



# SON DÖNEMİN UZAKDOĞU SPORU WING TSUN

ÖZELLİKLE SON GÜNLERDE WING TSUN SAVUNMA SANATINA  
İLGİ İYİCE YOĞUNLAŞTI.

BİZ DE BU KONUNUN ÜSTATLARINDAN, PROFESYONEL EĞİTİMCİ  
**KORKMAZ ŞİMŞEK**'E WING TSUN'U VE ÇALIŞMALARINI SORDUK...

**W**ing Tsun günümüzün en gözde savunma sanatlarından biri... Sayın hocam siz başladığınızda da bu kadar biliniyor muydu?  
**Korkmaz Şimşek:** Ben 1989'da Wing Tsun'a başladığımda kimse tarafından bilinmiyordu, ilklerdenim. Fakat yaşadığımız bu dönemde artık Wing Tsun'u herkes biliyor. Türkiye'de birçok Wing Tsun Okulu'nun eğitmeni benim öğrencimdir.

**Size hocam diyorum ama sizin disiplininizde nasıl hitap ediliyor?**

**K.Ş:** Tabii ki diyebilirsiniz. Wing Tsun sisteminde unvan olarak "Sifu" diyebilirsiniz. Wing Tsun bir aile sistemi olduğundan nasıl ki baba, ailede kutsal bir fertse "Sifu" da sistem içerisinde aynı saygınlığa sahip baba anlamını taşımaktadır. Yalnız şöyle bir durum söz konusu; benim organizasyonumdada "Sifu" unvanı alan kişiler olduğunda ki var, ben o zaman "Dai Sifu" oluyorum.

**Sifu; Wing Tsun yapan kişiler için bir genelleme yapacak olursak, amaç nedir?**

**K.Ş:** Bu amaç, kişiden kişiye değişiyor. Bazıları sadece dışarıda yürürken saldırıya uğramaktan korktuklarından kişisel savunma öğrenebilmek için Wing Tsun yapıyor. Bazıları fazla yağlarından kurtulmak istiyor ama sıkıcı aletlerle çalışmak yerine hem grup olarak çalışma fırsatı bulduğundan hem de bir sanat öğrenme şansı yakaladığından Wing Tsun yapmakta...



BİZİM ÖĞRENCİLERİMİZ BU İŞİN FELSEFESİNİ DERİNLEMESİNE ARAŞTIRMIŞ, KAVRAMIŞ VE SON DERECE ELİT KİMSELERDEN OLUŞUYOR

**Wing Tsun fit bir vücuda kavuşma amacıyla spor olarak da yapılabilecek bir sistem midir?**

**K.Ş:** Tabii ki Wing Tsun bir savunma sistemi, bir sanat olduğu gibi aynı zamanda da kişiye çok iyi kondüsyon sağlayan muhteşem bir antrenmandır. Antrenmanlar grup halinde çalışıldığında ortalama 1,5 saat sürmekte ve bu süre içerisinde kişi 1000 ile 1500 kalori arasında enerji harcamaktadır. Bu da kişinin daha fazla yağ yakmasına neden olur. Antrenmanlarda durağan halden aniden patlayıcı çalışmalara geçmek, kişinin metabolizmasını hızlandırdığı gibi kişiye çeviklik kazandırır.

**Peki Sifu; örneğin ben şimdi Wing Tsun'a sizin okullarınızdan birinde başlamış olsam, kaç ayda kendimi herhangi bir saldırıya karşı koruyabilirim?**

**K.Ş:** Bu sizin çalışma yeteneğinize göre üç ila altı ay arasında değişir. Lakin bu dönem içerisinde sadece kendinizi savunmayı öğrenirsiniz. Fakat size dışarıda olabilecek saldırılara karşı bir başarı garantisi veremem. Profesyonelleşmek ve gerçekten rahat savunma yapmak isterseniz bize kendinizi bir yıldan uzun süre emanet etmeniz gerekir.

**Benim sizin gibi bir spor geçmişim ya da adalelerim yok. Öğrenirken zorluk çeker miyim?**

**K.Ş:** Wing Tsun sistemi bir bayan tarafından bulunmuş ve tarihte "gücsüzün güçlüye şansı" olarak

nitelendirilmiştir. Böyle bir sistem içerisinde savunma, saldırılara karşı yapılan atakla mümkündür. Bu atağın özelliği ise rakibin gücünü boşa çıkardıktan sonra yapılmasıdır. Yani siz küçük bir çocuk ya da yaş olarak ilerlemiş, hareket kabiliyeti açısından gerilemiş bir kişi dahi olsanız; rahatlıkla bay ya da bayan hiç farketmez, Wing Tsun yapabilirsiniz.

**Wing Tsun bayanlar tarafından tercih ediliyor mu?**

**K.Ş:** Hem okulumuzda hem de ders verdiğimiz üniversitelerde bayanlar tarafından oldukça ilgi görüyor. Maalesef son yıllarda Uzak Doğu sporlarına yönelik farklı bir izlenim var. Sanki bu spor kendini kanıtlayamadığı için insanlar tarafından yapılmıyormuş gibi düşünülüyor. Oysa ki bizim öğrencilerimiz bu işin felsefesini derinlemesine araştırmış, kavramış ve son derece elit kimselerden oluşuyor.

**Derslerde sakatlanma riski nedir?**

**K.Ş:** Derslerde sakatlanma riski yok denecek kadar azdır. Yani Wing Tsun öğrenirken sakatlanma riskiniz, futbol oynarken sakatlanma riskinizden daha düşüktür. Bu Wing Tsun'da yirminci yılım. Henüz gördüğüm sakatlık sayısı; bir elin parmağını geçmez ve bunlar da öyle çok ciddi sakatlıklar değildi.

**Siz, kişiler dışında çeşitli kurumlarla da çalışıyorsunuz. Bundan bahsedebilir misiniz?**

**K.Ş:** Evet, özel kurum ve kuruluşlara da dersler, seminerler veriyorum. Ayrıca bir dönem Gülhane Askeri Tıp Akademisi'nde yakın savunma derslerine girdim. Şu anda ise Polis Akademisi'nde yetiştiğim öğrenciler eğitim vermekte. Aynı zamanda Emniyet Genel Müdürlüğü bünyesinde bazı sivil şubelere yakın savunma ve toplumsal olaylara



müdahale üzerine eğitim vermekteyim.

**Bizi koruyan insanlara; askerlere, polislere ve VIP güvenlik personeline yakın savunma eğitimi veriyorsunuz...**

**K.Ş:** Evet, bizim IKWTS - International Korkmaz Şimşek Wing Tsun Style adında bir organizasyonumuz var bu organizasyon çatısı altında sistematik olarak yakın savunma eğitimleri vermekteyiz. Askerler, polisler ve özel eğitilmiş güvenlik personeli için uyguladığımız kısa dönemli programlarımız var. Bu çalışma programlarını dönemsel olarak seminerler halinde kurumların kendi bünyesinde eğitim vererek onları özel olarak yetiştiriyorum.

**Eğitim verirken felsefesini de öğretiyorsunuz sanırım...**

**K.Ş:** Elbette! Mesela suçluyu yakalarken ona zarar vermeden yakalamak, onu hırpalamadan sakatlamadan taşıyabilmek gibi. Eğer çok zor durumdalarsa etkili darp ve savunma yöntemleri üzerine ayrıntılı verdiğimiz eğitimden de faydalanıyorlar.

**Silahlı savunma eğitimi yani sopa, bıçak gibi aletlerle de savunma öğretiyor musunuz?**

**K.Ş:** IKEWS - International Korkmaz Şimşek Escrima Weapon Style çatısı altında öğretmekteyiz fakat onun eğitimi Wing Tsun antrenmanları harici ekstra IKEWS antrenmanlarına katılım gerektiriyor.

**Peki, Wing Tsun eğitimi şu an yaygın mıdır?**

**K.Ş:** Evet, Sifu Sönmez'in Ankara'da birçok yerde dersleri ve yüzlerce öğrencisi var. Başkent Üniversitesi'nde, TOBB Üniversitesi'nde Çayyolu'ndaki okulumuzda ve Kızılay'daki spor salonumuzda birçok grubumuz ve özel ders öğrencilerimiz bulunuyor.

**Kızılay'daki spor salonunuzda daha kapsamlı çalışmalar var, değil mi?**

**K.Ş:** Wing Tsun ve IKEWS - Escrima başta olmak üzere fitness, aerobic ve body building üzerine profesyonel eğitim vermekteyiz.

**Wing Tsun'da derecelendirme nasıl oluyor? Karatedeki gibi kuşaklar mı var?**

**K.Ş:** Wing Tsun'da 1'den 12'ye kadar öğrenci derecesi var. Belirli zamanlar içerisinde Türkiye genelinde seminerler düzenliyoruz. Bu seminerlerde herkes kendi programından sınava tabi tutuluyor ve sınavda başarılı olan kişiler bir üst seviyeye geçme şansına sahip oluyorlar. ■

**Korkmaz Şimşek Spor Merkezi**

*İzmir Cad. Sümer 1 Sk. 6/B Kızılay-ANKARA*

*Tel:0.312 229 02 12*

**Korkmaz Şimşek Martial Arts Studio**

*Tepe Sitesi 5. Blok 38/B*

*Türkkonut Çayyolu-ANKARA*

*Tel:0.312 239 20 88*

**[www.korkmazsimsek.net](http://www.korkmazsimsek.net)**

Röportaj: Ersin AL