

ZANSHIN



THE OFFICIAL NEWSLETTER OF THE YOSHUKAN KARATE ASSOCIATION

Fall 2024

HISTORICAL ISSUE!

Kaicho Earl Robertson is very pleased to announce that **Sensei Louise Provencher**, Kyoshi, 7th Dan will be taking over the day-to-day management of our Yoshukan Karate-do organization. In addition, a new Yoshukan Executive Council has been formed to support Kancho Provencher's efforts and manage the growth of our organization. **Sensei Robert Kalinowicz**, 6th Dan, Renshi is our association's new Technical Director and will be responsible for the cataloguing and dissemination of our vast library of Yoshukan technique.

Kancho Provencher has also formed the Yoshukan Executive Council who will be helping guide our association moving forward. Besides Kancho Provencher and Renshi Robert Kalinowicz, council members are: **Shihan Zeljko Violoni**, **Shihan Charles Mayer**, **Shihan Omer Gojak** and **Shihan Matthaeus Bauernberger**.

Kaicho (Founder) Robertson says: "Grow or die". The transition of Yoshukan leadership to Kancho Provencher and the Executive Council is a necessary step to take our association to the next level of growth. With 4 existing dojos (and a number more in planning stages) having an energized leadership is essential to our future. "I have complete confidence in Louise and our executive team. They all share a passion for what our system has done for each of them individually and a desire to 'spread the word' to future generations".

As 'Chairman Emeritus', Kaicho will be attending summer camps and is always available for Kancho Provencher and the Executive Council for any questions on technical or historical insights.

KANCHO LOUISE PROVENCHER

Passionnée de karaté depuis l'automne 1980, animée par le développement des jeunes et moins jeunes attirés et engagés envers les arts martiaux, Louise est profondément touchée d'avoir vu grandir et progresser de nombreux karatékas de toutes provenances depuis bientôt 45 ans. C'est en effet un rare privilège que de sentir la confiance complice qu'accorde les karatekas à leur maître.

Aussi combattive sur le tatami que dans le ring, Louise a été sacré championne mondiale Chito-ryu en 1995 et couronnée championne canadienne en boxe la même année. En 2001, elle a gagné le premier combat de boxe professionnelle au Québec. Entraîneure



Photo credit: Ian Barrett

de l'équipe nationale de boxe féminine de 2003 à 2006, ainsi qu'entraîneure des équipes provinciale et nationale de karaté pendant presque 20 ans, aujourd'hui elle véhicule sa flamme compétitive par le succès des athlètes qui s'entraînent à l'Académie Sportive de Montréal et s'illustrent ici jusqu'à l'international.

Sa grande disponibilité lui a valu la reconnaissance gouvernementale en bénévolat recevant le Prix Dollard-Morin des mains du Ministre des Loisirs et du Sports du Québec en 2014. Et en 2019, les membres de l'Association canadienne de karaté l'ont intronisé dans le Temple de la renommée des

Continued on Page 2



ceintures noires.

Louise est reconnaissante envers son Sensei Earl Robertson et fière des élèves qui l'ont amené jusqu'à la scène mondiale WKF. Elle croit sincèrement que nous sommes tous, toutes Champions de Vie!

Au final, elle est habitée du désir d'exceller et de toujours progresser dans tout ce qu'elle entreprend.

Ce désir elle cherche constamment à l'inculquer à tous ses étudiants et collaborateurs.

Passionate about karate since the fall of 1980, driven by the development of young and old attracted and committed to martial arts, Louise is deeply touched to have seen many karatekas from all backgrounds grow and progress for almost 40 years. It is indeed a rare privilege to feel the complicit trust that karatekas grant their master.

As combative on the tatami as in the ring, Louise was crowned world champion Chito-ryu in 1995 and crowned Canadian boxing champion the same year. In 2001, she won

the first professional boxing match in Quebec. Coach of the National Women's Boxing Team from 2003 to 2006, and trainer of the provincial and national karate teams for almost 20 years, today her competitive flame is lived through the success of athletes who train at the Montreal Sports Academy and stand out locally and internationally. Louise is grateful to her Sensei Earl Robertson and proud of her students who have brought her to the world level WKF. She sincerely believes we are all Life Champions!

Louise's dedication earned her a government recognition for volunteering, receiving the Dollard-Morin award from the Ministère du Loisir et Sport du Québec in 2014. And in 2019, the members of the Canadian Karate Association inducted her into the Black Belt Hall of Fame.

In the end, she has an insatiable desire to excel and always progress at all endeavors she undertakes. This desire to constantly improve, she seeks to influence such conduct in all her students and collaborators.



YOSHUKAN EXECUTIVE COUNCIL

RENSHI ROBERT KALINOWICZ, TECHNICAL DIRECTOR

Robert's karate journey began in 1982, a path that has granted him the honor of training with esteemed masters and teaching students of all ages and skill levels. His passion for karate has fueled a lifelong fascination with movement, biomechanics, precision, and the economy of motion. To deepen his knowledge, Robert became a certified personal trainer at his local YMCA, where he quickly saw room for improvement in the existing curriculum. Driven to elevate the program, he redesigned it, and his version was adopted as the official Canadian YMCA Fitness Instructor Training Course—a course he proudly taught for over two decades.



In 1999, Robert joined the NDG Karate Club and found a new home in Yoshukan karate. The club's comprehensive curriculum allowed him to refine his skills and focus intently on the technical aspects of his practice. Robert devoted extensive effort to mastering and internalizing Bunkai applications, establishing himself as Yoshukan's go-to expert in this area. His passion for martial arts also led him to explore kobudo, through which he has achieved proficiency with many of Okinawa's traditional weapons.

Teaching has always been Robert's calling. He is deeply committed to helping students progress, develop physical skills,

Continued on Page 3

build confidence, and reach their full potential. With each class, he strives to share his passion and knowledge, guiding students along their unique karate journeys. Robert looks forward to many more years of advancing his own martial skills and mentoring others in theirs.

Le parcours de Robert dans le domaine du karaté a commencé en 1982, une voie qui lui a permis de s'entraîner auprès de maîtres renommés et d'enseigner à des élèves de tous âges et de tous niveaux. Sa passion pour le karaté a nourri une fascination de toute une vie pour le mouvement, la biomécanique, la précision et l'économie de mouvement. Pour approfondir ses connaissances, Robert est devenu entraîneur personnel certifié à son YMCA local, où il a rapidement perçu des possibilités d'amélioration du programme existant. Motivé à perfectionner le programme, il l'a redessiné, et sa version a été adoptée comme le cours officiel de formation des instructeurs de conditionnement physique du YMCA au Canada, un cours qu'il a fièrement enseigné pendant plus de vingt ans.

En 1999, Robert a rejoint le club de karaté NDG et a trouvé une nouvelle famille maritale, celle du karaté Yoshukan. Le programme d'arts martiaux Yoshukan lui a permis d'affiner ses compétences et de se concentrer intensément sur les aspects techniques de sa pratique. Robert a consacré des efforts considérables à la maîtrise et à l'intériorisation des applications (Bunkai), devenant ainsi l'expert et la personne référence Yoshukan dans ce domaine. Sa passion pour les arts martiaux l'a également amené à explorer le kobudo, et grâce à cela, il a acquis une maîtrise de plusieurs armes traditionnelles d'Okinawa.

L'enseignement a toujours été une vocation pour Robert. Il est profondément engagé à aider ses élèves à progresser, à développer leurs compétences physiques, à renforcer leur confiance et à atteindre leur plein potentiel. À chaque cours, il s'efforce de partager sa passion et son savoir, guidant les élèves tout au long de leur propre parcours de karaté. Robert se réjouit des nombreuses années à venir consacrées à perfectionner ses compétences martiales et à accompagner d'autres dans leur développement.

SHIHAN ZELJKO VIOLONI

Shihan Zeljko Violoni's journey into martial arts began later in life, at the age of 38, but his passion for karate was immediate and enduring. Alongside karate, he developed a deep interest in Kobudo (achieving the rank of Sho Dan) and laido, broadening his knowledge and skill in traditional martial arts.

From his early days as a Green Belt, Shihan Violoni was actively involved in supporting Senseis with instruction, and he naturally transitioned into a leadership role after Kancho Robertson stepped back from active duties at the Honbu Dojo. He took on the responsibility of coaching and guiding competitors at local tournaments, a role he upheld until the dojo's closure in 2018.

While his expertise spans Bunkai and Kumite, his recent focus is on understanding and mastering the flow of Ki (or Chi) through meditation and enhanced control. This ongoing journey reflects his commitment to the organization's motto of continuous improvement in all aspects of life, a philosophy he instills in himself and others each day.



Le parcours de Shihan Zeljko Violoni dans les arts martiaux a commencé plus tard dans sa vie, à l'âge de 38 ans, mais sa passion pour le karaté fut immédiate et continue de l'animer. En plus du karaté, il a développé un vif intérêt pour le Kobudo (où il a obtenu le grade de Sho Dan) et l'laido, enrichissant ainsi ses connaissances et compétences dans les arts martiaux traditionnels.

Dès ses débuts en tant que ceinture verte, Shihan Violoni s'est investi activement dans le soutien aux Senseis pour l'enseignement, et il a naturellement pris un rôle de leader lorsque Kancho Robertson s'est retiré de ses fonctions au Honbu Dojo. Il a alors assumé la responsabilité d'entraîner et de guider les compétiteurs lors des tournois locaux, un rôle qu'il a maintenu jusqu'à la fermeture du dojo en 2018.

Bien que son expertise englobe le Bunkai et le Kumite, il se concentre désormais sur la compréhension et la maîtrise du flux de Ki (ou Chi) à travers la méditation et le contrôle renforcé de cette énergie. Ce cheminement continu reflète son engagement envers la devise de l'organisation : l'amélioration constante dans tous les

SHIHAN CHARLES MAYER

Shihan Charles Mayer a commencé à s'intéresser aux arts martiaux dès l'adolescence. Il pratiquait alors le karaté de style Chito-Ryu au YMCA situé sur l'avenue du Parc. Il reprit la pratique du karaté cette fois de style Yoshukan en 2001 au YMCA de Notre-Dame-De-Grace.

Son intérêt pour les arts martiaux s'est rapidement transformé en passion, au fur et à mesure que le raffinement de son karaté et de son kobudo de style Ryu Kyu Kobudo Hozon Shinkokai l'a amené à en découvrir toutes les facettes. Suite au passage de son grade Yon Dan en 2019, il a profité d'une opportunité qui lui a été offerte durant la même année pour visiter l'île d'Okinawa.

Lors de son séjour sur l'île d'Okinawa, il a eu l'occasion de plonger dans l'histoire fascinante des origines du karaté. Okinawa étant le berceau de cet art martial ancien, c'est ici qu'il a découvert la profondeur et la richesse de cette discipline. Il a visité et pratiqué dans des dojos traditionnels, rencontré des maîtres de karaté passionnés et assisté à des démonstrations impressionnantes. Ces expériences lui ont permis de mieux comprendre les valeurs de respect, de persévérance et de discipline inhérentes au karaté, en plus d'en comprendre les racines culturelles et philosophiques. S'étant rendu sur cette île à quelques reprises depuis, Shihan Charles en a fait un passage obligé quasi-annuel.

Toujours dans le but d'élargir ses connaissances dans le domaine des arts martiaux, il pratique depuis deux ans l'aikibudo ainsi que le kenjutsu de style Katori Shinto-ryu.



Shihan Charles Mayer began to take an interest in martial arts during adolescence. At that time, he practiced Chito-Ryu style karate at the YMCA located on Park Avenue. He restarted the practice of karate, this time in the Yoshukan style, in 2001 at the Notre-Dame-De-Grace YMCA.

His interest in martial arts quickly transformed into a passion, as the refinement of his karate and his kobudo in the Ryu Kyu Kobudo Hozon Shinkokai style led him to discover all its facets. After obtaining his Yon Dan rank in 2019, he took advantage of an opportunity offered to him that same year to visit the island of Okinawa.

During his stay on the island of Okinawa, he had the chance to delve into the fascinating history of the origins of karate. Okinawa, being the birthplace of this ancient martial art, is where he discovered the depth and richness of this discipline. He visited and practiced in traditional dojos, met passionate karate masters, and attended impressive demonstrations. These experiences allowed him to better understand the values of respect, perseverance, and discipline inherent in karate, as well as its cultural and philosophical roots. Having visited this island a few times since, Shihan Charles has made the trip an almost annual tradition.

Always aiming to broaden his knowledge in the field of martial arts, he has been practicing Aikibudo and Katori Shinto-ryu Kenjutsu for the past two years.

SHIHAN OMER GOJAK

During the unrest in Yugoslavia in the 1990s, the Gojak family sought a brighter future in Canada, settling in Mississauga in 1994. With this fresh start came the Shin Bu Kan Judo Club. Omer, along with his daughter Alisa (then 8 years old), studied under Sensei Goki Uemura to enhance his judo skills. However, Judo did not captivate young Alisa as it had Omer, prompting a change. The father-daughter duo moved dojos and styles to study Yoshukan (then Yoshukai) Karate under Kaicho (then Sensei) Earl Robertson.

Karate became more than just a sport for the Gojak family; it became a lifestyle. Omer takes pride in his 15 years



of teaching Yoshukan Karate, instilling in his students a strong belief in hard work, the importance of strong basics, and the practice of all aspects of karate (kumite, kata, and bunkai). Omer looks forward to sharing his knowledge with the next generation of students, as it is the best way to continue on the path of learning.

Né en 1962 dans la ville de Subotica, en Yougoslavie, Omer Gojak a été initié aux arts martiaux dès son plus jeune âge. Il s'est d'abord concentré sur le judo au Spartak Judo Club, où il a concouru au niveau provincial et a obtenu sa ceinture marron.

Continued on Page 5

Lors de la révolution en Yougoslavie durant les années 90, la famille Gojak est venue s'établir au Canada souhaitant un meilleur avenir. Elle s'est donc établie à Mississauga en 1994. Ce nouveau départ, les a mené vers le club de Judo Shin Bu Kan. Omer et sa fille Alisa (alors âgée de 8 ans) ont étudié auprès de Sensei Goki Uemura pour améliorer leurs compétences en judo. Cependant, le judo n'a pas captivé la jeune Alisa comme avec Omer, et cela a provoqué un changement. Le duo père-fille a changé d'art martial afin d'étudier le karaté Yoshukan (alors Yoshukai) sous la direction de Kancho Earl Robertson.

Le karaté était plus qu'un simple sport pour la famille Gojak, c'est devenu un style de vie. Omer est fier de ses 15 années d'enseignement du karaté Yoshukan, inculquant à ses étudiants une éthique d'apprentissage basée selon un entraînement intense et continu, une très grande importance selon de solides bases et d'une pratique diversifiée, incluant tous les aspects du karaté, soit en kumite, en kata et en bunkai. Omer est impatient de partager ses connaissances avec la prochaine génération de karatekas. Selon lui, c'est la meilleure façon de continuer son apprentissage sur la voie des arts martiaux.

SHIHAN MATTHAEUS BAUERNBERGER

Matthaeus Bauernberger's journey as a martial artist began in 1990 at the local Shotokan Karate club in Linz, Austria. Over the years, his dedication to the practice and its philosophies has shaped both his personal and professional life.

After immigrating to Canada in 2005, Matthaeus joined the esteemed Yoshukan Karate family in 2009, further refining his skills under world-class instructors. His training in traditional karate, along with its practical applications in self-defense, has allowed him to integrate the principles of discipline, focus, and mindfulness into his daily life.

Beyond his martial arts journey, Matthaeus has had a successful career in the cabinet-making trade, transitioning into the aviation industry in 2006. He became known for crafting high-end furniture for private jets, earning a reputation for excellence. Over the past two decades, Matthaeus has evolved into leadership and management roles, where he has applied the same principles of precision, focus, and continuous improvement that guide his martial arts practice.

Today, Matthaeus has combined his expertise in both martial arts and management to create Workshops, a program designed to help individuals apply martial arts principles in everyday life—whether or not they have any formal martial arts experience. Through Workshops, Matthaeus demonstrates how concepts like mindfulness, leadership, and resilience can be harnessed to improve both professional and personal growth.

If there were two words that best describe Matthaeus and the core values he embodies, they would be Zanshin ("Remaining Mind") and Kokoro ("Heart, Mind, Spirit"). These principles are not just part of his martial arts practice; they define the holistic approach he takes in both his personal and professional life.

Le parcours de Matthaeus Bauernberger en tant que budoka a commencé en 1990 au club local de Shotokan Karate à Linz, en Autriche. Au fil des ans, son engagement



envers la pratique et ses philosophies a façonné à la fois sa vie personnelle et professionnelle.

Après avoir immigré au Canada en 2005, Matthaeus a rejoint la prestigieuse famille de Karate Yoshukan en 2009, affinant davantage ses compétences sous la direction d'instructeurs de classe mondiale. Son entraînement en karaté traditionnel, ainsi que ses applications pratiques en auto-défense, lui ont permis d'intégrer les principes de discipline, de concentration et de pleine conscience dans sa vie quotidienne.

Au-delà de son parcours martial, Matthaeus a connu une carrière réussie dans le métier de l'ébénisterie, avant de se tourner vers l'industrie de l'aviation en 2006. Il est devenu reconnu pour la fabrication de meubles haut de gamme pour jets privés, se forgeant une réputation d'excellence. Au cours des deux dernières décennies, Matthaeus a évolué vers des rôles de leadership et de gestion, où il a appliqué les mêmes principes de précision, de concentration et d'amélioration continue qui guident sa pratique des arts martiaux.

Aujourd'hui, Matthaeus a combiné son expertise à la fois dans les arts martiaux et la gestion pour créer des ateliers, un programme conçu pour aider les individus à appliquer les principes des arts martiaux dans la vie quotidienne — qu'ils aient ou non une expérience formelle des arts martiaux. À travers ces ateliers, Matthaeus démontre comment des concepts tels que la pleine conscience, le leadership et la résilience peuvent être utilisés pour améliorer la croissance personnelle et professionnelle.

Si l'on devait décrire Matthaeus en deux mots représentant les valeurs fondamentales qu'il incarne, ce seraient Zanshin ("Esprit en alerte") et Kokoro ("Cœur, Esprit, Âme"). Ces principes ne font pas seulement partie de sa pratique des arts martiaux ; ils définissent l'approche holistique qu'il adopte tant dans sa vie personnelle que professionnelle.

KAICHO ROBERTSON TEACHING IN MONTREAL

Gadbois Dojo in Montreal recently hosted a weekend training program with Kaicho Robertson. Friday night practice was on TSUKEN SUNAKAKE NO EIKU (oar) kata for the senior belts and a review of ZEN SHIN KOTAI BUNKAI for the junior grades. We had a strong turnout from our teenagers with most at Ikkyu or Shodan grades.

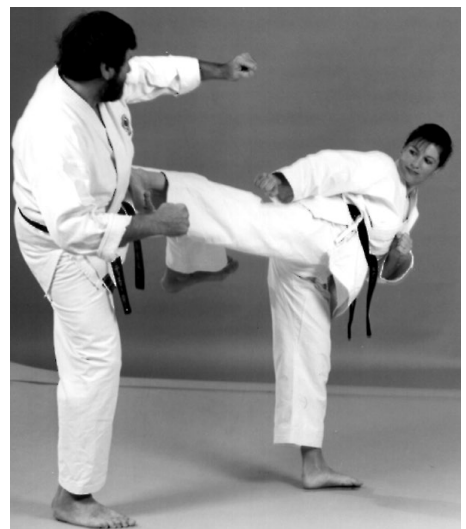
Saturday morning with a continuation of Eiku kata practice and SHI HO HAI BUNKAI practice for the junior grades. The Black Belt class reviewed our Yoshukan kata (and then did individual demonstrations!). As always a great time to catch up and reinforce our common bond and friendships!



Yoshukan Black Belt group photo



Coloured belt class at Gadbois Dojo



Kancho Provencher with Sensei Thierry DeBeur



Kancho Provencher teaching a future Kancho how to tie their belt!



Sempai Aida Roy van Mierlo teaching a Parent/Child class



Kaicho Robertson chatting with Yoshukan juniors



Iman Ziani performing Sesan kata



Brother Samy Ziani performing Bassai kata

BLAST FROM THE PAST



Sensei Robertson and Litwinczuk



Shihan Mike Litwinczuk holding the bag for Kaicho Robertson



Sensei Litwinczuk free sparring with Yoko Tobi, Geri (flying sidekick)



Sensei Litwinczuk demonstrating Mawashi-Geri (Roundhouse Kick) with Sensei Peter Berg



Yoshukan DVDs and USB memory sticks – White Belt to 5th Dan

All kata; Bunkai; Kumite; Ukemi; Kobudo and Gosin Jutsu demonstrated by Kancho Robertson and Yoshukan Instructors. DVDs and USB memory sticks show complete system from White Belt to 6th Dan Black Belt levels in the Yoshukan System.

\$25 Each or \$45 for 2 or \$60 for all three. Please add \$15 for shipping & handling charges. Payments can be made by credit card or check made out to: Yoshukan Inc.

ZANSHIN

436 Eddystone Road
Grafton, ON K0K 2G0
Phone: 905.601.2880
Email: : iaito1@me.com
Website: www.yoshukankarate.com