A weboldal célja, hogy új embereket toborozzunk szeptemberben kezdődő új edzési szezonra.

Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy birtokoljuk az [aikido.hu](http://aikudo.hu) domaint.

A jelenlegi ősrégi WordPress oldal helyett inkább egy statikus HTML weblap lenne a terv, mivel a tartalma nem nagyon változik.  
Alapvető elvárás a reszponzív design.  
Ettől függetlenül az is szempont, hogy az elkészült kód a későbbiekben kézzel karbantartható legyen, ha pl új videót, vagy fotót szeretnénk pubikálni.

A tartalommal kapcsolatban a legalapvetőbb kiindulási pont a jelenlegi weblap (ami meglehetősen elavult, sok broken link van rajta).   
A design elemek közül meg kellene hagyni az aikido kalligráfia betűit, és a klub logót.

A szöveges tartalommal kapcsolatban nagy dilemma, hogy mivel lehet mostanság bevonzani a 14-60 éves korosztályt. Ezért bármilyen hasznos javaslatot elfogadok, ami esetleg külföldön már bevált.

A jelenlegi legfontosabb információ, hogy szeptembertől teljesen új felnőtt kezdő csoport indul, de később, év közben is bármikor lehet csatlakozni.

Az [aikido.hu](http://aikido.hu) mellett tartalmilag forrásként tekintünk még a másik saját weboldalunkra: [www.aikidoka.hu](http://www.aikidoka.hu) illetve az [www.aikidogazdagret.hu](http://www.aikidogazdagret.hu)

Jelenleg elkészült egy vázlatos weboldal, ami már megtekinthető: [***misogi.sup.hu***](http://misogi.sup.hu)

# Dizájn / arculati igények

Színvilág (világos/sötét, domináns színek): Mobiltelefonon jól olvasható, fiatalos design.  
A <https://zummaikido.hu>, és az [www.aikidoka.hu](http://www.aikidoka.hu) oldalak szerintem modernek olvashatók.

A legfölső sorban, jól látható módon a *“kapcsolat”* adatok: e-mail, telefon, és az elérhető közösségi médiák logói.

Alatta a menü sor, melynek első eleme a Misogi logó, ami egyben *“Home”* gombként is kell hogy működjön.

**A menüsor ezt követő elemei:** *Rólunk | Aikidóról | Helyszín | Kapcsolat | Jelentkezés | Praktikus kérdések | Galéria*

Kis képernyő esetén (telefon) a normál menü a jobb oldalon látható ‘hamgurger-menüre ’ zsugorodik össze. Bal oldalon marad a Misogi logó, mint *Home* gomb

A kezdőlapot a jelentkezés, és toborzó szöveg kell hogy uralja. Hogy ne csak szöveg legyen, halvány háttérkép lehet egy fotó, vagy az aikido kalligráfia vízszintesen.  
A fejlesztés alatt álló kódban azok a menüpontok, amihez még nincs tartalom, “fejlesztés alatt” szöveggel jelenjenek meg.  
  
További szempontjából kiindulási pont:

* [aikido.hu](http://aikido.hu)
* <https://aikidojo.hu/hu/mi-az-aikido>
* <https://www.sas-aikido.hu>
* <https://zummaikido.hu>

Az alábbiakban az egyes menüpontok tartalma kerül meghatározásra. Ha szöveges tartalom van, be kell másolni a menüpont alá.

## Home menüpont

Ez a menüpont alapvetően a toborzásról szól. A szöveges tartalom a következő:

A szöveges tartalom a következő:

| **Szeptemberben új felnőtt kezdő csoport indul – várunk Téged is! 14 és 60 éves kor között bárki elkezdheti. Gyere nézd meg neked szól-e…** Nem számít, hogy sportoltál-e korábban - nálunk fokozatosan ismerkedhetsz meg az aikidoval, a japán harcművészetek egyik legbékésebb, mégis rendkívül hatékony ágával.  Az első hónap díjmentes, a helyszín könnyen megközelíthető (XI. kerület, Allee mellett) - *(link a Helyszín menüpontra)*  **Jelentkezz most, és próbáld ki!** *(link a jelentkezési oldalra)* |
| --- |

További szöveges tartalom:

| * Szeretnéd, ha egészséges önbizalmad, határozott fellépésed és kiváló állóképességed lenne? * Szívesen megtanulnád a konfliktuskezelést mozgásban? * Érdekel a japán harci kultúra, ami tradicionális, szamuráj gyökerekből táplálkozik és alapja a kard (katana) mozgása? * Volna kedved egy olyan japán harcművészetet kipróbálni, ahol kezdő korodban sem vernek hülyére? * Kiváncsi vagy a “legszellemibb” budo ágra? * Szeretnél egy olyan közösséghez tartozni, akiket nem az érdek, hanem a fejlődés szándéka tart össze?   **Mit ad az aikido?**   * Megtanulod a testedet egységben mozgatni, jó lesz a tartásod: ez magabiztossá és határozottá tesz, amit a külvilág is érzékel. Egy szóval: jó kiállásod lesz. * Tudtad, hogy egy magabiztos emberbe sokkal kevesebben kötnek bele, mint egy határozatlan fickóba, akiből árad a bizonytalanság?! * Olyan technikákat tanulsz, amihez elsősorban nem erő, hanem időzítés, a tér megfelelő érzékelése és kihasználása, valamint spontán helyzetfelismerés szükséges. * Az aikido technikai felépítése pont ezeket a képességeket hozza ki belőled a rendszeres edzések alatt. * A gyakorlás során lecsökken a reakcióidőd, magasabb szinten már képes leszel akkor reagálni, amikor a fizikai tett/támadás még nem bontakozott ki. * Ez meglehetősen hasznos dolog egy olyan helyzetben (pl. egy dugóban, a melletted araszoló kocsiból kipattan az elborult agyú vezető), amikor ha időben cselekszel, jóval könnyebben megelőzheted a bajt. * Átalakul a gondolkodásmódod, másképpen kezdesz magadra és a külvilágra tekinteni. Sokszor mondják, hogy az aikido a “legspirituálisabb” harcművészet - ami valahol igaz is, de csak akkor, ha rendszeresen gyakorlod. * Ha csak könyveket olvasol róla, és “fejben edzel”, akkor az nem sok változást okoz. Ha viszont a fizikai szinten is megtapasztalod az Aikido erejét, az pozitív irányban fog hatni a gondolkodásodra, világszemléletedre: nyitottabb, természetesebb és gondolatban is rugalmasabb leszel. * Az edzések a mai, fölpörgetett világunkban ránk rakódó stressz jelentős részét oldják. Edzésen legalábbis biztos, hogy ki tudsz szállni a mókuskerékből, és az egészséges energiaáramlás – a ki – átmossa a testedet és a tudatodat, így az aikido edzés végén sokkal könnyebbnek és felszabadultabbnak érzed magad. * A sikeres emberek egyik alapszabálya, hogy rendszeresen mozognak! Mert amellett, hogy “ép testben ép lélek”, az intenzív fizikai mozgás kiszabadítja az elmédet a megszokott gondolataidból, és kreatívvá tesz. * Az aikido edzőtermi gyakorlásával párhuzamosan egyre több alapelvet kezdesz használni a mindennapjaid során, az Aikido egyre jobban beépül az életedbe, és segít, hogy a feladataidat minél harmonikusabban és hatékonyabban oldd meg. * Bekerülsz egy olyan közösségbe, ahol a haladóbbak segítik a fejlődésedet – mert nem versengeni akarnak veled, hanem “csak” edzeni. Pont ettől más az aikido… |
| --- |

## Rólunk menüpont

A szöveges tartalom a következő:

| TODO - megírni - a Misogi Dojo története max 10 mondatban, további megerősítés, kiket várunk (14-60 éves korig - elnézést az idősebb korosztály diszkriminációjáért).  Edzők neve, bemutatása  Az alábbiban összeszedtem néhány gondolatot, de kellene egy-két nemzetközi név is akitól anno sokat tanultunk - TODO  —---------------------------------------------  A Misogi Aikido Egyesület azért jött létre 19xx-ben, hogy jobb edzési körülményeket tudjon biztosítani az aikidosoknak, akik az edzéseinkre eljönnek. Így számos esetben támogattuk és támogatjuk, hogy tagjaink külföldi vagy hazai edzőtáborokba járhassanak, kedvezményesen juthassanak sporteszközökhöz, vagy vegyenek részt a mindennapos edzéseken.  A Misogi Aikido Egyesület fő célja, hogy színvonalas aikido edzéseket szervezzen és tartson. Nálunk mindenkinek van helye és lehetősége, hogy fejlődjön és jól érezze magát!  Az Egyesület által szervezett edzések nyitottak bárki számára, aki kedvet érez magában egy különleges harcművészet kipróbálására.  Egyesületünk az Harmonia Budo SE tagja. A Harmonia Budo SE 2023. június 1. óta hivatalosan elismert szervezete az Aikikai Alapítványnak, s ezen időpont óta saját dan-vizsgáztatási jogosítvánnyal rendelkezik. A Harmonia Budo SE az egyik legnagyobb múltú független aikido szövetség Magyarországon. |
| --- |

## Aikidóról menüpont

A szöveges tartalom a következő:

| **Mi az Aikido?**  Az aikido tradicionális, szamuráj gyökerekből táplálkozó japán harcművészet, mozgásrendszer és filozófia is egyben, amelyet Morihei Ueshiba alapított az XX. század elején és később a fia, unokája, ükunokája, illetve több aikidoka (aikidot gyakorló harcművész) fejlesztette tovább. Ennek a japán harcművészetnek a fejlődése azóta is folyamatosan tart.  Az aikidót edzéseken, úgynevezett dojókban gyakorolják, az edzés neve „keiko”. Ez a harcművészet – mint mindegyik más – nagyrészt testedzés, azaz a technikák folyamatos gyakorlása az edzéseken és edzőtáborokon. Kisebb mértékben az erőszakmentes, belső és külső harmónián való elmélkedés, beszélgetés, meditáció.  **Az aikido technikái és az edzések**  A technikák alapvetően a támadások befogadásán, elkerülésén, majd a támadások elvezetésén alapulnak. A harcművész a támadó erejét, energiáját, lendületét használva teremti meg azt a helyzetet, ami lehetővé teszi a támadás semlegesítését. Mindezt anélkül, hogy az aikidoka, vagy a támadó megsérülne.  Az edzéseken és az edzőtáborokon az aikidókák a támadásokon, a konfiktusokon keresztül, a többi edzőtárssal gyakorolják a technikákat. A konfliktusokon, támadásokon keresztül fejlődik a résztvevők testi- és mentális képessége, elsősorban a koordináció, az egyensúly, a tudatosság és az állóképesség.  Az Aikido nemcsak fizikai gyakorlás, hanem spirituális és filozófiai dimenzióval is rendelkezik, amely a belső béke és a harmónia elérésére összpontosít. |
| --- |

## Helyszín menüpont

A szöveges tartalom a következő:

| **Bárdos Lajos Általános Iskola tornaterme** (nem pincehelyiség)  1107 Budapest, Baranyai utca 16-18. (új oldalt nyitó link a Google Maps-ra)  Telefon: +36 30 940-7083  E-mail: misogi@aikido.hu |
| --- |

A szöveges tartalom alatt legyen beágyazott térkép <iframe>.   
Ez alatt legyen a BKK Futár integrációs link. Ez redirektál a BudapestGO weboldalra, a célállomás a dojo címe.  
Mivel a BKK Futár az OpenStreetMaps-ot használja, a beágyazott térkép is ezzel legyen.

## Kapcsolat menüpont

A szöveges tartalom a következő:

| Klub neve: **Misogi Aikido Dojo**  Lágymányosi Bárdos Lajos Általános Iskola (az Allee közelében)  Elérhetőségek:  - telefon: +36 30 940-7083  - email: misogi@aikido.hu  Edzések időpontja: **Hétfő, Csütörtök, 18.00 - 20.30**  Tagdíj: 20 eFt/hó - az első hónap díjmentes |
| --- |

Facebook: jelenleg nincs (kellene, hogy legyen - hogy lehessen üzenetet fogadni *Messenger*-en) a Facebook-hoz talán kicsit értek - azt vállalom (@KK)

Instagram: be kell írni a címét- van.. TODO mia cím, ki kezeli?  
TikTok: jelenleg nincs

## Jelentkezés menüpont

Mivel az elsődleges cél az új emberek toborzása, legyen jelentkezési űrlap funkció. Ez csak a legalapvetőbb információkat kellene hogy tartalmazza: Név, Telefon, e-mail.  
A kitöltést követően levél küldés a kapcsolatként megadott e-mail címre: [misogi@aikido.hu](mailto:misogi@aikido.hu) .  
Ha van lehetőség, akkor udvarias válasz-köszönet a jelentkező felé, hogy tudja nem a dev/null-ba ment a levele.

További szöveges tartalom:

| TODO - megírni - mit hozzon az edzésre |
| --- |

## Praktikus kérdések menüpont

A szöveges tartalom a következő:

| **Mikor leszel fekete öves?**  Jó, ne kerülgessük a forró kását, beszéljünk erről is! Ha rendszeresen jársz és kellőképpen nyitott vagy, 6-7 év alatt eljutsz a dan fokozatig.  A Misogi dojóban 22 év alatt 23-an lettek fekete övesek, köztük hárman 4. danosok, nyolcan pedig 3. danosok. Szerintem ez önmagáért beszél. 🔺🔺🔺TODO frissíteni 🔺🔺🔺  **Mikor NEM való neked az aikido?**   * Ha félév alatt Te szeretnél lenni az új Seagal / Bruce Lee / Jackie Chan / stb. * Ha versenyre, érmekre, kupákra vágysz. * Ha úgy gondolod, csak akkor lehetsz egyre jobb, ha másokat legyőzöl. * Ha alapból mindent erőből/brutálisan oldasz meg, és ezen nem is akarsz változtatni. * Ha azt gondolod, a problémáidat/konfliktusodat majd az Aikido fogja megoldani, nem te magad.   **ÖT TÉVHIT AZ AIKIDÓVAL KAPCSOLATBAN**   * “Az Aikido csak tánc, a valóságban nem működik.” – “Utcai harcban úgysem tudom használni…” Ez az egyik leggyakoribb tévhit, amit főleg azok szoktak emlegetni, akik sosem aikidóztak. És hogy miért? Mert elfelejtik, hogy nem a harcművészeti ág az, ami hatékonnyá teszi az embert. Maga az ember a hatékony, aki valamilyen harcművészetet gyakorol… Hiába jársz thai boxra vagy ketrecharcra, ha 40 kg vagy vasággyal, és hiányzik belőled a harci tűz, a küzdőszellem… Ugyanígy lehetsz kiváló harcos, aki az Aikido ágát gyakorolja, ha Te, mint ember, alapvetően harcos vagy, és energiát fektetsz abba, hogy egyre jobb legyél. Utóbbi nélkül ugyanis sehol sem leszel sikeres. A magyar aikido “atyja”, Várszegi Rudolf (7. dan, Aikikai) – aki széles körű elismertségnek örvend magyar harcművész körökben, és akinek a hatékonyságát még senki sem kérdőjelezte meg – mondta egyszer a fenti kijelentésre: “Ne azt mondd, hogy az Aikido nem működik, hanem azt, hogy a TE AIKIDÓD nem működik”. Én a működőképes aikido híve vagyok, és Téged is erre tanítalak, ha lejársz hozzánk edzésre. * “Az Aikido mozdulatai olyan bonyolultak és összetettek, hogy sosem leszek képes megtanulni.” Ha így állsz hozzá, akkor bizony tényleg nem fog menni. Ha azonban nyitott vagy és hajlandó arra, hogy folyamatosan új dolgokat tanulj, akkor lépésről-lépésre fogsz fejlődni, és idővel (itt nem hetekre gondolok!) egyre pontosabb, koordináltabb, később pedig szabadabb lesz a mozgásod. Ezzel párhuzamosan nő a technikáid hatékonysága és szépsége. * “Az Aikido nem sport, ezért nincsenek is benne versenyek – így nem is mérhető.” Az Aikido tényleg nem “sport”, a szó klasszikus értelmében, hanem harcművészet/budo, és valóban nincsenek benne versenyek – ettől függetlenül mérhető. Erre szolgálnak az övvizsgák, ami a 6. kyu-tól (kezdő szint) indul és jut el az 1. kyu-ig (haladó szint), majd az 1. dan-ig (fekete öv). Minden egyes övvizsga kiváló lehetőség arra, hogy lemérd, mennyit fejlődtél az előző fokozathoz képest – ill. hogy megfigyeld, hogy a következő fokozatra lépéshez mit kell elsajátítani. Igaz, hogy a fejlődést itt nem centivel, órával vagy kilóval mérjük, hanem a képességeid csiszolódásával, aminek kifejeződése az adott övfokozat. Mindamellett Te is érezni fogod, hogy két vizsga között mennyit fejlődtél. * “Az Aikido megtanulásához legalább 10 év kell.” Ha rendesen jársz edzésre, 1-2 év alatt megtanulhatod az alapokat, 3-4 év alatt haladó szintre juthatsz, és ha a rendszeres edzéseket nem hagyod abba, úgy 7 év alatt már elérheted a fekete övet. Ettől azonban még nem fogod az Aikidót “megtanulni” – mert ehhez egy élet is kevés. Az Aikido nem egy gyors út, viszont minden egyes lépcsőfokán a megismerés új kapuja nyílik. Manapság nagy divatja van annak, hogy 1-2 hétvégés tanfolyamokon diplomát adnak az elsajátított “tudásról” – no, ezek a diplomák annyit is érnek. Az aikido nem eszerint működik, viszont igazi tudást ad. * “Túl öreg vagyok már, hogy elkezdjem az aikidót.” Ha tudsz mozogni és nincs komolyabb betegséged, akkor bármilyen életkorban elkezdheted az aikidot. A legidősebb tanítványom 58 éves volt, aki nulláról kezdte az aikidót. Úgy gondolta, hogy ő pedig képes megtanulni az Aikido technikáit – és évek alatt nagyon szép eredményeket ért el! Én inkább a nagyon kicsiknél érzem úgy, hogy még nem való nekik az aikido. És itt nem a fizikai adottságokra gondolok, hanem arra, hogy még nem érettek rá fejben. Az aikido komoly koncentrációt igényel, és a kisgyerekek sokkal inkább játszani, kakaskodni akarnak, mintsem kötött mozgásformákat gyakorolni. Emiatt én nem is tanítok 14 éves kor alatt Aikidót. Nem kétlem, hogy pl. óvodásokat is lehet aikidora tanítani, de ez inkább 80%-ban óvodapedagógia és max. 20%-ban Aikido. |
| --- |

## Galéria menüpont

Galéria videók és fotók: a galéria elemeit külön resource mappában kell tárolni, hogy forráskód módosítása nélkül, az újabb file-ok feltöltésével bejuttathatók legyenek weblapra. A képek és videók megjelenési sorrendje a file nevek ABC szerinti sorrendje. Ha ehhez a JavaScript mellett esetleg más programkód is szükséges, az egyszerű PHP legyen.

Ugyanitt lehet egy link-gyűjtemény más weboldalakra. A legfontosabb link Harmónia Budo SE weblapja, amelynek tagja a Misogi Dojo is:<https://harmonia-budose.hu>

Ide kerül az eredeti [aikido.hu](http://aikido.hu) oldalról a *dojo kézikönyv* c. PDF dokumentum is.

# Technikai gondolatok

* Favicon: [aikido.hu](http://aikido.hu) -ról
* Az oldal címe a böngészőben: Aikido edzés Budán, kezdő és haladó szinten *(pl ha linkként elküldjük valakinek ez látszik)*
* SEO szempont: “aikido budapest”, “aikido XI kerület”, “aikido kezdő edzés”
* Cookie: valószínűleg nem lesz szükség cookie-kra, ezért a szokásos figyelmeztetés sem kell
* Modern letisztult design: mobil felületen is jól olvasható betűk, világos pasztell háttér.
* Képek mérete: JPG, max 1920 x 1080, max 200-500kB. A képeket érdemes átnevezni értelmes file-névre, ez SEO előny.
* Videók mérete: max 720p felbontás, max. 10 MB méret.  
  Lehet saját tárhelyen (a webszerveren külön könyvtárban), vagy pl. a Youtube-on (nem muszáj kereshetővé tenni - a link birtokában megtekinthető beállítás) és beágyazott <iframe> videóként lehet megmutatni, mint a térképet.
* Könyvtárszerkezet a szerveren:a fájlokat logikus mappaszerkezetbe kell rendezni a tárhelyen. Ez a segíti a későbbi karbantartást.  
  A főmenü elemeinek megfelelő html források is jó lenne, ha külön file-okban lennének, nem beleömlesztve az index.html-be.

/ (főkönyvtár, ide kerül az index.html)

└── assets/

├── css/

│ └── style.css (ide kerülnek a stílusok)

├── js/

│ └── script.js (ide kerül a JavaScript kód)

├── images/

│ ├── logo.svg (vagy logo.png)

│ └── calligraphy.jpg (háttérkép)

├── gallery/

│ ├── foto1.webp

│ ├── foto2.webp

│ └── video1.mp4

└── documents/

[cite\_start]└── dojo\_kezikonyv.pdf (a dojo kézikönyv [cite: 9])