

## Kovos menai

Kovos menai – sporto šakos, pasižymintys tarpusavio kova, grumtyne – mis be auna; ginklu – dažniausiai tarp dviejų asmenų. Šis meninė studijavimo tikslai – vairuojantys, taip iau bendriausiai yra fizinius pergalių priešas; kitus asmenis pasiekimas, savigynos bei kitą gynybos nuo potencialios grūsmės tobulinimas. Kiekvienas kovinis menas turi savitį... stilių, unikalius bruožus, darančius jā iš skirtiniu, taip iau visą bendra savybę – yra sistemingas technikos panaudojimas kovoje. Skiriasi mokymo metodai, – kurią gretas – traukiami sparingai (kautynės treniruoja metu), koviniai technikos rinkiniai (rytuose žinomi kaip kata), ginklų panaudojimas, fizinius galios išbandymai bei psichologijos studijavimai.

Savigynos Meninė Centras yra vienintelis klubas Lietuvoje, kuris moko, propaguoja bei skleidžia Shidokan Karate stilį.