامعة الأوزباكية تمنح سعادة اللواء ناصر عبدالرزاق الرزوقي شهادة الدكتوراة الفخرية

آ مجلة الفنون القتالية - أوزباكستان

منحت الجامعة الأوزبكية سعادة اللواء ناصر عبدالرزاق الرزوقي شهادة الدكتوراة الفخرية، وسعادته يبرم اتفاقية بين اتحاد الإمارات العربية المتحدة للكاراتيه وبين الاتحاد الأوزبكي، وكذلك عقد اتفاقية تعاون وتبادل الخبرات بين الاتحاد الآسيوي والاتحاد الأوزبكي للكاراتيه

حيث استقبل سعادة عزيز عبدالحكيموف نائب رئيس الوزراء وزير الشباب والرياضة الأوزبكي، اللواء ناصر عبدالرزاق الرزوقي، رئيس الاتحادين الإماراتي والآسيوي، النائب الأول لرئيس الاتحاد الدولي للكاراتيه، بحضور أمين عام اتحاد الإمارات للكاراتيه راشد عبدالمجيد آل علي، وإبراهيم الدرع رئيس اللجنة الفنية في الاتحاد الآسيوي، ومحمد عباس المدير العام لاتحاد الإمارات للكاراتيه، عضو اللجنة الفنية للاتحاد الدولي للكاراتيه.

تم خلال الاجتماع الإشادة بجهود الإمارات والرزوقي لتطوير الكاراتيه الآسيوي، وتم مناقشة الترتيبات والإجراءات والعديد من النقاط الهامة في إطار التنسيق لإقامة وإنجاح البطولة الآسيوية المزمع استضافتها من قبل الاتحاد الأوزبكي في شهر مايو / آيار 2022م

وكذلك تم إبرام اتفاقية بين الاتحاد الإماراتي للكاراتيه والاتحاد الأوزبكي للتعاون وتبادل الخبرات.



آ كان في الاستقبال كل من المهندسة عزة بنت سليمان. والمهندس مروان سنكل، والمهندس حميد شامس، ومحمد حربوق الشحي، ومحمد درويش، وهشام سري، ومجلة الفنون القتالية وأولياء أمور اللاعبين ووسائل الإعلام المقروءة والمرئية.

استقبال حافل لمنتخب الإمارات للكاراتيه بعد الإنجاز الآسيوي

حظيت بعثة منتخب الإمارات للكاراتيه، المشاركة في بطولة آسيا للرجال والشباب والناشئين والتي أقيمت في مدينة الماتي بكازاخستان خلال الفترة من 18 إلى 22 ديسمبر الماضي، باستقبال حافل بباقات الورود لدى وصولها إلى قاعة المجلس بمطار دبي الدولي، تقديراً لها وللإنجاز الكبير والتاريخي الذي حققته البعثة خلال مشاركتها في هذه البطولة القارية.

وكانت حصيلة منتخبنا الوطني 7 ميداليات ملونة بواقع ذهبية واحدة و4 فضيات وبرونزيتين، وهي حصيلة مميزة تعكس مدى تطور اللعبة في الإمارات، وصعودها المتسارع على المستوى القاري، وجاءت



حيث توج بـ 7 ميداليات قارية في بطولة آسيا بكازاخستان

في مقدمتهم ميدالية ذهبية تاريخية هي الأولى في تاريخ الكاراتيه الإماراتيي على المستوى القاري للاعبة سارة العامري في مسابقة فردي الكوميتيه للسيدات لوزن 61 كجم، والتي حصلت أيضاً على ميدالية برونزية في مسابقة الكوميتيه لوزن 61 كجم في فئة تحت 21 عاماً.

كما أحرزت الإمارات 4 ميداليات فضية لكل من اللاعبة سلوى أحمد المنصوري، في مسابقة الكوميتيه وزن فوق 54 كجم، لفئة الآنسات، واللاعب محمد أحمد العامري، في مسابقة الكوميتيه لوزن تحت 76 كجم، لفئة الشباب، واللاعبة فاطمة خصيف في مسابقة الكوميتيه لوزن تحت 68كجم، لفئة تحت 21 سنة، وعن طريق فريق السيدات المكون من اللاعبات حوراء



آ ومن المستقبلين المهندسة عزة بنت سليمان. ومحمد درويش، والمهندس مروان سنكل.

العجمي، وفاطمة خصيف، وسارة العامري، واليازيه خالد التي حصلت على المركز الثاني والميداليات الفضية في مسابقة جماعي الكوميتيه، إضافة إلى ميدالية برونزية ثانية أحرزها اللاعب سليمان المال في فردي الكوميتيه رجالاً.

وكان في استقبال أبطال وبطلات منتخب الإمارات لدى وصولهم إلى مطار دبي بقاعة المجلس، المهندسة عزة بنت سليمان الأمين العام المساعد للشؤون الإدارية والمالية للجنة الأولمبية الوطنية، والمهندس مروان سنكل رئيس مجلس إدارة اتحاد الإمارات للكاراتيه، والمهندس حميد شامس، الأمين العام المساعد لاتحاد الإمارات للكاراتيه، ومحمد حربوك الشحي المدير المالي للاتحاد، ومحمد درويش المدير التنفيذي للجنة الأولمبية، وهشام سري المدير الفني للاتحاد، ووسائل الإعلام المرئية والمقروءة، وأولياء أمور اللاعبين وأسرهم.

ومن جانبها عبرت المهندسة عزة بنت سليمان، عن سعادتها بالإنجازات الكبيرة التي حققتها بعثة منتخب الإمارات للكاراتيه، في بطولة آسيا، مقدمة تهنئتها إلى اتحاد الإمارات للكاراتيه الذي بذل جهوداً كبيرة في الفترة الماضية، معتبرة أن بطولة العالم للكاراتيه التي استضافتها الدولة، كانت دافعاً قوياً للاعبين على تحقيق إنجاز كبير على المستوى القاري.

وقالت في تصريحات لـ ªوام´: ªإحساس اللاعبين بالمنافسات الدولية التي شهدتها بطولة العالم للكاراتيه التي احتضنتها دبي كان محفزاً لهم على





آ مجلة الفنون القتالية، في استقبال إداريي الاتحاد الآسيوي، وأعضاء وحكام آسيا ولاعبي المنتخب.

تحقيق إنجازات مماثلة على مستوى النتائج، وكان دافعاً لهم في بطولة آسيا، علاوة على التخطيط الجيد من قبل اتحاد الكاراتيه برئاسة اللواء ª م ´ ناصر الرزوقي، وجميع أعضاء مجلس إداراته وجهودهم المستمرة للارتقاء باللعبة ووضعها في المكانة التي تستحقها ´.

كما حرص كل من المهندس مروان سنكل نائب رئيس الاتحاد، والمهندس حميد شامس، الأمين العام المساعد للاتحاد، على تهنئة اللاعبين على مجهوداتهم ونجاحهم في تخطى العديد من الصعوبات من أجل الوصول إلى تحقيق هذه الإنجازات، مؤكدين أن ما حققوه رفع رأس الرياضة الإماراتية وفرّح شعب الإمارات بأكمله، مقدمين التهنئة أيضاً إلى أسر اللاعبين على الجهود التي بذلوها من أجل الوصول إلى هذه النتائج مع أبنائهم اللاعبين واللاعبات.

أما اللاعبة سارة العامري صاحبة الميدالية الذهبية غير المسبوقة، فقد عبرت عن بالغ سعادتها بالإنجاز الكبير الذي تحقق، مؤكدة أن رؤية علم الدولة، يرفع خفاقاً، والسلام الوطني يعزف في هذا المحفل القاري الكبير، للمرة الأولى في مثل هذه البطولات، وأضافت: ªلم أكن أتوقع أن أحقق مثل هذا الإنجاز قبل المشاركة في البطولة، ولكن كان لديَّ الطموح كي أبذل قصارى جهدي وأصل إلى أفضل ما أستطيع صنعه، وأن أطبق ما أقدمه في التدريبات خلال المنافسة الرسمية ´.

متقدمة دراسياً وطموحة رياضياً
تتطلع إلى أن تكون من أفضل لاعبي رياضة الكراتيه
على مستوى العام وأن تسجل اسم الإمارات
في المحافل القارية والدولية.

سارة العامري

لاعبة منتخب الإمارات للكراتيه





مجلة الفنون القتالية - عبير الموسى

بدأت سارة مسارها في رياضة الكاراتيه في سن السابعة وحصلت على الحزام الأسود 2 دان عام 2017. تلعب سارة تحت مظلة نادي الخليج (أبوظبي)، وانضمت لمنتخب الإمارات في عام 2018، ومثلته في العديد من المحافل القارية والدولية أبرزها:

- **في عام 2021 :** حصلت على المركز الأول في بطولة آسيا للكاراتيه كوميتيه للسيدان وزن تحت 61 كجم، والمركز الثالث للفئة العمرية تحت 21 سنة، كما توجت بفضية الفرق في نفس البطولة.
- **في عام 2018 :** تمثيلها للدولة في أولمبياد الشباب في بيونس إيريس، وحصولها على المركز الخامس في الترتيب العام وهي المشاركة الأولى للإمارات لرياضة الكراتيه أولمبياً.
- **في عام 2018 :** حصلت سارة لى برونزية آسيا للآنسات تحت وزن 68كجم، والتي أقيمت في أوكينا اليابان.
- **في عام 2019 :** المركز الأول والميدالية الذهبية في بطولة غرب آسيا، والتي أقيمت في الشارقة.
- **في عام 2019م** " برونزية وزن تحت 61 كجم. آنسات في البطولة العربية للكاراتيه في تونس.
- **في عام 2019 :** ذهبية بطولة كازخستان للكاراتيه المفتوحة.
- **في عام 2019م :** ذهبية بطولة الشارقة المفتوحة 2020م.
- **في عام عام 2020م :** ذهبية بطولة الشارقة المفتوحة.

تعلمت الكاراتيه وعمري 8 أعوام، وشاركت في بطولات ناشئات ووصلت لتصنيف عالمي في فئتين آنسات وسيدات،
وتصنيفي في الآنسات تحت وزن 68 المرتبة (4)
وتصنيفي سيدات تحت وزن 68 المرتبة (38)

فاطمة سالم خصيف





- ***حققت اللاعبة فاطمة خصيف الميدالية الفضية للإمارات في مسابقة الكوميتيه وزن تحت 68 كجم لفئة تحت 21 سنة في بطولة آسيا للرجال والشباب والناشئين تحت 21 سنة المقامة حالياً في مدينة الماتي باكازاخستان في الفترة من 18 - 22 ديسمبر، كما حققت الميداليات الآتية:***

- **في عام 2018** : ذهبيتان - ناشئات فردي - بطوله عام زايد الخير
- **في عام 2015** : ذهبيه - فتيات جماعي - بطوله كأس محمد السادس
- **في عام 2018** : ذهبيه - ناشئات فردي - بطوله اسيا يابان في الكاراتيه باسم الامارات
- **في عام 2019** : ذهبيه - آنسات فردي - بطوله اسيا ماليزيا في الكاراتيه باسم الامارات
- **في عام 2019** : ذهبية - آنسات فردي - بطوله جورجيا
- **في عام 2019** : ذهبية وفضية آنسات فردي وجماعي - Arab women tournament
- **في عام 2019** : ذهبية آنسات فردي - بطوله الشارقة المفتوحة
- **في عام 2019** : برونزية - آنسات فردي - بطولة العربية الكاراتيه باسم الامارات
- **في عام 2020** : فضية - آنسات فردي - بطولة الامارات
- **في عام 2020** : ذهبية آنسات وسيدات جماعي - دوري الامارات للكاراتيه
- **في عام 2021** : فضية - سيدات فردي - بطولة الامارات
- **في عام 2021** : ذهبية سيدات جماعي - دوري الامارات
- **في عام 2021** : فضيتان - آنسات فردي وسيدات جماعي - بطوله اسيا في كازاخستان.

اليازية خالد







- في لقاء مع اليازية أفادت أنها بدأت مع لعبة الكاراتيه وعمري 9 سنوات، وأنا لاعبة منتخب الإمارات،حيث حصلت على الميدالية الفضية في بطولة السيدات جماعي، وفي بطولة آسيا 2021 في أوزباكستان وتصنيفي الدولي تحت 21 سنة وإنجازي يعتبر أول بطولة قارية أشارك بها
- شكراً لمجلة ª الفنون القتالية ´ لاهتمامها بلاعبين ولاعبات الفنون القتالية والدفاع عن النفس عامة، وبرياضة الكاراتيه خاصة.



سلوى أحمد المنصوري





- سلوى أحمد منصور المنصوري، لاعبة المنتخب الوطني الإماراتي للكاراتيه (كوميتيه)، فئة آنسات لاعبة في نادي الخليج الدولي أبوظبي - الإمارات العربية المتحدة، وقد فزت بمراكز متقدمة في البطولات والمنافسات المحلية .
- أما نتائج البطولات الدولية مع منتخب الإمارات للكراتيه فقد أحرزت بطولة آسيا للكاراتيه ناشئات فوق وزن54 في سنة 2019.
- وفي سنة 2019 أيضاً أحرزت البرونزية في بطولة غرب آسيا ناشئات، وزن فوق 54 وحصلت على الذهبية في البطولة.

لقاء مع مدرب منتخب الإمارات للكاراتيه «كوميتي»

التقت مجلة الفنون القالية مع الخبير وحيد خواجا حسن الحاصل على الحزام الأسود 7 ...

آ متى بدأت لعبة الكاراتيه؟

بدأت منذ أن كان عمري عشر سنوات

آ متى حصلت على الحزام الأسود؟

حصلت على الحزام الأسود بعد خمس سنوات من تعليمي الكاراتيه.

آ من كان مدربك؟

مدربي الخبير محمد رضا ومشرفي الخبير (كي يكون آبي).

آ ما هي البلاد التي زرتها؟

زرت كمشارك معظم بلاد أوروبا والدول العربية وخاصة دول مجلس التعاون الخليجي.

آ متى انتقلت إلى الإمارات؟

حضرت إلى الإمارات بدعوة من إتحاد الإمارات للتايكواندو سنة 1998 وعملت مدرباً للمنتخب الوطني لدولة الإمارات ودربت منهم محمد عباس وراشد عبدالمجيد وأيوب لاشكري ومحمد عبدالله ومحمد سالم بن غليظة وخالد سليمات وخميس



محلوم والذين كانوا معنا، هذا على سبيل المثال وليس الحصر وقد أصبحوا دوليين في عالم الكاراتيه.

آ كيف تحث وتشجّع للعبة الكاراتيه؟

أولاً أشجع الجميع ليروا ويشاهدوا لعبة

الخبير وحيد خواجا

الكاراتيه ليستمتعوا بها وعند إنخراطهم في عالم الكاراتيه لن يتركوا اللعبة لأن اللعبة هي أم الألعاب حيث أنها لعبة الدفاع ولابد من الإستمرار في التمرين لكي يرتقوا في عالم الكاراتيه.

آ ما هي هوايتك؟

هواياتي المفضلة القراءة ولعبة كرة السلة وكرة اليد عموم الرياضات البدنية.

أنا سعيد بوجودي في دولة الإمارات الحبيبة مع أسرتي وعائلتي ومع أسرة الكاراتيه أينما كانوا وأبارك لمنتخب الإمارات بالفوز في بطولة آسيا والإنجاز الذي أحرزه المنتخب.

وأبارك لإتحاد الإمارات العربية للكاراتيه لصدور مجلة الفنون القتالية.




25th KARATE WORLD CHAMPIONSHIP DUBAI 2020
UNITED
ARAB EMIRATES
UNITED
ARAB EMIRATES
EMIRATES



«كاراتيه العالم» في ضيافة دبي



دبي - مجلة الفنون القتالية:

قام وفد من المكتب التنفيذي للاتحاد الدولي للكاراتيه، بزيارة استمرت لأكثر من ساعتين إلى معرض إكسبو 2020 دبي، وذلك على هامش احتضان الإمارات منافسات بطولة العالم بنسختها الـ 25 في مجمع حمدان الرياضي في دبي بمشاركة دولية واسعة من مختلف قارات العالم.

وضم الوفد الزائر، الأسباني أنطونيو سبينوس رئيس الاتحاد الدولي للكاراتيه، واللواء م ناصر عبدالرزاق الرزوقي رئيس الاتحادين الإماراتي والآسيوي، نائب رئيس الاتحاد الدولي، والسعودي الدكتور إبراهيم القناص رئيس الاتحادين العربي وغرب آسيا، وممثلون عن مؤسسة الإمارات تكاتف، وكوكبة من رؤساء الاتحادات الوطنية والقارية في أسرة كاراتيه العالم، الحاضرة في دانة الدنيا للمشاركة في مونديال دبي.

استقبال مميز

وشملت جولة الوفد الدولي، زيارة قبة الوصل، وجناح الإمارات، وأجنحة السعودية وروسيا وأسبانيا، حيث حظي الوفد باستقبال وحفاوة مميزين من قبل المعنيين في الحدث العالمي الكبير ومن القائمين على الأجنحة التي شملتها الجولة، وأبدى الإسباني سبينوس، إعجابه الشديد بالمعرض، مشدداً على أن الإمارات نجحت في جمع البشرية في آن واحد، في الرياضة، وفي مختلف قطاعات



الحياة، منوهاً إلى أن تزامن إقامة بطولة العالم للكاراتيه مع معرض اكسبو، ينعكس إيجاباً على الحدثين العالميين الكبيرين، مشيداً بجهود أبناء الإمارات في السعي الجاد من أجل تحقيق النجاح الباهر في كلا الحدثين.

وجهة العالم

ومن جانبه، لفت اللواء ªم ´ الرزوقي إلى أنه يشعر بالفخر الكبير لإقامة حدث بقيمة وحجم معرض إكسبو بضيافة الإمارات مشدداً على أن الوفد الدولي أعجب كثيراً بما شاهده من منشآت وأجنحة في الحدث العالمي، منوهاً إلى أن الإمارات باتت وجهة العالم أجمع ليس في مجال الرياضة فحسب، بل في كل من مجالات الحياة البشرية.

وأشار اللواء ªم ´ الرزوقي إلى أن اتحاد الإمارات للكاراتيه، وبالتنسيق مع مجلس دبي الرياضي، والجهات ذات العلاقة، حرص على إقامة بطولة العالم للكاراتيه، بنسختها الـ 25 في توقيت يتزامن مع احتضان الإمارات لمعرض إكسبو 2020 دبي، منوهاً إلى أن تزامن الحدثين العالميين الكبيرين، أفرز انعكاسات إيجابية كثيرة ، ووفر فرصة كبيرة لأبناء مختلف الجنسيات في العالم للاطلاع عن قرب على تجربة الإمارات في التنظيم الباهر، والتعايش عن قرب مع مفهومها المعتمد في التسامح والتعايش بين أبناء البشرية. وكشف اللواء ªم ´ الرزوقي النائب عن أن اتحاد الإمارات للكاراتيه، والتنسيق مع الاتحاد الدولي، والجهات المعنية، وضعا برنامجاً يشتمل على زيارات للوفود المشاركة في ªمونديال دبي ´ إلى معرض إكسبو 2020 دبي، في توقيتات مناسبة، بهدف الاطلاع على الحدث العالمي، ورؤية تجربة الإمارات في كيفية جمع أبناء البشرية على أرضها الطيبة.



من ضمن لقاءاتنا المتناوبه مع الأبطال تم اللقاء مع بطل من أبطال الكاراتيه الدوليين الكابتن جابر الزعابي(الملقب بالبلدوزر) حيث بدأ في عالم الرياضة وعمره 8 سنوات كهاوي كرة قدم حيث كان يرافق أخيه عبدالله يرحمه الله .. والذي كان بطل من ابطال كمال الأجسام في دولة الإمارات حيث كان يصطحبه إلى النوادي والصالات الرياضيه المتنوعه فعشق رياضة الكاراتيه من طفولته.

لقاء مع البطل الدولي في رياضة الكاراتيه

جابـر الزعابـي

حكم ومدرب دولي، عضو لجنة حكام آسيا للكاراتيه،
مدرب إماراتي بمنتخب الامارات للكاراتيه، ونائب رئيس لجنة حكام الإمارات للكاراتيه

أجرى اللقاء الكابتن فاروق بن شويدح

التقت مجلة الفنون القتاليه في حوار مع الخبير جابر الزعابي وبسؤاله عن بدايته في لعبة الكاراتيه ؟

أفاد انني لا أنسى بداياتي الأولى مركز دبي للكاراتيه تحت إشراف المدربين الدوليين الذين أوصلوني إلى هذه المرتبه في عالم الكاراتيه وأذكر منهم على سبيل المثال لا الحصر شهرام آغا وغسان يعيش وغلام رضا شير بنجة ومحمد طه وأفشين ووحيد حسيني وهم المدربون الأوائل ممن تأثرت بشخصياتهم واحترفت لعبة الكاراتيه على أيديهم وكان ذلك سنة 1989.

كيف ارتقيت بحصولك على الأحزمة ومتى حصلت على الحزام الأسود 1 دان؟ ومتى تم انضمامك للاعبي المنتخب الوطني؟

بمواظبتي على التمرين باستمرار واتباع





سعادة اللواء / ناصر عبدالرزاق
يمنح جابر الزعابي، الشارة العضوية للجنة حكام آسيا

تعليمات مدربي كنت أرتقي في درجات الأحزمه وخلال 6 سنوات من الارتقاء حصلت على الحزام الأسود 1 دان سنة 1995 ، وفي تلك السنوات كنت أشارك في البطولات المحليه وقبل حصولي على الحزام الأسود وبالتحديد سنة 1994 تم انضمامي إلى لاعبي المنتخب الوطني لدولة الإمارات مع مجموعة من اللاعبين في المنتخب الوطني، وقد أثبتنا وجودنا في كافة المحافل والبطولات المحلية والخليجية والعربية والآسيوية والدولية.. وأذكر منهم راشد عبدالمجيد، وأيوب لشكري، ومحمد عباس، ومحمد عبدالله النون، وشمس الدين محمد، ومروان سنكل، وحميد شامس، وخالد سليمان، وخميس محكوم، ومحمد سالم بن غليظه.. ولهم جميعاً صولات وجولات في عالم الكاراتيه، وهم الآن ذوات مراكز ومناقب عالية ذات شهره عالمية.

كابتن جابر شخصياً .. ماهي الدول التي زرتها مشاركاً في البطولات الخارجية وماهي النتائج التي احرزتها محلياً وخارجياً؟

محلياً.. انا مشهور على مستوى الدولة وأسرة الكاراتيه في دولة الامارات يعرفون من هو جابر الزعابي وتاريخه مع الكاراتيه.

خليجياً .. شاركت في تلك الفترة في كل بطولات دول مجلس التعاون الخليجي وحصلت على مجموعة ميداليات وكنت من الحاصلين على المراكز الأولى في هذه البطولات.

وعربياً .. شاركت في البطولات التي أقيمت في الأردن وسوريا والمغرب وتونس والجزائر ومصر وحصلت على المركز الأول 4 مرات في بطولات العرب .

وآسيوياً ودولياً.. شاركت في البطولات التي أقيمت في هونغ كونغ وكوريا الجنوبية وماليزيا وأندونيسيا وتركيا والصين ، وحصلت على لقب بطل آسيا 7 مرات.. منها 4 مرات



بطل غرب آسيا و3 مرات بطولة آسيوية في بلاد مختلفة.

أما بالنسبة لمشاركاتي في بطولات أوروبا.. شاركت في بطولة العالم في ميونخ ñ ألمانيا سنة 2000 .

وبطولة مدريد ñ اسبانيا سنة 2002 وبطولة برمن ñ ألمانيا سنة 2014 وتوالت مشاركاتي في البطولات التي أقيمت في اليونان وفرنسا والنمسا.

ï كيف حصلت على لقب ª البلدوزر´؟

السبب في إطلاق لقب البلدوزر هو حصولي على المراكز الأولى في البطولات والفوز على منافسي فور نزولي على البساط (حلبة الملعب) عند بدء المباراة.

ï من شد بأزرك وشجعك لوصولك لهذه المراكز ؟

أولاً.. أشكر الله ثم الشكر لوالدي ولصاحب السمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي ورئيس المجلس التنفيذي لإمارة دبي، ولسعادة اللواء ناصر عبد الرزاق الرزوقي أطال الله في أعمارهم حيث تلقيت الدعم المعنوي والمادي منهم.

ï هل أثرت صولاتك وجولاتك واستمرارك في عالم الكاراتية على حياتك الأسرية والاجتماعية ؟

لم يؤثر ذلك على حياتي الأسرية والاجتماعية حيث أنني مسقر مع أسرتي 6 أفراد ووالدي وعلاقاتي مع الأهل والأصدقاء طبيعية والسبب في ذلك تنظيم الوقت وجدولة الأعمال والضبط والربط في كافة الأمور .

ï كابتن جابر ما هي هواياتك؟

هواياتي المفضلة.. الفروسية وكرة القدم.

ï ماذا تقول لسعادة اللواء ناصر عبد الرزاق .. ولأسرة الكاراتية .. ولمجلة الفنون القتالية ؟

أتقدم بالشكر الجزيل لسعادة اللواء ناصر عبدالرزاق - نائب رئيس الاتحاد الدولي للكاراتية - رئيس الاتحاد الآسيوي، ورئيس اتحاد الإمارات للكاراتية ñ والمعروف بجهوده المضنية التي بذلها ويبذلها في انتشار لعبة الكاراتية، وأياديه البيضاء لنا جميعاً.

وأبارك لأسرة الكاراتية في العالم لانتشار لعبة الكاراتية .

وأبارك لاتحاد الإمارات للكاراتية بإصدار مجلة الفنون القتالية باللغة العربية والإنجليزية .





أقام اتحاد الإمارات للكاراتيه دورة صقل لحكام الكاراتيه استعداداً لبطولات الموسم 2022





أقيمت الدورة بإشراف كابتن جابر الزعابي وبعض الحكام الدوليين

بنادي الشارقة للدفاع عن النفس

الكاراتيه طريق حياتي

لقاء مجلة الفنون القتالية

مع خبير الكاراتيه عادل سلامة



آ متى كانت بداياتك مع الكاراتيه ؟

ـ بدايتى مع الكاراتيه بدأت وعمري خمسة عشرة عاما حين بداءت أمارس رياضة الكيك بوكسنغ مع المدرب الكبير محمد حسن لمدة عام في مركز شباب الشلالات بالأسكندرية وانتقلت الى رياضة الكاراتيه الشوتوكان مع المدرب العظيم حسن بيومي فى نادي المحافظة بالأسكندرية وتدربت فترات طويلة مع الخبير الياباني مستر هديكى اوكاموتوبمصر وكان من دفعتى وزملائي فى التدريب مجموعه كبيرة مثل الكابتن جمال دياب والكابتن إبراهيم خلاف ومحمود الزرقا وفتحي بسطامي ومعظهم الان مدربين لهم تاريخهم فى عالم الكاراتيه



هل مارست رياضة أُخرى غير الكاراتيه

ـ لم أمارس رياضة أخرى فقد عشقت رياضة الكاراتيه وأصبحت أسير لها طوال حياتي.

من تتلمذ على يديك واصبحوا مدربين أو حكام حالياً؟

ـ تتلمذ على يدي كثير من اللاعبين كثير منهم الآن من أصبحوا مدربين حققوا نجاحاً كبيراً في رياضة الكاراتيه واحتلوا مكانتهم فى مجتمع الكاراتيه سواء فى جمهورية مصر العربية أو دولة الإمارات، منهم خالد الهادي الذي عمل مدرباً في نادي الشباب ونادي النصر وقد أثبت نجاحه وتألقه في عالم التدريب وأسامة السيد مدرباً متألقاً بنادي مارينا، ونتائج لاعبيه دائماً متميزة للغاية وأحمد إسماعيل، مدرب في نادي أشبال الإمارات. وفي الإسكندرية مجموعة كبيرة من المدربين لا يتسع المجال لذكرهم ومن تلامذتي من اللاعبين الذين حققوا نجاحات ساحقة ومثلوا الدولة في المحافل الدولية حميد شامس كابتن منتخب الكاتا سابقاً، والحكم الدولى رئيس لجنة حكام الإمارات وعضو مجلس إدارة اتحاد الكاراتيه حالياً، وحمد سعيد النجار كابتن المنتخب الوطنى كاتا وعبدالله عيسي بطل الخليج السابق كاتا وكوميته وعبدالله عقيل ثالث آسيا كاتا فردي هذا العام ورضا وليد منسي المركز الأول في بطولة العالم للشوتوكان بقبرص، وثالث العالم في بطولة كوبي اوساكا بماليزيا، والكثير من الأبطال في نادي الشارقة الذين حصدوا مراكز متقدمة فى بطولات الإمارات المختلفة مثل خالد صلاح وحسن الأنصاري ومحمد جاسم الأنصاري وحمزة وليد ومريم سامح ومن تلامذتي أيضاً بطل العالم المصري مهند مجدي الذي تدرب وتألق فى نادي الشارقة فى بداياته وحصد في ذلك الوقت على العديد من البطولات، ثم انضم للمنتخب المصري حال عودته إلى القاهرة والكثير ممن لا يسع المكان لذكرهم.

كيف تحث الشباب على ممارسة الكاراتيه؟

الكاراتيه يبدء أولاً من الطفولة فقطاعات عريضة الآن من الأطفال تقبل على المشاركة فى فرق الكاراتيه بالأندية والمراكز المختلفة وباهتمام أولياء الأمور والمدربين وإدارات الأندية، واتحاد الكاراتيه يمكن أن يكمل الطفل مسيرته حتى يصل إلى مرحلة الشباب والرجال، ولدينا نماذج عديدة ناجحة فى ذلك. وأقول للشباب: أن الكاراتيه رياضة تحقق الذات والطموحات وتساعدك على التمتع بالصحة واللياقة البدنية والمشاركة الإيجابية فى المجتمع والتحلي بالخلق الرفيع واكتساب الصداقات والقدرة على الدفاع عن النفس فى الأوقات الصعبة جرب الكاراتيه ولو حصة لن تترك بعد ذلك أى حصة.

متى حصلت على الحزام الأسود ؟

ـ حصلت على الحزام الأسود الأول عام 1981 وكانت فرحتي به لا توصف حيث شكل هذا الإنجاز قاعدة انطلاقي فى عالم الكاراتيه حتى وصلت للحزام الأسود 8 دان فى عام 2015.

هل تعتبر الكاراتيه من الألعاب الخطرة؟

ـ الكاراتيه لوتمت ممارستها مع مدرب محترف قدير لا يشكل أي خطورة على ممارسيه ويكفي أن نعرف أن إصابات لاعب الكاراتيه اثناء التدريب أو المباريات تشكل نسبة مئوية متدنية مقارنة بالألعاب الأخرى وخاصة بعد تدخل الاتحاد الدولي للكاراتيه ووضع قواعد صارمة وواقيات إجبارية لضمان عدم إصابة المتبارين وبذلك أصبح الكاراتيه من الألعاب الرياضية الآمنة تماماً بعيداً عن العنف الذي قد نشاهده فى أفلام الأكشن.

هل شاركت وسافرت لدول خارجية ؟.

ـ نعم سافرت إلى بلاد عديدة عربية وأجنبية مع فريقي للكاتا للمشاركة فى البطولات وحضور دورات المدربين المكثفة على يد الخبراء العالميين للاستفادة من خبراتهم إيطاليا واليونان وماليزيا وأوزبكستان والمغرب والكويت وحصلت ومنتخب الإمارات للكاتا على المركز الثاني فى بطولة الملك محمد السادس بالمغرب والمركز الأول لنادي الشارقة فى بطولة أندية آسيا .

ما هو تاريخك مع الكاراتيه فى الإمارات؟

ـ بدأت الكاراتيه بالامارات عام 1983 كمدرب للكاراتيه باحد وزارات الدولة وانتقلت فى 1987 إلى نادي الشارقة وساهمت بايجابية فى تدعيم فكرة انشاء اتحاد للكاراتيه بعد ان كان جمعية الأمارات للكاراتيه ونذكر بالفضل اللواء حارب خليفة جهوده الكبيرة فى بدايات الكاراتيه في الدولة، وعمله الدوؤب فى إنشاء الاتحاد .

وكذلك قمت بالتدريب والقاء المحاضرات فى دورات كثيرة نُظمت من قبل اتحاد الإمارات للكاراتيه وشاركت بفريقي فى نادي الشارقة فى كافة البطولات والمسابقات التى نظمت من قبل اتحاد الكاراتيه من عام 1991 وحتى الآن وحصل فريقي على درع دوري الإمارات، وكأس صاحب السمو رئيس الدولة حفظه الله سنوات عديدة. هذا غير البطولات الفردية الكثيرة كما أسند لي



منصب مقرر لجنة المسابقات سنوات عديدة وعضواً باللجنة الفنية ولجنة الأختبارات ولجنة المنتخب الوطني لاتحاد الإمارات.

واعتبر نادي الشارقة بيتي الأول الذي أتاح لي فرصة تحقيق الآمال والطموحات بالدعم الكامل المتواصل واللامحدود .

هل أثرت رياضة الكاراتيه هذه السنين الطويلة فى حياتك العائلية والخاصة ؟ـ

ـ نعم بلا شك فقد اخذت رياضة الكارتيه جانبا كبير من وقتى وجهدي ومشاعري ولا تزال. واليوم الذي لا أرتدي فيه بدلة تدريب الكاراتيه الشعر بأنني تائه وينقصني الإحساس بالسعادة.

كيف تري مسيرة الكاراتيه فى الإمارات؟

ـ أرى رياضة الكاراتيه في ازدهار كيفاً وكماً.

وإتمنى أن يكون لكل لاعب مواطن ملف بالإتحاد منذ بداية اشتراكه في ناديه وعلى أن يتم متابعته فى مسيرته منعاً لتوقفه وانقطاعه عن التدريب وعلى أن تلحق العناصر التى تبدو عليها بوادر التفوق لمنتخب الإمارات مبكراً ليليق العناية والرعاية الفنية والمادية فاللاعب المواطن ثروة حقيقية يجدر بنا العناية بها دوماً .

وختاماً أبارك أسرة الكاراتيه بزوغ نجم مجلة الفنون القتالية والتي كان حلم طال انتظاره وتحقق أخيراً فشكراً للواء ناصر الرزوقي رئيس الاتحاد على الفكرة والتنفيذ وأعتقد أن المجلة ستكون نافذة ثقافيه رياضية تساهم فى الارتقاء بهذه الرياضة الحبيبة على مستوى الإمارات والدول العربية إن شاء الله.

تاريخ الكاراتيه في الإمارات العربية المتحدة
(الحلقة الثانية)

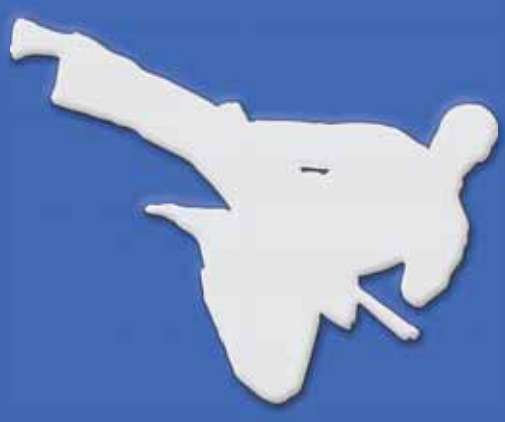


لقاء مع



البطل الإماراتي الدولي

محمد سالم بن غليظة



أجرى اللقاء الكابتين فاروق بن شويدح

في لقاء مع البطل الدولي محمد سالم بن غليظة والذي يعتبر من الرعيل الأول ممن مارسو واحترفو واشتهروا في لعبة الكاراتيه بدولة الإمارات والخليج والوطن العربي والدولي .

- وبسؤاله عن بداياته أفاد بأنه مارس لعبة الكاراتيه في مقتبل العمر حيث تعلم الكاراتيه من مدربين دوليين وذكر منهم على سبيل المثال لا الحصر كلٍ من الكابتن شهران معصومي وغلام رضا شيربنجة وغسان يعيش، وتحت إشراف سعادة اللواء حارب خليفة بن حاضر.

- **متى حصلت على الحزام الأسود ومن كان برفقتك من اللاعبين من دولة الإمارات العربية المتحدة؟**

حصلت على الحزام الأسود سنة 1996 وكان برفقتي مجموعة من اللاعبين الذين أثبتوا وجودهم على المستوى المحلي والخليجي





والعربي والدولي في لعبة الكاراتيه ورفعوا اسم وعلم دولة الإمارات العربية المتحدة في المحافل الدولية في لعبة الكاراتيه.

ومنهم الخبير محمد عبّاس المدير التنفيذي لاتحاد الإمارات للكاراتيه والأبطال أيوب لشكري وإبراهيم محمد أحمد ومعالي الوزير مطر الطاير، وراشد عبد المجيد آل علي، ودعيج رئيسي، وفاروق شويدح. والمرحوم محمد خلفان بن خرباش (يرحمه الله) مع اعتذاري لمن لم أذكر اسمه.

كيف كان التحاقك مع المنتخب الوطني لدولة الإمارات العربية المتحدة ومشاركاتك في البطولات الخارجية ؟

لقد التحقت في المنتخب الوطني للكاراتيه بعد أن حصلت على المراكز الأولى في المنافسات المحلية وبعد أن أثبت وجودي واحترافي للكاراتيه تم اعتمادي في المنتخب الوطني وشاركت في بطولات مجلس التعاون الخليجي وفزت في 10 بطولات بمراكز أولية.

وكذلك فزت في مراكز متقدمة في البطولات التي أقيمت في هيروشيما باليابان والصين وتايوان وهونغ كونغ.

أما بالنسبة لزملائي بالمنتخب الوطني فقد كان لهم صولات وجولات يخلدها تاريخ الكاراتيه.

أخيراً أبارك بالإنجازات التي يقوم بها اتحاد الإمارات للكاراتيه، والمنتخب الوطني على المستوى الدولي.

هل تصفّحت العدد الأول من مجلة الفنون القتالية؟

نعم لقد حصلت على العدد الأول وأعجبتني الفصول لكافة الفنون القتالية باللغتين العربية والإنجليزية، وأعجبني المقال (الرياضة للجميع وكلنا رياضيون)

أشكركم على هذا اللقاء وأبارك لكم جهدكم وأتمنى لكم المزيد من النجاحات، وإلى اللقاء في العدد القادم من تاريخ الكاراتيه في الإمارات.

تاريخ الكاراتيه في الإمارات العربية المتحدة
(الحلقة الثانية)

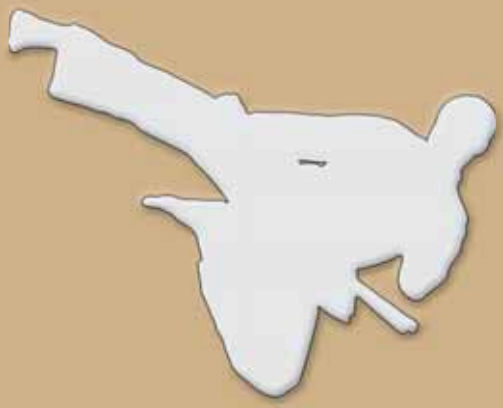


لقاء مع



لاعبة منتخب الإمارات

أمينة حاجي



بدأت الكاراتيه في سنة 2009، في المدرسة، ومن ثم انضممت للتدريب مع سنسي محبوبة فراصت في نادي الوصل ضمن المنتخب الإماراتي للكاراتيه.

استطعت الحصول على الحزام الأسود في سنة 2013 دان 1 ، وكانت المسافة في حصولي على الأحزمة قصيرة المدة، إذ في 4 سنوات من التدريب استطعت الحصول على الحزام الأسود.



دبي - مجلة الفنون القتالية





شاركت في العديد من البطولات المحلية ومن أبرزها بطولة الأهلي المفتوحة حيث احرزت الميدالية الفضية، ومن ثم بطولة كأس رئيس الدولة، واحرزت الذهبية، وأمّا البطولات الدولية شاركت في بطولة الخليج واحرزت ذهبيتين فردي وجماعي، وشاركت في بطولة غرب آسيا واحرزت ميداليتين الفضية فردي وبرونزية جماعي.

واستمرت مسيرتي مع الدورات حتى أصبحت حكماً دولياً.

لدي هوايات أخرى كتعلم اللغات وعزف الجيتار ولكن لضيق وقتي في هذه الفترة لم استطيع ممارستها كثيراً.

نصيحتي لكل شباب الكاراتيه ليست فقط لعبة للعنف أو القتال وإنما هي لعبة تعزز في الشخص الصبر، والتركيز والاحترام، فهذه الصفات تساعد الشباب في مختلف الأعمار في دراستهم وحياتهم العملية أيضاً.





مدرسة البحث العلمي بدبـــــــــــي

تحت إشراف المدرب محمد عطية

كعاداتها كل عام احتفلت مدرسة البحث العلمي بدبي الورقاء، بتخريج دفعة جديدة من طلاب الكاراتيه بالمدرسة، الذين أمضوا عاماً دراسياً كاملاً في التدرب بقيادة المدرب محمد عطية سعياً للحصول على الأحزمة، وبلغ عدد المشاركين لهذا الموسم 68 طالباً، اجتاز 61 منهم الاختبار، وحصلوا على الأحزمة المختلفة.



مدير المدرسة
الأستاذ / أيمن الجراح



منذ عشر سنوات تبنت مدرسة البحث العلمي رياضة الكاراتيه بالمدرسة إيماناً منها بالدور العظيم الذي تلعبه الرياضة فى حياة طلابها وخاصة رياضات الدفاع عن النفس الذي تعتمد على اللياقة البدنية والقوي الجسمانية والعقلية حيث من أبرز صفاتها مرونة وقوة العضلات والتوافق العضلي العصبي وسرعة رد الفعل وتنمية الفكر المتطور ودعم الشجاعة والتحكم فى الإحساس والشعور لدى الطلاب مايكسبهم شخصية فريدة لاتقبل الهزيمة تدفعهم للمذاكرة والتحصيل العلمي وهذا هو هدفنا السامي ليكون الطالب محب لذاته متعاون مع الجميع مؤمن بحب الوطن والدفاع عنه بسواعد من حديد .

حيث بدأ ينتشر الكاراتيه في الإمارات متألقاً من عام تلو الأخر بفضل إدارة إتحاد الإمارات للكاراتيه بوجود كوكبة من المتخصصين الذين لايألون جهداً للنهوض بمستوى اللاعبين لإعتلاء أعلى المنصات العالمية .

وتم تسليم الأحزمة في حفل حضره توماس مدير المرحلة الثانوية بالمدرسة، وسايمون مدير المرحلة الابتدائية؛ حيث أعربا عن سعادتهما بتميز الطلاب بالخلق الحسن والمهارات، بما يتماشى مع سياسة الإدارة في توفير كل السبل ليكونوا أبطال الغد.

كما حضر الحفل محمد عباس مدير اتحاد الكاراتيه والخبير المعتمد في اللعبة، والكابتن فاروق بن

ـــــي تهتم برياضـــة الكاراتيـــه





شويدح المنسق الإعلامي, وجمع لفيف من أولياء الأمور. وقد عبر الخبير محمد، عباس عن سعادته باهتمام المدرسة برياضة الكاراتيه، بما يسهم في نشر اللعبة بالمدارس وانتقاء العناصر الموهوبة لتمثيل الأندية والمنتخبات الوطنية.

وأفاد الأستاذ / أيمن الجراح مدير المدرسة في كلمته بداية أتوجه بالشكر والتقدير لمجلة الفنون القتالية والقائمين عليها لما يبذلونه من جهود مضنية تشجيعاً منهم لنشر الرياضة فكما كانت الدراسة غذاء العقل كانت الرياضة غذاء الروح وتربية النفس وتهذيبها فهي رفعة للأخلاق حيث يكتشف طلابنا موهبتهم من خلال ممارسة الرياضة وتعلمهم ماهو قادر على فعله حيث إنها الإدارة العاقلة للجسم السليم وتهذيب الأخلاق قبل أن تكون إنجازاً للبطولات فهي تنشط الذهن وتجعل طلابنا يشعرون بحالة من الحيوية والنشاط على مدار اليوم الدراسي وتخلصهم من الطاقة السلبية لتحقيق الهدوء النفسي وهي أسلوب حياة رائع نحرص جميعاً على إتباعه لتجعلنا نتمتع بجسم سليم وحيوي وتعزز الصحة النفسية للطلاب وتنمي مهاراتهم الذهنية والجسدية، فهي تخلق نوع من السعادة والراحة نتيجة إفراز العديد من الهرمونات المسئولة عن ذلك. وتعود طلابنا على العمل ضمن فريق متعاون محب لغيره وذلك ينمي روح المشاركة للفرد ويعتبر ترفيه عن النفس لإزالة القلق والتوتر وإستنفاذ للطاقة الداخلية التي تكمن بذاته لينفس عن غضبه بشكل سليم دون الإضرار بأحد

ولذلك تحرص إدارة المدرسة بشكل دائم على حث طلابها وتشجيعهم بكافة الوسائل على ممارسة الرياضة ...

نرفع أسمى آيات التهاني والتبريكات





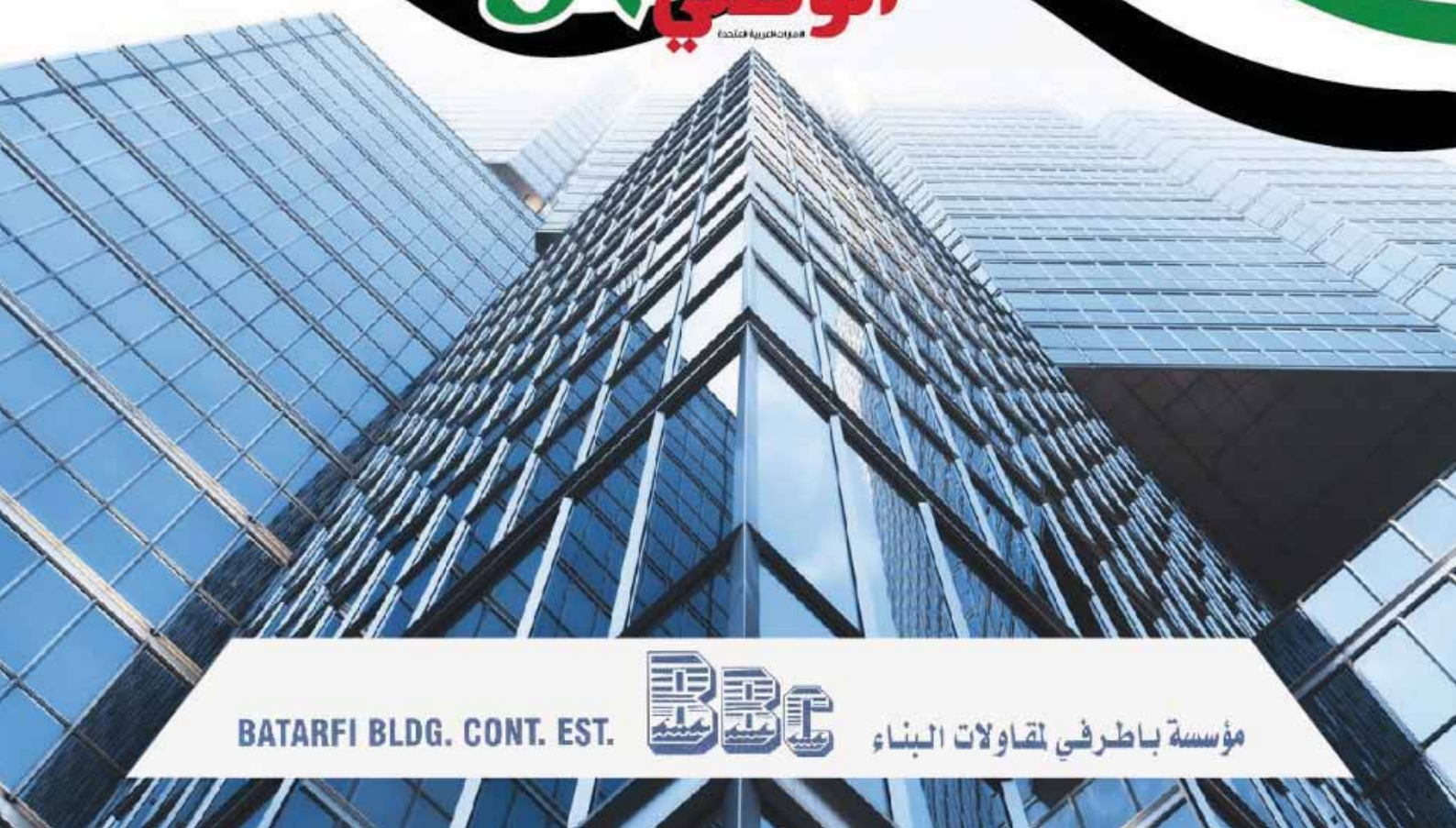
روح الاتحاد
50
SPIRIT OF THE UNION
NATIONAL DAY
اليوم الوطني
UNITED ARAB EMIRATES الإمارات العربية المتحدة

إلى مقام صاحب السمو الشيخ
خليفة بن زايد آل نهيان
رئيس الدولة "حفظه الله"

وإلى مقام صاحب السمو الشيخ
محمد بن راشد آل مكتوم
نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء
حاكم دبي "رعاه الله"

وإلى إخوانهما أصحاب السمو الشيوخ أعضاء المجلس الأعلى للاتحاد حكام الإمارات وإلى شعب دولة الإمارات العربية المتحدة

2 ديسمبر
اليوم الوطني 50
الإمارات العربية المتحدة



مؤسسة باطرفي لمقاولات البناء
BATARFI BLDG. CONT. EST.

APPLY NOW



آفاق الإسلامية للتمويل
aafaq Islamic Finance

آفاق aafaq islamic finance الإسلامية للتمويل

ندعم زوار إكسبو بتسهيلات تمويلية وخدمات مالية مبتكرة في منصتنا بمحطة مترو إكتسبو دبي ٢٠٢٠

Providing Expo 2020 visitors with innovative financing facilities and services at Dubai Expo 2020 metro station

Investment Deposits	Osool SME Finance	Credit cards	Auto Finance	Personal Finance	Property Finance
الودائع الاستثمارية	أصول - الشركات الصغيرة و المتوسطة	بطاقات الائتمان	تمويل السيارات	التمويل الشخصي	تمويل العقارات

600 502006 www.aafaq.ae | info@aafaq.ae /aafaqislamicfinance /aafaqfinance /aafaqislamicfinance /aafaqislamicfinance /aafaq



التايكواندو والبطولات

آ مجلة الفنون القتالية - دبي

أفاد الكابتن محمد إسحاق، المدير الفني لاتحاد الإمارات للتايكواندو، أن سعادة أحمد حمدان الزيودي رئيس الاتحاد الإماراتي، وعضو المكتب التنفيذي للاتحاد الدولي، وعضو المكتب التنفيذي للاتحاد العربي، وعضو الاتحاد الآسيوي، وسعادة زايد خليفة السويدي عضو المكتب التنفيذي للاتحاد الآسيوي : أن الاستعدادات والترتيبات قائمة لاستضافة بطولة كأس العرب للتايكواندو في إمارة الفجيرة، يومي 3 و4 فبراير القادم مصنفة G2 من الاتحاد الدولي.

وكذلك البطولة الدولية للتايكواندو أيام 6، 7، 8 من فبراير القادم في إمارة الفجيرة والمصنفة G2 من الاتحاد الدولي.



نرفع أسمى آيات التهاني والتبريكات



إلى مقام صاحب السمو الشيخ

خليفة بن زايد آل نهيان

رئيس الدولة "حفظه الله"

روح الاتحاد 50 SPIRIT OF THE UNION

اليوم الوطني NATIONAL DAY

الإمارات العربية المتحدة UNITED ARAB EMIRATES



وإلى مقام صاحب السمو الشيخ

محمد بن راشد آل مكتوم

نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء

حاكم دبي "رعاه الله"

وإلى إخوانهما أصحاب السمو الشيوخ أعضاء المجلس الأعلى للاتحاد حكام الإمارات وإلى شعب دولة الإمارات العربية المتحدة

بمناسبة اليوم الوطني الـ ٥٠



حكم موتورز ش.م.ح

HAKAM MOTORS FZCO

P.O.Box: 63278, Showroom No. 267, Ducamz Market (Al Aweer), Ras Al-Khor, Dubai - U.A.E
Tel : +971 4 3331199, Mob : +971 55 6354501 | E mail: hakammotors1@hotmail.com

سيف بن زايد

استقبل لاعبي بني ياس للجوجيتسو أبطال أغلى الكؤوس



آ مجلة الفنون القتالية - من المصدر



استقبل الفريق سمو الشيخ سيف بن زايد آل نهيان، نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الداخلية، رئيس نادي بني ياس الرياضي الثقافي، فريق الجوجيتسو بالنادي والفائز بالمركز الأول في بطولة كأس صاحب السمو رئيس الدولة للجوجيتسو لموسم 2021 - 2022

وللمرة الثانية على التوالي، يتكوّن فريق الجوجيتسو الذي حقق هذا الإنجاز من 17 لاعباً من فئتين، 9 من فئة الشباب، و8 من فئة الرجال.

وهنأ سموه الأبطال على تميزهم وعطائهم وتتويجهم بأغلى الألقاب، حاثاً إياهم على الاستمرار ومواصلة مسيرة التميز والتفوق وتطوير مهاراتهم وقدراتهم في الحصول على المزيد من الإنجازات خدمة لناديهم ووطنهم والإسهام في إبراز التميّز الرياضي على مستوى الدولة.

حضر الاستقبال وتكريم الأبطال اللواء الدكتور أحمد ناصر الريسي، رئيس مجلس إدارة النادي، والعميد ناصر خادم الكعبي نائب رئيس مجلس إدارة النادي وأعضاء مجلس إدارة شركة الألعاب الرياضية والمدير التنفيذي للشركة ومدير لعبة الجوجيتسو والطاقم الفني والإداري للفريق.





رئيس البرازيل ونهيان بن مبارك

آ مجلة الفنون القتالية - جيوجتسو

شهد فخامة جايير بولسونارو رئيس جمهورية البرازيل الاتحادية الصديقة ومعالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان وزير التسامح والتعايش والمفوض العام لإكسبو 2020 دبي مساء اليوم في حديقة اليوبيل بإكسبو 2020 أكبر حصة جوجيتسو تدريبية تم الإعلان عن دخولها إلى موسوعة غينيس للأرقام القياسية.

ومع تواصل نجاحات اتحاد الإمارات للجوجيتسو في استضافة النسخة الثالثة عشرة من بطولة أبوظبي العالمية لمحترفي الجوجيتسو، سجّل الاتحاد انجازاً جديداً بدخوله موسوعة غينيس للأرقام القياسية مع أكبر حصة تدريبية للجوجيتسو في العالم على مدار التاريخ بشكل متزامن في 14 موقعاً وذلك بمشاركة 2700 متدرب من مختلف الفئات والأحزمة.

وكان الرقم القياسي السابق المسجل باسم اتحاد الإمارات للجوجيتسو أيضاً وهو 2212 لاعباً ولاعبة في مكان واحد بأرض المعارض في عام 2015.

ونظّم اتحاد الإمارات للجوجيتسو الحصة التدريبية بالتعاون مع المسؤولين عن الجناح البرازيلي في إكسبو دبي 2020 بهدف تسليط الضوء على أهمية تبني نمط حياةٍ صحي، والترويج لرياضة الجوجيتسو أمام أوسع شريحةٍ ممكنة من الجمهور، علاوةً على ترسيخ مكانة الإمارات المرموقة على خريطة الجوجيتسو العالمية.

وتوزّعت المواقع التي جرى فيها تنظيم الحصة التدريبية على 14 موقعاً في دبي وأبوظبي والعين، حيث مثلت حديقة اليوبيل في إكسبو 2020 دبي أحد أبرز المواقع التي استضافت الحصة في خطوةٍ تهدف لتسليط الضوء على مدى انتشار رياضة الجوجيتسو في مجتمع الإمارات أمام جمهور المعرض العالمي.

كما استضافت 13 مدرسة الجلسات المتزامنة - تسع منها في أبوظبي وأربع في منطقة العين - حيث وصل العدد الإجمالي للمشاركين في الحصة التدريبية إلى 2,700 متدرب من مختلف الأعمار والفئات والأحزمة والأوزان.

وفي تعليقه على هذا الإنجاز المهم للاتحاد، قال سعادة محمد سالم الظاهري، نائب رئيس اتحاد





يشهدان أكبر حصة جوجيتسو تدريبية دخلت "غينيس" في إكسبو 2020

الإمارات للجوجيتسو: "تشكل ثقافة اللا مستحيل أحد أبرز قيم جوجيتسو الإمارات، وهي القيمة التي استلهمناها من نهج قيادتنا الرشيدة التي حققت انجازاتٍ نفاخر بها أمام الأمم، انجازاتٌ وصلنا بفضلها إلى العالمية".

وأضاف انه ومع وقوفنا على اعتاب احتفال دولتنا بيومها الوطني الخمسين نظمنا حصة التدريب الجماعية، والتي دخلنا معها موسوعة غينيس للأرقام القياسية مجددا، في خطوةٍ ستسهم بالارتقاء بحضور دولة الإمارات وريادتها على صعيد هذه الرياضة، وليكون كسر الأرقام القياسية عنوان المرحلة المقبلة التي نواصل فيها مسيرة الإنجاز والتميّز نحو الخمسين المقبلة".

وأضاف: "الجوجيتسو رياضة فرق وإن كان البساط يشهد مشاركة الأفراد، إلا أن روح الفريق هي التي تمكّن اللاعب من الإنجاز، ومن هنا، حرصنا على أن نستقطب مشاركة أكبر عددٍ ممكن من المتدربين، لنوصل من خلال ذلك رسالةً واضحة بأن بناء الفريق أساس لتحقيق النجاح ..ونحن سعداء لما شهدناه من مشاركاتٍ واسعة من مختلف فئات الأعمار والخبرات".

وتابع: "نفخر لتنظيم الحصة التدريبية الجماعية في 14 موقعاً مختلفاً في وقت واحد والتي شكّل معرض إكسبو 2020 دبي الجوهرة الأبرز فيها، خاصةً وأننا اخترنا تنظيم هذه الحصة في جناح البرازيل بالمعرض العالمي، نظراً لأهمية البرازيل في رياضة الجوجيتسو، وليتزامن دخولنا في موسوعة غينيس مع احتفالات البرازيل بيوم الجمهورية في 15 نوفمبر ..وإلى جانب موقع اكسبو اخترنا تنظيم الحصة في 13 مدرسة من مدارس أبوظبي والعين، انطلاقاً من إيماننا بأهمية الترويج لرياضة الجوجيتسو في صفوف النشء الذين يشكلون الرافد الأهم لمواهب الجوجيتسو في الإمارات".

ويتزامن دخول اتحاد الإمارات للجوجيتسو في سجل موسوعة غينيس للأرقام القياسية مع تنظيم الاتحاد لمنافسات بطولة أبوظبي العالمية لمحترفي الجوجيتسو والتي استمرت منافساتها حتى 19 نوفمبر 2021، في جوجيتسو أرينا بمدينة زايد الرياضية في أبوظبي بمشاركة أكثر من 4000 لاعب من أكثر من 90 دولة من مختلف قارات العالم.

منقول من المصدر / وام

بمشاركة 225 لاعباً ولاعبة من 41 دولة

أبوظبي جراند سلام للجودو



آ مجلة الفنون القتالية :

برعاية سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان، نائب رئيس المجلس التنفيذي لإمارة أبوظبي، أقيمت بصالة جوجيتسو أرينا في مدينة زايد الرياضية منافسات الدور التمهيدي لبطولة أبوظبي الخمسين جراند سلام، للجودو لعام 2021، بتنظيم اتحاد الإمارات للمصارعة والجودو، ودعم من مجلس أبوظبي الرياضي وبإشراف الاتحاد الدولي للجودو، حيث تزامنت البطولة مع احتفالات البلاد باليوم الوطني لعام 2021 في عيده الخمسين.

وأكملت اللجنة العليا المنظمة للبطولة برئاسة محمد بن ثعلوب الدرعي رئيس اتحاد المصارعة والجودو، كافة الاستعدادات لإنجاح البطولة وفق برنامجها المعتمد من الاتحاد الدولي للجودو.

وانطلقت المباريات التمهيدية للوزن الخفيف عقب قرعة البطولة التي جرت عبر تقنية الفيديو "Draw Online"، بعد اعتماد العدد النهائي للدول المشاركة التي وصل عددها إلى 41 دولة باعتبارها آخر بطولات الاتحاد الدولي للجودو لعام 2021 وتضم 225 لاعباً ولاعبة.

وحرصت اللجنة الفنية في اتحاد المصارعة والجودو، على إتاحة الفرص لمنتخب شباب الإمارات الصاعد للمشاركة في تلك البطولة لمزيد من الاحتكاك والصقل.

وأشاد محمد بن ثعلوب الدرعي، برعاية سمو الشيخ هزاع بن زايد آل نهيان، فعاليات البطولة، مؤكداً أن بطولة هذا العام لها خصوصية لدى أسرة الجودو في العالم، وهي تحتفل مع إمارات السلام والمحبة بيومها الوطني ويوبيلها الذهبي فاستحقوا الشكر والترحيب بهم في بلدهم الثاني.

وكشف محمد بن ثعلوب الدرعي أن الجوائز النقدية المرصودة للبطولة وفقاً للائحة الاتحاد الدولي تبلغ 154 ألف دولار، وسيتم توزيع 56 ميدالية ملونة.

ناشئو الجـودو
يختتمون معسكر بودابست





مجلة الفنون القتالية

عاد إلى البلاد قبل أيام، بعثة منتخبنا الوطني لناشئي وأشبال الجودو (منتخب الأمل)، مع ختام معسكر إعدادهم بالمجمع الرياضي الأولمبي التابع للاتحاد الدولي للجودو، في العاصمة المجرية بودابست، اشتمل على مرحلتين، الأولى أقيمت بجانب منتخبات المجر العمرية، فيما كانت الثانية بجانب 600 لاعب ولاعبة من 43 دولة أوروبية، من مختلف المستويات والذي يمثل المعسكر السنوي الذي يشرف عليه الاتحاد الدولي، بإشراف نخبة من المدربين بهدف اطلاع تلك المنتخبات بالجديد في مجال اللعبة، إضافة للعديد من المحاضرات التثقيفية في مجالي التدريب والتحكيم،.

وضمت البعثة 7 لاعبين وهم خليفة الحوسني، علي حسن الدرمكي، وميثة عبدالله (الجزيرة)، راشد الحوسني، فارس العريفي (الوحدة)، مصبح الشامسي (الشارقة)، عيسى جميل، وأحمد فيصل النقبي (كلباء).

أسرة مجلة الفنون القتالية تبارك لهم هذه الجهود والخطوات وتتمنى أن تحذوا باقي الاتحادات الرياضية بالدولة حذو اتحاد الإمارات للمصارعة والجودو.



جامعة عجمان

استضافت "جيف تومسون" البطل العالمي في الفنون القتالية في مخيمها الصيفي



مجلة الفنون القتالية - لقاء:

نظمت جامعة عجمان مخيماً رياضياً متميزاً، استمر على مدى ثلاثة أيام، وشارك فيه أكثر من 150 طالباً وطالبة من مختلف مدارس الدولة. واستضافت الجامعة السيد جيف تومسون، الحائز على بطولة العالم في الكاراتيه على مدى خمس سنوات متتالية، وزوجته السيدة جَنيس تومسون، بطلة العالم في الكاراتيه سابقا، باعتبارهما من أهل الاختصاص في المجال الرياضي.

وقد اشتمل المخيم على العديد من الأنشطة الرياضية، والجلسات التحفيزية التي قدمها



السيد جيف، وشجّع فيها المشاركين على ممارسة الرياضات المختلفة لأثرها الكبير والإيجابي على الصحة الجسدية والنفسية، وأرشد الطلبة إلى كيفية التعامل بإيجابية مع مختلف المواقف، وأوصاهم بضرورة تنظيم أنفسهم وتفعيل تواصلهم مع الآخرين ضمن إطار من الاحترام في أجواء تفاعلية هادفة.

وقد شهد المخيم إقبالاً لافتاً من الطلبة من مختلف المراحل الدراسية الذين أبدوا تفاعلهم مع الفعاليات والنشاطات في المخيم الذي نظمته الجامعة في إطار مبادرات عام الخير الهادفة إلى خدمة المجتمع تعزيزا لروح المشاركة والتبادل المعرفي.

وفي ختام المخيم، كرّم الدكتور كريم الصغير، مدير الجامعة السيد جيف تومسون تقديرا لجهوده الرائعة في إنجاح المخيم الرياضي، كما قام السيد جيف وزوجته بتسليم شهادات المشاركة لكافة الطلبة والطالبات المشاركين في المخيم.

والسيد جيف تومسون، هو حامل وسام الاستحقاق من الملكة إليزابيث الثانية نظير إنجازاته على الصعيدين الرياضي وخدمة المجتمع. فقد أسس هو وزوجته جمعية "يوث تشارتر" التي تعنى بدمج الشباب بشكل فاعل بالمجتمع من خلال برامج توعوية وتدريبية تؤهلهم للتعامل مع الغضب والمشاعر السلبية. وبعد حصوله على بطولة العالم في الكاراتيه عدة مرات، قام السيد جيف بتدريب فريق الكاراتيه البريطاني لتمتد انتصاراته في هذا المجال على مدى عقدين من الزمن في القرن الفائت، كما أنه الممثل الدولي لمركز "محمد علي كلاي" الخيري.

يُذكر أن تعاون ممثلي اتحاد الإمارات للكاراتيه كان له الأثر الكبير في إنجاح هذا المخيم.



الصحة والرياضة

إعداد / عبير الموسى

العقل السليم في الجسم السليم

سنتناول معكم في هذا الباب "الصحة والرياضة" موضوعات حول الصحة واللياقة والوقاية، والإجابة على أسئلتكم الواردة للرد عليها من خلال استشاريين ومتخصصين في مجال الصحة العامة..

نادي الشارقة الرياضي الثقافي

يختتم صيف بلادي ببرنامج توعوي لتثقيف أفراد الأسرة

كعادتها كل صيف نظمت اللجنة الثقافية والمجتمعية بنادي الشارقة الرياضي الثقافي، ضمن برنامج "صيف بلادي" برعاية الهيئة العامة لرعاية الشباب ومجلس الشارقة الرياضي، ورشة صحية بعنوان "القلب السليم في الفم النظيف"، حيث اشتملت على مسابقات وألعاب توعوية وتثقيفية بين أفراد الأسرة في جوٍ تسوده السعادة والمرح إلى جانب فحوصات طبية للكشف عن السكري والضغط وهشاشة العظام، والأسنان، وكتلة الجسم، وقدّم الفريق الطبي التابع للجنة شروحات توعوية وتثقيفية صحية، فضلاً عن توزيع عينات طبية على الأسر التي أبدت إعجابها بالبرامج والأنشطة التي قدمتها اللجنة الثقافية والمجتمعية بنادي الشارقة الرياضي الثقافي، التي شملت جميع أفراد الأسرة مما يزيد من تفاعل الجميع للاستفادة وخصوصاً من ورش العمل، وقال محمد بن جرش المشرف العام للنشاط الصيفي نختم أنشطتنا الثقافية بسلسلة من البرامج التي تضمنت القراءة والتربية والابتكار والصحة وفن كتابة القصة والقيادة وغيرها من الأنشطة الرياضية والمجتمعية الهادفة، وشارك معنا في برنامجنا الصيفي نحو 250 مشاركاً، كان لأولياء الأمور دور كبير في إنجاح وتميز البرنامج فكل الشكر لهم ولأسرة صيف بلادي على جهودهم وشكر ابن جرش الجهات الداعمة للبرنامج، ومنها الهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة ومجلس الشارقة الرياضي والجهات التي تعاونت معنا كشركاء جمعية حماية اللغة العربية ومجلس أولياء أمور الطلبة والطالبات بالشارقة والنادي العلمي بالفجيرة وشرطة الشارقة ونادي الشارقة لرياضات الدفاع عن النفس ووزراة الصحة ووقاية المجتمع والجهات الإعلامية.

وفي نهاية الورشة كرّم بن جرش الكادر الطبي والفني من وزارة الصحة ووقاية المجتمع والمتطوعين من جمعية مواليف التطوعية وأسرة النشاط الصيفي من مشرفين ومدربين ووجه كلمة شكر للمشاركين في النشاط الصيفي.



ارشادات غذائية
لخفض الكوليسترول في الدم

• دبي - مجلة الفنون القتالية:

الكوليسترول : عبارة عن مادة شمعية، وهي مادة تتكون داخل الجسم من الغذاء، ولا يحتاج الإنسان إلى تناول أطعمة غنية بالكوليسترول لأن الكبد يكونه، ويؤدي تناول زيادة من الأغذية الغنية بالكوليسترول إلى الإصابة بأمراض القلب والأمراض الوعائية.

إرشادات عامة

- المحافظة على الوزن المثالي.
- تحديد المتناول من الأطعمة المحتوية على الدهون التي ترفع الكوليسترول.
- زيادة استهلاك الألياف الموجودة في الخضر والفواكه والحبوب والبقول.
- تقليل استخدام الملح إذا كنت تعاني من ضغط الدم.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- الامتناع عن التدخين.

الأطعمة المسموح بتناولها

- حليب قليل الدسم أو خالي الدسم.
- لبن / زبادي / الجبن قليل الدسم.
- البيض المسلوق بمعدل 2 - 3 في الأسبوع (بياض البيض مسموح بحرية).
- قلل من تناول اللحوم مع إزالة جميع الدهون والشحوم.
- الأطعمة البحرية (المشوية).
- الدجاج مع نزع الجلد قبل الطبخ.
- النشويات : الأرز، المعكرونة (المسلوقة)، والخبز الأسمر، والحبوب الغنية بالألياف / بران فليكس .
- البقول : عدس، لوبيا، فاصوليا، فول، حمص
- الخضار والسلطات بدون إضافات.
- الفواكه وعصير الفواكه الطازجة غير المحلى.
- الزيت النباتي : زيت الذرة، عباد الشمس، لتحضير الطعام، وزيت الزيتون، نيء وليس في الطبخ.
- يجب أن يكون الطعام مشوي أو مسلوق.

الأطعمة التي ينصح بتجنبها

- حليب كامل الدسم
- لبن / زبادي / الجبن المصنوع من حليب كامل الدسم.
- البيض المقلي.
- اللحوم الغنية بالدهون، الكبد، المخ، النخاع، الكلاوي، اللسان، النقانق، السجق، المارتديلا، اللحمة المفرومة، اللحمة المعلبة، الهامبورجر، الشاورما.
- السمك المقلي، الأسماك الصدفية: الربيان، اللوبستر، المحار.
- الدجاج المقلي والجلد.
- المعجنات: البتزا، الفطائر، الكرواسان، الدونالدز، السمبوسة.
- العصائر المحلاة، والفواكه المجففة.
- الزبدة، الشحوم، السمنة البلدي، زيت جوز الهند، والنخيل، الكريمة، القشدة، الشوكولاته.
- تجنب الأطعمة المقلية.

BLOOD PRESSURE CHART BY AGE

جدول ضغط الدم لجميع الأعمار

Age	Min	Normal	Max
1 to 12 months	75/50	90/60	110/75
1 to 5 years	80/55	95/65	110/79
6 to 13 years	90/60	105/70	115/80
14 to 19 years	105/73	117/77	120/81
20 to 24 years	108/75	120/79	132/83
25 to 29 years	109/76	121/80	133/84
30 to 34 years	110/77	122/81	134/85
35 to 39 years	111/78	123/82	135/86
40 to 44 years	112/79	125/83	137/87
45 to 49 years	115/80	127/84	139/88
50 to 54 years	116/81	129/85	142/89
55 to 59 years	118/82	131/86	144/90
60 to 64 years	121/83	134/87	147/91



مناسبات... آراء وأفكار... أسئلة واستفسارات



للتواصل :

مجلة الفنون القتالية

Martial arts Magazine

هاتـف : 3223 239 4 971 +

متحرك : 550 4531 50 971 +

- الرجاء ارسال الاسم ثلاثي وبيانات المرسل للتواصل
- يحق لإدارة المجلة عدم نشر المواد غير المناسبة



لقاء

التقت مجلة الفنون القتالية بالكابتن / عبيد إبراهيم بوملحه الذي أثنى على مجلة الفنون القتالية ، بعد أن تصفح مقالاتها وقال أنها كالمكتوب يقرأ من عنوانه، والمجلة فاخرة، والغلاف يبهر القارئ، ويشده إلى تصفحها، وقراءتها، وذلك يدل على وعي و خبرة القائمين عليها وإيمانهم برسالتهم التي يريدون إيصالها إلى الفئات العمرية المختلفة.

التسابق القائم بين وسائل الاتصال الحديثة المتنوعة والمطبوعات الورقية ليعيدوا الكتب والمجلات والصحف والنشرات الورقية بمواضيع شيقة ومفيدة وتخصصية لجميع الأعمار.

شكري وتقديري الخاص لرئيس التحرير سعادة / عوض حاسوم الدرمكي، والقائمين على المجلة، علما بأن المقال الذي شدني هو تبني الأقلام الاماراتية المبدعة بجوار اقلام كبار الكتاب لتحقيق النضج الأدبي والثقافي، فنبارك لكم إصدار هذه المجلة.

عبيد إبراهيم بوملحه



أسرة مجلة الفنون القتالية تلتقي إداريي ومدربين ومدربات ولاعبين في مركز دبي للفنون القتالية بعد حضورهم بطولة العالم للكاراتيه 25 والتي أقيمت في دبي



التوعية الرياضية في المدارس تعطي الطلاب والطالبات الثقة وتحثهم على ممارسة الرياضات عامة ورياضة الكاراتيه خاصة.



قام الدكتور محمد صيام المصارع والملاكم المخضرم بزيارة لدولة الإمارات، قادماً من ماليزيا حيث التقت به مجلة ª الفنون القتالية ´ . وبدوره أبدى صيام انبهاره بما شاهده في دولة الإمارات من حضارة ورقي وتقدم..



مدرسة البحث العلمي والمدرب محمد عطيه



أبطال الجيوجيتسو من البرازيل
في لقاء مع مجلة ª الفنون القتالية ´ عند وصولهم للمشاركة في البطولة الدولية للجيوجيتسو في أبوظبي

أسرة مجلة ª الفنون القتالية ´ تبارك للدكتوره فنار فاروق لحصولها على شهادة الدكتوراه في إدارة التقنيات والعمليات اللوجستية. تهانينا ونتمنى لها المزيد من النجاح والتقدم





الكابتن محمد بالحسن
يستلم شهادته ª حكم دولي ´ من الإيطالي زاكارو ZACARO عضو لجنة الحكام الدولية.



الرياضة للجميع وكلنا رياضيون

مدرب / فاروق بن شويدح
farooks@hotmail.com

يعتقد البعض أن تعليم الفنون القتالية والدفاع عن النفس هي دعوة للعنف، ولكن هذا الاعتقاد خاطئ لأن تعلم الأولاد والبنات هي محاولة منّا لمساعدتهم لزيادة الثقة بالنفس والدفاع عنها وتقوية أجسادهم.

حيث اللعب على البساط أو الحلبة أو أثناء الممارسة يستطيع الفوز على الخصم عند استخدام وسائل كثيرة منها:

لغة الجسد وحركات العيون وحركات الجسم والحاسة السادسة والصفاء الذهني (Zention) والتركيز والإحساس والثقة بالنفس وكثرة الممارسة بالتدريبات حيث لكل فعل رد فعل وخير وسيلة للدفاع هي الهجوم.

فبلغة الجسد والصفاء الذهني والفراسة تأتي طاقة غير طبيعية من التركيز لردة الفعل.

والفراسة عامةً وللرياضيين خاصة هي معرفة داخلية في النفس لإيقاظ قوة الإرادة الداخلية الباطنة فينا لمعرفة النتائج وسرعة اتخاذ القرار لردة الفعل القادم.

إن ألعاب الفنون القتالية تعتمد على العقل واليد والرجل وتبدأ دائماً بالحركات الدفاعية وصد الهجوم وخاصة لعبة الكاراتيه.

إن أغلب الفنون القتالية والدفاع عن النفس تستعمل أساليب النمور والنسور والقطط والأسود.

ولكل ما سبق يستطيع اللاعب أو المُمارس لهذه الفنون القتالية باستخدام الروحانيات والممارسات بالتدريبات أن يفوز على الخصم والحصول على المراكز الأولى، في المنافسات والمسابقات والبطولات.

بهذه الأساليب يتكون لدى اللاعب إحساس بالسكينة والتركيز لردة فعله بحركات دفاعية وهجومية والتي تأتي بالتمارين عليها ببطء أثناء التدريب، وبسرعة فائقة عند اللزوم بحركات الصد وتسديد الضربات والركلات السريعة.

أخيراً يتمتع الرياضيون بصفات وقدرات ذهنية وجسدية فائقة ويتميزون بصفات مميزة من النضج الجسدي والفكري والاجتماعي والصفاء الذهني والثقة بالنفس أينما وجدوا.



observe the learning process between a skilful world champion and the ambition Salem displays to become a world champion. Not only is it his goal to become world champion with deserved medals, but also to be the first Emirati with mental impairment to win a gold medal at the Paralympics .

GOVERNMENT SUPPORT FOR PEOPLE WITH DISABILTIES

The words of His Highness Sheikh Mohammed bin Rashid al Maktoum rings clear ìThe impossible cannot be where there is perseverance and faith in life.î The recent National strategy launch for empowering people with disabilities by His Highness Sheikh Mohammed Bin Rashid Al Maktoum is a big step forward. The six-part policy not only involves health, rehabilitation, mobility, and social protection but also sports. The UAE Karate Federation has embraced Salem and shares his dream of success and accomplishment as an Emirati with disability on the world stage. All productive members of society contribute to a stronger UAE. This message is reiterated by all individuals and Government organizations including the Awqaf and Minors Affairs Foundation and CDA that support Salem tirelessly.

CAREER AND FUTURE

His goal is to participate in as many competitions as he can, nationally and internationally. The WKF World Championships in 2020 that Will be hosted by Dubai and the next Paralympics is a priority for Salem.

With the unwavering support of the UAE Karate Federation, the vision of Major General Nasser Al-Razzuqi, Chairman of the UAE Karate Federation and Vice-President of World Karate Federation, expert Mr. Mohammed Abbas, Mr. Rashed Abdul Majid, Mr. Humaid Shamis and coaches Jaber Al Jassim Al Zaabi, Mohammed Naderbeigi and Mohammed Abo Oun, I have no doubt in my mind an Emirati champion is in the making. My son, Salem.

- Maryna van der Merwe



Foster it with a strong will and live it every day. This is how you grow the passion of becoming outstanding.î

well that his coach decided to send him to compete in the World Karate Championships in Linz. Salemís participation alone was monumental, itís challenging for abled people to perform but so much more for people with disability. It was tough, but the way he coped with the stress in the build up to the event and performed his kata made me realised he has yet to realise his full potential.

LIFE CHANGING

Coordination, explosive strength and movement frequency is essential to perform kata . All of these elements are a challenge for Salem to execute when he performs kata. A lot of hard work and dedication is required from him but every second spent on this sport is worth everything and more. Karate has changed his life forever.

THE ROLE OF KARATE ñ MOTOR AND COGNITIVE DEVELOPMENT

Performing kata isnít just simple technical elements during a competition performance or a training session. According to the latest scientific studies regular physical activity has an effect on biological responses in both muscles and organs that alter the structure and functions of the brain. Karate children show better speed times, explosive leg strength and coordination skills and score better on working memory, visual selective attention and executive functions. Practicing karate has a profound impact on the human being. The mental and physical progress of Salem is obvious since he started training karate. It is challenging to perform a perfect kata and so much more for people with disability to achieve the same results.

Life has different meaning when a parent has a child with disability, itís a different journey. Since the moment Salem was born I have put all my energy, effort and strength into empowering him and lifting him up. Karate has become his voice to empower people with mental impairment.

TRAINING WITH DEDICATION

Salem is a proud member of the UAE Karate Federation. He is training kata diligently with a combined fitness program six days a week and very fortunate to be a student of Coach Mohammad Naderbeigi. It is a soul stirring experience to

Salem's story «Have a big dream»

A STAR IS BORN

His Highness Sheikh Mohammed bin Rashid Al Maktoum

Flashes of Wisdom



I will never forget the moment my sonís life changed forever. It was an incredibly proud moment for Salem and I. He was competing at the 2017 World Karate Championships in Linz, Austria. He had just executed his kata. It was a basic kata with only nine movements but he remembered every strike and every punch. Salem was placed 9th in his pool and out of forty three competitors he took the 18th spot. He was perfect. It was his debut on the karate world stage as an Emirati karateka with cerebral palsy and mental impairment. He was thrown in the deep end and didnít disappoint.

Salemís journey started 19 years ago in Dubai when he was born premature. As a mother my world came crushing down when I was told my son will never walk, talk or lead a normal life. During this testing time he came close to losing his life a few times but when I saw my son perform with such determination and perseverance in Linz I knew he was born for bigger things. Salem is my gift from God.

INTRODUCTION TO KARATE

Karate was introduced to Salem in the beginning of 2017. Since Salemís mental impairment is severe and his abstract functioning prevents him from participating in group sports, karate is the perfect sport to challenge him on a personal level. He had only trained for four months with extra hours during the summer of 2017. He performed so



ï At the reception, Engineer Azza bint Suleiman, Muhammad Darwish, and Engineer Marwan Sinkel

players' sense of the international competitions witnessed by the World Karate Championship hosted by Dubai was a motivator for them to achieve similar achievements at the level of results, and it motivated them in the Asian Championship, in addition to the good planning by the Karate Federation headed by Major General "Nasser Al-Razoukiî, and all the members of its board of directors and their continuous efforts to advance the game and put it in the position it deserves."

Engineer Marwan Sinkel, Vice-President of the Federation, and Engineer Hamid Shamis, Assistant Secretary-General of the Federation, were keen to congratulate the players for their efforts and success in overcoming many difficulties in order to reach these achievements, stressing that what they achieved raised the head of Emirati sports and the joy of the people of the Emirates as a whole, congratulating the playersí families for the efforts they made in order to reach these results with their children players.

As for the player Sarah Al-Amiri, who won the unprecedented gold medal, she expressed her great happiness with the great achievement that has been achieved, confirming that seeing the countryís flag rise, and the national peace being played in this great continental forum, for the first time in such tournaments, and added: ìI did not expect to achieve such a feat before participating in the tournament, but I had the ambition to do my best and reach the best that I could do, and to apply what I presented in training during the official competition.î





ï Martial Arts Magazine, received by the AFC administrators, members and referees of Asia and the players of the national team

Hawra Al-Ajmi, Fatima Khaseef, Sarah Al-Amiri and Al-Yaziah Khaled, who won the second place and silver medals in the collective kumite competition, in addition to a second bronze medal by Suleiman Al-Mal in the menís individual kumite.

The heroes and heroines of the UAE national team were received upon their arrival at Dubai Airport in the Majlis Hall, by Engineer Azza bint Sulaiman, Assistant Secretary-General for Administrative and Financial Affairs of the National Olympic Committee, Engineer Marwan Sinkel, Chairman of the Board of Directors of the Emirates Karate Federation, and Engineer Hamid Shamis, Assistant Secretary-General of the Emirates Karate Federation. And Muhammad Harbouk Al-Shehhi, the financial director of the federation, Muhammad Darwish, the executive director of the Olympic Committee, and Hisham Serry, the technical director of the federation, and the visual and print media and the playersí parents and their families.

For her part, Engineer Azza bint Sulaiman expressed her happiness with the great achievements of the UAE Karate teamís delegation in the Asian Championship, extending her congratulations to the Emirates Karate Federation, which made great efforts in the past period, considering that the World Karate Championship hosted by the country was a strong motivation for the players to achieve a great achievement at the continental level.

She said in statements to "WAM": "The



ï It won 7 continental medals at the Asian Championships in Kazakhstan

after the Asian achievement

was a historic gold medal, the first in the history of Emirati karate at the continental level, for Sarah Al Ameri in the womenís 61 kg kumite individual competition, who also won a bronze medal in the 61 kg kumite competition in the under-21 category.

The UAE also won 4 silver medals for the player Salwa Ahmed Al-Mansoori, in the kumite competition, weighing over 54 kg, for the female category, and the player Muhammad Ahmed Al-Amri, in the kumite competition for the weight of under 76 kg, for the youth category, and the player Fatima Khasif in the kumite competition for the weight of under 68 kg, for a category under 21 years old, and through the womenís team consisting of



ï At the reception were Eng. Azza Bint Suleiman, Eng. Marwan Sinkel, Eng. Hamid Shamis, Muhammad Harbouk Al Shehhi, Muhammad Darwish, Hisham Sari, Martial Arts Magazine, parents of players and the print and visual media.

A great reception for the Emirates Karate team

The delegation of the UAE national karate team, participating in the Asian Championship for men, youth and juniors, which was held in Almaty, Kazakhstan, from December 18 to 22, was received with bouquets of flowers upon its arrival at the Majlis Hall at Dubai International Airport, in appreciation for the great and historic achievement made by the mission during participation in this continental championship.

The outcome of our national team has won 7 colored medals, one gold, 4 silver and two bronze, which is a distinguished outcome that reflects the development of the game in the UAE and its rapid rise on the continental level. At the forefront of them









The Uzbek University awards Major General Nasser Abdul-Razzaq Al-Razuqi An Honorary Doctorate

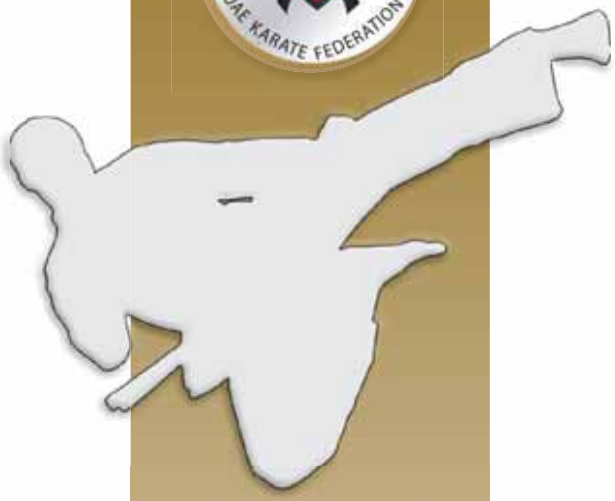
ï Martial Arts Magazine ñ Uzbekistan

The Uzbek University awarded Major General Nasser Abdul Razzaq Al Razoqi an honorary doctorate, and he highlights an agreement between the UAE Karate Federation and the Uzbek Federation, as well as a cooperation agreement and exchange of experiences between the Asian Federation and the Uzbek Karate Federation.

Where Aziz Abdul Hakimov, Deputy Prime Minister and Minister of Youth and Sports of Uzbekistan, received Major General Abdul Razzaq Al Razuqi, President of the UAE and Asian Federations, First Vice President of the International Karate Federation, in the presence of the Secretary-General of the Emirates Karate Federation Rashid Abdul Majeed Al Ali, Ibrahim Al Deraa, Chairman of the Technical Committee of the Asian Federation, and Mohamed Abbas, Director General of the Emirates Karate Federation, member of the Technical Committee of the International Karate Federation.

During the meeting, the efforts of the UAE and Al-Razouki to develop Asian karate were praised and the arrangements, procedures, and many important points were discussed in the framework of coordinating the establishment and success of the Asian Championship to be hosted by the Uzbek Federation in May 2022.

An agreement was also signed between the UAE Karate Federation and the Uzbek Federation for cooperation and exchange of experiences.





Rashid Al Ali
U.A.E Karate Federation
General Secretary
A.K.F Vice President
Arab Karate Federation
Vice President

Word of UAE Karate Federation

In an interview with Rashid Abdul Majeed Al Ali, he mentioned the vision of the Emirates Karate Federation in qualifying talents to make champions.

He explained that the message of the UAE Karate Federation is to guide talented people to succeed in local and international forums and communicate with the UAE community to contribute to the development of sports thought and culture around the practice of karate for both sexes.

One of the objectives of the Emirates Karate Federation is to spread the sport of karate through the establishment of centers affiliated to the Federation, to develop and develop human resources administratively and technically, thus, creating a base sufficient to sort out the necessary competition to select national teams capable of competing in all age groups for both sexes, and work on developing the capabilities of distinguished sports champions of both sexes, with a high level of education, and helping them to discover a healthy sports lifestyle. This is done by educating the family in the field of combat sports from various aspects, including following up on the player to provide a healthy environment, with regard to nutrition, sleep, a good educational level, and follow-up and communication with technical and administrative bodies.

At the end of the meeting, he said, ìWe congratulate ourselves and the Karate family for this new edition of the ìMartial Artsî magazine.

We wish it continued progress in spreading and educating people about the importance of sports, especially self-defense sports.

Word of Editor-in-chief



Editor-in-chief

Awad Khalifa Salem Al Darmaki

مجلة الفنون القتالية

MARTIAL ARTS MAGAZINE

I like the proverb saying:

ìThe beginning of the flood is a drop, and mountains are from pebblesî

May God bless you with all the best and happiness and May you be good every year

Our message from the Emirates Karate Federation and the Martial Arts Magazine is to take the talents and guide them to succeed in local and international forums and communicate with the UAE community to contribute to the development of sports culture thought about practicing karate for both sexes.

Our Federation has become like mountains of talented karate champions, young and old, of both sexes, and they have proven their presence in all forums by establishing places and centers belonging to the Federation, in addition to the spread sports clubs, as well as the development of human resources administratively and technically. We are interested in creating a sufficient base to sort out the necessary competition to choose a national team capable of competing in all age groups for both sexes, and participation in local, Gulf and international tournaments, and from our point of view that to develop international karate champions of both sexes with a high level of education and help them discover a healthy sporting lifestyle, and we have to educate families about martial arts and self-defense, especially karate, from various aspects, including supervising the player by providing a healthy environment with regard to nutrition, sleep, educational level, follow-up and communication with technical and administrative bodies in clubs and centers.

Our goal is to prove our presence in all forums....



Chairman of UAE Karate Federation
Nasser Abd Alrazzak Al Rizouki

Editor – in – Chief
Awad Khalifa Salem Al Darmaki

General Supervisor
Expert Mohammed Abbas

Media Coordinator
Farouk Bin Shweedeh

Editors
Abeer Al Mousa
Mohammed Amin Al Roqyei
Othman Sherwany



مطبعة بن دسمال ومكتبتها





UNITED ARAB EMIRATES
الهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة
GENERAL AUTHORITY OF YOUTH & SPORTS WELFARE

Apublication Issued By
UAE Karate Federation

Magazine Official Website
www.k-magazine.com

Social Media Links
KMagazine.com

For Editing & Corresponding
P.O. Box: 55603 Dubai
United Arab Emirates
Tel. : +971 4 239 3223
Fax : +971 4 239 3343

E-mail: info@uaekaratefed.ae
Website: www.uaekaratefed.ae

Covering
Martial Arts News

KARATE
TAEKWOND
WRESTLING
KUNG FU
AIKIDO
KICKBOXING
JIU JITSU
HAPKIDO
JUDO
NUNCHAKU KOBUDO
BOXING



HIS HIGHNESS SHEIKH
MOHAMMED BIN RASHID AL MAKTOUM
VIC - PRESIDENT AND PRIME MINISTER
OF UAE
RULER OF DUBAI



HIS HIGHNESS SHEIKH
KHALIFA BIN ZAYED AL NAHYAN
PRESIDENT OF THE
UNITED ARAB EMIRATES
RULER OF ABU DHABI



HIS HIGHNESS SHEIKH
MOHAMMED BIN ZAYED AL NAHYAN
CROWN PRINCE OF ABU DHABI
DEPUTY SUPREME COMMANDER
OF UAE ARMED FORCES



HIS HIGHNESS SHEIKH
AHMED BIN MOHAMMED BIN RASHID
AL MAKTOUM
PRESIDENT OF THE UAE NATIONAL
OLYMPIC COMMITTEE



HIS HIGHNESS SHEIKH
MANSOUR BIN MOHAMMED BIN RASHID
AL MAKTOUM
CHAIRMAN OF DUBAI SPORTS COUNCIL



HIS EXCELLENCY DR.
AHMED BIN ABDULLAH BELHOUL AL FALASI
MINISTER OF STATE FOR ENTERPRENEU SHIP
AND SMALL AND MEDIUM ENTEEPRISES
PRESIDENT OF THE GENERAL SPORTS
AUTHORITY AND FIRST VICE-PRESIDENT OF
THE NATIONAL OLYMPIC COMMITEE

Pace
Passion
Professionalism



MANOJ
REINSURANCE BROKERS

Office 515, Liberty House,
DIFC, Dubai, UAE.
+971 4 3544435

support@manojre.com
www.manojre.com

REGULATED BY DFSA

إتحاد الإمارات للكاراتيه
UAE KARATE FEDERATION

الهيئة العامة للرياضة
General Authority of Sports

مجلة الفنون القتالية
MARTIAL ARTS MAGAZINE

Issue No. 2 February 2022



An Ozbakian Honoring for His exellency Major General Naser Abdel Razzaq Al-Razuqi

Ozbakistan University has granted his Exellency on honorary doctorate for Physical Education and sport

UAE Karate national team has been crowned with 7 continent medals in Asian Champion ship - Kazakhstan

Captain Jaber Al-Zabi has been granted membership badge for the Asian Karate Committee