

الأكاديمية اللبنانية للـ«وينغ شون» تنظم مؤتمراً حول فنّ اللعبة

للمرة الأولى في لبنان والشرق السيفو ديريك فونغ محاضراً في نادي الحكمة

حسن الخنساء

تأسست لعبة «الوينغ شون» في الصين قبل 300 سنة خلال عصر حكومة تشينغ في عهد الشاولين الشهير من قبل راهبة بوذية تدعى نغ مي، في هذا الوقت قامت الحكومة بالاعتداء على معبد الشاولين، ما أدى إلى هروب بعض كبار الكهنة والرهبان وكانت «نغ مي» أحد هؤلاء الرهبان الذين تمكنوا من الهرب، فأبكرت أسلوباً قتالياً جديداً كانت قد اكتشفته من قتال أقمعي تحمي نفسها من هجوم طائر الكركي أسمته «سيو نيم تاو».

لأنها كانت تشعر أن الموت قريب منها، كان لا بد لها أن تبحث عن شخص أمين تعلمه هذا الأسلوب ومن ثمّ تعرّفت على شايبة في العشرين من عمرها اسمها «يم وينغ تشون» وقد كانت تعلمت الكونغ فو واتقنته على يد والدها «يم يي» والذي كان يمتلك متجراً للتوفو آنذاك فقامت بتعليمها هذا الأسلوب «سيو نيم تاو» وكان هذا الأسلوب هو النواة التي منها بدأت «وينغ تشون» بتطوير أسلوبها القتالي حتى عرف الأسلوب بعد ذلك باسمها إلى وقتنا هذا.

تعمد لعبة «الوينغ شون» على خمسة مبادئ أساسية وهي:

اليساطة: تعتمد أساليب هذا الفن على حركات الجسم الطبيعية التي هي بسيطة وسهلة التطبيق. المباشرة: ضربات الـوينغ شون تأخذ المسار الأقصر والأكثر مباشرة إلى الهدف. التطبيق العملي: الـوينغ شون هو نظام الدفاع عن النفس الواقعي الذي يؤكد الكفاءة والتتوغل ولا تستخدم فيه الحركات الاستعراضية.

الحد الأدنى من استخدام القوة: نظام الـوينغ شون يسمح لذوي الأحجام الصغيرة في التغلب على المهاجمين الأكبر حجماً بسهولة أكبر وأقوى من خلال عدم اعتمادها على الحجم المادي أو القوة.

اقتصاد الحركة: يؤكد الـوينغ شون استخدام حركات فعالة لتحقيق نتائج أكثر فعالية - الحد الأدنى من الجهد للنتيجة القصوى.

السيفو ديريك فونغ

وللمرة الأولى في لبنان والشرق الأوسط سيعقد التلميذ الأول للفراند ماستر آيب مان السيفو ديريك فونغ مؤتمراً علمياً حول فن «الوينغ شون» في نادي الحكمة - الجديدة وذلك في تمام الساعة السابعة من مساء اليوم.

يعلم فونغ الذي تلقى علومه في هذا الفن من آيب مان مباشرة، فنون «الوينغ شون» اليوم في سيدني، لقد شارك الملقب بـ«الأيدي الضبّية» في العديد من المبارزات القتالية مع لاعبين كبار في فنون مختلفة واستطاع أن يهزم معظمهم، ويعتبر ديريك بعد 60 سنة من الخبرة من أفضل مدربي العالم في «الوينغ شون».

البناء



رياضتنا بين السياسة والتهميش

ابراهيم موسى وزنه*

إلى 300 والاتحادات إلى 10 فقط.

اقتراحات... لو تطوّق!

في ما خصّ عملية إنشاء الجمعيات الرياضية في المحافظات يتوجبّ عدم إصدار ترخيص ثانٍ في لعبة ما في ذات البلدة (تأمّلاً أن بعض البلديات يوجد فيها 3 أندية كرة قدم ومثّلها في كرة السلة)، كما يجب تنظيم التعاون ما بين وزارة الشباب والجمعيّات وفق القوانين المرعية، والعمل على وقف الرياضة والاتحادات للوقوف على حركة تشكيل الجمعيات وفق القوانين المرعية، والعمل على وقف التجاذب الحاصل على الرياضة المدرسية ما بين وزارتي التربية والشباب والرياضة، وأنّ الألوان تصبح حصّة الرياضة في المدرسة أساسية وليست هامشية ترفيحية، وصمّولاً إلى ضرورة تعامل الدولة مع الشأن الرياضي باهتمام زائد ورعاية حضارية.

وفي إطّلاله على حجم الموازنات التي كانت ترصدها الحكومات السابقة لوزارة الشباب والرياضة، فقد وصلت إلى 5 مليارات ليرة لبنانية أيام الوزير هوفانيان (2000. 2004)، ثمّ تراجت إلى ملياريّن مع الوزير فنتك (2005. 2006) حينها خصّصت لدعم الاتحادات من دون النظر إلى وضع الأندية، أما موازنة الوزير طلال أرسلان عام 2008 (ملياراً) فرصت للحصول على التمثيل المشرف في الألعاب الفركتوفونية، ومع الوزير فيصل كرامي (2011. 2014) رُفعت الموازنة إلى 10 مليارات فحصلت إنجازات عدّة على مستوى المنشآت واستضافة المسابقات وبقيت نتائجها متواضعة.

اختتاماً، يؤكّد أنّ إلغاء معاهد التربية الرياضية انعكس سلبيّاً على الرياضة المدرسية، ولإلغاء المعهد الوطني أضعفت المستويات الفنيّة في الألعاب الجماعية، كما أنّ موازنات الدولة المخصّصة للرياضة تدل على إصرار أصحاب القرار على تهميش الحركة الرياضية، وأنّ خضوع الحياة الرياضية برمتها للمأرب السياسيّة سيبيّقها بلا روح ومن دون نتائج إيجابية. . . .

* صحافي وناقد رياضي

صورة وخبر

مواجهة طائرة بين أركونادا ولارسن

الناظر إليها من خلال خيوطها البيضاء السوداء عبق القيمة الإنسانية المتأصلة ويلاصق أجوراً ضارية في قلب التاريخ. الصورة تعود للحارس الإسباني الطائر لويس أركونادا وهو يتواجه مع المهاجم الأندلسي برينين الكبار لارسن في لحظة نادرة ولحظة استثنائية في نصف نهائي بطولة أمم أوروبا لكرة القدم في 24 حزيران 1984 على ستاد جيرلان الفرنسي، ويومها فازت إسبانيا 5-4 بضربات الترجيح وبلغت النهائي.



إعداد: زينة حمزه عبد الخالق

عمودياً:

1. بلدة لبنانية
2. حاكم، كبير إلهة السومريين والآشوريين، بقرة برية
3. خاصتك، در، دولة إسلامية
4. عاصمة أميركية، حيوان قطبي
5. في العود، منازل
6. مدينة فلسطينية، أفنيا (هما)
7. نادي على، مدينة سعودية
8. صوت الحمام، رجع عن المعصية، ظهر من بعيد
9. يوافقك الرأي، ملكة صور الأسطورية
10. إسم موصل، الفاني، سنور
11. الذي يحب نفسه دون سواه، يارع
12. بشر، قصر في روما كان مقاما للباباوات مدة عشرة قرون

أفقياً:

1. طبيب بلجيكي راحل اكتشف جرائم الشهاق والخبثاق، جزيرة بريطانية
2. إسم ولايتين أميركيتين، إلهة الصيد عند الرومان
3. من كانت أسنانهم صغيرة ومتلاصقة، مدينة كولومبية، ركيزة
4. قروض، خطيب صوري اشتهر بخطابه الإقتحاحي في أفنيا
5. نستفسر منه، برهان
6. من شعوب أميركا الوسطى، تمنح
7. قرع الجرس، يطليا بالكوان، رفضت الأمر
8. أمة (بالجمع)، أرض مرتفعة
9. يحادث ليلاً، عاصمة أميركية
10. يعبر، تلال، حرف نصب
11. أودية، تصاهره
12. نوبخا، نسجته

Sudoku

Sudoku لعبة الأحاجي الفكرية، تقوم على ترتيب الأرقام في المربعات الفارغة، على أن يتم وضع الأرقام من 1 إلى 9 في جميع الخلايا المؤلفة من 81 خاتنة. يجب عدم تكرار الرقم عينه في نفس السطر أو العمود أو الجدول الصغير (3×3).

التبليغ

| | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | | | | | | | | | | | 1 |
| | | | | | | | | | | | 2 |
| | | | | | | | | | | | 3 |
| | | | | | | | | | | | 4 |
| | | | | | | | | | | | 5 |
| | | | | | | | | | | | 6 |
| | | | | | | | | | | | 7 |
| | | | | | | | | | | | 8 |
| | | | | | | | | | | | 9 |
| | | | | | | | | | | | 10 |
| | | | | | | | | | | | 11 |
| | | | | | | | | | | | 12 |

حلول العدد السابق

- حل الكلمات المتقاطعة:
 التنين (8) الـوطواط، حيفا (9) نا، قفل، تي (10) عن، لما، راسل
 11) البترون، لاي (12) لب، نقب، همنّا.
 عمودياً:
 1) روح الشرائع (2) واسط، التنين (8) الـوطواط، حيفا (9) نا، قفل، تي (10) عن، لما، راسل
 11) البترون، لاي (12) لب، نقب، همنّا.
 عمودياً:
 1) روح الشرائع (2) واسط، الـوطواط، حيفا (9) نا، قفل، تي (10) عن، لما، راسل
 11) البترون، لاي (12) لب، نقب، همنّا.
 عمودياً:
 1) روح الشرائع (2) واسط،

Cinema
A Walk Among the Tombstones
 فيلم تشويق بطولة ليام نيسون من اخراج سكوت فرانك. مدة العرض 113 دقيقة. (ABC)، كوتكورد، لاس ساليناس، سينما سيتي، سينمال).
Wolves
 فيلم رعب بطولة جاسون موموا من اخراج ايدف هايتز. مدة العرض 97 دقيقة. (غرانر كوتكورد، سيتي كومبلكس، ديونز، غالاكسي، فوكس).
Life of Crime
 فيلم دراما بطولة جنيفير انيستون من اخراج دنياال ستشيتشير. مدة العرض 98 دقيقة. (ABC)، كوتكورد، ابراج، سيتي كومبلكس، سينما سيتي، سينمال).
Before I Go to Sleep
 فيلم رعب بطولة نيكول كيدمان من اخراج روان جوف. مدة العرض 92 دقيقة. (ABC)، كوتكورد، لاس ساليناس، ابراج، سيتي كومبلكس، سينمال، فوكس).
No Good Dead
 فيلم رعب بطولة تاراج هينسون من اخراج سام ميلار. مدة العرض 85 دقيقة. (ABC)، سينما سيتي، ديونز، فوكس، سينمال).