

Perjumpaan silat bagi 8. Harian (M) menarik minat belia

23 JAN 1986

PENCAR SILAT
SEREMBAN, Rabu — Majlis Silat Negeri Sembilan dan Jabatan Kebudayaan, Belia dan Sukan Negeri akan mengadakan 'perjumpaan silat' di Sekolah Kebangsaan Jempol, pada 2 Februari ini.

Presiden majlis itu, Leftenan Abdul Ghani Shahabuddin, berkata perjumpaan itu memperkenalkan perkembangan seni silat tanahair di samping menggalakkan pertumbuhan kumpulan silat di kalangan belia.

Menurutnya, perjumpaan itu akan diadakan di semua daerah. Dalam perjumpaan di Jempol itu, dua pertunjukan silat akan diadakan iaitu silat Kalimah dan silat Olahraga.

"Silat Kalimah berasal dari Kedah dan sudah lama bertapak di negeri ini manakala silat Olahraga adalah silat baru yang dicipta khas oleh KKBS. Silat itu kini mula digemari oleh golongan belia di negara ini," katanya.

Katanya, pelbagai jenis silat di negara ini dikedengahkan dan beliau percaya ia akan menjadi satu kegiatan sukan yang setanding dengan seni mempertahankan diri seperti judo dan karate.

26 pesilat bersaing untuk rebut 16 tempat ke Vienna

JURUS, sendeng dan terajang!

Latihan ini dilakukan berkali-kali, di samping berlari dan mengangkat berat.

Biar getir dan mencengkam corak latihan itu, namun 26 orang pesilat, termasuk dua orang wanita, sanggup menghadapinya. *PENCAR SILAT*

Mereka berlatih gigih di bawah bimbingan para guru silat Persekutuan Silat Singapura (Persisi).

Para pesilat itu mewakili lapan kerabat Persisi — Alhaq, Perwanit, Setia Bakti, Panca Sakti, Sendeng Belalang, Setia Hati, Sunda dan Pukulan.

Selepas menjalani latihan selama enam bulan, hanya 16 orang saja yang akan terpilih untuk menyertai Pertandingan Pencak Silat Antarabangsa yang ketiga di Vienna, Austria, pada Jun atau Julai ini.

Mereka akan bertanding dalam kelas 'B' hingga 'G' iaitu bagi berat badan dari 45 hingga 75 kg.

Kelas 'A' untuk berat badan 40 kg. Beza kelas ialah setiap 5 kg. Berat maksimum ialah 85 kg untuk kelas 'J'.

Pencabar

Latihan asas untuk 26 orang pesilat itu kini masuk minggu ketiga. Mereka belajar mengumpul stamina, tenaga penangan dan gaya perlawanan.

Latihan permulaan berupa senaman asas kecergasan yang dipanggil aerobik, berlari, melompat, menghenjut dan sebagainya. Tujuannya ialah untuk membina stamina dan ketahanan.

Encik Abdul Shukor Rais, 38 tahun, guru silat olahraga Persisi, berkata para pesilat itu juga perlu latihan angkat berat selain aerobik.

"Pencabar kami, terutama dari negara-negara Eropah, besar tinggi orangnya. Kalau tubuh kita tidak bersembul dengan otot, setiap penangan walaupun beralas, pasti membawa rebah

dan cedera," katanya.

Selanjutnya, dalam peringkat tahap latihan kedua dan seterusnya, para pesilat akan dilatih gerak badan, menyerang dan mempertahankan diri.

Menurut Encik Abdul Shukor, perguruan silat kini mengadunkan penemuan saintifik dan ajaran tradisional.

"Setiap penangan boleh ditahan, tetapi cara bertahan yang tidak betul boleh melemahkan tubuh yang diserang. Ini adalah satu penemuan saintifik," katanya. **3 FEB 1986**

Misalnya, bebisan daripada terjangan pada paras leher itu adalah lebih baik dengan menolak lengan ke atas daripada ke bawah.

'Bunga'

Dalam silat olahraga, pesilat akan beradu dengan berpakaian alas pada dada. Kaki dan tangan digunakan dalam setiap rembatan.

Silat olahraga lebih memperlihatkan corak serang, bertahan dan serang balas daripada seni pencak silat itu sendiri, misalnya 'bunga-bunga' silat.

Menurut Encik Abdul Rahim Dayan, Timbalan Presiden Persisi, harapan kemenangan Singapura terletak pada tiga orang pesilat — Iskandar Muda (kelas 'G'), Azrin Abdul Rahim dan Karim Kasmin (kedua-dua dalam kelas 'E').