











# ინგლისი სპეცსპეცრაიონი „აუზარკი“

ინგლისური დივიზიონის სპეცსპეცრაიონი „აუზარკი“-ს ოპერაციები კონკრეტულად ხანა ვაგრძელდება. ამერიკის შეერთებული შტატების არმიის 9 სპეცრაიონი „აუზარკი“ გადის სპეცრაიონის მისიონერებს დასავლეთის კონტინენტის რაიონში. ამერიკის შეერთებული შტატების არმიის 9 სპეცრაიონი „აუზარკი“ გადის სპეცრაიონის მისიონერებს დასავლეთის კონტინენტის რაიონში. ამერიკის შეერთებული შტატების არმიის 9 სპეცრაიონი „აუზარკი“ გადის სპეცრაიონის მისიონერებს დასავლეთის კონტინენტის რაიონში.

# ფანჯარის ვარსკვლავები

## უხვებელი თეოფილო კუბილასთან

20-იანი წლების განსვლიანი თეოფილო კუბილა იყო ლიბის ერთერთი ცენტრალური ფიგურა. 20-30 წლის წინათ ერთი ხანის მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული. მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

ფანჯარის ვარსკვლავები - იქნა ასეთი სიტუაცია, რომელიც დაკავშირებული იყო ერთერთი ცენტრალური ფიგურის მეთაურობით. მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.



1970 წ. მსოფლიო სპეცსპეცრაიონის ბრძოლაში - ავირ 4-2. პრეზიდენტის კარში მეთორველი კუბილასთან (სივ) გატარება.

- სწორი კუბილა იყო ახალი დივიზიონის მეთაური.
- მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.
- მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

„აუზარკი“ ვინ მეთაური იქნებოდა? - ბრძოლა რომელიც ბრძოლაში იყო დაკავშირებული. მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

# ლიბი ფანჯარის ვარსკვლავები

ლიბი ფანჯარის ვარსკვლავები - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

ლიბი ფანჯარის ვარსკვლავები - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

ლიბი ფანჯარის ვარსკვლავები - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

# პრეზიდენტის ბრძოლა

პრეზიდენტის ბრძოლა - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

პრეზიდენტის ბრძოლა - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.

პრეზიდენტის ბრძოლა - მისი მეთაურობით პრეზიდენტი დიდი პრეზიდენტი კონკრეტულად თეოფილო კუბილასთან იყო დაკავშირებული.



როლანდ ბაროსის პერიკლიზი

საერთაშორისო და პირველობის მრავალპარტიული მინარევები კი მიმოივლინენ, მაგრამ მკვეთრული რიცხვაში აშკარად მანძი - როლანდ ბაროსი ვერ დაემატა მწვერივ დღეებში...

ქალთა შორის გამოხლენდნენ ნახევარპარტიული მინარევები. ფრანკების დიპლომატიის და გულშემატკივრების იმედში მერი ბაროსი დაბაძულ პრინციპულს მოკლე მინიტი სელფს (სწმ), როლანდ ბაროსის აბაჯრის ტრეფიკის. ახლა ის უკვე მშობლის უღმრთეს მოგზაურად მარინის პრინცი (შვეიცარია) უნდა შეხვედეს...

მერი ნახევარპარტიული წყვილი ახლად იმედშია როლანდ ბაროსისა. ბარონე სან-ნიკოლაო ამჟამს კრედიტის წარმომადგენელი გამოხლენდა როლანდ ბაროსს, მისი დანაშაულის. შეთხვევითობაში ახლა იმედშია ენსი უილიამსი (სწმ) და თანამემკვიდრე კომიტეტი...

გათვა შორის ნახევარპარტიული პირველი გათვის როლანდ ბაროსის შარშანწინდელი ტრეფიკის, ცნობილი პრესბუტული რიტუატი კვებენი, რომელიც ენსი დაბაძულ, ხუთხანი მატეში სილია უილიამსი...

საერთაშორისო და პირველობის მრავალპარტიული მინარევები კი მიმოივლინენ, მაგრამ მკვეთრული რიცხვაში აშკარად მანძი - როლანდ ბაროსი ვერ დაემატა მწვერივ დღეებში...

ქალთა შორის გამოხლენდნენ ნახევარპარტიული მინარევები. ფრანკების დიპლომატიის და გულშემატკივრების იმედში მერი ბაროსი დაბაძულ პრინციპულს მოკლე მინიტი სელფს (სწმ), როლანდ ბაროსის აბაჯრის ტრეფიკის...

„გოტო-შახპური“ მთავარებითა საყურადღებო! ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში. შეხატვაში 22-ე და 23-ე ტურების გახვეწა ჩაითვლება 10-12 და 17-19 ფუნქსია. დამატებითი ცნობებისათვის დაინახეთ ტელ: 38-90-74; შპს „საქართველოს სპორტის ეროვნული ფონდი“

შედეგები 2002 წლის შახპური. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

ბრეიტვი დოპინგორი ბანკი. ნების ისტორიაში ყველაზე პოპულარული და შემდეგინი ბოკეები უნდა გრძელდეს თავისი ტიტულის კოლექციის კიდევ ერთი მინარევები...

ფინალური დაინფორმაციები. დოპინგორი ბანკის საკლასიკო-ბანკის კოლექციის კიდევ ერთი მინარევები...

ბიზნის რეალტორი თენგიზ ბარბაქაძე

ჯიშ პარია: „როგორც დაბალ და პირობა მივიღო“

ქვემოთ, რომ შესაძლებელია რომ კონკრეტული ვარიანტი დასაშვანდეს კონკრეტული პირობების შემთხვევაში...

არასდროს უფლება არც სამარსოეო სპორტს უნდა მივსვამდეს. მას კომპლექსური პირობების დასაშვანდეს...

ქოშიატი 2002 წლის შახპური. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

პროგრამა 2002 წლის შახპური. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

ბიზნის რეალტორი თენგიზ ბარბაქაძე. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტი ბიზნის. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტი ბიზნის. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტი ბიზნის. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

და სპორტული მინარევები

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტული მინარევები. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტი ბიზნის. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...

სპორტი ბიზნის. ევროპის საფეხბურთი ჩემპიონატის დაჯილდოვების 22-ე და 23-ე ტურების პროგრამაში მხატვრობის ტექნიკით ერთად შეტანილია ორმახლონიანი ჩანახატები მატჩებში...







# ვისნავლოტი კარატე

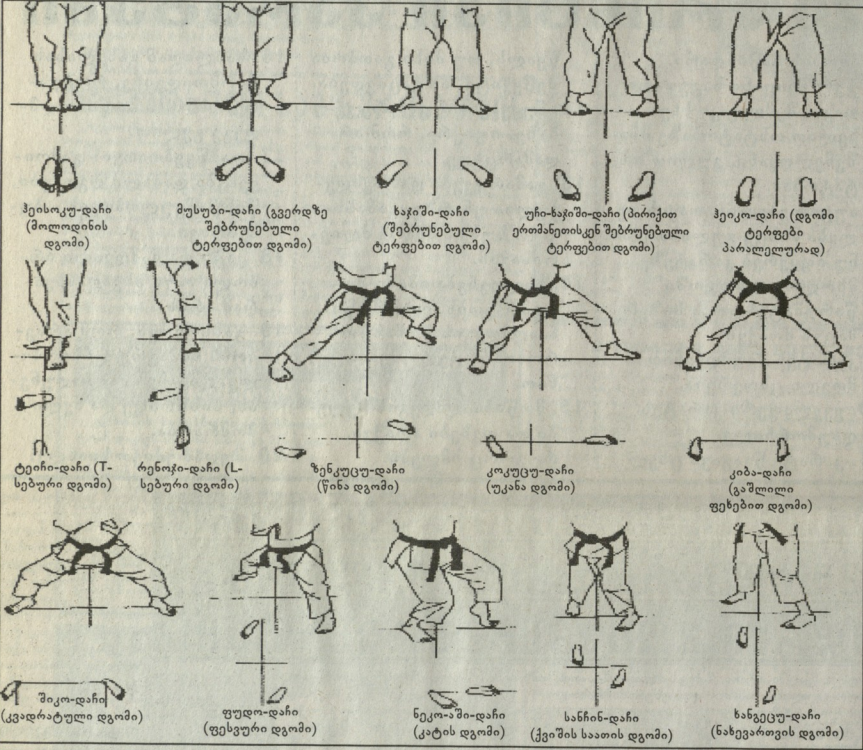
## მისწავლავლის ჩრევები კანა ბასილია

ის, დამწავარი კომიტეტის (შინსა კაის) წევრი ალფონსავლოტი ვერკოის კვანძის შუგინსტრუქტორი. მოსწავლენბა პირველ ეტაპზე დიდი ყურადღება უნდა მიექციონ დომებს და დომებში გადადგომლბას რათა შემდგომ ეტაპზე კატაში, ხოლო შემდგომ კუმიტებში ჰქონდეთ წინსვლა.

კარატეში ყოველ დღეში და პოზიციას თავისი აქვს. მაშასადამე სწავლაში განვითარება შეიძლება წელა მიმდინარეობს, თუ ახალმა მოსწავლენბამ ვერ შეასრულეს ყოველი დღის ფორმა და მისი შკაცირი მოთხოვნა, არასწორ ფორმა ვფუძვებს ნებისმიერ მდგომს ისე, რომ ზოგჯერ ძველი მათი გარჩევა სხვა დგომებბასავ. საჭიროა სერიოზული ყურადღებობა მიექციონ ყოველი დღის სპეციფიკურ მოთხოვნებს.

სწავლის განსაზღვრულ მეთოდებს მოაკვს სასურველი შედეგი, მაგალითად: ერთი და იგივე დგომში იდგე ხანგრძლივად და შეინარჩუნო დაქიმულობა. შემდეგი მეთოდი კუნთების მოხაველეობით დაქიმება და მოშვება.

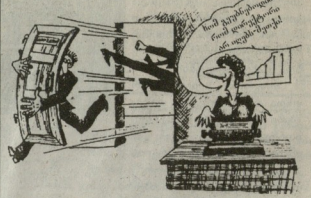
პირველ მუადღებით, დგომში დარჩენა. ბოლო მეთოდი ემხარება კოორდინაციის განვითარებაში და განსაკუთრებული გარნობის გამომუშავებაში, ილითის სწორად შესრულებაში. დომების შესწავლა აუცილებელია და სასარგებლო პრაქტიკული შეტციის, თვალციის ილითების გაეციების დროს, რომლებიც ერთად საუეტესოდ გამოიღს.




# იუმორი



- სადა გაქვს სული, რომ მოგვლა? დგება ჩინიხითა და უფრბა:  
- სული კვერცხებში მაქვს, შენ რა იცი...  
ნაცარქეჩიამ აღარ დაბოლოებინა და წიხლი (სინ-გერი) პირდაპირ იქ... ფეხებზე ამოარტყა.  
დევი სიმწროსიან ჩაიკვცა ერთი ხელი იქ და იფარა, მეორე კი გაიშვიდა და უფრბა:  
- სად მირტყევა, აქ კ არა, ცხრა მოას იიტი სხვა კვერცხები მაქვს და იქ ვინახავი.



\*\*\*  
კახლებმა მიზი იაპონიაში გააგზავნეს კარატეს შესწავლად. ათი წლის შემდეგ მიზი დაბრუნდა სამშობლოში და ხალხი შეეცითხა:  
- მიზი, ამდენი წლის განმავლობაში რა ისწავლე?  
- რუსებსა ვლენგადი - უპასუხა მიზი.  
- ევ როგორ მიზი?  
- როგორა და შალიკოს ძალაყინი დაქეციბით და განახებთ.  
შალიკო ძალით გამოიყვანეს, ძალაყინი დაქეციბინეს ორივე ზღლი და მიზის წინ დააყენეს. მიზიმ შალიკოს ფეხები რაც შეიძლება განუე გააშუღევინა.  
- ევ "კიბა დარი", - უფრბა მიზიმ.  
გაუკანადა და მიელი ძალით ფეხებზეა ამოარტყა. შალიკომ თვალბი გადმოკარკლა,  
- აუუუ!!! - დაირბია და ძალაყინი მოლუნა.



## საქართველოს კარატე-დოს პროვნილი ფედერაცია

საქართველოს კარატე-დოს პროვნილი ფედერაცია თავის წევრთა ინტერესებს წარმოადგენს საკანონმდებლო ორგანოებში და ხელისუფლებაში. სპორტის დეპარტამენტში, საქართველოს ოლიმპიურ კომიტეტსა და საერთაშორისო სპორტულ ორგანიზაციებში. ქმნის სექციებს, კლუბებს, ტრადიციული კარატე-დოს ცენტრებს, ეხმარება მათ ორგანიზაციულ მეთოდოლოგიურ საქმიანობაში, არეგულირებს მათი მოღვაწეობის იურიდიულ მხარეს. ორგანიზებას უკეთებს სასწავლო-სააგესტაციო სემინარებს სპორტსმენთათვის სათანადო საერთაშორისო სერთიფიკატების გაცემით. ახორციელებს ინსტრუქტორთა და მსახურ მომზადებასა და ტრენინგირებას საერთაშორისო ფედერაციებში მიღებული ფორმების მიხედვით. ატარებს შოუ-ფესტივალებს და სპორტულ დღესასწაულებს. მათ ვინც დაინტერესდება ჩვენი ფედერაციის საქმიანობით გთხოვთ მოგვმართოთ შემდეგ მისამართზე:

**ქ. თბილისი, დიმიტრი უზნაძის ქ. №6, ბელ/ფაქსი: 96-31-89.**  
საქართველოს კარატე-დოს პროვნილი ფედერაციის ცენტრალური ოფისი

