

**AIKIDO  
PRAHA  
VINOHRADY**

## **VÝROČNÍ ZPRÁVA KLUBU ZA ROK 2024**







## OBSAH

Co přinesl rok 2024	5
Aikido Praha Vinohrady	7
Náš aikidistický rok 2024	8
Granty a finanční podpora	22
Poděkování členům klubu	24
Děkujeme našim partnerům	24
Shrnutí roku 2024 v číslech	26
Co chystáme na rok 2025?	27
Učitelé klubu	28
Přílohy	32



## CO PŘINESL ROK 2024

Vítejte ve výroční zprávě Aikido Praha Vinohrady za rok 2024. I letos byl náš klub plný života. Hodně jsme trénovali, cestovali na semináře zajímavých učitelů, setkávali se s přáteli na tatami i mimo něj...

Děti, mladí, dospělí všech úrovní pokročilosti se každý týden setkávají na tatami. A také rosteme: mladí aikidisté, kteří začali v mládežnických skupinách, dnes vedou samostatné tréninky nebo celé dětské skupiny. Začátečníci v teplákách se mění na pokročilé s hakamou a pokročilí získávají černé pásy. Dění v klubu je pestré, přátelské, proměnlivé, inspirativní. Velmi nás to baví.

Nově jsme se v roce 2024 pustili do mezinárodní publikační činnosti na platformě Substack. Pod názvem *Aikido: Art for Life* tam každý týden přidáváme nový článek související s učením aikida a jeho principy. Po půl roce od spuštění ho čtou tisíce lidí z celého světa.

Děkujeme všem, kteří jsou součástí této cesty. Na dalších stránkách se o našich aktivitách dočtete podrobněji.





## AIKIDO PRAHA VINOHRADY

Aikido Praha Vinohrady, z. s. od svého založení v roce 2007 podporuje a rozvíjí aikidó – fyzickou, duševní i duchovní disciplínu, vytvořenou Moriheiem Uešibou na základě různých tradičních japonských bojových umění a jeho vlastního duchovního poznání.

Klub zprostředkovává veřejnosti aikidó jako nástroj všestranného rozvoje:

- » organizuje a zabezpečuje pravidelné tréninky a další vzdělávání formou seminářů a školení,
- » organizuje a zabezpečuje vyučování disciplín souvisejících s aikidó, zejména takových, které svou náplní přesahují fyzický rámec a plní i širší výchovné cíle,
- » vytváří učební materiály pro potřeby své činnosti,
- » spolupracuje s jednotlivci a organizacemi v České republice i ve světě, které mají obdobné cíle, propaguje aikidó a související disciplíny.

Naší hlavní činností je výuka japonského bojového umění aikidó pro děti, mládež a dospělé, která probíhá formou pravidelných tréninků.

Vedle pravidelné výuky organizujeme víkendové semináře aikidó a týdenní letní školy. Společně se vydáváme na semináře i mimo Prahu a do zahraničí (převážně Slovensko, Německo, Švédsko, Francie a Japonsko) a pořádáme mnoho dalších aktivit pro členy klubu: společné výlety do přírody, kulturní, společenské i vzdělávací akce. Rozšiřujeme povědomí o aikidó veřejnými vystoupeními, ukázkovými hodinami a propagačními materiály.

Tréninky v klubu aktuálně vede 13 trenérů a 10 asistentů. Na trénincích dětí pomáhají hlavně asistenti z věkové kategorie „mládež“ – tímto způsobem v klubu postupně vychováváme další kandidáty na trenéry. Trenéři si rozšiřují svoji kvalifikaci na pravidelných školeních trenérů a dalších akcích.

Aikido Praha Vinohrady je zapsaný spolek a je členem České federace aikidó, která je uznaná centrálou světového aikidó Aikikai Hombu Dojo v Tokiu.



# NÁŠ AIKIDISTICKÝ ROK 2024

## Kolik lidí cvičilo

V průběhu roku 2024 cvičilo v klubu kolem 280 lidí – přibližně 170 dospělých (17+ let), 80 dětí (5–12 let) a 30 mladých (13–17 let). Aikidó u nás cvičí muži i ženy ve věkových kategoriích od předškoláků až po seniory.

## Pravidelné tréninky dospělých

Výuka pro dospělé probíhala v roce 2024 v rozsahu 11 hodin týdně. Jeden trénink byl věnován pokročilejším od technického stupně 4. kjú výše, ostatní tréninky, včetně pravidelných tréninků se zbraněmi, se mohli účastnit všichni členové bez rozdílu pokročilosti. Těchto tréninků se mohou účastnit i členové ze skupiny mládeže, což přispívá k překonávání generačních rozdílů. Tréninky probíhaly v Sokole Královské Vinohrady (Polská 1, Praha 2) a v Prostoru 8 (Šmilovského 8, Praha 2).

Ve zkrácené verzi tohoto rozvrhu se cvičilo i přes letní prázdniny: týdně 5 hodin na tatami a 1 hodina cvičení se zbraněmi venku.

Výuku zabezpečovali až na výjimky učitelé klubu Martin Švihla, Vanda Švihlová, Michal Roder, Jacques Joseph, Milada Bouzidi, Matouš Janů a Martin Gorčák.



*Aikido je úžasné a líbí se mi jak je to komplexní, není to jen o tom zvládat nějaké techniky. Člověk se učí vnímat své tělo, ale učí se vnímat i tělo člověka se kterým se učí, protože cvičíme, tak aby jsme se nějak nezranili.=) Prostředí je přátelské*

*a vzájemně si pomáháme. Třeba když mi něco nejde, tak mi vždy někdo rád poradí a řeknou mi co mám zlepšit nebo na co se více zaměřit apod.=)*

Tomáš V.



## Kurzy pro začátečníky

V roce 2024 proběhlo 5 běhů našeho tříměsíčního Základního kurzu aikida, který má za cíl poskytnout úplným začátečníkům ucelené základy aikida – nováčkové se v něm naučí základní pády, kroky a techniky, pracuje se v něm i s mečem.

V roce 2024 začal základní kurzy vést kromě Martina Švihly také Matouš Janů. Účastníci kurzů tak mají možnost zažít dva různé učitelské přístupy a jejich zkušenost z kurzu je o to bohatší.



*Absolvovala jsem kurz aikida pro začátečníky a chtěla bych pokračovat dále. Je to velmi příjemný prostor s otevřenými lidmi a skvělými učiteli. Původně jsem do kurzu přišla, protože jsem se chtěla naučit lépe koordinovat části těla mezi sebou, v prostoru, v interakci s jiným člověkem, a to se stále učím. Nejvíce se mi líbí pocit soustředěné práce na tatami, ten pocit, když se povede detail, který najednou zapadne do celku*

*ještě neuchopené techniky. Na začátku se zdá, že celý pohyb nejde napodobit, ale postupně se jako u sochaře objevují rysy figury, když tělo najednou ví, že se dostalo na správné místo. Je neuvěřitelné, kolik prostoru se otevírá v jednoduchém pohybu, který je pokaždé jiný.*

*Evgenia M.*



## Aikidó pro děti a mládež

Ve školním roce 2024/2025 jsme vedli 8 skupin aikida pro děti a mládež, ve kterých se cvičilo 13 hodin za týden. Tyto tréninky byly rozděleny do pěti věkových kategorií: tři skupiny nejmladších dětí (5–7 let), dvě skupiny mladších žáků (8–10 let), jedna skupina starších žáků (10–13 let) a dvě skupiny mládeže (13–15 a 15–17 let). V těchto skupinách cvičí přibližně 110 členů klubu. Tréninky dětí vedli Martin Švihla, Pavel Linhart, Eliška Pažitná, Milada Bouzidi, Jan Macháček, Klára Gregová, Anna Prokešová a Tatsuya Štemberk spolu se svými asistenty z řad mládeže. Během roku začali postupně samostatné učení v dětských a mládežnických skupinách přebírat i Jan Florian, Tereza Kozická, Vítek Kománek a Lenka Honzáková.

Pro děti a mládež pořádáme také velké a malé semináře, výlety, soustředění, přespávačky v dojo nebo brigády v přírodě – o některých budeme psát podrobněji níže.



*Kurz pro začátečníky mě překvapil po každé stránce. Svelý a profesionální tým trenérů v pěkném prostředí. Perfektně zvládnutá výuka*

*po teoretické i praktické stránce. Já i můj 6letý syn pokračujeme dál a těšíme se na každý trénink :)*

*Martin A.*



## Rozvoj učitelů

Velkou radost nám dělá generace mladých aikidistů, kteří u nás začínali v mládežnických skupinách, později pomáhali jako asistenti a dnes už postupně přebírají odpovědnost za samostatné vedení tréninků i celých skupin. Ve školním roce 2024/2025 rozšířili naši základnu učitelů dětí a mládeže Jan Florian, Tereza Kozická, Vítek Kománek a Lenka Honzáková. Je inspirující sledovat, jak rostou nejen technicky, ale i lidsky a jako učitelé.

Také v roce 2024 se učitelé a asistenti klubu pravidelně scházeli na schůzkách a speciálních trenérských trénincích. Tato setkání v rámci našeho klubu slouží k sdílení nových nápadů, k rozvíjení učitelských dovedností a kompetencí, udržení provázanosti jednotlivých skupin a stmelení kolektivu učitelů a asistentů.

Nesmíme zapomenout ani pravidelná školení trenérů organizovaná Českou federací aikidó. Díky nim mohou učitelé sdílet své zkušenosti i napříč různými kluby v České republice.



## Černé i bílé pásy

V roce 2024 získalo několik pokročilejších členů klubu vyšší technické stupně aikidistické světové centrály Aikikai: Iveta Antošová 1. dan, Anton Pavlov 1. dan, Jan Macháček 2. dan, Dmytro Hejko 2. dan.

Dalších 38 studentů úspěšně získalo další stupně kjú.

Všem gratulujeme k jejich zlepšení!



## Semináře a soustředění

V roce 2024 jsme zorganizovali více než třicet akcí – kromě tradičních mezinárodních seminářů organizovaných spolu s Českou federací aikidó a školení trenérů, také mezinárodní seminář pro děti a mládež, příměstské tábory, studijní cesty do zahraničí a různé klubové akce pro děti, mládež i dospělé. Pojdme se podívat do kalendáře na ty nejzajímavější z nich:

Leden: **cesta za cvičením do Berlína**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-berlin-osensei-tlacitko-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-berlin-osensei-tlacitko-2024/)

Duben: **mezinárodní seminář Jana Nevelia v Praze**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-jan-nevelius-praha-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-jan-nevelius-praha-2024/)

Květen: **30 let od prvního semináře Francka Noëla v Praze**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-franck-noel-30-let-praha/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-franck-noel-30-let-praha/)

Červen: **mezinárodní seminář Gastona Nicolessiho v Praze**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-gaston-nicolessi-praha-062024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-gaston-nicolessi-praha-062024/)

**zahraniční cesty za aikidem po Evropě: Barcelona, Lisabon, Londýn a Toulouse**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-cesty-barcelona-lisabon-londyn-toulouse-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-cesty-barcelona-lisabon-londyn-toulouse-2024/)

**dobrovolnická práce na vinogradě**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-aikidiste-dobrovolnictvi-vinograd-062024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-aikidiste-dobrovolnictvi-vinograd-062024/)

**Festival sportu pro Dvojku: Sto nebo dvě stě dětí? S přehledem!**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-sport-pro-praha-dva-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-sport-pro-praha-dva-2024/)



Červenec: **příměstské tábory aikidó**  
[www.aikidovinohrady.cz/primestske-tabory-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/primestske-tabory-2024/)

**cvičení na ostrově Oleron ve Francii**  
[www.aikidovinohrady.cz/letni-skola-oleron-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/letni-skola-oleron-2024/)

Srpen: **týdenní letní škola v Třešti**  
[www.aikidovinohrady.cz/tydenni-letni-skola-trest-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/tydenni-letni-skola-trest-2024/)

**soustředění mládeže na Vysočině**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-soustredeni-mladez-trest-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-soustredeni-mladez-trest-2024/)

**Aikido Summer Berlin**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-summer-berlin-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-summer-berlin-2024/)

Říjen: **ukázka aikida na japonských slavnostech Akimatsuri**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-japonske-slavnosti-akimatsuri-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-japonske-slavnosti-akimatsuri-2024/)

**národní seminář České federace aikidó**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-narodni-seminar-cfai/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-narodni-seminar-cfai/)

Listopad: **mezinárodní semináře pro děti a mládež – Aiki4Kids**  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-aiki4kids-mezinarodni-seminar-deti-mladez-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-aiki4kids-mezinarodni-seminar-deti-mladez-2024/)



Seminář s Miyamoto senseiem  
v Toulouse  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-miyamoto-toulouse-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-miyamoto-toulouse-2024/)

Prosinec: klubový seminář se Zdenkem Regulim  
a vánoční párty  
[www.aikidovinohrady.cz/en/aikido-zdenko-reguli-praha-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/en/aikido-zdenko-reguli-praha-2024/)



více o těchto akcích se dozvíte na našem blogu  
[www.aikidovinohrady.cz/aikido-foto-blog/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-foto-blog/)

## 30 let Franckových seminářů v Praze

V roce 2024 jsme oslavili 30 let od prvního semináře Francka Noëla v Praze. A jaká byla oslava? Samozřejmě se slavilo zejména cvičením. Dorazili aikidisté z celé České republiky i z celé Evropy. Společné posezení a párty byla v sobotu večer po cvičení.

[www.aikidovinohrady.cz/aikido-franck-noel-30-let-praha/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-franck-noel-30-let-praha/)



## Letní příměstské tábory

První dva týdny v červenci už tradičně patří našim příměstským aikidō táborům. Na tábor se můžou přihlásit děti z našich skupin, ale také děti, které aikidō nikdy předtím necvičily. A tato kombinace funguje překvapivě dobře. Na konci každého týdne je skupina na sebe krásně naladěná a spolupracuje, což bývá vidět na představeních pro rodiče, která se konají vždy poslední den tábora. Děti tak mají šanci rodičům ukázat, co se za celý týden naučily.

A nesmíme zapomenout, že příměstské tábory jsou i skvělá příležitost pro asistenty a učitele dětí. Každý týden se jich na táboře vystřídá celá řada a mají tak šanci získat intenzivnější učitelskou zkušenost.

[www.aikidovinohrady.cz/primestske-tabory-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/primestske-tabory-2024/)



## Týdenní letní škola v Třešti

Jako už tradičně, začátkem srpna se konala naše klubová letní škola v Třešti. Tento ročník se odlišoval tím, že jsme poprvé chodili cvičit aikidó do tělocvičny místní školy. Už nás začíná jezdit tolik, že jsme prostě potřebovali větší prostor na cvičení.

Toto nové uspořádání se osvědčilo. V tělocvičně jsme měli k dispozici vysoké, měkké žínky, které byly skvělé pro nácvik vysokých pádů. A také desetiminutová procházka z ubytování do tělocvičny před tréninkem byla skvělá šance naladit si hlavu na cvičení. A naopak po tréninku jsme si při procházce mohli nechat trénink v sobě usednout a přeladit se na společenský program letní školy. Určitě podobné uspořádání zopakujeme i v příštím roce.

[www.aikidovinohrady.cz/tydenni-letni-skola-trest-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/tydenni-letni-skola-trest-2024/)



## Aikido Summer Berlin

Aikido Summer Berlin už patří k pravidelným akcím v našem kalendáři. Na čtyři dny jedeme koncem srpna do Berlína, abychom si mohli zacvičit pod vedením osmi učitelů z celé Evropy. Tuto akci každoročně pořádají společně Kranich Dojo Krauzberg z Berlína, Dojo de la Roseaie z Toulouse, Vanadis Dojo ze Stockholmu a naše Aikido Praha Vinohrady.

[www.aikidovinohrady.cz/aikido-summer-berlin-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-summer-berlin-2024/)



## 140 dětí a 40 dospělých na jednom tatami: mezinárodní seminář pro děti a mládež

Již počtvrté jsme na Vinohradech zorganizovali tento velký mezinárodní seminář pro děti a mládež: Aiki4Kids.

Na akci cvičilo 140 dětí a mladých, 40 dospělých, kteří přišli z 20 klubů a 7 zemí. Připravili jsme 700 metrů čtverečních tatami pro 7 tréninků – některé rozdělené do 3 věkových skupin, jiné otevřené pro všechny, včetně rodičů. A jednu zvláštní ukázkou aikidó na závěr.

Žádná slova nedokážou skutečně vyjádřit atmosféru této akce; sílu celé skupiny, teenagery oddané dynamickému cvičení aikidó, malé děti jemně se dotýkající nebo nadšeně zápasící. A naši mladí aikidisté vytvořili skvělý organizační tým a postarali se, že všechno hladce plynulo. Je tolik aspektů toho, co se tu sobotu odehrálo.

[www.aikidovinohrady.cz/aikido-aiki4kids-mezi-narodni-seminar-deti-mladez-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-aiki4kids-mezi-narodni-seminar-deti-mladez-2024/)





## Akce pro mládež

V našem klubu dáváme velký důraz na práci s mládeží, protože je nám jasné, že tato skupina je důležitá pro budoucí rozvoj našeho klubu. A nejen jeho. Nenásilnou formou se je snažíme podporovat a pomáhat jim hledat jejich vlastní cestu. Pokud o to mají zájem, mohou:

- » asistovat na dětských trénincích, případně i samostatně převzít a vést dětské skupiny,
- » chodit na tréninky dospělých,
- » jezdit na zahraniční semináře za finanční podpory našeho klubu,

- » pomáhat s organizací aikidó seminářů,
- » vyrazit na akce speciálně určené jen pro mládež...

Snažíme se také poslouchat to, co nám mladí říkají. Na základě jejich požadavků a potřeb jsme proto v roce 2024 přidali do rozvrhu jednu hodinu tréninku pro mládež se zaměřením především na dynamické cvičení.

## Dobrovolnická práce na vinohradě

Podobně jako v roce 2023, i v roce 2024 se nám podařilo vyrazit do vinohradu. Kromě toho, že jsme vypleli necelé 4 řádky vinné révy, zbyl i čas na cvičení aikida s výhledem na krásné kopce kolem.

[www.aikidovinohrady.cz/aikido-aikidiste-dobrovolnictvi-vinohrad-062024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-aikidiste-dobrovolnictvi-vinohrad-062024/)



## Soustředění mládeže na Vysočině

V roce 2024 jsme zorganizovali letní školu určenou pro mladé v naší oblíbené Třešti. Díky možnosti využívat tělocvičnu byla plná cvičení aikida. Intenzivní fyzickou zátěž vyvažovali procházky do přírody, koupání v lomu, povídání v kavárně, hraní deskových her, opékání buřtů a spousta dalších příjemných činností. Výsledkem byla skvělá akce, kterou si všichni užili.

[www.aikidovinohrady.cz/aikido-soustredeni-mladez-trest-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/aikido-soustredeni-mladez-trest-2024/)



## Intenzivní letní škola ve Francii

Dva týdny cvičení, tréninky dvakrát denně, bydlení v kempu u oceánu a přátelé z celé Evropy – tak by se dala stručně popsat tradiční letní škola na ostrově Oleron ve Francii. Byl by to však suchopárny popis, který úplně opomněl neuvěřitelnou atmosféru společného bydlení v kempu, koupání v oceánu, ochutnávání delikates na místním trhu, tancování na párty, výlety do okolí a čas strávený s přáteli. V roce 2024 nás tam dorazilo 20 z našeho klubu. Mladí dokonce naplnili vlastní mikrobuse! A stali se tak senzací tohoto ročníku letní školy ;-).

[www.aikidovinohrady.cz/letni-skola-oleron-2024/](http://www.aikidovinohrady.cz/letni-skola-oleron-2024/)



## Semináře našich učitelů

Naši učitelé také vedou semináře v ČR a zahraničí. Martin byl jedním z učitelů na národním semináři České federace aikido v Brně, vedl národní školení trenérů v Praze a také seminář v Polné. Jako každý rok na jaře učil děti a dospělé ve francouzském Toulouse a pozvali ho do berlínského Kranich Dojo.

V uplynulém roce také Martin a Vanda vedli společně tréninky a semináře v Londýně (dvakrát), ve Frankfurtu a na Aikido Summer v Berlíně.



## Publikační činnost, veřejné ukázky a média

Nově jsme se v roce 2024 pustili do publikování článků na platformě Substack. Pod názvem *Aikido: Art for Life* každý čtvrtek vychází nový text k tématům jako je učení aikida, učení dětí a mládeže, aikidó principů a fungování doja. A proč jsou články v angličtině? Snahou je otevřít prostor pro sdílení nápadů a zkušeností napříč mezinárodní aikidó komunitou. Půl roku fungování ukazuje, že texty přináší užitečný obsah. Každý článek si přečte 500 až 1 000 čtenářů z celého světa.

I v roce 2024 jsme pokračovali v publikační činnosti. Dokončili jsme krásnou příručku pro začátečníky, naše série článků o aikidu vyšla v časopise *Bojová umění* a dále jsme se věnovali překladům textů Francka Noëla. Máme radost, že se nám daří sdílet aikidó nejen na tatami, ale i prostřednictvím textu a oslovit tak širší okruh lidí, kterým je naše cesta blízká.

Už tradičně připravujeme ukázkou aikidó pro japonské podzimní slavnosti Akimatsuri. Nejinak tomu bylo i v roce 2024. Festival je plný japonské kultury a japonského jídla. Máme ho moc rádi a nechceme na něm chybět.

Také se pravidelně účastníme Festivalu sportu pro Dvojku, který pořádá Městská část Praha 2. V roce 2024 zvládli Martin s Tačanem čtyři minitréninky pro děti od šesti do třinácti let. A to vše během tří hodin. Dokonce se stali hvězdami reportáže z celé akce. Můžete se na ně podívat.





## GRANTY A FINANČNÍ PODPORA

Velmi si vážíme finanční podpory, kterou nám v roce 2024 poskytly Městská část Praha 2, Magistrát hlavního města Prahy a Národní sportovní agentura v programu Můj klub. Také děkujeme České federaci aikidó za podporu seminářů.

Děkujeme všem výše uvedeným za pravidelnou, každoroční finanční podporu. V roce 2024 jsme díky nim získali 161 000 Kč z grantové podpory.

V roce 2024 jsme rozběhli vánoční fundraisingovou kampaň Tvoříme budoucnost aikida (a společnosti) přes portál [Darujme.cz](https://www.darujme.cz). Podařilo se vybrat krásných 120 000 Kč, a to zejména díky finanční podpoře našich členů a přátel. Všem, kteří v kampani přispěli, ze srdce děkujeme za finanční prostředky, které nám umožní podporovat naše mladé aikidisty.

Ještě jednou mockrát děkujeme všem našim partnerům a dárcům za podporu a celoroční spolupráci!



podpořte prosím naši práci s mládeží v roce 2025  
[www.darujme.cz/projekt/1209162](https://www.darujme.cz/projekt/1209162)



## PODĚKOVÁNÍ ČLENŮM KLUBU

Milí aikidó kamarádi a přátelé, DĚKUJEME vám za všechny čas, energii i pozornost, kterou věnujete našemu klubu i aikidu. Je neuvěřitelné, kolik různých talentů, dovedností a znalostí náš klub zastřešuje. Ať už se podílíte na fungování klubu nebo jen chodíte na tréninky, díky patří opravdu vám VŠEM!

## DĚKUJEME NAŠIM PARTNERŮM

Aikido Praha Vinohrady, z.s. spolupracuje zejména s těmito organizacemi:



Česká federace aikidó, z.s. – zastřešuje náš klub po technické stránce, garantuje zkoušky technické vyspělosti a spolupracuje s námi při organizaci mezinárodních seminářů.

Více na [www.cfai.cz](http://www.cfai.cz)



Rada dětí a mládeže hlavního města Prahy – nám nabízí spoustu inspirace pro práci s dětmi a mládeží a také zabezpečuje pojištění našich aktivit.

Více na [rdmp.cz](http://rdmp.cz)



Magistrát hlavního města Praha – podpořil nás v rámci programu na podporu sportu a tělovýchovy.

Více na [www.praha.eu](http://www.praha.eu)



MĚSTSKÁ ČÁST  
PRAHA 2

Městská část Praha 2 – nás finančně podpořila v rámci grantového programu pro oblast sportu.

Více na [www.praha2.cz](http://www.praha2.cz)



NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA

Národní sportovní agentura ČR – podpora  
v rámci grantového programu Můj klub.  
Více na [agenturasport.cz](http://agenturasport.cz)



DARUJME.CZ

Darujme.cz – provozuje darovací portál, na kterém vytváříme naši fundraisingovou kampaň na podporu tréninků mládeže.  
Více na [www.darujme.cz](http://www.darujme.cz)



Tozando – je společnost, která dodává hakamy a další vybavení pro aikidó a jiné bojové sporty.  
Více na [aikido.tozando.fr](http://aikido.tozando.fr)



T-shock, s. r. o. – je e-shop, přes který je možné objednat trička a mikiny aikidó a Aikido Praha Vinohrady.  
Více na [aikido.t-shock.eu/cs/](http://aikido.t-shock.eu/cs/)

Již tradičně dobré vztahy máme s **T. J. Sokol Praha Královské Vinohrady**, v jehož areálu cvičíme. Spolupracujeme také se **Sokolským domem v Třešti** u Jihlavy.

V roce 2024 jsme udržovali přátelské vztahy a vyměňovali si inspiraci s mnohými aikidó kluby u nás i v zahraničí a také s několika kluby jiných bojových umění. Jmenovat bychom mohli **Dojo de la Roseraie** ve Francii, kluby **Iyasaka** a **Vanadis** ve Švédsku, **Kranich Dojo** v Německu, **Aikido Akadémiu** ze Slovenska, **Kagami Dojo** na Ukrajině.

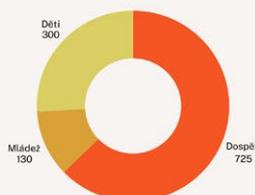
Všem těmto organizacím, přátelům i dalším partnerům děkujeme za jejich pomoc a podporu.

# SHRnutí ROKU 2024 V ČÍSLECH



**280  
ČLENŮ**

170 dospělých (17+ let)  
30 mladých (13-17 let)  
80 dětí (5-12 let)



**1180  
HODIN  
TRÉNINKŮ**

Pro dospělé, mládež a děti

## TRÉNINKY VEDE

**13 UČITELŮ + 10 ASISTENTŮ**

Asistenti na dětských trénincích jsou hlavně aikidisté ze skupin mládeže, kteří touto prací získávají zkušenosti, sebevědomí a rostou z nich odpovědní a kompetentní dospělí.

## NAŠE AKCE: 820 ÚČASTNÍKŮ A 60 DNÍ CVIČENÍ

**30+ SEMINÁŘŮ A AKCÍ**

6x mezinárodní seminář / 4x soustředění pro děti a mládež  
1x klubový seminář / 1x letní škola / 2x letní příměstský tábor  
4x studijní cesta do zahraničí / vzdělávání a setkání trenérů  
+ 2 veřejné ukázky + přespávačky + společné akce  
+ **80 človeko-dní dobrovolnické práce**

Články, fotky a videa za rok 2024 na  
[WWW.AIKIDOVINOHRADY.CZ](http://WWW.AIKIDOVINOHRADY.CZ)

## Naši partneři



NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA



MĚSTSKÁ ČÁST  
PRAHA 2



DARUJME.CZ



ČFAI  
ČESKÁ FEDERACE  
AIKIDO OF AIKIDO

## CO CHYSTÁME NA ROK 2025?

Kromě pravidelného cvičení a organizace akcí, plánujeme v roce 2025 rozvíjet naši publikační činnost a pokračovat ve vydávání elektronických i tištěných textů o aikidu. Zejména chceme rozvíjet budování mezinárodní aikidó komunity prostřednictvím článků na platformě Substack a podporovat tak propojování a sdílení zkušeností a dovedností napříč světem.

A zejména se těšíme na společné tréninky, kde se v tichu i pohybu něco děje, a na všechny ty malé i velké momenty, které z aikida dělají něco víc než jen sport.



## UČITELÉ KLUBU



Ing. Martin Švihla, PhD.

**5. dan Aikikai, trenér aikidó 1. třídy**

Bojová umění cvičí od roku 1988, aikidó od roku 1995. Kolem roku 1997 začal učit aikidó pro děti i dospělé. Krátce poté dokončil trenérské studium na FTVŠ Univerzity Komenského v Bratislavě závěrečnou prací o výchově dětí pomocí aikidó. Absolvoval také tříleté studium japonské masáže shiatsu. V roce 2007 získal doktorát z Informatiky a výpočetní techniky na ČVUT v Praze. V současnosti vede Aikido Praha Vinohrady, učí aikidó, lektoruje semináře osobního rozvoje a firemního vzdělávání, je spoluzakladatelem centra pro osobní rozvoj Prostor 8 a pracuje na několika vzdělávacích projektech. V České federaci aikidó je zodpovědný za mezinárodní vztahy a komunikuje s centrálou světového aikidó Aikikai Hombu Dojo.



Mgr. Vanda Švihlová, **4. dan Aikikai, trenérka 3. třídy**

Aikidó cvičí od roku 1997, má zkušenosti i z jiných pohybových technik a prací s hlasem. Vystudovala historii a hlouběji se zajímá také o gastronomii. V minulosti byla majitelkou kavárny Bistro Zahrada (2008–2018) na pražských Vinohradech, v současnosti vede multifunkční Prostor 8 a lesní školku Živé děti.



Bc. Michal Roder, **4. dan Aikikai, trenér aikidó 3. třídy**

Začal cvičit aikidó v roce 1997 a v roce 2022 získal čtvrtý dan. V současnosti pravidelně vede jeden večerní trénink. Vystudoval Matematicko-fyzikální fakultu Univerzity Karlovy se specializací na umělou inteligenci a mimo jiné se zajímá i o fotografování.



Mgr. Jacques Joseph, PhD., **2. dan Aikikai, trenér 3. třídy**

S aikidem začal v roce 2011 a cvičení pro něj představuje v první řadě radost. Radost z pohybu a z tělesného rozvoje, radost z kontaktu a sdílení s druhými, radost z bytí tady a teď i radost z harmonie se sebou samým i s vnějším světem. Učit dospělé začal v roce 2019 a tato práce mu stále umožňuje objevovat nové horizonty.



**Ing. Milada Bouzidi, 2. dan Aikikai, trenérka aikidó 3. třídy**

Cvičí přibližně od roku 2003. Na aikidu ji přitahuje myšlenka seberozvoje a skutečnost, že v něm není žádná soutěživost. Díky aikidu poznala úžasné lidi z celého světa. Jako učitelka jazyků pracuje s dětmi už delší dobu, aikidó pro děti učí od roku 2018. Dětská bezprostřednost, hravost a divokost je pro ni výzva i radost. Vede skupinu dětí 8–10 let.



**Ing. Pavel Linhart, 2. dan Aikikai, trenér aikidó 3. třídy**

Aikidó začal cvičit v roce 2008. Na cvičení ho nejvíce baví neustálé objevování nových možností a směrů rozvoje. Vystudoval optiku a nanostruktury na ČVUT v Praze a nadále se zajímá o přírodní vědy. Na vedení tréninků si mimo jiné velmi užívá inspiraci, přicházející od ostatních studentů. Od roku 2019 vede tréninky mládeže.



**Jan Macháček, 2. dan Aikikai, trenér aikidó 3. třídy**

Aikidó začal cvičit v roce 2015 a nejvíce ho na něm baví vytvářet společně s partnerem smysluplný a přirozený pohyb. S dětskými tréninky v našem klubu pomáhá od roku 2019 a od roku 2021 vede skupinu dětí ve věku 10–13 let. Na cvičení s dětmi ho inspiruje energie, se kterou se děti vždy vrhnou do cvičení.



**Mgr. Matouš Janů, 2. dan Aikikai, trenér aikidó 3. třídy**

Aikidó cvičí od roku 2003. Nepřestává ho udivovat, kolik vrstev a rozměrů v cvičení nachází a co nového každým dalším rokem objeví. Cvičení i učení aikidó ho pak přirozeně rozvíjí v běžném životě, včetně zaměstnání středoškolského učitele.



**Tatsuya Štemberk, 2. kjú, trenér aikidó 3. třídy**

Aikido cvičí od roku 2021. Vystudoval stavební průmyslovku Dušní a teď se chystá studovat na ČVUT. Líbí se mu způsob jakým se propojují různé věkové kategorie skrze aikido. Aikido mu rozšiřuje pohybové schopnosti a díky tomu si oblíbil padání a lítání :-).



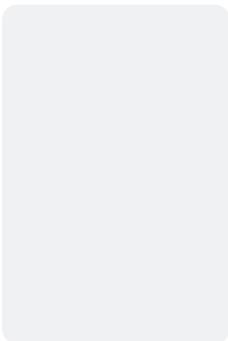
**Anna Prokešová, 2. kjú, trenérka aikidó 3. třídy**

Aikido začala cvičit v roce 2019. Nejvíce se jí na něm líbí, že to je umění. Mentálně i fyzicky ji rozvíjí a pomáhá jí lépe chápat sebe, ostatní a fungování těla. Od roku 2022 vede dětskou skupinu. Učení dětí jí přináší radost, inspiraci i osobní výzvu.



**Klára Gregorová, 3. kjú, trenérka aikidó 3. třídy**

S aikidem začala v roce 2019. Ráda při něm poznává nové lidi, nové kouty světa a především různorodé možnosti pohybu, které aikidó nabízí. Svůj volný čas vyplňuje cestováním a jógou. V roce 2021 se stala trenérkou dětí na aikidu. Ve svých hodinách si hraje s dynamikou a je pro ní důležité, aby byl každý trénink naplněný zábavou.



**Ing. Martin Gorčák, Ph.D., 3. dan Aikikai, trenér 3. třídy**



## Příloha k účetní závěrce

dle § 29 a 30 Vyhlášky č. 504/2002 Sb. Kterou se upravují některá ustanovení zákona č. 563/1991 Sb., o účetnictví, ve znění pozdějších předpisů, pro účetní jednotky, u kterých hlavním předmětem činnosti není podnikání, pokud účtují v soustavě podvojného účetnictví.

### **Název subjektu: Aikido Praha Vinohrady**

Sídlo: Šmilovského 1437/8

Právní forma: z.s.

IČ: 226 89 338

**Poslání a účel spolku:** *rozvoj a podpora aikidó které je fyzickou, duševní i duchovní disciplínou, vytvořenou Moriheiem Uešibou z různých tradičních japonských bojových umění a jeho vlastního duchovního poznání*

### **Hlavní činnost spolku:**

- a) organizace a zabezpečování tréninku a vzdělávání v aikidó formou pravidelných tréninků a seminářů pro děti, mládež i dospělé,*
- b) organizace a zabezpečování vyučování disciplín, které souvisejí s aikidó, zejména takové, které svojí náplní přesahují fyzický rámec a plní i širší výchovné cíle,*
- c) pořádání sportovních a jiných volnočasových aktivit pro děti, mládež a dospělé,*
- d) pořádání kulturních a vzdělávacích akcí,*
- e) výchova ke zdravému a udržitelnému životnímu stylu a péči o životní prostředí,*
- f) prevence vzniku závislostí, kriminality a jiných sociálně-patologických jevů,*
- g) podpora dětí a mládeže ze znevýhodněných skupin obyvatel,*
- h) vytváření výukových materiálů,*
- i) propagace aikidó a souvisejících disciplín, zejména prostřednictvím ukázek, přednášek nebo propagačních materiálů,*
- j) vytváření a poskytování materiální a technické podpory pro výše uvedené činnosti,*
- k) spolupráce s jednotlivci a organizacemi v České republice i ve světě, které mají obdobný účel a cíle činnosti*

**Hospodářská činnost spolku:** *pořádání seminářů aikido, prodej oblečení a pomůcek na cvičení*

**Účetní závěrka ke dni: 31. 12. 2023**

### **Důležité informace o spolku**

Spolek byl založen: 2. 1. 2008

Nejvyšší orgán spolku: *čestný předseda*

Účetní období: 1. 1. – 31. 12.

Způsob zpracování účetních záznamů: jednoduché účetnictví vedené v účetním programu

Pohoda

Výsledek hospodaření resp. rozdíl mezi příjmy a výdaji: 168.919

Podíl spolku v jiné právnické osobě: *ne*

**Závazky spolku:**

Finanční úřad: 2.970,- (splatnost do 31. 1. 2025)  
Česká správa sociálního zabezpečení: 0,-  
Další subjekty: 46.530,- (mzdy za 12/24, splatnost do 20. 1. 2025)

Použitý kurz pro přepočítání cizí měny: *aktuální kurz dle ČNB*

Změna účetních metod (např. přechod z jednoduchého na podvojný účetnictví): *ne*

Místo úschovy účetních záznamů: *Šmilovského 1437/8, Praha 2*

Vlastnictví cenných papírů a jejich výše (např. akcie, dluhopisy...): *ne*

**Majetek spolku:**

Soupis dlouhodobého majetku: 0,-  
Způsob stanovení hodnoty (např. znalecký posudek, kalkulace aktuální hodnoty podobného majetku na trhu): *kupní cena včetně vedlejších pořizovacích nákladů*  
Výnosy z majetku: 0,-

**Výsledek hospodaření resp. rozdíl mezi příjmy a výdaji:**

- v hlavní činnosti:	-32.273,48
- v hospodářské činnosti:	37.759,66
- pro účely daně z příjmů:	60.172,66

**Zaměstnanci spolku:**

Počet zaměstnanců: 7  
Mzdové náklady: 348.674,-  
Náklady na sociální pojištění: 0,-  
Náklady na zdravotní pojištění: 0,-  
Počet uzavřených dohod o provedení práce či dohod o pracovní činnosti: 7  
Daňová povinnost za toto období: 0,-  
Daňová povinnost za předchozí období: 0,-

Podpis oprávněné osoby: Ing. Martin Švihla  
*čestný předseda*

## Přehled o příjmech a výdajích

Přehled o příjmech a výdajích  
podle Přílohy č. 1  
vyhlášky č. 325/2015 Sb.

ke dni **31.12.2024**  
(v celých tisících)

Název a sídlo účetní jednotky  
Aikido Praha Vinohrady z. s.  
Šmilovského 1437/8  
Praha 2  
120 00

IČ 22689338

Označení položky	A. Příjmy	Činnost v běžném úč. období		Činnost v minulém úč. období	
		Hlavní	Hospodářská	Hlavní	Hospodářská
01	Prodej zboží	0	54	0	52
02	Prodej výrobků a služeb	0	310	0	444
03	Příjmy z veřejných sbírek	0	0	0	0
04	Přijaté peněžní dary mimo veřejné sbírky	135	0	101	0
05	Přijaté členské příspěvky	1 761	0	1 541	0
06	Dotace a příspěvky přijaté z veřejných rozpočtů	161	0	125	0
07	Ostatní	8	0	0	0
08	Průběžné položky	957	0	219	0
09	Kursově rozdíly	0	0	0	0
<b>10</b>	<b>Příjmy celkem</b>	<b>3 022</b>	<b>364</b>	<b>1 986</b>	<b>496</b>
Označení položky	B. Výdaje	Činnost v běžném úč. období		Činnost v minulém úč. období	
		Hlavní	Hospodářská	Hlavní	Hospodářská
01	Dlouhodobý nehmotný a hmotný majetek	0	0	0	0
02	Materiál	0	0	12	0
03	Zboží	0	117	0	44
04	Služby	0	0	0	0
05	Mzdy	337	0	336	0
06	Pojistné za zaměstnance a zaměstnavatele	0	0	0	0
07	Ostatní osobní výdaje	0	0	0	0
08	Ostatní	1 579	228	1 425	340
09	Průběžné položky	957	0	219	0
10	Kursově rozdíly	0	0	0	0
<b>11</b>	<b>Výdaje celkem</b>	<b>2 873</b>	<b>345</b>	<b>1 992</b>	<b>384</b>
<b>99</b>	<b>Rozdíl příjmů a výdajů</b>	<b>149</b>	<b>19</b>	<b>-6</b>	<b>112</b>

Sestaveno dne: 19.04.2025	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový vzor fyzické osoby, která je účetní jednotkou
Právní forma účetní jednotky z. s.	Předmět podnikání podpora a rozvoj aikido
Pozn.:	

## Přehled o majetku a závazcích

Přehled o majetku a závazcích  
podle Přílohy č. 2  
vyhlášky č. 325/2015 Sb.

**ke dni 31.12.2024**  
(v celých tisících)

Název a sídlo účetní jednotky  
Aikido Praha Vinohrady z. s.  
Šmilovského 1437/8  
Praha 2  
120 00

IČ 22689338

Označení položky	A. Majetek	Stav k rozvahovému dni běžného účetního období	Stav k rozvahovému dni minulého účetního období
01	Dlouhodobý nehmotný majetek	0	0
02	Dlouhodobý hmotný majetek	0	0
03	Finanční majetek	0	0
04	Peněžní prostředky v hotovosti a ceniny	124	26
05	Peněžní prostředky na bankovních účtech	1 125	1 054
06	Zásoby	0	0
07	Pohledávky	0	0
08	Úvěry a zápůjčky poskytnuté	0	0
09	Ostatní majetek	0	0
<b>10</b>	<b>Majetek celkem</b>	<b>1 249</b>	<b>1 080</b>
Označení položky	B. Závazky	Stav k rozvahovému dni běžného účetního období	Stav k rozvahovému dni minulého účetního období
01	Závazky	33	18
02	Úvěry a zápůjčky přijaté	0	0
<b>03</b>	<b>Závazky celkem</b>	<b>33</b>	<b>18</b>
<b>99</b>	<b>Rozdíl majetku a závazků</b>	<b>1 216</b>	<b>1 062</b>

Sestaveno dne: 19.04.2025		Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový vzor fyzické osoby, která je účetní jednotkou
Právní forma účetní jednotky z. s.	Předmět podnikání podpora a rozvoj aikido	Pozn.:



#### **Webové stránky**

[www.aikidovinohrady.cz](http://www.aikidovinohrady.cz)

#### **Facebook**

[www.facebook.com/aikidovinohrady](https://www.facebook.com/aikidovinohrady)

#### **Instagram**

[www.instagram.com/aikidovinohrady](https://www.instagram.com/aikidovinohrady)

#### **Youtube**

[www.youtube.com/user/aikidovinohrady](https://www.youtube.com/user/aikidovinohrady)

#### **Místa cvičení Aikido Praha Vinohrady**

T. J. Sokol Praha Královské Vinohrady  
Polská 1a/2400 (Riegrový sady)  
120 00 Praha 2

Prostor 8  
Šmilovského 8  
120 00 Praha 2

#### **Kontakt pro informace**

Martin Švihla  
mobil: +420 737 848 627  
e-mail: [info@aikidovinohrady.cz](mailto:info@aikidovinohrady.cz)



#### **Aikido Praha Vinohrady, z.s.**

Šmilovského 8  
120 00 Praha 2  
IČ: 22689338