

NUOVO SITO! OFFERTE UNICHE

Libri, DVD, attrezzature!

www.budointernational.com

Avi Nardia:
Resistenza Mentale

CINTURA NERA

Competizione di TAIJIQUAN
Tutto sulle nuove regole

Grande Maestro
John Pellegrini
Una questione
di priorità...

Kyusho,
Hung Gar,
Grappling,
Weng Chun,
Dog Brothers,
Americano Kenpo...

RAPPORTO
TAI CHI:
Lo stile Yang
Sifu Paolo Cangelosi

Kyoshi Raúl Gutiérrez:
I calci nelle Arti marziali

Shidoshi Jordan Augusto:
Battojutsu
Chiavi sulla velocità

Nuovo DVD !!!

Vovinam Việt Võ Đạo
Patrick Levét

SPECIALE COLLEZIONISTI



10 DVDs x 110€. -50%

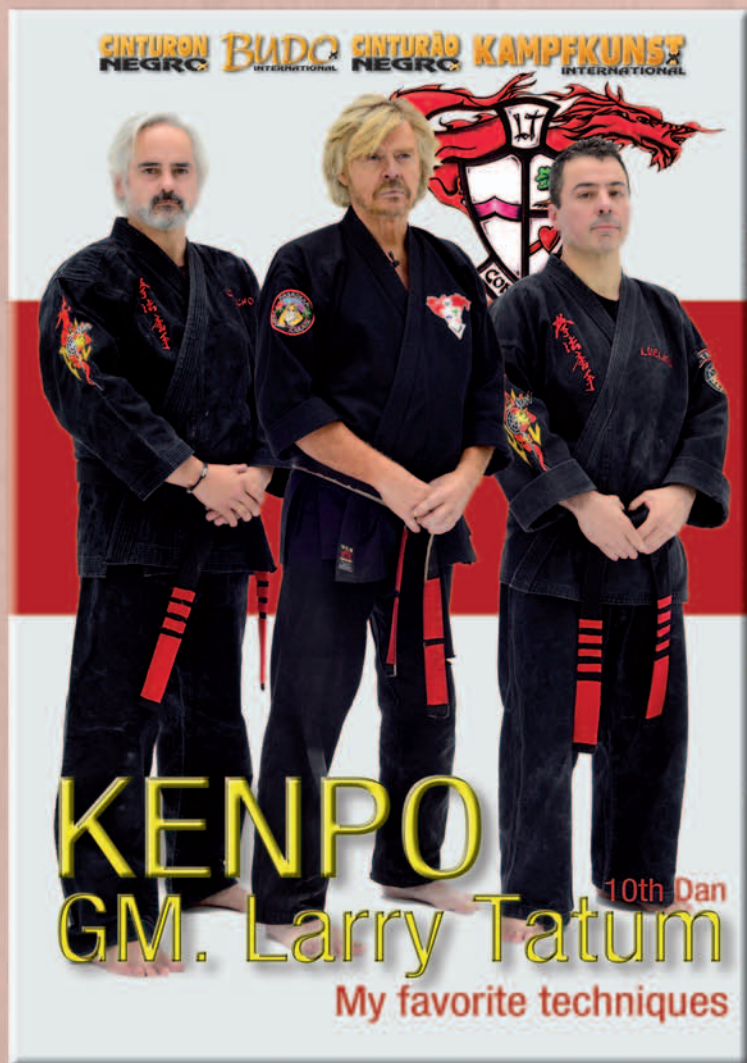
VIDEO DOWNLOADS: 4 Videos x 30€



SOLO QUI:
www.budointernational.com

KENPO GM. Larry Tatum

My favorite techniques



In questo DVD, G.M. Larry Tatum (10 ° Dan) sviluppa tecniche del programma Kenpo al più alto livello. In particolare, alcune delle sue "preferite", come Flashing Mace, Parting Wings, Entwined Lance...

Magistralmente eseguite, e sulla base dell'esperienza del movimento, G.M. Tatum incorpora i suoi insegnamenti innovativi in queste tecniche che vi aiuteranno ad aggiungere conoscenze e completare la vostra formazione nel sistema Kenpo. Inoltre, esse forniscono l'individuo con la scelta migliore per l'auto-difesa, sulla base del pensiero logico e pratico, e lo mettono nel cammino della comprensione dell'arte del Kenpo. Questi sono i sistemi di auto-difesa e di combattimento dei tempi moderni in cui viviamo.

Essi sono stati progettati in modo che il praticante ottenga tutti i benefici che forniscono la pratica di queste tecniche. Questo DVD ha il sostegno del Maestro Adolfo Luelmo (9 Dan), che prosegue con una serie di tecniche eseguite in modo agevole e forte, per situazioni di aggressività estrema, in cui si possono apprezzare diversi stati dei movimenti, in un modo logico ed efficace. Finalmente, il Maestro Camacho Assisi (8 ° Dan), mostra una tecnica che combina la forza delle braccia e la sua esperienza con le gambe.

REF.: • DVD/LARRY4

DVD: 22,00 €



English
Italiano
Español
Français

Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

ORDINALA A:
Budo international.com



Editoriale

SIAMO POSITIVI?

“Un problema è un'opportunità vestita da fatica”

Jose María Sánchez Bário

Quando la contrazione, la pressione, la tensione ed i problemi smettono di stare in fila e si amucchiano; quando l'energia per affrontarli decade, l'immaginazione non funziona ed ogni cosa nuova sembra un passo in più verso una predeterminata condanna alla vita, amico mio... probabilmente è da molto tempo che hai perso la bussola. Com'è cominciato tutto questo? Qual è stato l'errore commesso?

La catena della negatività è caratterizzata sempre da un incerto primo momento: forse quella piccola deviazione dalla rotta principale che con il tempo e lo spazio finisce per trasformarsi in una tremenda deriva... Il punto è che il viaggio, per fortuna, è lungo. Paradossalmente, la capacità di sopportazione dell'uomo, probabilmente la sua principale virtù -che l'ha fatto prevalere sul resto del mondo animale-, è in un certo senso la sua maggiore piaga, nella misura in cui tale persistenza può arrivare a trasformarsi proprio in ciò che gli impedisce di imparare.

L'evoluzione, quella cosa che si fonda su un elemento così semplice come l'errore, lavora senza posa, tuttavia sempre oltre il binomio “bianco/nero”. Tutto è più complicato quando riesci a percepire che, alla fine, ogni cosa è un'enorme sfumatura di grigi, in cui è facile perdersi. Come vagliare la nostra coscienza per mantenere il giudizio preciso? Come percepire il centro del bersaglio in pieno movimento?

Le Arti disciplinari, la tradizione ci offrono la chiave: mantieni il centro! Chiuditi alla dispersione! Apriti all'esperienza! Diventa una cosa sola con ciò che è apparentemente estraneo ed unifica, così, gli opposti.

Che compito difficile nei tempi in cui viviamo! Non credo, tuttavia, che tutto questo sarebbe stato essenzialmente più facile in un passato epico, fantastico o leggendario, ma credo anche che tutti non abbiano il minimo dubbio sul fatto che l'accelerazione, la tensione e le forze estreme (radicali se preferite) dei tempi in cui viviamo, non ci stiano rendendo le cose più facili.

Vecchi compiti in un contesto eternamente cangiante.

Perciò la vecchia massima di essere positivi acquisisce una dimensione sempre più importante. Armiamoci di tutte le protezioni necessarie, questo sì! Non dobbiamo di certo divenire ciechi, invece che più lucidi. Il fatto di essere positivi non significa essere dei merluzzi! Ignorare i problemi o volerli passare sopra semplicemente a base di buona volontà non è una soluzione. Bisogna essere positivi... e allo stesso tempo prendere il toro per le corna, qualunque sia la questione. Ogni questione ha il suo lato appuntito, la sua asta, la sua spada, il suo profilo pericoloso e, soprattutto, la sua daga nascosta.

Essere positivi significa mantenere uno spirito costruttivo al di là del risultato, come strategia, come atteggiamento. Essere positivi ci fornisce, persino di fronte all'inevitabile,

una più efficace disposizione di ordine pratico. Visualizzando, focalizzandoci sugli aspetti positivi di una disgrazia possiamo trasformare un problema in un'opportunità intelligente su cui lavorare. D'altra parte, quando l'oscurità ci avvolge, non riusciamo a vedere la via d'uscita; immersi nell'oscurità totale, persi nella penombra, focalizzare è impossibile... non ci resta che accendere una luce. Perciò i classici dicono: “Chiuditi alla dispersione”, in questo modo aumenterai la tua vitalità. La vitalità è energia e l'energia essenzialmente possiede una soglia che inevitabilmente diviene luce.

Un sorriso (e che dire di una risata) può salvarti la vita, posizionarti alla distanza adeguata, offrire una prospettiva che ci permetta di affrontare, e persino di trascendere, il conflitto, ovvero di vedere e di integrare la sua parte nascosta. La positività ci offre l'occasione di guardare con nuovi occhi una stessa cosa. Ridere è dunque una grande strategia, cominciando dal ridere di se stessi! Quale modo migliore di neutralizzare istantaneamente la nostra personale importanza? Il punto è che solo sentendoci importanti possiamo deprimerci, solo dandoci importanza possiamo soffrire.

Quando mettiamo nell'ordine adeguato i problemi, le difficoltà non sono altro che un'irritante trombetta soffiata da un piccolo diavoleto nel bel mezzo di un'enorme orchestra sinfonica. Perché mai c'impegniamo ad ascoltare solamente quello strumento? Essere positivi implica l'ascoltare tutta la sinfonia, compresa l'irritante trombetta ovviamente! In questo modo, forse, riusciremo persino a scoprire che il suo suono non è privo di senso nell'armonia globale! E se ci spingessimo un po' più in là... quasi, quasi finirebbe per piacerci!

La positività è una grande strategia purché, ovviamente, non ti faccia cadere nel Naif. E che c'è di più Naif di giudicare il “buono e il cattivo”? Quando ciò che si vuol fare è opporre la positività alla negatività, negando il lato oscuro delle cose, si entra irrimediabilmente in un dialogo contraddittorio; non si stanno unificando gli opposti, li si stanno confrontando! Questa è la figura del beato, del fondamentalista che pretende di trascendere senza aver integrato, facendo del “bene”, presto o tardi, un irrimediabile “male”. No! Questo non è il cammino dell'uomo di sapere, del Guerriero, la via dalla quale ci sussurrano consigli i saggi che sono stati nel mondo.

La cosa paradossale della nostra realtà, il gioco degli opposti che sono complementari, rende il nostro piano di Coscienza e di Essere un gioco di sottili chiaroscuri, tonalità, colori e forme, enormemente ricco e complesso. Ed è in questa ricchezza che risiede la sua bellezza; è nel suo pericolo, nella sua incertezza, che il saggio assapora quel nettare dolce ed incomparabile della fluidità, della realizzazione della consapevolezza del mistero dell'Uno e le sue mille parti. Per comprendere quotidianamente

Traduzione: Chiara Bertelli





questo mistero bisogna operare dal primo principio che la tradizione ci consiglia: Mantieni il tuo centro. È un gigantesco paradosso, ma solo dal centro potremo sicuramente scorgere la periferia. Uno dei misteri dell'Universo è che noi, sua stessa creazione, alla fine gli abbiamo permesso di guardare sé stesso, di ammirare la sua bellezza, il suo splendore, la sua grandiosità ed il suo potere. Esiste un'esperienza più "religiosa", più trascendentale di questa?

La positività è una direzione scelta nel nostro cammino verso l'infinito. Come scoprire se la stiamo usando adeguatamente? Niente di più facile! Basta che la scelta alla quale la positività ti conduce determini un passo in avanti, verso l'alto, verso l'interno e verso il Tutto... non avere dubbi, la tua bussola funziona!

Alfredo Tucci è Direttore Gerente di
BUDO INTERNATIONAL PUBLISHING CO.
e-mail: budo@budointernational.com



<https://www.facebook.com/alfredo.tucci.5>

Alfredo Tucci

e-mail: budo@budointernational.com ✖





"Perle" del Guerriero

*"Come artisti marziali,
viviamo da un codice di costante
auto raffinatezza e ricerca
dell'efficienza."*

*By
GM Evan Pantazi*



Vovinam

Il Vovinam, una delle Arti Marziali vietnamite, ha cominciato ad essere conosciuta in alcuni paesi europei dal 1970, e in particolare nei paesi europei più industrializzati, quali la Francia, la Germania e l'Italia.

Il massiccio afflusso di profughi vietnamiti in fuga dal nuovo regime di Hanoi dopo la fine della guerra del Vietnam, nel 1975, ha sottolineato la diffusione del Vovinam in questi paesi. Tuttavia, essa non corrisponde alla diffusione raggiunta dal Taekwondo e la Capoeira, per esempio.

Oggi, se è vero che l'arte del



Vovinam Việt Patrick Lev



Arti di Vietnam



Vô Đạo et





Vovinam

Vovinam è praticata in molti paesi d'Europa e del mondo, è altrettanto vero che non è il Vovinam marziale, ma il Vovinam "show", cioè, la parte "spettacolare" del Vovinam: i forbici volanti.

Questi sono stati alcuni elementi cruciali per la commercializzazione del Vovinam, per quanto offrivano immediatamente un'immagine dinamica associata automaticamente con il Vovinam. Da allora, questi elementi si sono rivolti contro il Vovinam, racchiudendolo tra l'immagine di "forbici volanti", che qualsiasi esperto vedrà come tecniche irraggiungibili in combattimento reale, almeno per quanto riguarda la maggior parte dei forbici volanti del Vovinam.

Forbici volanti, acrobazie ...

- Ha creato il Maestro Fondatore Nguyen Loc questi forbici volanti e acrobazie?

- Il Maestro Nguyen Loc non ha fondato mai un'Arte Marziale estetica, tanto meno uno sport spettacolare. Al contrario, la sua ottica è stata quella di creare un'Arte Marziale raccogliendo solo delle tecniche efficaci. L'efficacia era l'unico obiettivo del maestro fondatore, nella misura in cui la grande quantità di Quyen (forme, o kata in giapponese) che ha oggi il Vovinam, semplicemente non esisteva nell'epoca del Maestro Nguyen Loc. Queste forme sono state aggiunte dopo la sua morte. Alcune sono state estrapolate dalle Arti Marziali vietnamite tradizionali (Long Ho Quyen, Lao Mai Quyen, Xa Quyen, Hac Quyen...) e altri sono stati creati dal 1990.

"I Don Chan Tan Cong al collo, comunemente chiamati "Don Chan", non esistono nelle Arti Marziali tradizionali di Vietnam."



Vovinam Việt Patrick Lev





Võ Đạo Vovinam

“La lotta Vat è senza dubbio la base del Vovin; allora, perché questa base non è evidente nelle manifestazioni attuali del Vovinam?”





Vovinam

- Che cosa ha fondato il Maestro Nguyen Loc e con quale scopo?

- Soprattutto, si deve capire che il Maestro Loc non praticava le Arti Marziali perché era un lottatore di Vat. Molti maestri e insegnanti Vovinam se ne dimenticano o sembrano ignorarlo. Il Vovinam deriva dal sistema di lotta corpo a corpo vietnamita (Vat). Nella famiglia del Maestro Nguyen Loc tutti vivevano intorno al Vat. Ed è proprio il motivo per cui aveva bisogno di indagare. Egli voleva completare le sue conoscenze di combattimento con qualche tecnica di pugni e calci, dal momento che non le sapeva utilizzare. Il suo obiettivo era quello di creare uno stile di difesa allo scopo di formare i giovani in modo che essi stessi potessero difendersi contro i francesi che avevano invaso e colonizzato il paese.

È pertanto facile capire che in queste condizioni, le tecniche estetiche senza alcuna efficacia non sono state ben accolte. Quindi, non c'erano forbici volanti per un motivo molto semplice: siamo intorno all'anno 1930 e le tecniche di forbici volanti non erano ancora state inventate! Naturalmente, oggi si può leggere in alcuni libri o siti Internet che "i forbici volanti sono stati utilizzati dai vietnamiti per secoli per rovesciare i cavalieri cinesi." Essi non sono altro che mere finzioni inventate nel 1970 per sostenere la tesi del carattere "millenario" del Vovinam, in quel tempo noto con il nome di Viet Vo Dao, e che riviste specializzate di Arti Marziali (e al giorno d'oggi i siti web) si sono affrettati a diffondere,

“Nella famiglia del Maestro Nguyen Loc tutti vivevano intorno al Vat.”



**Vovinam Việt
Patrick Lev**





Võ Đạo
et





“I forbici volanti sono un condimento aggiunto a tutte le salse Vovinam. Tanto che molta gente pensa che Vovinam non è altro che i forbici volanti.”

Vovinam Việt Patrick Lev





Vô Đạo
et

Arti di Vietnam



dando così un'informazione che non è altro che pura favola.

Siamo nel ventesimo primo secolo, in un'epoca in cui abbiamo il potere di trasmettere informazioni vere e affidabili, e dove possiamo smascherare truffatori di ogni genere. Tuttavia, può essere letto in molte fonti occidentali: "Viet Vo Dao, l'antica Arte Marziale." Altro delirium commerciali, dato che il nome Viet Vo Dao in Vietnam è apparso solo nel 1964! È stato il Maestro Le sang (Vovinam) che l'ha inventato, quattro anni dopo la morte del Maestro Fondatore Nguyen Loc.

Cioè, per tornare al bordo del soggetto, il Vovinam è stato creato tra il 1938 e il 1939 e il suo scopo era la raccolta di tecniche efficaci, non solo delle Arti Marziali vietnamite, ma anche stranieri, per realizzare il metodo ultimo di formazione per i giovani di Vietnam contro i francesi invasori.

Mezzi alla sua disposizione

In questo momento, non c'erano molti mezzi disponibili a Vietnam. I libri di Arti Marziali potevano essere contati sulle dita e non ci sono stati film, né Internet, niente di tutto quello che abbiamo oggi e che ci permette trasmettere informazioni ... Il Maestro Nguyen Loc poteva contare su una sola cosa: imparare direttamente da maestri e insegnanti. Così è andato a cercare gli specialisti nella regione di Hanoi. Ma quali? Vi è qualche dubbio circa le origini di molte tecniche Vovinam, per diversi motivi: le tecniche di combattimento e autodifesa presentano la sua forma e il suo ordine di classificazione modificati in confronto con gli originali; nessun libro tecnico di Vovinam è stato mai scritto dal Maestro Fondatore; non esiste un elenco delle scuole dove egli si è allenato.

Pertanto, la lotta Vat è senza dubbio la base del Vovinam; allora, perché questa base non è evidente nelle manifestazioni attuali del Vovinam? La prima ragione è che dal 1964, i leader di Vovinam hanno voluto proporre ciò che distingue il Vovinam da altri stili in Vietnam: i forbici volanti. Poi tutto è stato organizzato in modo che le forbici volanti fossero il segno distintivo del Vovinam. I forbici volanti sono stati introdotti in tutte le tecniche di Vovinam, anche dove non dovrebbero mai essere stati messi. Ad esempio, nelle tecniche di difesa contro un'ascia o un machete. Non si scherza con queste armi. Qualsiasi tecnica inutile può essere letale. È un campo in cui i forbici volanti non dovrebbero mai essere state introdotte. E la stessa cosa accade con i combattimenti codificati contro diversi avversari, dove le forbici volanti sono stati accuratamente posizionati. Infatti, i forbici volanti sono un condimento aggiunto a tutte le salse Vovinam. Tanto che molta gente pensa che Vovinam non è altro che i forbici volanti. Con l'introduzione di queste tecniche nelle scuole europee di Viet Vo Dao (che indossano abiti neri) i forbici volanti sono diventati le tecniche tradizionali dell'Arti Marziali vietnamite per il pubblico in generale.

Ma in Vietnam, assolutamente nessuna scuola tradizionale di Vo Co Truyen ha forbici volanti nel suo programma. I Don Chan Tan Cong al collo, comunemente chiamati "Don Chan", non esistono nelle Arti Marziali tradizionali di Vietnam. Come

“Nessun libro tecnico di Vovinam è stato mai scritto dal Maestro Fondatore; non esiste un elenco delle scuole dove egli si è allenato.”





Arti di Vietnam

mai? Se queste tecniche fossero state tradizionali per migliaia di anni come dicono, dovrebbero essere presenti in tutte le scuole Vo Co Truyen in Vietnam. È semplicemente perché queste tecniche sono state create da insegnanti Vovinam.

Pertanto, assolutamente tutte le scuole vietnamite che sono stati creati nell'Ovest e possiedono tecniche di forbici volanti nel loro programma, le hanno preso dal Vovinam, prima o dopo la sua scissione della Viet Vo Dao Western Federation, creata nel 1973. Tuttavia, questa idea dei forbici volanti come una tecnica vietnamita è così profondamente stampata nella mente delle persone che si può vedere, anche in Vietnam, film d'azione vietnamiti che raccontano fatti storici, reali o immaginari, dell'epoca coloniale, combattendo con forbici volanti! Un anacronismo assoluto.

Va sottolineato che, in vita del maestro fondatore, c'erano Don Chan Tan Cong. In generale, le tecniche di Vovinam sono raggruppate in dieci o dodici, con alcune eccezioni. Tanto che lo stesso Maestro Le Sang ha assicurato a me che ci sono stati solo dieci Don Chan originali. Ed è proprio la cifra dieci quello che esclude le forme volanti in fretta al collo. Pertanto, il Vovinam del Maestro Nguyen Loc non ha incluso i forbici volanti (che premono il collo), ma esistevano i Don Chan di doppi calci. Secondo gli antichi maestri del Vovinam, la creazione di tutti questi Don Chan, 7, 8, 9 e 10, è stata guidata dalle tecniche del "French Catch", qualcosa come gli spettacoli di wrestling del tempo.

Qualunque cosa sia, dal 1964, i leader del Vovinam avevano trovato la "pepita d'oro" con questi forbici volanti, perché il Vovinam aveva bisogno soprattutto delle tecniche spettacolari e inusuali per differenziare e prendere le distanze dagli altri stili in Vietnam.

Alcuni anni più tardi, durante la guerra del Vietnam, c'è stata una necessità dei vietnamiti a competere con il dinamismo delle scuole coreane, introdotte in Vietnam, grazie alla partecipazione di unità coreane nel conflitto, e hanno avuto più successo delle scuole vietnamiti.

Con la creazione nel 1964 di un nuovo nome aggiunto (Viet Vo Dao), la scuola Vovinam ha avuto due diversi aspetti: da un lato c'era un modo guidato dalla metafisica, il Viet Vo Dao - Nhan Vo Dao, e dall'altro queste nuove tecniche volanti ce hanno dato il Vovinam un'immagine inconfondibile, un principio di marketing prima dell'era.

“Potremmo difenderci contro le forze armate con queste forbici volanti? No! Potremmo difenderci in strada? No, non sarebbe possibile!”

Vovinam Việt Patrick Lev



Vovinam



“Il Vovinam è stato creato tra il 1938 e il 1939 e il suo scopo era la raccolta di tecniche efficaci, non solo delle Arti Marziali vietnamite, ma anche stranieri, per realizzare il metodo ultimo di formazione per i giovani di Vietnam contro i francesi invasori.”

**Vô Đạo
Viet**





Vovinam



Vovinam Việt Patrick Lev



Tuttavia, questi forbici volanti si allontanano dalla visione del Vovinam del Maestro Nguyen Loc. Potremmo difenderci contro le forze armate con queste forbici volanti? No! Potremmo difenderci in strada? No, non sarebbe possibile! Questa è stata la ragione principale per la creazione del Vovinam Integrale. Si tratta di un modo per tornare alla sorgente, ma non la fonte e luogo di nascita del Vovinam, ma la fonte come principio di ricerca dell'efficienza, il concetto originale del Maestro Nguyen Loc. Nel 2010, molti insegnanti sono incontrati per riscoprire questo modo di lavorare e di allenare il Vovinam, secondo lo spirito del Maestro Nguyen Loc.

I Quyen

Sebbene l'ottica di lavoro del Maestro Nguyen Loc non ha incluso i Quyen come mezzo di addestramento, oggi c'è una certa necessità di praticare queste forme: per i bambini, per la revisione delle tecniche allenati da soli, per



Vô Đạo Vet





migliorare i movimenti, le tecniche, ecc. Ma c'è un'evidente eccesso di forme nel Vovinam moderno. Tra il livello principiante e il 4° dang, ci sono 17 Quyen! Se un praticante vorrebbe rivederli tutti, avrebbe dovuto dedicare tutto il suo tempo d'allenamento ad esso e così non potrebbe praticare ciò che è più importante: l'autodifesa, il combattimento, le proiezioni, lo sviluppo dei riflessi, la lotta a terra, ecc

Inoltre, se a questo aggiungiamo la dozzina di forme Song Luyen fino al 4° dang, e gli esercizi di combattimento codificati e memorizzati, il numero di tecniche per essere imparate a memoria è semplicemente un freno al progresso in senso marziale. Trasformerebbe il professionista nel meccanismo di un orologio programmato per le sequenze di movimenti imparati a memoria, che non sono di alcuna utilità nel miglioramento delle nostre capacità di combattimento o di auto-difesa. Così, il Vovinam moderno è l'opposto del suo obiettivo primario, la sua ragion d'essere.

Se si confronta il livello di combattimento dei club europei che praticano un Vovinam "prima del 1975", con il livello dei club Vovinam che seguono il programma in corso in Vietnam, appare evidente che l'eccesso di tecniche memorizzati

Vovinam Việt Patrick Lev

Arti di Vietnam



Võ Đạo
et





“Oggi, se è vero che l'arte del Vovinam è praticata in molti paesi d'Europa e del mondo, è altrettanto vero che non è il Vovinam marziale, ma il Vovinam "show", cioè, la parte "spettacolare" del Vovinam: i forbici volanti.”

Vovinam Việt Patrick Lev





previene la progressione del combattente. Seguendo questa logica, se tornassimo al programma prima di 1964, cioè prima della morte del Maestro Fondatore, per continuare con il suo progetto di ricerca dell'efficacia, ci porterebbe grandi benefici.

Vovinam Integrale

Vovinam integrale è semplicemente tornare al vero Vovinam del Fondatore. Ma come? All'inizio del 1957, il Maestro Nguyen Loc si è ammalato e la sua condizione aggravata fino al punto di non essere in grado di dare lezioni di Vovinam. Il Maestro Lê Sang l'ha sostituito dal 1957 fino al 1960, anno in cui morì. Pertanto, non c'è nessun maestro di Vovinam oggi attivo che abbia mai ricevuto direttamente lezioni dal maestro Nguyen Loc.

Il Vovinam è spesso presentato come un'Arte Marziale vietnamita tradizionale, ma non è così. Il Vovinam è anche un mix. Ma quello che è stato innovatore in Vietnam era solo il concetto Vovinam. L'obiettivo del fondatore era chiaramente e apertamente dichiarato: "Raccogliere tecniche efficaci, assimilando l'essenza di queste tecniche e trasformandole in tecniche di Vovinam", e in effetti, questo concetto rimane ancora in vigore ed è obbligatorio per tutti i master Vovinam del mondo.

In Vovinam, nulla è stato creato, tutto esisteva prima, tranne ... i forbici volanti, naturalmente ... Sono le uniche tecniche che sono veramente nuove, perché non esistevano prima nelle Arti Marziali Vietnamite.



Vô Đạo et





Vovinam è quindi un concetto di ricerca per ottenere uno stile super efficace. Tuttavia, oggi il 90% degli insegnanti Vovinam si sono scordati di esso e piegano la testa davanti a un programma troppo caricato, troppo fisso, troppo estetico e talvolta del tutto inefficace in numerose tecniche.

Il Vovinam Integrato è semplicemente riscoprire l'essenza originale dell'arte del Maestro Nguyen Loc. Per questo, abbiamo i principi, le tecniche di base, e non ci resta che tornare a praticare la forma

efficace di ogni tecnica, e applicare il principio del fondatore di "Raccogliere tecniche efficaci, assimilando l'essenza di queste tecniche e trasformandole in tecniche di Vovinam".



Vovinam Việt Patrick Lev





Vô Đạo
et

"Il Vovinam Integrale è semplicemente quello di ritrovare l'essenza originale dell'arte del Maestro Nguyen Loc."



Vovinam Việt Patrick Lév





CINTURON NEGRO BUDO CINTURÃO NEGRO KAMPFKUNST INTERNATIONAL



NEW DVD!!!

Vovinam Việt Võ Đạo



Patrick Levet



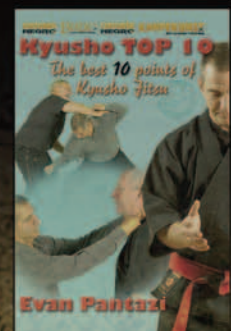
Võ Đạo

Levet

VIDEO DOWNLOADS PROMO



VIDEO DOWNLOAD



4 VIDEOS

x 30 €

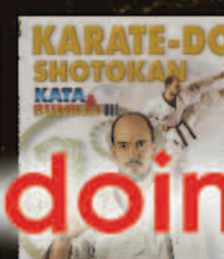


580 DVDs

già in Video Download

500 in Italiano

SCARICA IMMEDIATA



www.budointernational.com

Pukulan Pencak Silat Serak

Maha Guru Horacio Rodriguez



Maha Guru Horacio Rodriguez è l'erede della stirpe di Pendekar Pak Victor De Thouars, di Pukulan Pencak Silat Serak, un sistema di combattimento importato dall'Indonesia agli Stati Uniti dai fratelli De Thouars nel 1960. Per molti anni, questa potente e sofisticata scienza è stata trasmessa oralmente in segreto solo a studenti selezionati (questi includono notevoli artisti marziali come Sijo Bruce Lee e Guro Dan Inosanto). Il Pukulan Pencak Silat Serak è un sistema completo con un programma di apprendimento di 10 fasi d'allenamento. Questo primo DVD della serie insegna posizioni di Tiga Lanka, i Sambuts di base 1-15, tecniche di finalizzazione, i Buang o takedown e le chiavi di presa, Tendjekan, difesa contro gli attacchi di massa, campi d'azione, cambi di gioco di gambe senza perdere spazio, punti di connessione Garisan, reindirizzare, base-angolo-leva, modi di occupare lo spazio, proiettare pressione in avanti per eludere o evitare un attacco, e come mantenere il controllo costante per dominare e ottenere il controllo finale.



REF.: • DVD/SERAK-1

DVD: 22,00 €

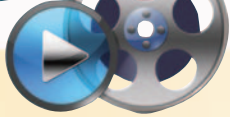


English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com



click!



downloadsite

YouTube

1

2



The Chiu Chi Ling

5 6



Sifu

Shaolin Hung



3



4



linage



7



You Tube

You Tube



Martin Sewer Gar Kung Fu

The largest Martial Arts media in

TURKESK VEK MÜHÜRÜM OFFERTE UNICHE!

CINTURON NEGRO
www.chucknorris.com/it

Historia del Budo: Budo no kokoro
Injitsui: Efficacia?
Jim Mak & Kyusho: Comparativa
Franc. Sirovyan: Artes Filipinas

Chuck Norris
Habla de **Bruce Lee**

Jhon Pellegrini: Policia y Artes Marciales
Combate: Como perfeccionar tu tecnica!
Ari Herdian: KAPAP "Manos vacias"
Tomahawk: El hecho de combate
Raúl Gutiérrez: Los Kato y su significado

Aikido, Ju Jitsu, Sando, Kung Fu, Wing Tsun, Karate, Krav Maga, Brazilian Jiu Jitsu...

WIE DU DENNICHEN BEKOMMT WIRSA BEZUGNUNGEN ANNEHMEN!

KAMPFKUNST
INTERNETJOURNAL

Geschichten von Budo: Budo no kokoro
Franc. Sirovyan: Philippinische Kunst
Jim Mak & Kyusho: Vergleich
Injitsui: Wirksamkeit?

Chuck Norris
Erzählt von **Bruce Lee**

Jhon Pellegrini: Polizei und Kampfkunst
Kampf: Wie du deine Technik perfektionierst!
Ari Herdian: KAPAP "Leere Hände"
Tomahawk: Die Art des Kampfs
Raúl Gutiérrez: Die Kato und ihre Bedeutung

Aikido, Ju Jitsu, Sando, Kung Fu, Wing Tsun, Karate, Krav Maga, Brasilianisches Ju Jitsu...

Visita la nostra NUOVA PAGINA WEB! OFFERTE UNICHE!

CINTURA NERA
www.chucknorris.com/it

Yannohankai: l'uomo che fa cadere le spade
Jim Mak & Kyusho: a confronto
Franc. Sirovyan: Arti Filippine
Injitsui: Effettività?

Chuck Norris
Parla di **Bruce Lee**

Jhon Pellegrini: Polizia e Arti Marziali
Storia del Budo: Sudo no kokoro
Combattimento: Come perfezionare la tua tecnica!
Ari Herdian: KAPAP "Mani nude"
Tomahawk: l'ascia da combattimento
Raúl Gutiérrez: I Kato e il loro significato

Aikido, Ju Jitsu, Sando, Kung Fu, Wing Tsun, Karate, Krav Maga, Brazilian Jiu Jitsu...

Novvante e due vira a para chon ari! OFFERTE UNICHE!

BUDO
INTERNETJOURNAL

Historia de Budo: Budo no kokoro
Injitsui: Efficacia?
Jim Mak & Kyusho: comparison
Franc. Sirovyan: Arts martiaux Philippines

Chuck Norris
Parle de **Bruce Lee**

Jhon Pellegrini: Police et Arts Martiaux
Combat: Comment perfectionner votre technique
Ari Herdian: KAPAP "Mains nues"
Tomahawk: Le heuch de combat
Raúl Gutiérrez: Les katus et leur signification

Aikido, Ju Jitsu, Sando, Kung-Fu, Wing Tsun, Karate, Krav Maga, Brazilian Jiu Jitsu...

the World

WRITE A NEW WORD! OPENING LINES!

CINTURÃO NEGRO

Historical Under:
Budo no kokoro
Jujitsu
Efektividade

Diez Maik
& Kyusho:
Comparativa

Franc.
Struccion
Artes
Filipinas

Chuck Norris
Fala de **Bruce Lee**

John Pellegrini:
Policia e Artes Marciais

Combate:
Como aperfeiçoar a técnica!

Aoi Noriaki:
KAPAP "Moos avas!"

Tomahawk:
O machado de combate

Raúl Gutiérrez:
Os Kata e seu significado

Aikido,
Ju Jitsu,
Sanda,
Kung Fu,
WingTsun,
Kajukenbo,
Krav Maga,
Brazilian Jiu Jitsu...

VISIT our NEW WEB! UNIQUE OFFERS!

BUDO INTERNATIONAL

Historical Under:
Budo no kokoro
Jujitsu
Efektividade

Diez Maik
& Kyusho:
Comparativa

Franc.
Struccion
Philippine
Arts

Chuck Norris
Speaks about **Bruce Lee**

John Pellegrini:
Police and Martial Arts

Combat:
Improve your technique!

Aoi Noriaki:
"KAPAP" "Empty Hands"

Tomahawk:
The battle ax

Raúl Gutiérrez:
Kata and their meaning

Aikido,
Ju Jitsu,
Sanda,
Kung Fu,
WingTsun,
Kajukenbo,
Krav Maga,
Brazilian Jiu Jitsu...

VISIT THE WEBSITE! WWW.BUDOINTERNATIONAL.COM

皇帝魂 越南神功之美
小世界越看越大

日本精剛
以外界的注目

試看
拳脚的力貫

實戰總堂
巴西藝術
巴西武術界的高級

CHUCK NORRIS
談 **李小龍**

五大原因
改變菲律賓國旗
顏色所象

將軍格魯與將軍
與 CARLOS NEWTON

《格鬥的關鍵》
小山田真專訪

最後的武士 一武士之子

格鬥的關鑰

小田田真專訪

VISIT OUR WEBSITE! WWW.BUDOINTERNATIONAL.COM

Budo

Historical Under:
Budo no kokoro
Jujitsu
Efektividade

Diez Maik
& Kyusho:
Comparativa

Franc.
Struccion
Artes
Filipinas

Chuck Norris
Bruce Lee's Analysis

Samurai Yoroi:
Japan Zain Gijimokki!

Kyusho va Eskrima:
Bir savanma sanatini
semaik icin 5 sebep!

"Son Samurai"
In Diju Shin Koyamada
Ho Çok Özel Raportaj!

G.M. Mansur:
Jiu-Jitsu Kontrolleri!

The Hasan Akif
ile ATILIM
Nakkadai

Wing Tsun:
Mak Yang Cheng
(Zahra-Adam)

Raportaj:
Grand Master
sifu Paolo Cangelosi

Aoi Noriaki
& UFC Carlos Newton
Davusun Paf Noktaları

Aikido,
Karate,
Kung Fu,
WingTsun,
Muay Thai,
Krav Maga,
Brazilian Jiu Jitsu...

Every month **FREE** on-line



1

Alfred Johannes Neudorfer + Rosa F



3



2

errante Banner

www.wingtsununiverse.org



4

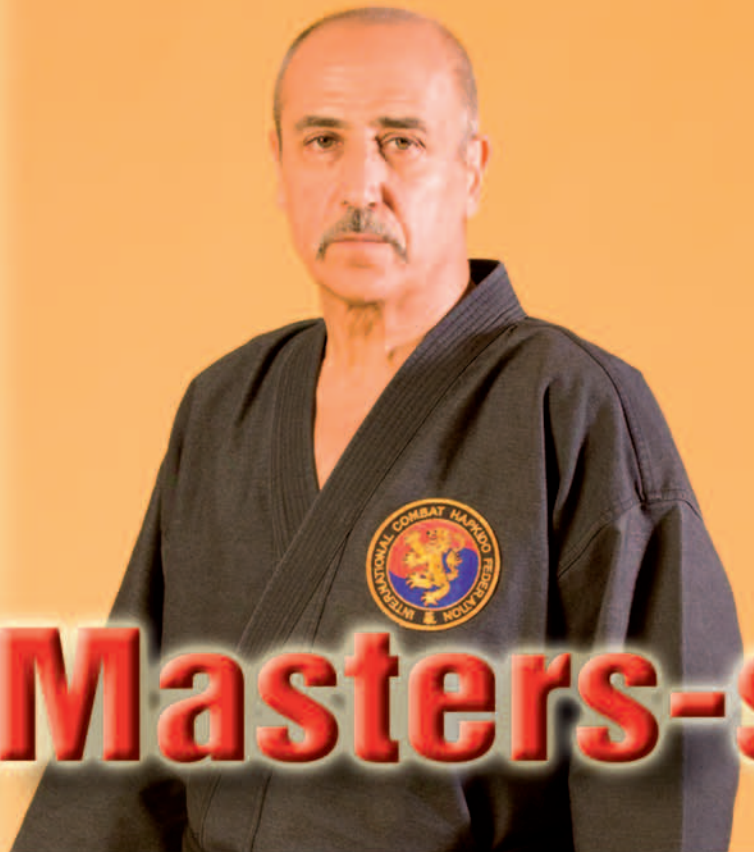


BE PART OF THE GREATN



1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-se

Powered by:

www.budointernational.com
CINTURON NEGRO

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com

志常徳

Budo
www.bud

ESS!



Organized by:

**CINTURA
NERA**

ASTERS

16- 17 April ROME 2016



eminars + 1 GALA



1 2



Sifu Andre



4





3



You Tube



reas Hoffmann

Weng Chun Kung Fu

www.weng-chun.com

5

6

Masters & Styles



"BRUCE LEE IS JEET KUN DO, AVI NARDIA

KAPAP

The World's Most Complete System of Self D

LEARN KAPAP NOW AT
WWW.AVINARDIA.COM



Indonesia

KAPAP
David Krav is the head instructor. He specializes in training Special Forces, military, law enforcement and traditional martial arts. www.kapap.com



MORE THAN 50 AFFILIATES WORLDWIDE
VISIT AVINARDIA.COM

Next instructor certification:
April 7-10, 2016 Training Instruct

A IS



KAP

Defense and CQB

Spotlight

Director of KAPAP Indonesia. He
serves in Special Forces, Counter Terror units,
and trains police and civilians in modern and
combat. www.KomandoIndonesia.com



Training Camp &
Instructor Certification

USA



Avi Nardia
KAPAP Founder



New Zealand



Slovenia



United Kingdom



United States



Singapore

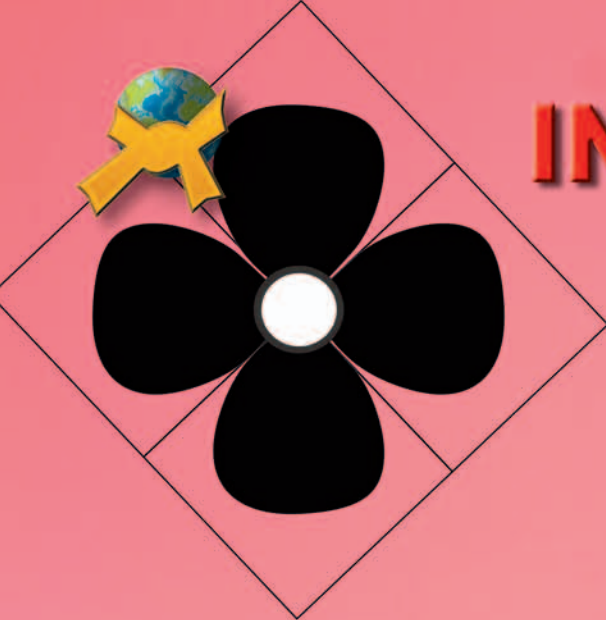


South Korea



Sri Lanka





INTERNATIONAL BUGEI SOCIETY

国際武芸連盟

Espandire una tecnica fino al punto che diventi una fonte inesauribile di risorse, non è un compito facile; né per lo studente né per l'insegnante.

Per molti che vedono nella strada un'impregnazione del "Do", la velocità può non essere un punto di forza essenziale. Ma i praticanti di "Jutsu", sanno che la perfezione tecnica, che cerca di superare in combattimento la forza dell'avversario, richiede una conoscenza più definita sulle caratteristiche della forma applicata con la spada.

Il fattore determinante della tecnica per il "Saya Biki" rappresenta in sintesi il dettaglio espressivo di una tecnica di velocità, che, a sua volta, deve essere in armonia con la mano destra, che rispetta i limiti richiesti dal Saya Biki.

La velocità nello sport, come nelle arti della guerra, assume forme diverse ed è classificata in due gruppi:

- Velocità pura: dipende del SNC (sistema nervoso centrale) e di fattori genetici, può essere solo minimamente addestrata e si svolge nello sport, in interventi brevi e altamente esplosivi o con resistenze esterne minimi.

Weineck (1999) la suddivide in velocità di reazione, velocità di frequenza di movimenti e la velocità d'azione.

"La velocità pura può essere notevolmente migliorata, in particolare attraverso l'allenamento nella fase iniziale, fino alla fase più matura." (Weineck 1999: 382).

- Velocità complessa: essa dipende da altre capacità funzionali come la forza e la resistenza. Possiamo dire che si trova nella regione confinante tra la velocità e la resistenza o la forza. Secondo Weineck (1999), la



You Tube

downloadsite

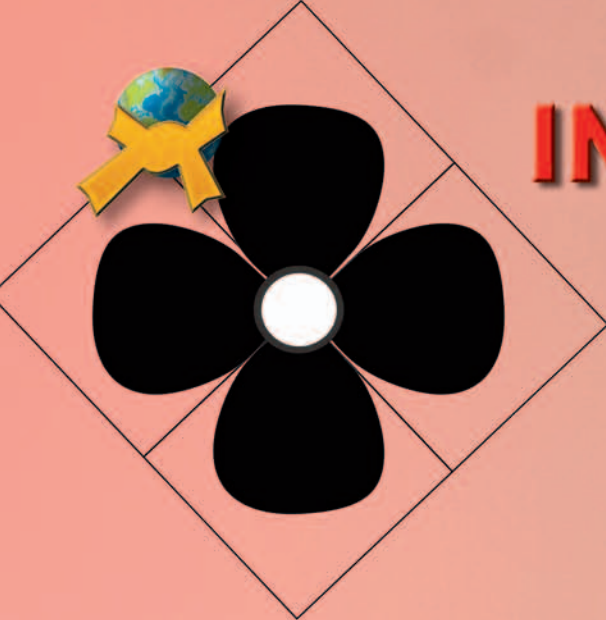
Kaze no Ryu Bugei

Shidoshi Jordan Augusto

The Shizen Tradition

 KazenoRyu.Bugei





INTERNATIONAL BUGEI SOCIETY

国際武芸連盟

velocità complessa comprende la resistenza di forza veloce, la velocità di forza e la resistenza di massima velocità.

"Le possibilità di svilupparle attraverso l'allenamento sono molto meno restrittive rispetto allo sviluppo delle forme pure di velocità".

WERCHOJANSK

1998 apud ELLIOTT - 2000.

"La velocità è un fattore di natura fisica che subisce perdite visibili attraverso l'età, pertanto, prima è addestrata, meglio la sua efficienza." (Weineck 1999: 382). ISRAEL (1977), nel lavoro di Weineck (1999), sottolinea il problema ancora un po' più, ammettendo la possibilità che il profilo finale delle basi fisiologiche della velocità, sia stabilito molto presto. Ciò che non è stato sviluppato al momento giusto non può essere recuperato in seguito. Questi risultati abbondano sull'importanza di un'istruzione al più presto possibile, di tale elemento fisico della sintonizzazione.

ZAKHAROV (1992) integra la posizione degli autori citati, sottolineando che un adulto non addestrato, attraverso un allenamento adeguato, può migliorare la sua preparazione 15 al 20%. Si evidenzia inoltre che altri casi sono eccezioni e le differenze nella distribuzione delle fibre muscolari e il modello di innervazione sono geneticamente determinate, e l'allenamento difficilmente può modificare il volume (per aumento della sezione trasversale) o la capacità di coordinamento, ma non la distribuzione percentuale delle fibre .

"La velocità è un fattore di natura fisica che subisce perdite visibili attraverso l'età, pertanto, prima è addestrata, meglio la sua efficienza."

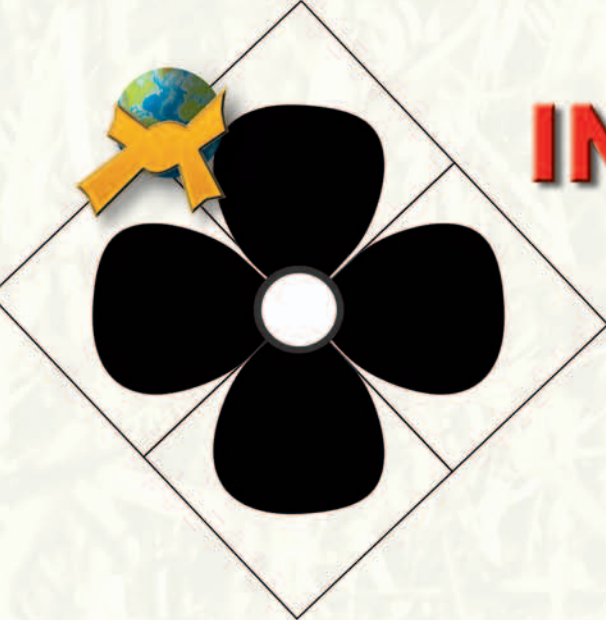
Kaze no Ryu Bugei

Shidoshi Jordan Augusto

The Shizen Tradition

 [KazenoRyu.Bugei](https://www.facebook.com/KazenoRyu.Bugei)





INTERNATIONAL BUGEI SOCIETY 国際武芸連盟

Per noi, che pratichiamo "Jutsu" e, nel caso di questo articolo, "Battoujutsu" in particolare, è importante per determinare i punti che dobbiamo lavorare, in modo che i risultati siano significativi. D'altra parte, sappiamo che se una katana è eccessivamente affilata, non taglia più. In altre parole, bisogna avere temperanza. Sappiamo tutti che il Giappone è permeato dal Zen e, quindi, è l'istruzione del maestro.

Nel profondo di ogni aspetto, vengono salvati le caratteristiche uniche che lo rendono speciale, magico. Molte persone che conosco, che dedicano la loro vita a qualcosa che considerano importante, lungo le loro attività capito hanno che il "profondo" è al di là del momento, al di là della possibilità. Interagiamo, ma non sempre in modo vero, essenziale, interessante!

Così, liberarci dalla superficialità, l'illusorio, il "non-vero", significa liberarci dalla paura, la paura psicologica; la paura di riflettere sull'interazione del SÈ con il momento. Un signore di mezza età di mi ha detto "E perché dovrei praticare con la spada? Io non ho niente a che fare con la pratica della spada! Questo è per la gente idiota!" Il termine "idiota" in questo caso si riferiva agli antichi guerrieri ... Vale a dire, che stabilire una idea su qualcosa, prima ancora di conoscerla, significa stabilire un forte legame con l'idiozia! Oppure no?

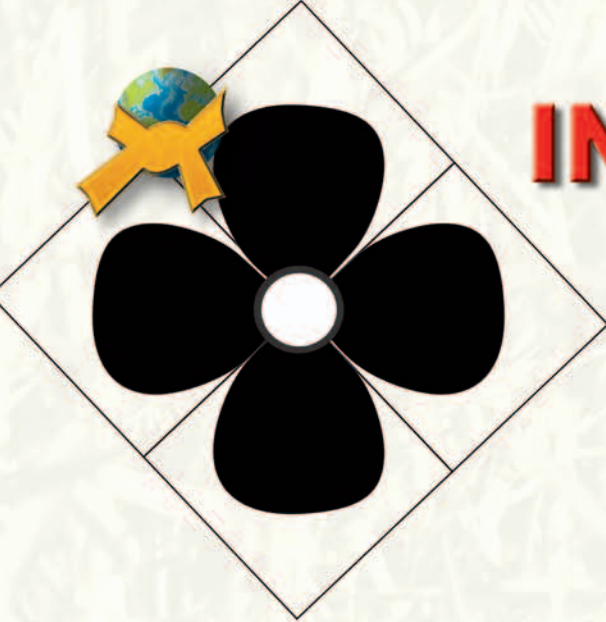
*"Ogni errore si basa su una verità che è stata abusata."
Wilhelm Bousset.*

“La pratica della spada stabilisce certamente un percorso diverso da quello dell'idiozia; la sua profondità è legata ai più alti concetti di ragionamento e conclusioni, attraverso la profondità che troviamo nello spazio esistente tra la fantasia e la realtà.”

Kaze no Ryu Bugei Shidoshi Jordan Augusto The Shizen Tradition

 [KazenoRyu.Bugei](https://www.facebook.com/KazenoRyu.Bugei)





INTERNATIONAL BUGEI SOCIETY

國際武芸連盟

La pratica della spada stabilisce certamente un percorso diverso da quello dell'idiozia; la sua profondità è legata ai più alti concetti di ragionamento e conclusioni, attraverso la profondità che troviamo nello spazio esistente tra la fantasia e la realtà. Per i più saggi, intervallo di ESTA, questo spazio - che è tempo - esistente tra la persona che imposta il percorso di superficialità, di paura, di stagnazione.

L'atto di approfondire stabilisce la condizione di interrompere il ciclo illusorio: la paura scompare e la persona è in contatto diretto con la realtà; si osserva da una visione razionale. Per lo Zen, è solo il fatto che si dissolve da se... C'è solo il fatto e non c'è ambiente. In questo modo, in parallelo con lo Zen, possiamo dire che in questo processo si verificano diverse cose: il conflitto è completamente eliminato quando l'auto-osservazione viene data nel momento in cui l'osservatore è la cosa osservata.

Nella via della spada possiamo dire che, in questo caso, l'osservatore è la paura stessa. Possiamo sentirlo chiaramente quando dobbiamo attaccare un nemico, allo stesso tempo che egli stia cercando di tagliare noi. Un volta che non c'è l'auto-osservazione, l'energia presente in questo momento aumenta; cioè, sperimentiamo il fenomeno che tutta l'energia (interna ed esterna) prende la forma di paura. Sciogliere questo intervallo è la via più adatta per i saggi. Poiché non esiste un intervallo di tempo, visto che siamo l'energia, la paura scioglie in un modo razionale e logico.

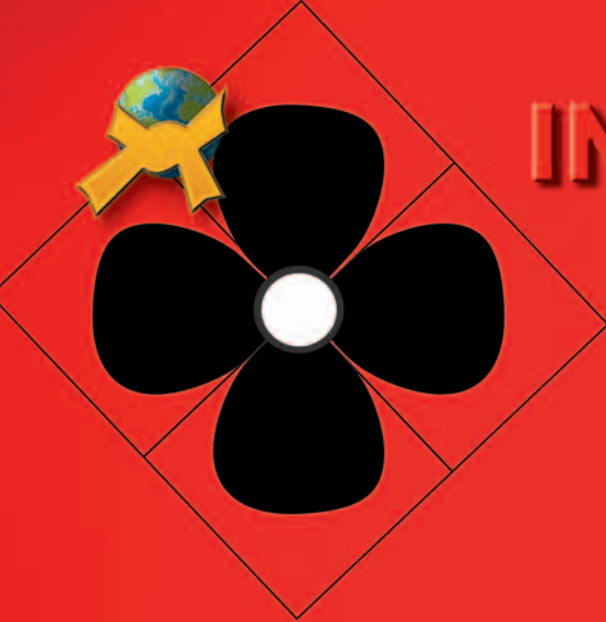
**“Una vita non è importante
ma per l'impatto che possa
avere sulla vita degli altri.”**

(Jackie Robinson)

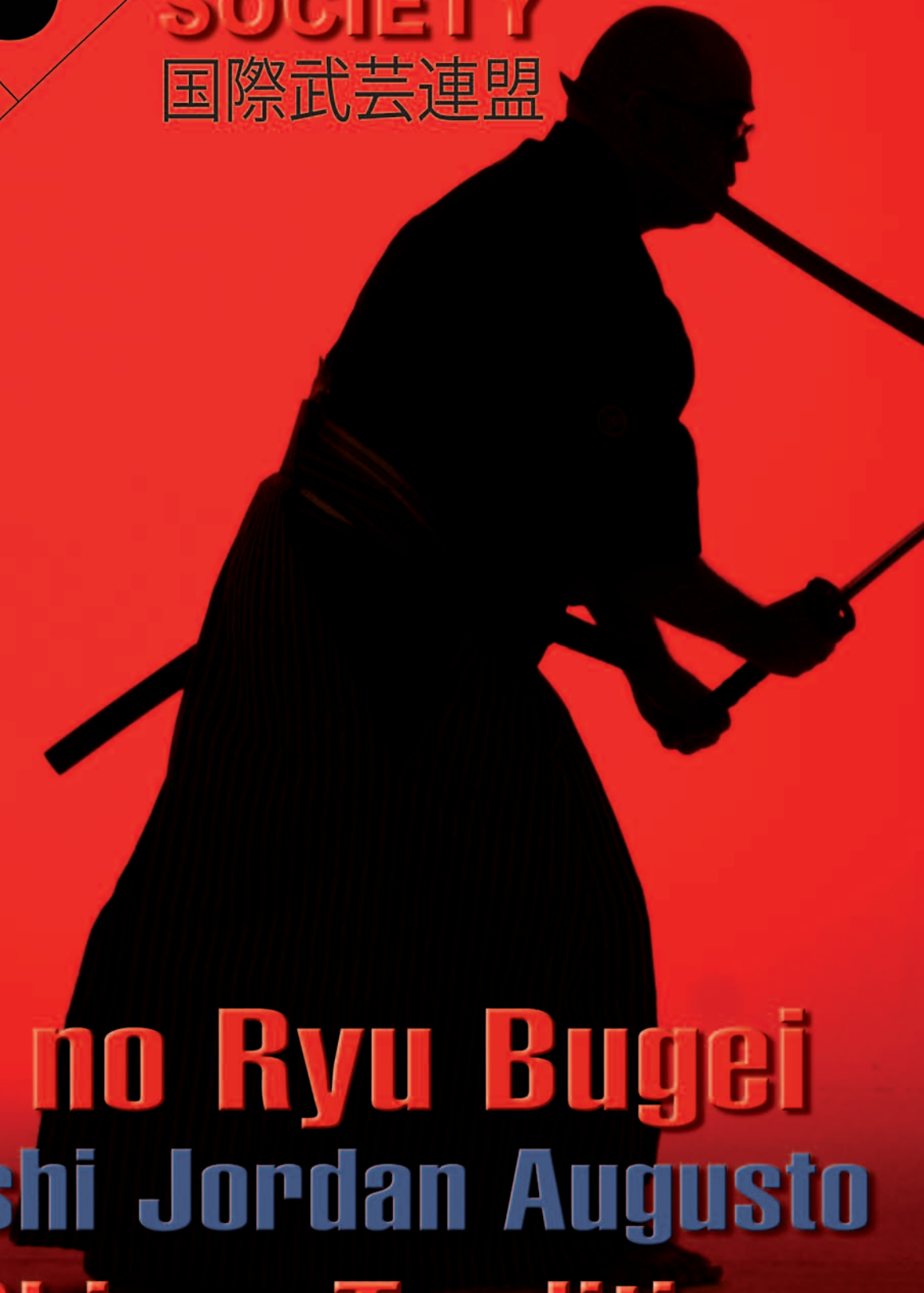
Kaze no Ryu Bugei Shidoshi Jordan Augusto The Shizen Tradition

 [KazenoRyu.Bugei](https://www.facebook.com/KazenoRyu.Bugei)





**INTERNATIONAL
BUGEI
SOCIETY**
国際武芸連盟



Kaze no Ryu Bugei
Shidoshi Jordan Augusto
The Shizen Tradition

 **KazenoRyu.Bugei**



“Un volta che non c'è l'auto-osservazione, l'energia presente in questo momento aumenta; cioè, sperimentiamo il fenomeno che tutta l'energia (interna ed esterna) prende la forma di paura. Sciogliere questo intervallo è la via più adatta per i saggi. Poiché non esiste un intervallo di tempo, visto che siamo l'energia, la paura scioglie in un modo razionale e logico.”



BE PART OF THE GREATN



1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-s

Powered by:

www.budointernational.net
CINTURON NEGRO

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com
柔道志

Budo
www.bud

ESS!

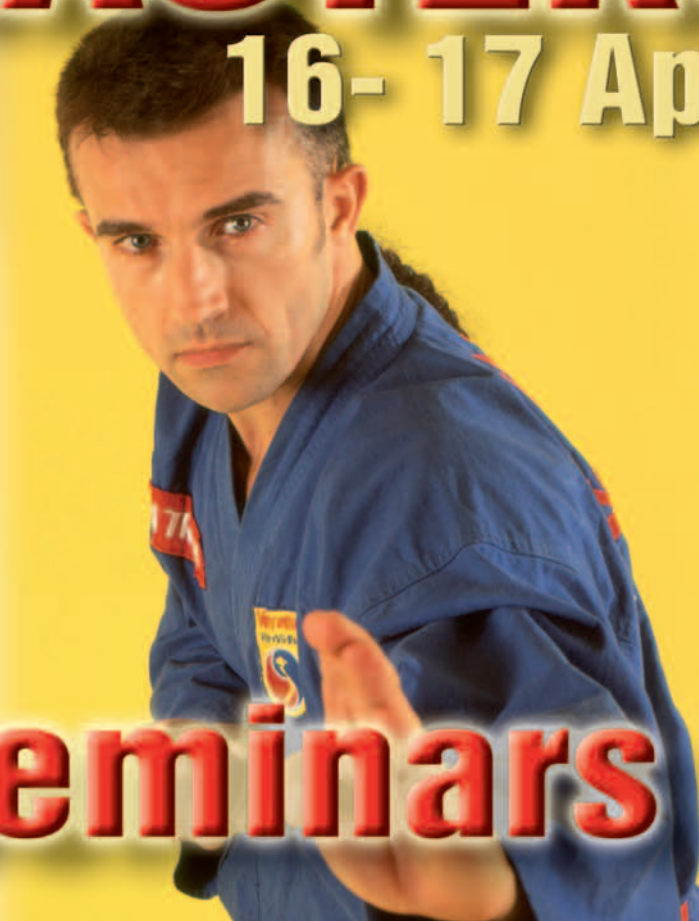


Organized by:

**CINTURA
NERA**

MASTERS

16- 17 April ROME 2016



Seminars + 1 GALA



click!



downloadsite



Larry Tatum's Kenpo

3



4



Adolfo

2



You Tube



Masters & techniques

 Adolfo Luelmo Recio

5



Luelmo Recio 9 Dan

**INTERNATIONAL SCHOOL
GRAND MASTER
PAOLO CANGELOSI
SINCE 1978**

壽



DAAI SIFU PAOLO CANGELOSI

Ha iniziato le Arti Marziali nel 1969, ha dedicato la sua vita allo studio, pratica e divulgazione delle discipline orientali. Ha viaggiato per oltre 30'anni in Oriente Profondo conoscitore della cultura marziale cinese uno dei pionieri del combattimento free style - no roules

Di fama internazionale è riconosciuta come una delle Scuole più longeve d'Europa, con sede a Genova (Italia) ubicata in un posto magico esclusivamente dedicato alle Arti Marziali, super attrezzato per svolgere al meglio gli allenamenti e le meditazioni.

www.sifupaolocangelosi.com



I CORSI

- **KUNG FU TRADIZIONALE**
HUNG GAR - WING CHUN - TANG LANG
TAI CHI - PA KUA

- **TAI CHI CHUAN**
- **TAO YIN - CHI KUNG**

- **COMBAT FREE STYLE W.M.A.**

- **F.A.D. FULL ACTION DEFENSE**

- **MUAY THAI TRADIZIONALE**

- **THAI BOXING PRO AGONISTICA**

I NOSTRI PROGRAMMI SONO INSEGNATI
IN TUTTE LE SUCCURSALI della scuola
del GM Paolo Cangelosi

Per chi volesse organizzare stages
con il GM Paolo Cangelosi
contattarci : www.sifupaolocangelosi.com

HEADQUARTER:

Salita delle Fieschine 17r
16122 Genova - Italy
phone: +39 010 8391575

cangelosipaolo@libero.it

web site: www.sifupaolocangelosi.com





PDF

eBooks

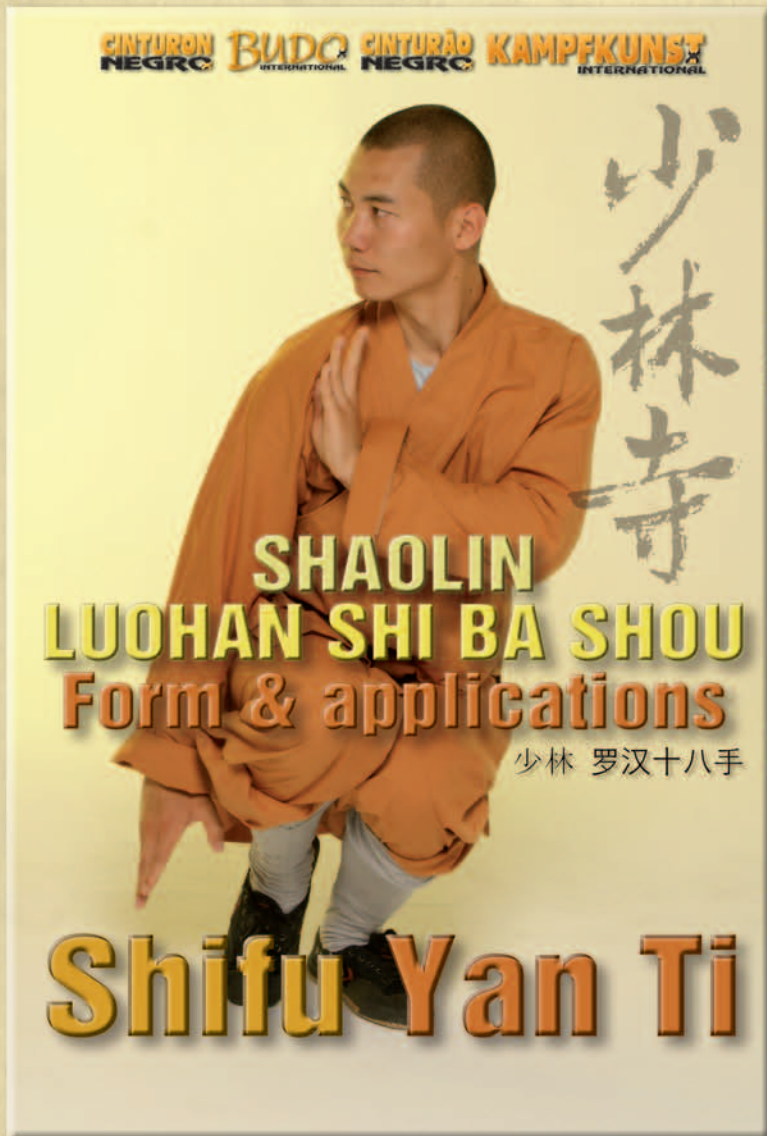


New . Nuevo . Neu
Nouveau . Nuovo
Novo !!!!!

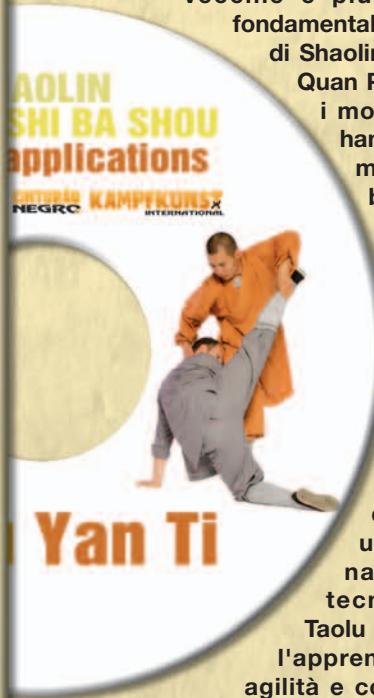
www.budointernational.com

SHAOLIN LUOHAN SHI BA SHOU Form & applications

Shifu Yan Ti



Il Maestro Shaolin Shi Yanti è un monaco della 34a generazione del Tempio Shaolin Songshan e un discepolo diretto del Venerabile Abate Shi Yong Xin. In questo suo primo lavoro per Budo International, ci presenta la Luohan Shibashou, una delle più vecchie e più rappresentative forme fondamentali di mano vuota del Tempio di Shaolin. Secondo il libro "Shaolin Quan Pu", durante la dinastia Sui, i monaci guerrieri del Shaolin hanno sviluppato una serie di movimenti semplici, scelti in base al "18 statue Luohan", da cui il nome Luohan Shi Ba Shou (18 mani di Luohan). Lo stile di questo Taolu è particolare e nei suoi continui movimenti possono essere viste chiaramente combinazioni di movimenti reali e irreali, di difesa e di contrattacco, e una varietà di movimenti nascosti. Le principali tecniche di mano in questo Taolu sono quelle delle palme, e l'apprendimento richiede grande agilità e coordinazione, oltre che la padronanza delle posizioni Xubu, Dingbu, Gongbu e Mabu e le loro caratteristiche.



REF.: • DVD/YANTI-1

DVD: 22,00 €



English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.



Masters & Styles

1



2



Arnis Germano

3



4





System o Monosi



You Tube



www.monosi-arnis-system.com



1



2



You Tube

Masters &
dbu



Wolf Extreme

www.davidbuisan.es



3



4



5



David Buisan

Techniques

isanwolf@gmail.com

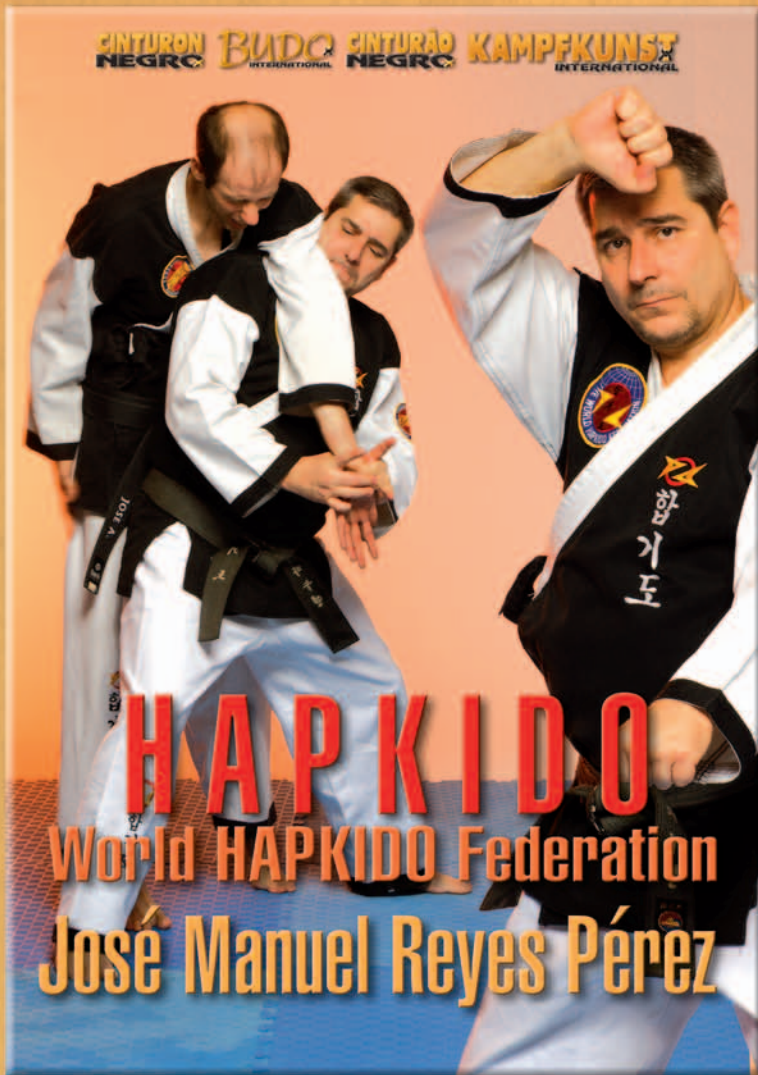
Defense



HAPKIDO

World HAPKIDO Federation

José Manuel Reyes Pérez



José Manuel Reyes Pérez, 7 ° Dan di Hapkido dalla Federazione Mondiale Hapkido (WHF) e membro del Consiglio di Amministrazione della stessa, Direttore Internazionale per l'Europa Occidentale e Presidente della Federación Española de Hapkido (FEH -

Federazione Spagnola di Hapkido), nel suo primo

DVD, presenta un trattato completo sulle tecniche che rendono veramente grande

questa tradizionale Arte Marziale coreana, attraverso l'eredità che gli

è stata trasmessa direttamente dal Maestro Kwang Sik Myung,

10 ° Dan di Hapkido. Hapkido è l'arte dell'Auto-Difesa

Dinamica per eccellenza, che combina velocità e

fluidità, insieme con la preparazione fisica, la

tecnica, la respirazione, la meditazione e la

coltivazione dell'energia interna. Un'arte che copre

una varietà di tecniche con e senza armi e combina

difese e attacchi, comprese le tecniche di gamba,

ginocchio, pugno, gomito, proiezioni e strangolamenti e,

soprattutto, le tecniche di lussazione. In questo lavoro, il

Maestro Reyes ci mostra gli esercizi di respirazione Danjon Hop, gli attacchi

di braccio Gonkiok Sul, le tecniche doppie e tripli di gamba Jok Sul, l'auto-difesa Ho Shin Sul,

le tecniche di attacco e difesa Dan Bong con bastone corto, e la difesa contro coltello. Un lavoro completo su

un'arte, Hapkido, o la via per armonizzare l'energia, la cui pratica aiuta a migliorare notevolmente la nostra

salute, sia fisica che mentale, offrendo ai praticanti vitalità, energia, fiducia in se stessi, carattere e

personalità.



REF.: • DVD/FEH-1

DVD: 22,00 €



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com



OFFERTE DVDs

3 DVDs x 50 €

10 DVDs x 110 €

-50%

-25%

DVDs OFFERTA SPECIALE



COLLEZIONISTI

10 DVDs x 110 €

-50%

OFFERTE VIDEO DOWNLOADS:



MP4

VIDEO DOWNLOAD

~~2 x 22 €~~

4 x 30 € !!!

500 videos in Italiano // SCARICA IMMEDIATA

NUOVA CATEGORIA DI VIDEO CLASSIFICATI PER LINGUA

OFFERTA DVDs: 3 x 50€. 3 DVDs per soli 50€

VIDEO DOWNLOADS: 4 x 30€

SPECIALE COLLEZIONISTI: 10 DVDs soli 110€. -50%!!!

www.budointernational.com

BE PART OF THE GREATN



1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-s

Powered by:



ESS!

Organized by:

**CINTURA
NERA**

MASTERS

16- 17 April ROME 2016

Seminars + 1 GALA



Grandi Maestri



Questo articolo sulla forma Yang di Tai Chi fa parte del nuovo libro di Paolo Cangelosi, senza dubbio il più completo che sia mai stato realizzato sulla forma Yang.

Sifu Cangelosi ci mostra in questa curata edizione interamente a colori, tutto quello che dobbiamo sapere su quest'arte, senza dubbio il metodo di Tai Chi più popolare in Occidente, dalla sequenza della forma in se stessa, fino alle sue applicazioni guerriere.

Il libro include una spiegazione completa della storia, delle caratteristiche tecniche, della nomenclatura di ogni parte e posizione, della relazione e del lavoro energetico relativo ad ogni movimento, oltre che dei suoi fondamenti filosofici.

Con la profondità e le conoscenze che lo hanno reso famoso, Sifu Cangelosi completa con quest'opera un lavoro iniziato alcuni anni fa con l'edizione in primo luogo di tre video e poi di un super doppio DVD, supporti che oggi sono disponibili al grande pubblico. Senza dubbio nel libro potremo non solo affrontare qualsiasi dubbio riguardo la forma, ma questo formato permette all'autore di spiegare anche un approccio teorico che completa magnificamente ciò che ogni allievo di Tai Chi deve sapere sulla forma Yang.

Un magnifico lavoro che abbiamo l'onore ancora una volta di presentare ai nostri lettori.

Testo: Paolo Cangelosi

Foto: ©www.budointernational.com

Tai Chi Yang Style

Sifu Paolo





You **Tube**

 [downloadsite](#)

Cangelosi





Grandi Maestri

CARATTERISTICHE TECNICHE DEL TAI CHI

In questa sezione affronteremo gli aspetti tecnici dello stile cercando di trarre una sintesi concreta dalle innumerevoli sfumature che compongono questo quadro, così poetico ed efficace insieme. Per quanto si possa razionalizzare e spiegare tecnicamente, il TAI CHI resta un'esperienza sostanzialmente empirica che si rivela solo con una costante frequentazione, come una relazione che si approfondisce solo dedicandogli attenzione e tempo. Il primo problema che incontra chi si propone di tramandare con serietà e competenza quest'arte è la grande diffusione di un TAI CHI superficiale e spesso travisato da una moda NEW AGE senza alcun contenuto marziale: molti di coloro che lo praticano e addirittura che lo insegnano non sono coscienti di parlare un linguaggio marziale.

Innanzitutto bisogna ricordare che l'espressione energetica e ritmica del movimento al tempo del fondatore YANG LU CHAN era ben diversa da quella che siamo ormai abituati a vedere nella grande comunità dei praticanti dello YANG.

Il periodo era ancora caldo e vitale per le arti marziali ed il loro utilizzo era di reale difesa ed applicazione nel combattimento. Per reggere il vessillo di una scuola o di una famiglia, i maestri erano continuamente sfidati in cruenti combattimenti che costituivano un'efficace selezione della validità dei sistemi.

Come abbiamo già avuto modo di approfondire, lo stile Yang nasce in seno alla famiglia CEN, che a sua volta ne derivava da personaggi esperti nel combattimento e negli stili esterni di

Tai Chi Yang Style Sifu Paolo



Tai Chi



“Innanzitutto bisogna ricordare che l'espressione energetica e ritmica del movimento al tempo del fondatore YANG LU CHAN era ben diversa da quella che siamo ormai abituati a vedere nella grande comunità dei praticanti dello YANG”

Cangelosì





Tai Chi Yang Style

Sifu Paolo





cui si raccontano ancora le leggendarie gesta. Il fondatore YANG LU CHAN, soprannominato WU TI (senza rivali), rese onore alla sua scuola in una Pechino ricca di valorosi combattenti, affrontandoli senza timore. Nell'antica "forma delle tredici regole" viene narrato un combattimento realmente avvenuto fra YANG LU CHAN armato di un lungo palo, nel cui maneggio era particolarmente esperto, contro 13 soldati inglesi a cavallo. L'ufficiale che li guidava cercava vendetta per essere stato in precedenza malmenato da Yang, per difendere una giovane ragazza cinese dalle sue molestie.

Originariamente lo stile veniva insegnato in modo completo sia nell'espressività che nel ritmo: veloce ed esplosivo oltre che lento e fluido, e con una particolare attenzione all'efficacia marziale delle tecniche oltre che all'aspetto energetico e meditativo.

Anche il nipote YANG CEN FU ebbe occasione di difendere l'onore dello stile dimostrandone la sua efficacia innumerevoli volte durante il suo lungo viaggio, scendendo verso le regioni meridionali della Cina. Era un cinese piuttosto atipico in quanto molto alto e grosso di corporatura. Quando riceveva una sfida, si sedeva e mandava avanti il suo migliore allievo limitandosi ad intervenire solo nel caso in cui quest'ultimo si trovasse in effettiva difficoltà. E' significativo il fatto che fu proprio lui a cambiare la metodologia di insegnamento rallentando tutti i movimenti, più facili da insegnare per un maestro itinerante il cui scopo era quello di divulgare il più possibile lo stile, fino a quel momento mantenuto rigorosamente all'interno della famiglia.

Comunque il vantaggio dello studio del movimento lento, CHAN FON JING, è una peculiarità importante degli stili interni, e viene sviluppato in tutti gli stili anche se non in modo prevalente com'è successo nel TAI CHI moderno. Consente di sviluppare la consapevolezza e la precisione del movimento oltre che il totale controllo dell'equilibrio nei passi e nel cambio della base di appoggio; offre grande facilità nel mantenere la decontrazione muscolare, caratteristica delle scuole interne, e la concentrazione mentale nel gesto garantendo il rilassamento psicofisico.

Ovviamente nel momento dell'applicazione effettiva emergerà una fulmineità eccezionale derivante da questo grande rilassamento.

Le basi dello stile dividono le posture del corpo nelle due principali gestioni del peso che vengono definite come "passo vuoto" e "passo pieno", ponendo fin dai principi fondamentali l'attenzione sull'aspetto interno ed energetico: quando il passo si definisce vuoto si intende che il peso del corpo cade principalmente sulla gamba posteriore e quella anteriore rimane leggera e pronta per cambiare l'assetto (fase YIN), mentre nel caso del "passo pieno" il baricentro si sposta in avanti distribuendo il peso maggiormente sul piede anteriore, ad esempio per consolidare la tecnica di attacco (fase YANG).

Per quanto riguarda l'architettura della parte inferiore del corpo, lo stile prevede un discreto numero di posture, posizioni che trovano un parallelo in quelle, più definite, tipiche degli stili esterni: posizioni lunghe con il peso avanti come la "posizione del cavallo" GUNG BO o con il peso posteriore come la "posizione del serpente che striscia sulla terra"

Cangelosi





Grandi Maestri

KAI KUNG TZE; corte con la gamba anteriore appoggiata solo sulla punta del piede come "la posizione del gatto" DING BO o appoggiata sul tallone come "la posizione dell'arciere" KAI BO e tante altre.

In ognuna di queste posture è importante curare l'allineamento e l'orientamento di entrambi i piedi, rispetto alla direzione dello sguardo e del bacino.

Per passare da una posizione all'altra, il TAI CHI imposta i piedi con un caratteristico spostamento del peso, oscillando il baricentro per consentirne lo scarico prima di ruotare un piede e posizionarlo nella direzione necessaria al nuovo assetto.

Questa particolare cura dell'equilibrio consente e facilita il corretto assetto della colonna vertebrale che, a differenza di altre scuole, deve mantenere sempre l'attenzione sul canale terra-cielo, cercando di non inclinare mai la schiena. Il controllo della postura ortopedica della colonna evita dannose lordosi o cifosi, impostando una leggera tensione in avanti del coccige come se si fosse seduti su di uno sgabello ed il mento leggermente rientrato per distendere le cervicali. L'attenzione per la verticalità della colonna viene rimarcata spesso al principiante, fino ad impostarne l'allenamento legandogli un lungo palo alla schiena durante l'esecuzione della forma, in modo da evidenziarne l'errata postura rendendolo consapevole. Quella che a prima vista può sembrare rigidità nella schiena, in realtà crea un grande equilibrio e rilassamento che si ottiene soprattutto con la morbidezza delle articolazioni degli arti inferiori, in particolare dell'agopunto chiamato WEI CHUN situato nel incavo del cavo popliteo dietro al ginocchio. Parallelamente anche gli arti superiori devono mantenere sempre una leggera flessione, evitando di distendere completamente o di chiudere oltre i 90 gradi l'articolazione dei gomiti per non bloccare il flusso del CHI; importante anche l'attenzione sulla posizione delle dita delle mani che non devono mai presentare tensione o distensione completa, a meno che non sia esplicitamente



Tai Chi Yang Style Sifu Paolo



Tai Chi



Cangelosi





Tai Chi Yang Style Sifu Paolo





richiesto dalla tecnica come ad esempio nei colpi con la punta delle falangi.

Questo stile predilige gli spostamenti della posizione in linea retta, utilizzando i principali sistemi di movimento come il passo, l'allungo del piede anteriore avanzando senza cambiare la gamba ed il cosiddetto "piede scaccia piede", dove l'iniziativa dell'avanzamento parte dalla gamba posteriore.

In ognuno di questi casi è importante, prima di scaricare il peso, tastare il terreno con leggerezza come se non si fosse sicuri di trovarlo solido e si restasse sempre pronti a ritrarre il piede senza perdere l'equilibrio. Per ottenere

questa sensibilità non bisogna appoggiare o staccare il piede da terra con la caviglia rigida, ma sollevarlo e abbassarlo sempre in modo parziale: prima il tallone o prima la punta, assicurandosi, prima di staccare il piede da terra, di aver caricato tutto il peso sull'altro piede. Spesso questa totale traslazione del peso si ottiene sfruttando completamente la spinta del piede che si sta staccando da terra, utilizzando fino all'ultima falange dell'alluce.

Il movimento armonico ed elegante tipico del TAI CHI si deve inoltre alla perfetta sincronia del movimento tra arti superiori ed inferiori, che sempre accompagna un movimento del piede con uno delle braccia, uno scarico

Cangelosi





del peso contemporaneamente ad una trazione delle mani o ad una deviazione circolare, un carico in avanti insieme ad una spinta, un colpo o una pressione, insomma un'azione organica di tutto il corpo in ogni sua sezione. Le tipologie principali possono essere diverse: il movimento YIN e Yang, quando il peso avanza e le mani si richiamano o viceversa, il movimento omogeneo quando spingo e avanzo contemporaneamente o al contrario quando indietreggio e tiro.

Questi precetti hanno profonde radici nella protostoria dello stile, elencati nei famosi tredici principi codificati dai leggendari maestri taoisti del monte WU DANG, composti unendo la teoria dei cinque elementi dedicata alle direzioni e la teoria degli otto trigrammi per quanto riguarda la descrizione delle principali azioni.

I cinque elementi della tradizione taoista sono GAM-metallo, MO-legno, SOL-acqua, FOT-fuoco, TU-terra e sono associati in ordine ai seguenti spostamenti: avanzare, indietreggiare, girare a sinistra, girare a destra e tornare al centro.

Di seguito vediamo le otto azioni associate ai trigrammi:

PENG, parare, bloccare, intercettare l'azione di attacco, azione fondamentale per prendere il contatto e sviluppare le strategie principali dello stile;

LU, tirare indietro, assorbire la tecnica sbilanciando l'avversario nella sua azione di spinta o pressione come vuole il carattere fondamentale di questo metodo incentrato sulla cedevolezza e la morbidezza dell'azione;

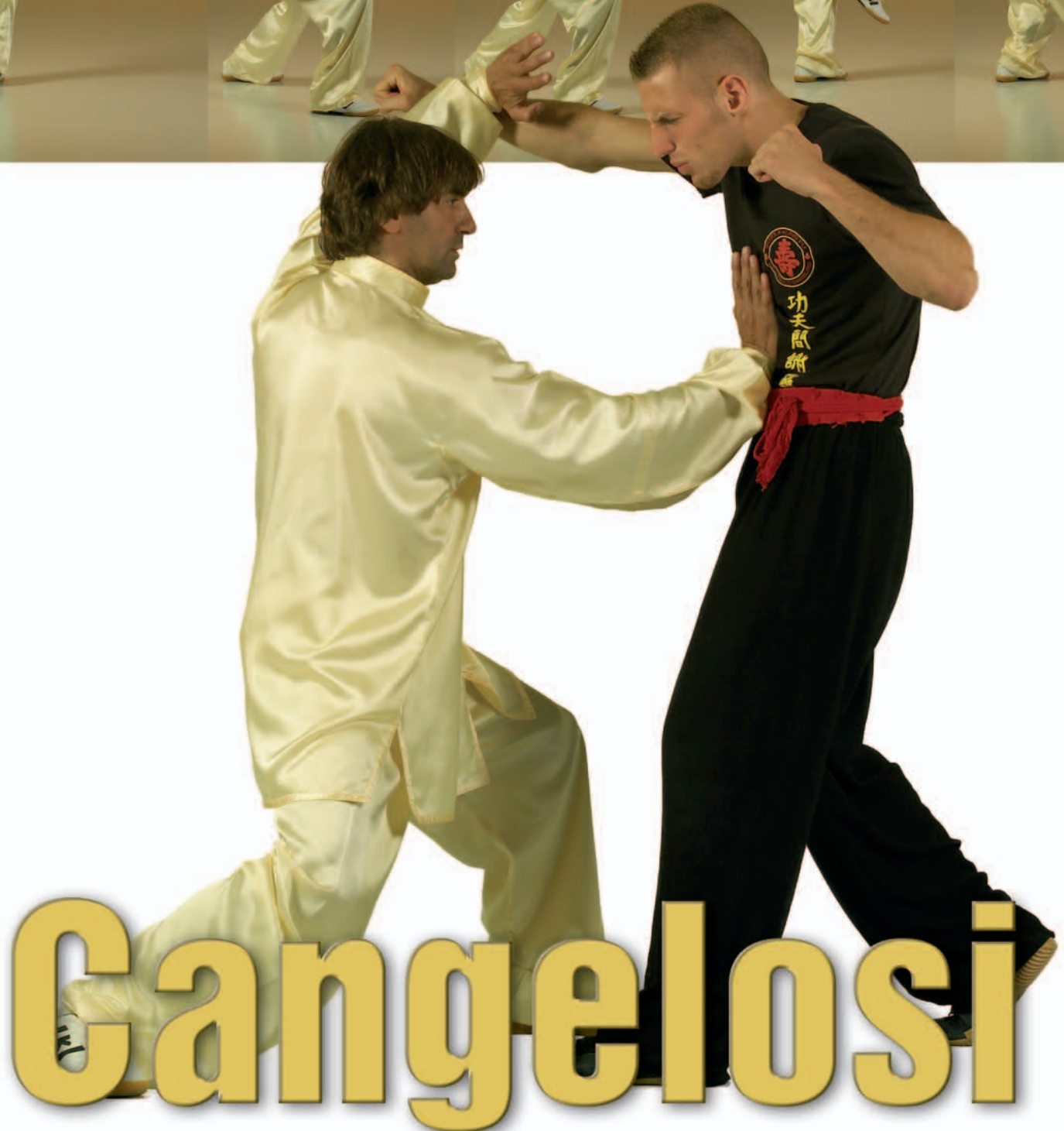
Jl, spingere avanti sfruttando il momento opportuno, spesso dopo aver causato una sbilanciamento con una leva o una torsione, rivolgendo la forza impiegata dall'attaccante verso se stesso;

AN, respingere sempre reagendo ad una azione offensiva cercando la direzione che offre la minore resistenza, in questa azione possiamo includere il principio di colpire;

KAI, torcere per creare la leva articolare o per scombinare l'asse d'equilibrio dell'avversario;

Tai Chi Yang Style Sifu Paolo





Cangelosi



Grandi Maestri



Tai Chi Yang Style

Sifu Paolo





LIE, tirare verso il basso sfruttando la zona vuota della base di appoggio, spesso associato ad un arretramento del peso;

ZHUO, usare il gomito come arma di attacco a corta distanza, come puntello per fermare l'irruenza dell'aggressore o in modo fluido ed avvolgente per divincolarsi da una presa;

KAO, usare la spalla come appoggio o come un colpo a distanza ravvicinata con lo spostamento del peso.

Queste azioni si possono riassumere nelle tre parole:

TIE JING: prendere il contatto

SUI JING: seguire la persona valutando i punti YING ed i punti YANG

HUA JING: trasformare l'azione

Per ottenere i risultati precettati da questi tredici principi, il TAI CHI cura in modo particolare le traiettorie, che compiono percorsi rotondi e sinuosi senza mai giungere ad una soluzione di continuità. Passeremo dunque da una deviazione circolare ad una traiettoria diretta senza fermare l'impeto cinetico del movimento, da una espansione delle braccia ad una contrazione senza invertire direttamente la tendenza ma raccordandola morbidamente per mantenere l'energia sempre attiva.

Noteremo che l'assenza quasi totale di gesti esplosivi passando fluidamente da un'azione all'altra, tenderà a scaldare gradualmente tutto il corpo in modo continuo.

Inoltre il movimento costante consente di trovare sempre una via di fuga efficace alla pressione degli attacchi, come un vortice d'aria che respinge tutto quello che si avvicina o come un mulinello d'acqua che al contrario assorbe catturando, portando il malcapitato aggressore a vedere tutti i suoi sforzi deviati e spesso ritorti a suo danno.

Si nota difatti che la postura dei polsi spesso asseconda il movimento con cedevolezza, come se le dita delle mani fossero delle setole di un pennello che traccia curve su di una tela, esempio evidente è il movimento delle mani tra le nuvole YUN FA SHOU. In pochi altri casi i polsi si muoveranno lasciandosi guidare dalla canalizzazione della punta delle dita come nella postura del gallo dorato o della posizione delle sette stelle, cosa abbastanza usata invece nello stile PA KUA e nello stile HISING I.

La cedevolezza del movimento richiede comunque la sapiente gestione del peso che bilancerà sempre l'azione avversaria con una contraria e vincente, come aprire una porta nel momento esatto in cui viene presa a spallate. Questo richiede anche una buona mobilità del bacino e delle giunture per assecondare con torsioni e

“Il movimento armonico ed elegante tipico del TAI CHI si deve inoltre alla perfetta sincronia del movimento tra arti superiori ed inferiori, che sempre accompagna un movimento del piede con uno delle braccia, uno scarico del peso contemporaneamente ad una trazione delle mani o ad una deviazione circolare, un carico in avanti insieme ad una spinta, un colpo o una pressione, insomma un'azione organica di tutto il corpo in ogni sua sezione.”

Cangelosi





**“Non bisogna
tralasciare un
altro importante
settore di allenamento
tradizionale molto diffuso:
il TUI SHOU,
“le mani che spingono”,
necessario per acquisire la
sensibilità del vuoto e del
pieno, della staticità e della
fluidità.”**

Tai Chi Yang Style Sifu Paolo





controtorsioni tutte le azioni di aggressione, cercando di volgere a proprio vantaggio la forza messa in gioco.

Grazie ad un sapiente uso dell'intrappolamento degli arti questo stile adopera molto le leve articolari per rompere l'equilibrio dell'avversario e agire con il minimo sforzo nel giusto punto di spinta.

Quando una persona è perfettamente stabile potrà reagire efficacemente ai nostri attacchi e sarà come scontrarsi con un muro di pietra, ma basterà provocare una leva articolare ad un gomito per vedere il suo baricentro alzarsi, la sua posizione finire sulla punta dei piedi ed essere lanciato distante senza grandi sforzi.

Quando il praticante di TAI CHI colpisce, lo fa sempre con grande attenzione alla canalizzazione del CHI, dunque tende a preferire le tecniche a mano aperta rispetto al pugno chiuso, molto più usato ad esempio nella scuola CHEN. Quando la mano si chiude per colpire viene usata la postura del "pugno di cotone", che lascia un piccolo spazio vuoto all'interno del pugno per non bloccare eccessivamente i sei canali energetici, risultando una tecnica dall'aspetto morbido ma dotata di un'anima d'acciaio.

Per la maggior parte dei colpi sarà il palmo della mano aperta a scaricare negli impatti il peso di tutto lo spostamento della posizione, o della rotazione del bacino.

Anche le gambe hanno la loro batteria di colpi efficaci e semplici da eseguire, che nel corso dei secoli si è raffinata in poche tecniche, escludendo quelle più spettacolari e difficili nell'esecuzione. I calci che si trovano nella lunga forma sono i



Cangielosi



Grandi Maestri

particolari colpi spinti con il tallone, seguiti dalla distensione della caviglia prima di riappoggiare il piede a terra, quelli frustati colpendo ai genitali con il collo del piede ed il caratteristico calcio circolare, che si vede alla fine della terza parte nella tecnica "spazzolare il fiore di Loto", il quale esprime energia esplosiva FA JING in un movimento passante con la gamba leggermente flessa.

Sempre il movimento delle gambe viene sincronizzato ad azioni delle braccia, che lo coordinano elegantemente insegnando la simultaneità della parata con l'attacco.

Insieme alla pratica assidua e giornaliera della forma a vuoto, bisogna affiancare un importante settore di studio ed allenamento: le applicazioni.

Questa parte, oltre che molto stimolante e divertente, è determinante per comprendere l'anima del movimento e riempirlo con l'intenzione corretta del gesto: le applicazioni delle tecniche con lo sparring consentono veramente di capire il significato di "ottenere il massimo dell'efficacia con il minimo sforzo". Con il compagno si analizza ogni singolo gesto nel suo reale utilizzo marziale, prendendo confidenza con la manipolazione di un altro corpo, e gradualmente alzando la velocità di esecuzione di pari passo con la crescita della precisione, il tutto in sequenze prestabilite. Oltre alle classiche applicazioni codificate, un buon praticante si dovrà ingegnare a scovarne di nuove e personali, sviscerando in questo modo ogni singolo aspetto dell'azione e spesso giungendo a comprendere anche sottili segreti dello stile, accessibili solo a chi vi si dedica con passione e costanza. Accompagnati dai giusti

“Probabilmente per poter affrontare in modo esauriente gli aspetti tecnici di quest'ultimo pugno supremo bisognerebbe scrivere un libro di trecento pagine, o forse di tremila o forse l'unica soluzione è quella di praticare in silenzio giorno dopo giorno.”

Tai Chi Yang Style Sifu Paolo





“Tradizionalmente il lavoro a mano nuda si accompagna all'utilizzo delle armi che aiutano il praticante a specializzare le sue facoltà di eleganza, precisione e vigore.”

Accompagnati dai giusti consigli del maestro si troverà anche in questo stile il principio più avanzato del DIM MARK, “colpire i centri vitali.”

Cangelosi





Grandi Maestri

consigli del maestro si troverà anche in questo stile il principio più avanzato del DIM MARK, "colpire i centri vitali". Quest'arte è presente in tutta la sfera del KUNG FU cinese, sviluppata da qualche metodo in modo più evidente e specialistico.

Non bisogna tralasciare un altro importante settore di allenamento tradizionale molto diffuso: il TUI SHOU, "le mani che spingono", necessario per acquisire la sensibilità del vuoto e del pieno, della staticità e della fluidità. Questo esercizio si lavora in coppia e si basa unicamente sulla situazione di contatto, evitando perciò quel momento del combattimento dove gli sfidanti sono a distanza e lavorano schermando i colpi. Esiste una sequenza prestabilita composta da spinte, trazioni, sbilanciamenti e deviazioni che spesso viene scomposta, ripetendo solo una tecnica alternamente in modo continuo come una sorta di meditazione. Questa è l'occasione per sviluppare la sensibilità e la percezione del movimento di un corpo estraneo che interagisce con noi a stretto contatto, per capire esattamente quando è il momento di caricare il peso in avanti o di effettuare una torsione del busto e così via.

Si parte con un ritmo lento e continuo, armonioso nell'aspetto come una danza leggera e soave, per arrivare gradualmente alla versione libera dove non c'è più nessuno schema da rispettare se non quello dello YIN e dello YANG.

A questo punto il TUI SHOU diventa una competizione nella quale tutto è possibile tranne il colpisci, l'obiettivo è quello di sbilanciare l'avversario facendolo cadere o spingendolo via dalla sua posizione usando tutti e tredici i principi.

L'esercizio libero viene diviso su tre diversi livelli, alzando gradualmente la difficoltà: il primo si esegue senza muovere i piedi, mantenendo una posizione ben assestata uno di fronte all'altro partendo con il contatto delle avambraccia; il secondo livello dalla stessa posizione consente lo spostamento in avanti o indietro di un passo aggiungendo una maggiore dinamica e possibilità di sbilanciamento; il terzo livello consente il movimento completo a 360° entro una zona delimitata da un cerchio a diametro variabile.

Le competizioni di TUI SHOU sono molto diffuse in Cina e nella comunità mondiale dei praticanti di TAI CHI, verranno addirittura incluse nelle prossime olimpiadi a Pechino 2008. Si trovano diversi modi di gestire queste competizioni, a seconda della regione, ad esempio a FOSHAN nella provincia di GUANGHZOU, nel 2007 è stato fatto un torneo ed il campo di gara era costituito da una piattaforma larga meno di 2 metri rialzata da terra; questo campionato è stato vinto da una vispa signora di 70 anni!

In effetti non c'è limite di età per questa pratica che risulta essere molto piacevole, personalmente ho notato che tende a generare buonumore e spensieratezza grazie a questo suo carattere competitivo ma non violento.

Inevitabilmente chi si irrigidisce muscolarmente o mentalmente viene scaraventato a terra con facilità.

Tai Chi Yang Style Sifu Paolo





Canggelosi





Grandi Maestri



Tai Chi Yang Style

Sifu Paolo





In questo tipo di competizione è necessaria una buona scioltezza articolare soprattutto a livello di anche e bacino, ed una buona capacità di sprofondare il baricentro verso il terreno, perciò una pratica costante aiuta a mantenere il corpo agile e flessibile anche con l'età avanzata.

Tradizionalmente il lavoro a mano nuda si accompagna all'utilizzo delle armi che aiutano il praticante a specializzare le sue facoltà di eleganza, precisione e vigore.

L'arma più diffusa nelle varie scuole di TAI CHI è di sicuro la spada dritta a due tagli, originaria del monte WU DANG chiamata in mandarino JIEN.

Considerata un'arma nobile, racchiude e rappresenta nella sua lama slanciata e sottile le caratteristiche principali del CHI canalizzato: sottigliezza ed efficacia, come un raggio di luce.

Un'altra arma che sovente si può notare nei parchi cinesi alla mattina è il ventaglio (Gun Sen) che scandisce l'esecuzione della danza con il caratteristico suono secco prodotto dall'apertura e chiusura, arma dall'aspetto gentile ed innocente che si rivela micidiale nelle sue stecche di acciaio con la punta affilata come rasoi.

Poi esistono altre armi meno conosciute e sviluppate come l'alabarda, la spada curva, la lancia e il flauto; per quanto riguarda la pratica del grande palo che abbiamo già citato nell'aneddoto di YANG LU CHAN, si considera praticamente estinta in quanto nel panorama internazionale non sono rimaste molte le scuole che insegnano questa forma. Quest'ultima arma, chiamata TA KWAN, deriva dalla tradizione dei barcaioli ed era l'attrezzo usato per spingere le chiatte nei canali. Viene chiamata anche PA KUA KWAN cioè il bastone degli otto trigrammi, essendo suddivisa in otto zone ognuna delle quali associa un trigramma ad un diverso modo di colpire.

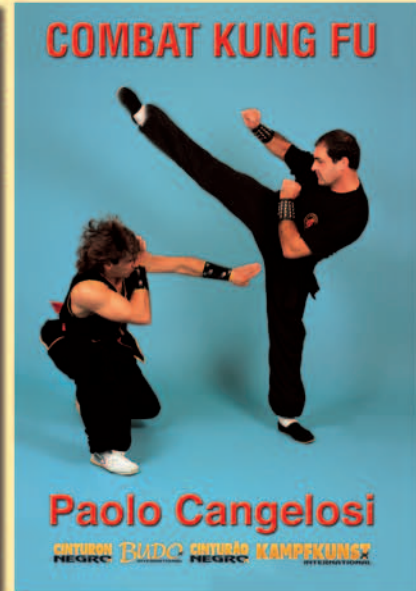
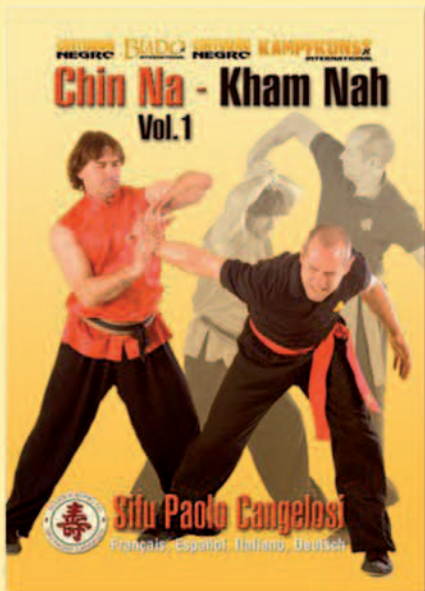
Probabilmente per poter affrontare in modo esauriente gli aspetti tecnici di quest'ultimo pugno supremo bisognerebbe scrivere un libro di trecento pagine, o forse di tremila o forse l'unica soluzione è quella di praticare in silenzio giorno dopo giorno.



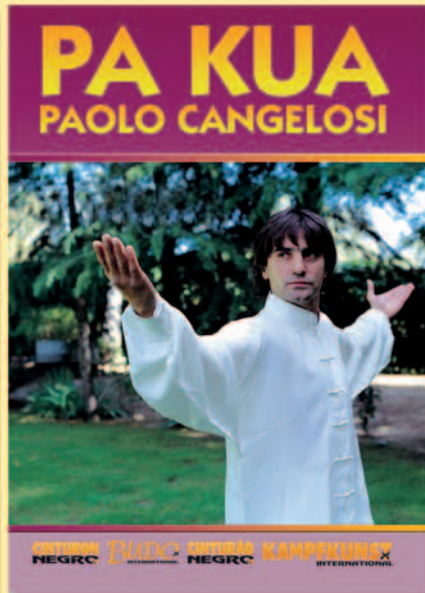
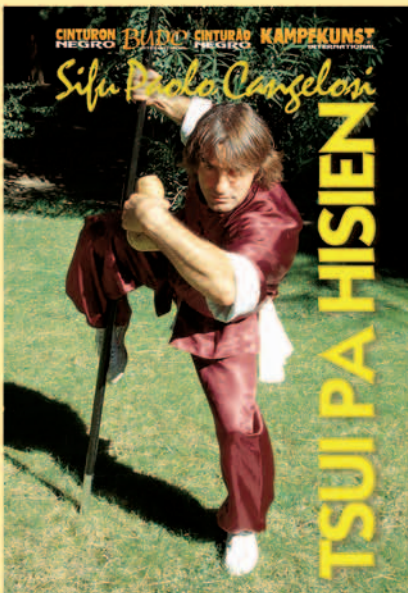
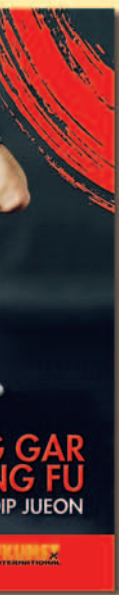
Canggelosi



Sifu Paolo Cangelosi



DVD & Video download





K

O

O

M



PDF

Tai Chi La et S



壽

Histoire - Philosophie Sifu Paolo C



LA ENERGÍA ES EL TAI CHI

El Chi, la sangre y el fluido corpóreo son sustancias fundamentales del cuerpo humano, básicas por las actividades vitales.

Los tres hacen funcionar y activan los tejidos de los órganos vitales, interaccionan con la red energética "tui", que según los cánones de la antigua medicina tradicional china, forma todo nuestro organismo.

A través de una espesa red de canales o meridianos (denominados "principales"), la energía fluye e interacciona con los órganos y entrañas más importantes de nuestro cuerpo. Existen otros meridianos secundarios que afectan a todo el funcionamiento fisiológico de la especie humana.

Observando el flujo de la energía a lo largo de los canales, se podrá establecer el estado de equilibrio energético y por lo tanto conseguir un primer diagnóstico, y en caso de patologías se podrá organizar una terapia por el restablecimiento del equilibrio energético.

El CHI o energía vital, con su presencia en el cuerpo humano maneja la sustancia y su función, se absorbe discretamente por la respiración y la comida.



DIE PHILOSOPHISCHEN GRUNDLAGEN DES TAI CHI

Der Taoismus symbolisiert das Universum anhand der Kosmologie und des Austausch zweier fundamentale Energien, dem Yin und dem Yang. Beide Energien sind im Wu Chi geboren, der absoluten Leere. Yin und Yang befinden sich im Gleichgewicht. Die Änderungen des einen beeinflussen den anderen und die Erschaffung des Tai Chi versteht man als einen Weg aber auch als einen Zustand der perfekten Integration beider Gegensätze, die gesamte Realität. Man kann sagen, dass das Tai einen Kreis zeigt, die eine Hälfte weiß (Yang), die andere Hälfte schwarz (Yin).

Es ist interessant zu sehen, dass das Weiße und das Schwarze nicht vollständig aneinander sind; tatsächlich befindet sich im Inneren eines jeden ein Punkt aus der gegenüberliegenden Farbe. Im Tai sind die zwei Elemente durch eine gelogene Linie getrennt. Sie symbolisiert den Menschen auf der Suche nach dem Gleichgewicht zwischen den Gegensätzen, und wie er sich mit dem Universum vereinigt, was durch die Figur des Kreises beschrieben wird.

Auf diese Weise symbolisiert das Tai auf symbolische Art das Grundkonzept der taoistischen Philosophie, bis wie es auch in der



233 paginas a todo color, 1.000 fotos, historia, Filosofia, La energía, aplicaciones de combate.
 233 pages, full color, 1.000 photos, history, philosophy, Energy, aplican

forme Yang
ses applications



- Usage du Chi -
Cangelosi



Tai Chi Die Yang Form
und ihre Anwendungen



Geschichte - Philosophie - Gebrauch von CHI
Sifu Paolo Cangelosi



NEW ebook download
6'95€



Tai Chi La forma Yang
y sus aplicaciones



- Historia - Filosofia - El uso del Chi -
Paolo Cangelosi



Tai Chi La forma Yang
e le sue applicazioni



Histoire - Philosophie - Usage du Chi -
Sifu Paolo Cangelosi



ions...

PROMOS DVD



-50%

-25%

3 DVDs x 50 €

10 DVDs x 110 €



PER TUTTO IL NOSTRO CATALOGO
www.budointernational.com



SCOPRITE TUTTE LE NOSTRE PROMOZIONI!

TUTTO PER LE ARTI MARZIALI, MUAY THAI, BOXE, SPORT DA RING

PROTEZIONI

GUANTONI

<p>PROMO C-03 GUANTONI BOXE 8oz IN PELLE CHIUSURA VELCRO</p> <p>50.00 € 78.00 €</p>	<p>PROMO C-04 GUANTONI BOXE 10oz IN PELLE CHIUSURA VELCRO</p> <p>50.00 € 78.00 €</p>	<p>PROMO C-05 GUANTONI BOXE 16oz IN PELLE CHIUSURA VELCRO</p> <p>50.00 € 78.00 €</p>	<p>PROMO C-06 GUANTONI BOXE 10oz IN PELLE CHIUSURA LACCI</p> <p>50.00 € 78.00 €</p>
---	--	--	---

GUANTI - BENDAGGI - CASCHI - PARATIBIE - CONCHIGLIE - PARADENTI - BRACCIA, GAMBE, TORACE

<p>PROMO C-01 GUANTI DA SACCO IN PELLE</p> <p>35.00 € 55.00 €</p>	<p>PROMO C-11 CAVIGLIERE ELASTICHE IN COTONE ELASTICIZATO</p> <p>12.00 € 19.50 €</p>	<p>PROMO C-10 CASCHETTO PROTEZIONE ZIGOMO</p> <p>40.00 € 67.00 €</p>	<p>PROMO C-12 PARATIBIE SENZA PIEDE IN PU TOP QUALITY CHIUSURA VELCRO</p> <p>31.00 € 50.00 €</p>
<p>PROMO C-16 CONCHIGLIA-PROF. IN METALLO E PU CHIUSURA VELCRO</p> <p>35.00 € 50.00 €</p>	<p>PROMO C-20 PARADENTE AUTOMODELLANTE CON SCAPOLA IN PLASTICA</p> <p>10.00 € 12.50 €</p>	<p>PROMO C-17 BELLY PROTECTOR IN PU TOP QUALITY</p> <p>40.00 € 67.00 €</p>	

COLPITORI

PAO - PUNCHING BALL

<p>PROMO C-54 PAO CURVED (LA COPPA) IN PU TOP QUALITY</p> <p>80.00 € 104.00 €</p>	<p>PROMO C-28 WALL BAG (SACCO A MURO) IN PU TOP QUALITY</p> <p>220.00 € 276.00 €</p>
---	--

SACCHI

<p>PROMO C-64 SMALL BAG BOX IN PU TOP QUALITY</p> <p>80.00 € 89.00 €</p>	<p>PROMO C-65 SMALL BAG KICK IN PU TOP QUALITY</p> <p>80.00 € 89.00 €</p>	<p>PROMO C-66 SACCO PIENO IN PELLE SCAMOSCIATA</p> <p>250.00 € 311.00 €</p>
--	---	---

ABBIGLIAMENTO

TUTE - ACCESSORI

<p>PROMO C-44 TUTA SUDORINA (GIROCOLLO) IN GOMMA</p> <p>55.00 € 76.00 €</p>	<p>PROMO C-44Z TUTA SUDORINA (CON ZIP) IN GOMMA</p> <p>55.00 € 76.00 €</p>	<p>PROMO C-47 TUTA TRADIZIONALE THAI IN SATIN</p> <p>80.00 € 89.00 €</p>	<p>PROMO C-45 ACCAPPATOIO DA RING IN SATIN</p> <p>70.00 € 83.00 €</p>
---	--	--	---

PROMO C-61 CAPPELLINO MUAY THAI
IN COTONE

10.00 €
13.50 €

KHAY MUAY snc

Salita delle Fieschine 17F
16122 Genova (GE) ITALY

Tel.: (+39) 340 684 84 75

email: info@khaymuay.com

webstore: www.khaymuay.com





Autodifesa



You Tube



GM

www.dsihq.com
www.combathapkido.com





PRIORITÀ

I Romani costruirono il più grande impero che il mondo avesse mai visto, in modo che la loro civiltà è stata una dei più trasformative della storia umana. I suoi successi in architettura, ingegneria, lingua, arti, legge, il commercio, l'agricoltura, e in quasi tutti gli aspetti della vita, hanno lasciato un segno indelebile nella nostra cultura, e hanno contribuito notevolmente allo sviluppo delle società moderne.

Ma la costruzione di un impero non è stata venuta solo con la poesia e i belli monumenti. I romani costruirono anche l'esercito tecnologicamente più avanzato, disciplinato e brutalmente efficiente del suo tempo. Guidati da leader forti e coraggiosi e impiegando strategie efficaci e tattiche innovative, la macchina militare romana è diventata la migliore del mondo. E anche quando non era in guerra, la politica romana è stata guidata da un semplice principio: "SI VIS PACEM, PARA BELLUM", che significa: "Se vuoi la pace, prepara la guerra", una frase e un concetto intelligente.

E se guardate intorno al nostro mondo di oggi, e vedete le notizie e non seppellite la testa nella sabbia come uno struzzo, sarete d'accordo che la saggezza senza tempo dei nostri antenati romani, è tanto valida nei nostri tempi moderni come nei suoi. Allora, perché la maggior parte delle persone non seguono questa semplice filosofia nella sua vita personale? Perché la gente non adotta questa mentalità intelligente alla sua vita quotidiana?

Solo negli ultimi mesi: rivolte e saccheggi in diverse città; sparatorie nelle chiese, scuole, aziende, università e basi militari; terroristi che pugnolano, molte vittime casuali per le strade; raid; furti di veicoli; violazioni; rapimenti; ecc... e non dimentichiamo i recenti massacri di Parigi e Mali. Perché non siamo più preparati? Perché non siamo più in grado di far fronte alla violenza? Quando vedete le notizie ogni giorno, avete notato che i poliziotti e i soldati pesantemente armati arrivano sempre sulla scena dopo che le persone sono state pugnalate, sparate, violentate o sono state scoppiate?

Con questo non intendo dire che se più persone fossero a conoscenza delle Arti Marziali e l'autodifesa, si potrebbe dominare facilmente tutti i criminali, terroristi o psicopatici determinati ad agire, ma sono sicuro che se più persone fossero state addestrate e pronti a combattere, potremmo ridurre notevolmente il numero di vittime causate da questi attacchi. Ma, a differenza dei romani, le nostre moderne e "civilizzate" società non incoraggiano i cittadini a "prepararsi alla guerra", infatti, in molti casi, in realtà consigliano di non resistere all'aggressione o addirittura impediscono i cittadini di lottare e difendersi. Questo atteggiamento apparentemente irrazionale è perfettamente collaudato nelle paranoidi restrizioni, interdizioni e divieti espliciti sul possesso di armi dai cittadini rispettosi della legge, vigenti nella maggior parte dei paesi di tutto il mondo. Queste leggi non sono, non sono mai state nel

corso della storia, per prevenire il crimine o per garantire la sicurezza pubblica. Loro non hanno mai avuto l'intenzione di "tenerci al sicuro", perché fanno assolutamente nulla per impedire ai terroristi, mafiosi e psicopatici di ottenere armi! Per definizione, le leggi sono rispettate soltanto dai cittadini rispettosi della legge ... i criminali, per definizione, violano le leggi stabilite dalla società. L'unico effetto che hanno queste leggi è quello di disarmare la popolazione e renderla impotente.

Ma, potete chiedervi, perché poi sono stati stabiliti tali divieti? La risposta è tanto semplice quanto terribilmente inquietante: i governi vogliono mantenere il monopolio della forza per controllare la popolazione. Non si fidano dei loro cittadini in possesso di armi in quanto, storicamente, queste sono state utilizzate per resistere all'oppressione, l'ingiustizia e la tirannia. Una dittatura repressiva non potrebbe mai essere imposta su una popolazione armata. Anche la pratica delle Arti Marziali è stata vietata in determinati momenti in molti luoghi, da quelli che erano al potere, e temevano che i loro "sudditi" avrebbero potuto usare le loro abilità di combattimento a ribellarsi contro la sua autorità.

Vediamo come questo pensiero irrazionale permea ogni aspetto della nostra società, e più violenza sperimentiamo, più stupida è la risposta e le soluzioni proposte:

Dopo un'epidemia di "violazioni" nelle università negli Stati Uniti che ha richiamato l'attenzione nazionale, i dirigenti non hanno assunto istruttori per insegnare le

John Pellegrini

Combat Hapkido





Autodifesa

“Dopo un'epidemia di "violazioni" nelle università negli Stati Uniti che ha richiamato l'attenzione nazionale, i dirigenti non hanno assunto istruttori per insegnare le vulnerabili e giovani donne autodifesa per difendersi. Invece, hanno costretto i giovani a frequentare le lezioni di 'sensibilità di genere'.”

vulnerabili e giovani donne autodifesa per difendersi. Invece, hanno costretto i giovani a frequentare le lezioni "di sensibilità di genere".

In risposta alla violenza armata (perpetrata da delinquenti!), negozi, ristoranti, scuole, chiese e altre aziende hanno adottato una politica di "Non sono ammessi armi da fuoco" segni di orgoglio e di rilievo pubblicati di annunciarlo. Naturalmente, tutti i cittadini rispettosi della legge con licenze valide per trasportare i permessi di armi e sono tenuti a rispettare questa politica idiota. I criminali e i terroristi, però, non solo non la rispettano, ma in realtà preferiscono e scelgono quelli bersagli, "sicuri" e facili (per loro!).

Allo stesso modo, le autorità della città in tutto il paese hanno stabilito "arma zone franche", che vietano a chiunque, tranne la Polizia, di portare un'arma da fuoco. Quale modo migliore per informare gli assassini, terroristi e gangster che nessuno sarà in grado di prevenire la strage di vittime innocenti!

Passeggeri indisciplinati, ubriaci o mentalmente instabili hanno costretto decine di aerei a fare inutilmente un atterraggio di emergenza, a causa degli equipaggi inesperti, incapaci e poco disposti a fermarli e controllarli in modo corretto e sicuro fino all'arrivo. Molti istruttori di autodifesa hanno offerto la loro esperienza per il settore del trasporto aereo per formare il loro personale. Le offerte sono state ignorate.

La maggior parte delle scuole pubbliche stanno vivendo gravi problemi di "bullismo", con molti bambini che sono vittime di costante intimidazione. La risposta è stata quella di istituire politiche che puniscono i pochi bambini che decidono di combattere! Le autorità scolastiche si rifiutano di consentire che i programmi di Arti Marziali siano parte delle attività scolastiche perché credono che questi programmi "promuovono comportamenti violenti e aggressivi" e possono dare le vittime fiducia, coraggio e capacità di difendersi. I bulli sono inviati alla consulenza.

Anche dopo diverse sparatorie terribili presso le basi militari, è vietato ai soldati di portare armi. Lo stesso governo che li arma e li allena, non ha fiducia in suoi guerrieri e, di conseguenza, non li lascia portare armi nelle basi militari.

Molti incidenti recenti che coinvolgono agenti di polizia hanno portato a che alcuni agenti di polizia siano stati respinti o addirittura arrestati per l'utilizzo di "forza eccessiva" o per usare un'arma senza giustificazione. La maggior parte di questi incidenti possono essere ricondotti direttamente a una mancanza di formazione tattica difensiva. I Funzionari dei dipartimenti preferiscono spendere i loro bilanci in materia di attrezzature di fantasia e seminari di "sensibilizzazione" invece di "inutili movimenti di Arti Marziali". Ci sono eccezioni, naturalmente, ma questa è la mentalità prevalente.

Potrei dare molti altri esempi, ma credo di aver dimostrato il mio punto di vista. La nostra cultura moderna è cosciente e attivamente



GM

www.dsihq.com
www.combathapkido.com





John Pellegrini

Combat Hapkido





Autodifesa

“Passeggeri indisciplinati, ubriaci o mentalmente instabili hanno costretto decine di aerei a fare inutilmente un atterraggio di emergenza, a causa degli equipaggi inesperti, incapaci e poco disposti a fermarli e controllarli in modo corretto e sicuro fino all'arrivo. Molti istruttori di autodifesa hanno offerto la loro esperienza per il settore del trasporto aereo per formare il loro personale. Le offerte sono state ignorate.”

impegnata nella eliminazione sistematica della fiducia in se stessi e il valore individuale. Le nostre società hanno deciso che non vogliono né hanno bisogno di eroi o cittadini-guerrieri. Coloro che sono in disaccordo sono accusati di essere fanatici, "vigilanti" o "estremisti" che vogliono farsi giustizia con le proprie mani. Queste bugie, diffuse dalle autorità e dai loro alleati nei media e nel mondo accademico, servono a nascondere la loro ideologia del male, e il suo ultimo ordine del giorno: il controllo totale della popolazione ... meno libertà per il bene della "sicurezza".

Non sto suggerendo che passiamo la nostra vita in un costante stato di paranoia o che smettiamo di godere ciò che la vita ha da offrire. Possiamo ancora dedicarci alle nostre vicende quotidiane e andare al ristorante, al teatro, alla spiaggia o una partita di calcio. Soltanto dico che non dobbiamo ascoltare coloro che ci dicono di lasciare il compito di proteggere noi stessi a esperti e professionisti guidati dalle "autorità"; e che dobbiamo sempre correre o scoraggiare invece di combattere, e dobbiamo rinunciare al diritto di avere armi. Uomini, donne e bambini provenienti da tutti i ceti sociali, dovrebbero farne una priorità per imparare capacità di difesa e, ove possibile, per imparare ad usare le armi. Stiamo diventando una cultura di persone morbide, pigre, egoiste e superficiali, assorbite da intrattenimenti senza cervello, pettegolezzo ed eventi sportivi senza senso. Non è che quello che è successo ai romani? Quando le Arti Marziali e l'addestramento con le armi non sono stati più una priorità, e hanno caduto in discredito, la popolazione è diventata completamente dipendente da un governo corrotto, oppressivo e inefficiente per la loro protezione, la loro società è crollata e, infine, si è disintegrata.

Non abbiamo alcun problema di spendere soldi sui gadget di moda, abiti firmati, fast food oppure droghe, ma non possiamo permetterci il costo dei corsi di Arti Marziali per noi e i nostri figli. Non abbiamo problemi in sprecare il tempo a guardare i programmi stupidi e lo sport in TV, giocare ai videogiochi o appendere fuori al pub locale, ma siamo troppo occupati per trascorrere un paio d'ore a settimana imparando autodifesa.

Dobbiamo ricordare le lezioni della storia e rivalutare le nostre priorità.

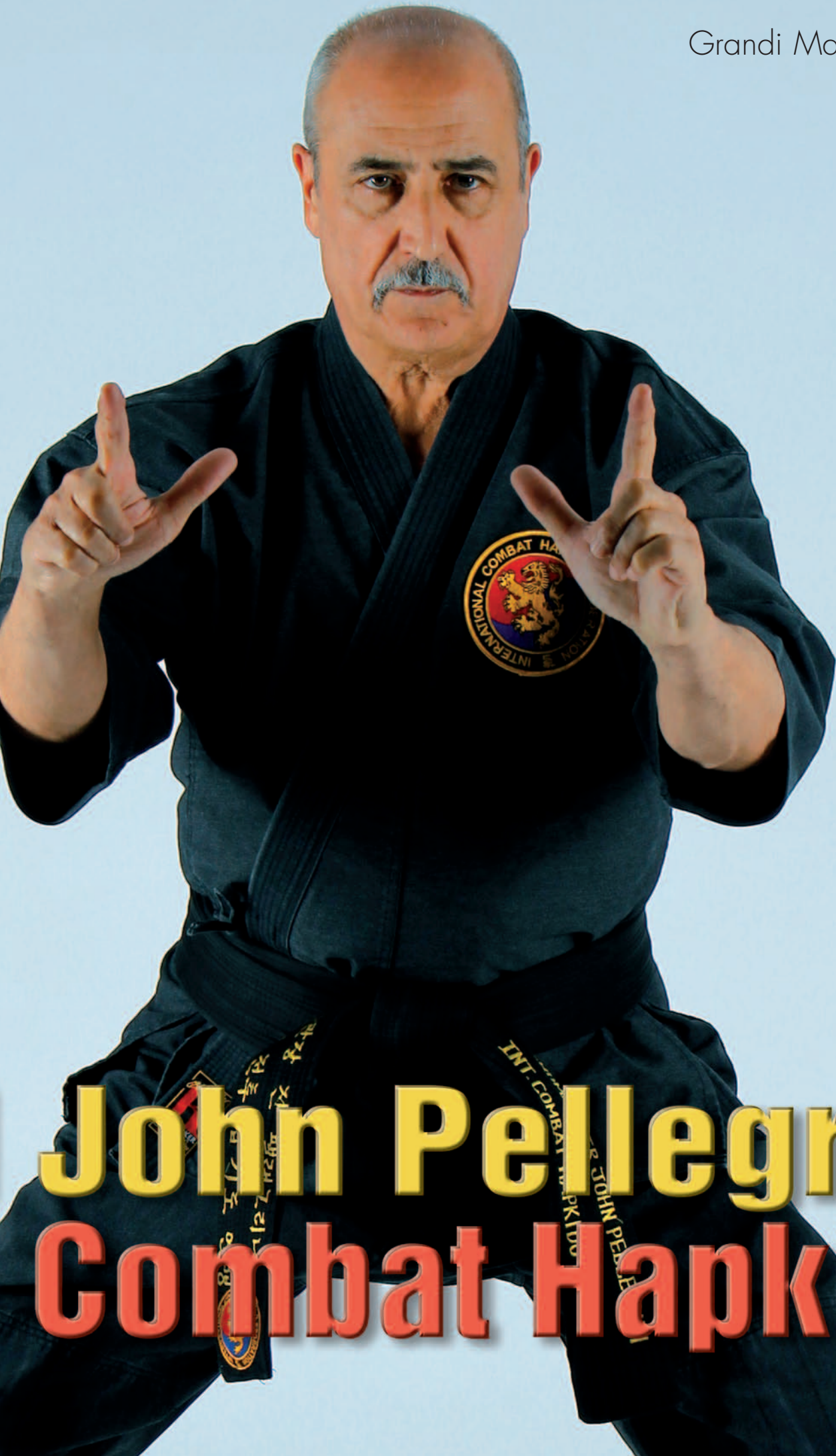


GM

www.dsihq.com
www.combathapkido.com



Grandi Maestri



John Pellegrini

Combat Hapkido





1



2

5

6



GM

www.dsihq.com
www.combathapkido.com





John Pellegrini Combat Hapkido





BUDO

INTERNATIONAL

PREZZI EDIZIONE ITALIANA

Per tutto ciò che riguarda le pagine locali o questioni di pubblicità nell'edizione italiana, per favore, si prega di contattare **Minou Risso**
mail: budo.cinturanera@gmail.com

E se avete interesse nelle pagine internazionali, Alfredo Tucci:
budo@budointernational.com.



<http://www.facebook.com/BudoInternationalItalia>

TUTTI I PREZZI SONO ESENTI IVA	N. USCITE	PREZZO CAD.	PREZZO TOTALE	OMAGGIO
MODULO cm. 6X4 o cm. 4X6	1	€50,00	€50,00	
MODULO cm. 6X4 o cm. 4X7	6	€40,00	€240,00	
MODULO cm. 6X4 o cm. 4X8	11	€30,00	€330,00	
UN OTTAVO DI PAGINA	1	€90,00	90,00	
UN OTTAVO DI PAGINA	6	€70,00	€420,00	
UN OTTAVO DI PAGINA	11	€50,00	€550,00	
UN QUARTO DI PAGINA	1	€150,00	€150,00	
UN QUARTO DI PAGINA	6	€110,00	€660,00	
UN QUARTO DI PAGINA	11	€ 90,00	990,00	
MEZZA PAGINA verticale o orizzonta	1	€270,00	€270,00	1 mezza pagina di redazionale
MEZZA PAGINA verticale o orizzonta	6	€150,00	€900,00	6 mezze pagine di redazionale
MEZZA PAGINA verticale o orizzonta	11	€120,00	€1.320,00	11 mezze pagine di redazionale
PAGINA INTERA	1	€480,00	€480,00	1 pagine di redazionale
PAGINA INTERA	6	€450,00	€2.700,00	6 pagine di redazionale
PAGINA INTERA	11	€420,00	€4.620,00	11 pagine di redazionale
Seconda o terza di copertina	1	€800,00	€800,00	2 pagine di redazionale
Seconda o terza di copertina	6	€650,00	€3.900,00	12 pagine di redazionale
Seconda o terza di copertina	11	€480,00	€5.280,00	22 pagine di redazionale
Link attivi su siti esterni (cadauno)	1	€ 10,00	€10,00	
Link attivi su siti esterni (cadauno)	6	€ 8,00	€48,00	
Link attivi su siti esterni (cadauno)	11	€ 5,00	€55,00	

Offerta anticipata
50% sconto su tutto



KRAV MAGA ISRAELI SURVIVAL SYSTEM MARCO MORABITO



In esclusiva per Budo International il DVD del Maestro Marco Morabito sulla difesa personale con la presentazione in anteprima del Krav Maga Israeli Survival System. Con questa opera verranno illustrate le tecniche e il metodo alla base di questo sistema in modo chiaro e trasparente. Nessun segreto quindi, ma una colossale opera che vi porterà nel vivo della difesa personale israeliana. Le tecniche sono illustrate in modo da essere facilmente comprensibili da tutti.

Un'occasione davvero unica per avvicinarsi alla difesa personale o per approfondire le proprie conoscenze sul tema. L'autore di quest'opera è uno dei maggiori esponenti a livello mondiale di difesa personale e conta al suo attivo diverse esperienze in campo militare e società di sicurezza; pluripremiato in diverse nazioni, ospitato per corsi e seminari in tutto il mondo è diventato un portavoce internazionale di vari sistemi di combattimento corpo a corpo e difesa personale poco conosciuti ma estremamente efficaci. Studiando dal Giappone agli Stati Uniti, passando per Polonia, Spagna, Capo Verde, Germania, Israele, Francia e Russia.

Una continua ricerca nelle zone più remote del mondo, come la Siberia e il deserto del Texas, senza mai fermarsi in una ricerca instancabile di acquisire nuove conoscenze senza mai smettere di porsi domande. Il Krav Maga Israeli Survival System non è una disciplina, un complesso di rigide regole ma un metodo, un processo in continua e perenne evoluzione. Questo lo rende adattabile ad ogni situazione e circostanza, permeabile a qualsiasi cambiamento, quindi in grado di fare tesoro dei propri errori cogliendo la propria esperienza come opportunità per migliorare.

REF.: • KMISS-1

DVD: 22,00 €



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com



www.keysiworld.com



4

Keysi by Justo



6

6



2

om

Diéguez



BE PART OF THE GREATN



1st World Meeting

BUDO M

budo@b



2 Masters-s

Powered by:

www.budointernational.net
CINTURON NEGRO

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com
志常徳

Budo
www.bud

ESS!

certificate of assistance from all masters



Organized by:

CINTURA NERA

MASTERS

budointernational.com



16- 17 April ROME 2016

seminars + 1 GALA



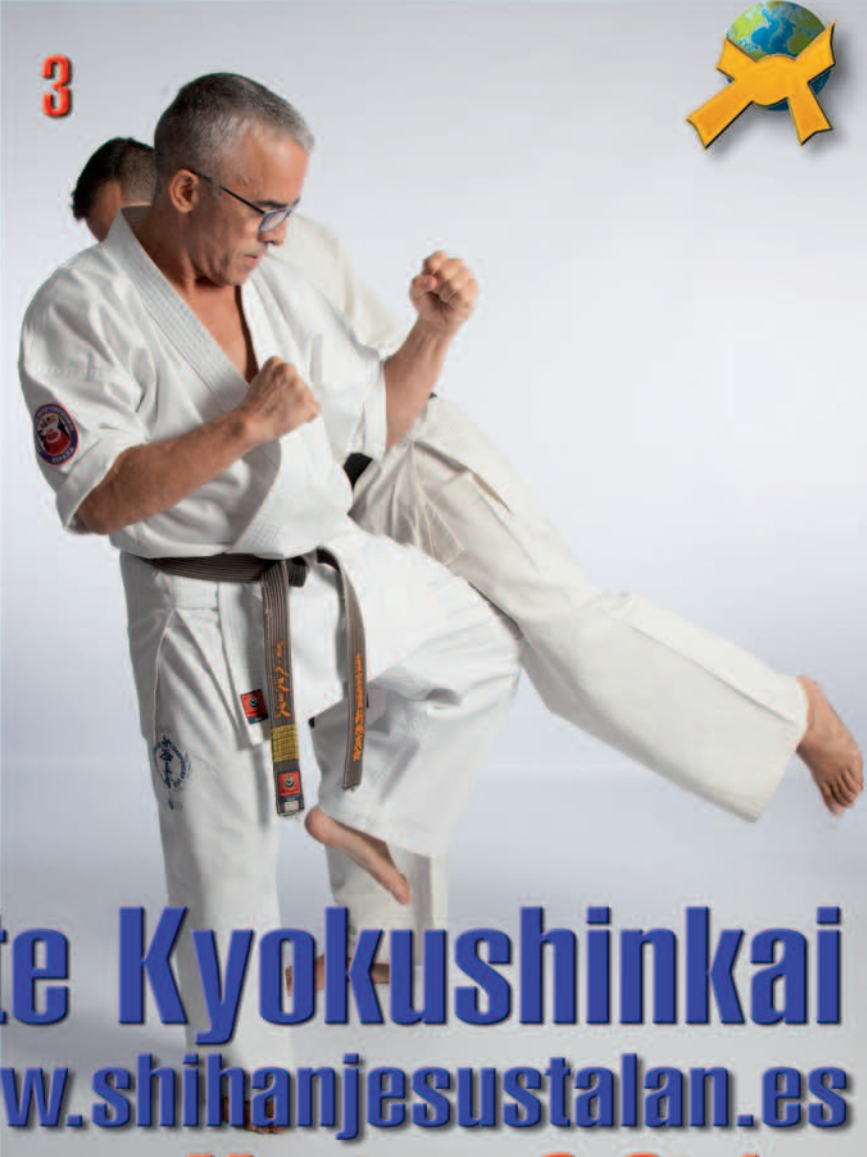
click!



downloadsite

You Tube

Shihan Jesús Talán



Karate Kyokushinkai
www.shihanjesustalan.es

Masters & Styles




新極真會


INTERNATIONAL BUGEI SOCIETY

NORTH AMERICAN
BUGEI SOCIETY

SOUTH AMERICAN
BUGEI SOCIETY

EUROPEAN
BUGEI SOCIETY

KAZE NO RYU 
+2600 videos

KazenoRyu.Bugei 

THE TRADITION OF SHIZEN CULTURE
THE MAINTENANCE OF BUGEI ARTS



**PRODOTTI ORIGINALI TAILANDESI
PER TUTTI GLI SPORT DA RING**

KHAY MUAY[®]

PRODUCT OF THAILAND

**MATERIALI DI ALTA QUALITA'
PER LA PALESTRA
PER IL TRAINER
PER L'ATLETA**

WWW.KHAYMUAY.COM



Fu-Shih Kenpo

CALCI IN ARTI MARZIALI

Continuiamo il nostro studio sui calci nelle Arti Marziali, in cui ne abbiamo ormai sottolineato la necessità urgente di avviare un intero processo di allenamento equilibrato, in modo da poter raggiungere il nostro più alto livello di esecuzione in questi movimenti, sulla base dell'allenamento generale della nostra "MACCHINA", in altre parole, il nostro corpo fisico: jogging, stretching, resistenza, addominali, ecc, e calci... calci, calci e più calci!, cioè, ripetere più e più volte e continuare a farlo fino all'ultimo giorno della nostra vita, prestando una particolare attenzione alle possibili lesioni, che possono essere prevenute essendo prudenti e vigili nelle manovre corrette, nella tecnica e nei principi fisici, psicologici e fisiologici che devono essere prese in considerazione in tutto momento.

La formazione regolare e costante ci fornisce la salute globale, e non è solo utile per i calci, l'autodifesa o il combattimento, ma colpisce direttamente tutti gli aspetti umani e le caratteristiche sociali o professionali della nostra esistenza, 7 giorni alla settimana, 24 ore al giorno. Al contrario, gli infortuni ci portano un passo indietro, ristagnano i nostri progressi e, quel che è peggio, possono farci cadere in depressione o condizionamenti che potrebbero costringerci ad abbandonare la pratica della nostra Arte Marziale, sia Karate, Kenpo, Kung-Fu o Sport di contatto. Inoltre, alcune lesioni gravi sul nostro sistema muscolo-scheletrico, fianchi, ginocchia o della colonna vertebrale, potrebbero danneggiare la nostra esistenza per sempre. Quindi, amici miei, dobbiamo essere estremamente attenti e prudenti.

Raúl Gutiérrez





You **Tube**



www.feamsuska.com

www.raul-gutierrez.es

FU-SHIH KENPO





La Colonna Raúl Gutiérrez

In Arti Marziali, come abbiamo visto, c'è una varietà di tecniche di gamba, compresi calci in tutte le direzioni, manovre, combinazioni e spazzate. Ognuno di essi ha una tecnica precisa e particolare da eseguire. Dobbiamo prestare una particolare attenzione ai segni, correzioni e suggerimenti del nostro Istruttore o Maestro. Tutti i calci hanno un senso o direzione, sia frontale, laterale, circolare, in senso inverso, tondo, scendendo dall'interno o dall'esterno, di schiacciamento, ecc. Spesso, essi mostrano una caratteristica specifica a seconda che l'esecutore venga dal Karate, Tae-Kwon Do, Kenpo, Kung-Fu o Muay Thai, per esempio. Ovviamente, un esperto può sempre rendersi subito conto di questo dettaglio, soprattutto in incontri aperti, esibizioni, test o simili. Quello che sto cercando di dire è che non importa se un gruppo di praticanti indossano semplicemente tute o pantaloncini e t-shirt o anche se tutti loro sono vestiti allo stesso modo. Un vero professionista o esperto sarà in grado di identificare la fonte di ogni stile o combinazione di stili.

La mancanza di una formazione seria e costante, lo scarso allungamento, la carenza o eccesso di forza, la mancanza di controllo, di coordinazione, d'estetica o d'equilibrio, e, talvolta il perfezionamento degli "errori" così come il suo uso costante in combattimento, tutte queste cose

generano vizi e deformazione e mettono a rischio la tecnica, che è essenziale per la trasmissione dell'arte e per sviluppare la massima efficacia nella sua applicazione.

Alcuni stili iniziano l'esecuzione di una particolare tecnica di calci nello stesso modo in cui avrebbero applicato un'altra. Questo perché l'idea è quella di scegliere il calcio per lanciare una volta avviato il movimento, dandoci un maggiore controllo sulla gamba. Ciò significa che, per esempio in combattimento, io inizio l'esecuzione di un calcio frontale perché l'avversario mi sta offrendo una lacuna nella sua guardia, ma nel bel mezzo della strada, lui si muove improvvisamente, si chiude questa lacuna con la sua guardia, probabilmente perché fin dall'inizio lui mi stava tentando di eseguire quel calcio, ma dalla sua parte è stata una manovra di inganno o invito intenzionale. È in questo momento che dobbiamo avere il controllo nella direzione del calcio, con la possibilità di sorprendere l'avversario all'ultimo minuto, cambiando la tecnica che eravamo in procinto di gettare per un'altra che possa penetrare la sua guardia.

Questo tipo di controllo o di tattica nel uso delle gambe fornisce una struttura ferma e precisa, a cui possiamo aggrapparci, e da lì dispiegare tutte le possibilità d'uso della nostra gamma di calci, da un punto di partenza comune.



Raúl Gutiérrez



Fu-Shih Kenpo



www.feamsuska.com
www.raul-gutierrez.es

FU-SHIH KENPO





La Colonna Raúl Gutiérrez

**“Ogni stile o Maestro ci danno
alcuni suggerimenti per quanto
riguarda il calcio.”**



Raúl Gutiérrez





Normalmente si suggerisce di sollevare il ginocchio davanti al corpo. Poi, da quel punto, il nostro cervello registra la mobilità dell'avversario e il calcio viene gettato, che può essere in un modo o nell'altro a seconda delle reazioni dell'avversario. Può essere un calcio frontale o un calcio laterale con il collo del piede, un calcio frontale o laterale con il tallone, con la pianta del piede, con il metatarso in un movimento scendente, etc.

Ogni stile o Maestro ci danno alcuni suggerimenti per quanto riguarda il calcio. Ma qui siamo condizionati, proprio perché le qualità di ogni esponente variano significativamente. Anche se tutti siano validi, alla fine tutto dipenderà dal nostro studio personale sul perché lui o loro eseguano tali manovre. Ad esempio, raggiungere l'elasticità e la mobilità articolare di Bill Wallace non è facile. E tra l'altro, essendo un personaggio con cui ho interagito dal 1981 a Wilshire Boulevard, Los Angeles, California, mi ricordo adesso alcuni dei suoi aspetti:

Wallace ha subito una grave frattura al ginocchio destro durante uno dei suoi allenamenti. È stato anche un insegnante di educazione fisica presso l'Università del Nebraska. Bill era in competizione nei Campionati Nazionali della United States Karate Association, USKA, creata dal Gran Maestro Robert A. Trias; questi sono stati i primi Open Karate Tournaments, e le sue regole sono state anche create da Trias (a chi ho anche avuto il piacere di incontrare e trattare fino alla sua morte prematura), ma quando il Full-Contact è apparso, Bill Wallace, Joe Lewis e Isaias Duenas tra altri, hanno

subito cambiato per questa nuova modalità americana.

Poiché i combattimenti in questi nuovi eventi sono stati a contatto pieno, Wallace ha stabilito per se i parametri tecnici e i propri limiti di auto-protezione. Temendo di essere danneggiato di nuovo alla gamba destra, ha lavorato e perfezionato la sua gamba sinistra, così come la sua tecnica di boxe, e ha stabilito una guardia di combattimento sempre perpendicolare al avversario con la gamba sinistra in avanti. Egli è riuscito a gestire la sua gamba sinistra come se fosse un braccio. Ma lui ha usato solo calci laterali o "Yoko Geri", calci circolari o "Mawashi Geri" e calci in gancio o "Ura Mawashi Geri".

Ognuno di questi tre calci era veloce, potente e preciso. Inoltre, lui ha creato una serie di possibili combinazioni delle tre tecniche, che lo hanno portato a vincere 23 incontri di Full-Contact professionale diventando una "leggenda vivente", un lottatore unico e irripetibile. Non ha mai usato altro tipo di calci nelle sue lotte - non ha avuto bisogno -, tranne una volta in uno dei suoi tanti incontri professionali, in cui ha lasciato sfuggire un calcio frontale che ha sorpreso non solo noi, i suoi "seguaci", ma anche lui stesso .

Calcio con il collo del piede

Il calcio all'inguine con il collo del piede, "Kin Geri", è una tecnica che viene eseguita in modo ascendente, come se stessimo calciando una semplice palla. Lo

www.feamsuska.com

www.raul-gutierrez.es

FU-SHIH KENPO





stesso calcio con il collo del piede, ma diretto dall'esterno alla coscia o dall'interno all'inguine, in Fu-Shih Kenpo viene eseguito sollevando prima il ginocchio come se volessimo eseguire un attacco frontale ma facendo una rotazione all'ultimo momento verso il punto di impatto, a cadere in mezzaluna e spingendo con l'anca.

Passi per l'implementazione

Dopo aver sollevato il ginocchio, il piede di base è aperto e il ginocchio sollevato è messo ad un lato e si dispiega subitamente come una frusta impattando i lati del avversario con il collo del piede. Questo tecnica di calcio, una volta avviata può essere diretta alla zona bassa, media o alta. Se eseguita con il collo del piede, otteniamo qualche centimetro di penetrazione o profondità. Se invece la eseguiamo con il metatarso, si accorcia il punto d'impatto.

Questo calcio si differenzia nettamente dal calcio con la tibia, usato nella Muay Thai. In essa, il ginocchio rimane semi-flesso e il punto d'impatto è la tibia, spostando il corpo come un unico blocco, con grande forza di trascinarsi.

Il calcio con il collo del piede è più veloce nel suo corso, perché è espresso come un colpo di frusta. In funzione della sua strategia, il lottatore utilizzerà uno o l'altro.

Come bloccare?

È possibile utilizzare schivate, controllo delle distanze, sia avvicinandosi o allontanandosi dall'avversario. Per i miei gusti, e se si ha chiaro, lanciarsi in avanti con decisione è un modo ottimo per annullare l'avversario e un buon contro attacco. Ci sono diverse combinazioni contro questo calcio, ma senza mai dimenticare che bisogna sempre sforzarsi di "mantenere il nostro equilibrio", mentre allo stesso tempo, dobbiamo "rompere l'equilibrio dell'avversario."

Tenete sempre a mente gli angoli pericolosi, quelli di fuga, protezione e meno rischi.

Se retrocediamo, permetteremo che l'avversario incateni altre combinazioni. Non dobbiamo dimenticare che commettere errori e ricevere qualche impatto è anche logico. È normale. Siamo in combattimento libero o in un vero incontro, l'avversario si muove con assoluta libertà, vuole farci del male o distruggere noi, lui è aggressivo e la sua adrenalina è fortemente aumentata. In quel momento non dobbiamo preoccuparci per i danni potenziali che abbiamo ricevuto. Terminare l'incontro è la premessa, i risultati saranno rivisti successivamente.

Se non si può schivare, è meglio tenere sempre la guardia alta, la nostra testa è la parte più importante a proteggere. È l'obiettivo principale degli avversari e non dimentichiamo un altro principio: "Dove va la testa, va il corpo". Se si combatte contro alcuno che padroneggia questo calcio, non si deve rilassare la guardia mentre si è alla sua distanza, dal momento che è un calcio molto veloce e quasi non si può vedere. Forse non abbiamo il tempo di alzare la guardia. Un buon concorrente o professionale gioca sempre con l'inganno e l'improvvisazione.

Ci vediamo il mese prossimo, amici, quando continueremo ad analizzare altri calci. Grazie...



Raúl Gutiérrez



Fu-Shih Kenpo



**“In Arti Marziali,
come abbiamo
visto,
c'è una varietà di
tecniche di
gamba,
compresi calci in
tutte le direzioni,
manovre,
combinazioni e
spazzate.”**

www.feamsuska.com

www.raul-gutierrez.es

FU-SHIH KENPO



**SCONTI
SU ARTICOLI DI**

-30%



FU

SPECIALI

ARTI MARZIALI

da -70%



FUJI
MAE



Wu Shu

Wu Shu TAIJIQUAN

WUSHU

IMPORTANTI MODIFICHE NELLA COMPETIZIONE DI TAIJIQUAN

Testo: **Emilio Alpanseque**

Foto: Per gentile concessione di **Lesley Chan**

Lasciando da parte ogni discussione sul significato concettuale delle Arti Marziali, la cultura e gli sport tradizionali, e concentrandosi sui valori sportivi ed estetici puri di questa disciplina, dobbiamo riconoscere che il Taijiquan competitivo è diventato uno sport, più che mai, incredibilmente difficile. Secondo le ultime normative, gli atleti scivolano con grazia attraverso il suolo della competizione, che combina una serie di movimenti obbligatori, di vari stili di Taijiquan, con movimenti di una difficoltà sorprendentemente alte, tra cui salti che sembrano galleggiare nel aria, direttamente seguiti da atterraggi morbidi, lasciando il pubblico senza fiato.

Inoltre, le routine vengono eseguiti con musica strumentale, seguendo da vicino la coreografia e dando un effetto drammatico su ogni movimento chiave.

UNA PROSPETTIVA EVOLUTIVA

L'evento principale presso il Campionato del Mondo di Taijiquan è certamente la modalità di routine libere, dove gli atleti vengono a selezionare le loro coreografie, e comprendono movimenti di grande difficoltà e accompagnamento musicale. Questa è la modalità che meglio dimostra la strategia di sviluppo e direzione, a cui il Wushu di competizione si è impegnato, con l'obiettivo di diventare uno sport di classe a livello mondiale, una propria e vera rappresentazione del motto "superiore, difficile, innovativo ed estetico", utilizzato dalla Federazione Internazionale di Wushu (IWUF), da quando ha iniziato il suo programma di espansione olimpica.

Le regole rinnovate, che sono state introdotte nel 1° Campionato Mondiale di Taijiquan, nel 2014, sono fedeli a questo principio di promozione delle capacità atletiche e allo stesso tempo affrontano efficacemente diversi problemi che avevano le regole precedenti.





Con il nuovo codice, il punteggio di partenza per le routine opzionali, è costituito da tre componenti principali, ognuno con il proprio gruppo di giudici: Gruppo E - Realizzazione Tecnica, con un punteggio di partenza di 7 punti. Gruppo P - Risultati Globali, con un punteggio di partenza di 3 punti; e Gruppo D - Grado di Difficoltà o Nandu, con un punteggio di partenza che dipende dagli elementi di difficoltà selezionati dall'atleta. Il conteggio finale è la somma della E, i punteggi P e D, meno le deduzioni per qualsiasi giudice supremo.

Si può a ragione dire che l'era dei 10 perfetti è finita per le routine libere del Taijiquan. Questo adattamento è una significativa trasformazione per l'immagine di questo sport. Ad esempio, sotto le nuove regole, ora vediamo buoni risultati come 12,80, invece del 9,70 del passato. I punteggi per medaglie sono in 13 o più.

ASSICURARE IL CONTENUTO DEL TAIJIQUAN

I regolamenti modificati hanno introdotto l'uso di una nuova tabella di elementi, contenente tutte le diverse

possibili mosse da utilizzare nella competizione di Taijiquan. Questi sono i requisiti di composizione, utilizzati dagli atleti e allenatori, per creare loro routine competitive. Ci sono 16 categorie che includono tutti i principali movimenti di Taijiquan, quali "Accarezzare la criniera del





Wu Shu

Wu Shu TAIJIQUAN

cavallo" o la "Frusta semplice", con la differenza che alcuni di loro possono ora essere eseguiti secondo le scuole specifiche di Taijiquan chiamate Yang, Chen e Wu. Inoltre, la tabella contiene tutti i movimenti Nandu permessi, come l'equilibrio della gamba incrociata inserita dietro il corpo, il calcio frontale saltando, il calcio del loto di 540 gradi, e così via.

Esistono specifiche linee guida per la scelta dei vari elementi di ciascuna delle categorie, e per l'apertura e chiusura dei movimenti della routine. Alcuni movimenti sono obbligatori, mentre altre sono facoltativi, ma la cosa più importante, tutti i movimenti nelle routine, devono essere menzionati. Inoltre, a tutti gli elementi inclusi nella tabella viene assegnato un livello di abilità o di grado, che vanno dal grado A (facile) al grado G (più difficile). Per esempio, "Tornare indietro e respingere la scimmia" è un grado uno di movimento, mentre il "calcio in vortice", di 540 gradi, è un grado G. Per di più, ogni livello di abilità ha un valore associato in punti, da 0.20 per il grado A e un aumento in ogni livello di 0,05. La tabella degli elementi offre una chiara linea di base, per quantificare ogni elemento e fa in modo che gli atleti non possano

incorporare elementi di "fantasia", che non sono del Taijiquan.

GARANTIRE L'ESECUZIONE DEL TAIJIQUAN

La valutazione effettiva dei risultati dei partecipanti si basa su due diversi parametri: l'esecuzione tecnica e il rendimento generale, sotto la supervisione dei giudici Y e P, rispettivamente. Il nuovo sistema impone criteri più ampi per la valutazione della realizzazione tecnica, che comprende le forme di mano, posture corporali, atteggiamenti, passi, equilibri, tecniche di gamba e salti, così come altre detrazioni applicabili a come il concorrente è equilibrato, dà passi, salta, cade e altri. Sotto questa struttura, errori minori, come il passo di Arco, dove il ginocchio della gamba anteriore supera la linea delle dita del piede, o il passo accovacciato, con la pianta del piede esteso senza essere pienamente contatto con il suolo o agganciato verso l'interno, può significare una detrazione di un decimo di un punto; un errore moderato, come un supporto ulteriore o



Starting Score : **14.10**

Difficulty Value : **4.10**



E 7.00

D 4.00

22

P 2.75

03:41

PLACING

1

FINAL
SCORE

13.75





Wu Shu

Wu Shu TAIJIQUAN

un'influenza notevole può costare al concorrente due decimi, e gli errori più drastici, come far cadere tutto il corpo a terra, costano tre decimi.

Il punteggio è per le prestazioni generali, il volume di energia, il ritmo, la armonia, la coordinazione delle mani, gli occhi, i passi, i movimenti del corpo, lo spirito, lo stile, la struttura e la coreografia. Le prestazioni con una esecuzione tecnica corretta e precisa, un metodo chiaramente visualizzato, ben coordinato, con morbidezza e forza, e la potenza applicata correttamente; un ritmo diverso, una coreografia razionale e un disegno di routine ben unita, così come l'armonia con l'accompagnamento musicale, verranno assegnate tra 2,51 e 3,00 punti. Le routine che mostrino un livello medio nelle suddette caratteristiche, otterranno tra 1,91 e 2,50 punti. Le routine che mostrino un livello inferiore alla media nelle caratteristiche di cui sopra, otterranno tra 1.01 e 1.90 punti. Dopo anni di denunce su specificazioni limitate per detrazioni per errore, i giudici dei pannelli Y e P ora hanno descrizioni molto chiare per ogni tipo di elemento delle routine, e per la piena esecuzione e il rendimento, che sono molto specifiche del Taijiquan.

CHE COSA FARE CON QUESTI CAMBIAMENTI?

Inizialmente, il modo in cui vengono composte e valutate le routine secondo le nuove norme, potrebbe essere una sfida difficile da capire, ma probabilmente presto emergerà un consenso sul fatto che il nuovo sistema di punteggio rappresenta un miglioramento in diversi settori importanti. Per esempio, sotto le norme precedenti, il numero di movimenti principali di Taijiquan richiesto era basso in confronto con l'attuale e così erano le possibili detrazioni per la qualità dei movimenti che i giudici potevano applicare. Di conseguenza, alcuni atleti potrebbero organizzare le loro routine di cherry-picking o contenuto minimo richiesto, aggiungendo come riempitivo mosse che non erano di Taijiquan, e dando poca o nessuna possibilità di avere detrazioni per la qualità dei movimenti. Come risultato, i punteggi più alti sono stati quasi garantiti, fintanto che i movimenti di alta difficoltà fossero completati perché i giudici di rendimento generale non hanno avuto una gamma sufficiente di punti per fare una differenza significativa nei punteggi finali. Questo





tipo di scenario è stato pienamente affrontato dalla nuova normativa.

“Sotto le nuove regole, ora vediamo buoni risultati come 12,80, invece del 9,70 del passato. I punteggi per medaglie sono in 13 o più.”



Latosa Escrima Rene Latosa

Edge Weapons Training

LATOSA
ESCRIMA
FILIPINO MARTIAL ART



Escrima
ons Training

EGRC KAMPFSPORTS INTERNATIONAL

Latosa

"Questo DVD si concentra sulle armi da taglio, per conoscere e comprendere tutti i pericoli che queste comportano, e il suo tema principale è la priorità. L'accento principale nella formazione con un'arma da taglio deve essere messo nei rischi associati con tali armi. Il grande pericolo di queste armi è reale, e deve essere trattato come tale. Ciò significa sapere dove stabilire la priorità nella vostra formazione in modo che sia uno strumento di sopravvivenza, se si presenta una situazione del genere. Affrontiamolo, sei tu chi deve sopravvivere, non è il tuo allenatore, lui ti aiuta ad allenare i tuoi obiettivi, ma non è il tuo obiettivo. Le priorità d'allenamento che uso in Latosa-Escrima sono le seguenti: la realtà, la tecnica e gli esercizi. Realtà: È la comprensione di esattamente ciò che potrebbe accadere e dei pericoli quando si utilizza o si affronta un'arma da taglio. Esercizi: La maggior parte di essi sono utilizzati per sviluppare e migliorare le capacità di movimento utilizzate nell'applicazione tecnica. L'accento in quest'Allenamento con Armi da Taglio deve mettersi nella corretta posizione e nella priorità di sviluppare voi stessi per una situazione del genere. La tecnica non ti darà le competenze per far fronte a un'arma da taglio, ti darà solo lo scenario di come potrebbe funzionare. Non confondere gli esercizi e le tecniche con il sistema, questi sono solo strumenti per sviluppare le tue abilità.

REF.: • LAT-3

DVD: 22,00 €



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.



English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com



C 19
Caschetto in pelle
nero - rosso



C 29
Paradenti automodellante
vari colori



C 24
Guanti da passata piccoli in pelle
nero - nero e giallo



C 62
Caschetto prot. viso Pelle e PU
nero - blu



C 21
Pao - Colpitori in pelle
rosso e nero



C 67
Pao - colpitori in pelle
arancio e nero



C 22
Guanti da passata piatti
rosso e nero



C 23



C 23
Guanti da passata curvi in pelle
nero e giallo - rosso e nero



C 28
Wall bag, sacco a muro
rosso - nero



C 68
Pao - Colpitori in pelle
arancio-nero



Wing Chun

Nell'intervista di questo mese, continuando la serie di questa "Colonna del Wing Chun" di Budo International nella sua edizione mondiale, vogliamo ortare alle nostre pagine uno stile chiamato Snake Crane Wing Chun. Lo conoscete?

Sifu Salvador Sanchez continua la sua ricerca in Cina circa le origini del Wing Chun e la sua evoluzione storica a questo giorno. E sta già preparando la sua terza spedizione con il gruppo di scuole del Dipartimento Wing Chun della Federazione Spagnola di Wrestling, che visiterà Hong Kong, Fotshan e il Tempio Shaolin, il prossimo luglio 2016.

Uno studioso delle Arti Marziali cinesi e un vero e proprio amante della pratica, Sifu Salvador Sánchez ci si avvicina a maestri e stili che senza dubbio arricchiscono grandemente la visione di tutti quei amanti del Wing Chun che seguono la nostra pubblicazione.

You Tube

click!



downloadsite



Snake Crane

Sifu





詠春
鶴
詠
春

Wing Chun: Wayne Yung





贈敬約江馬蘭荷會協拳極太武吳統傳洲歐

巴黎謝卓賢洪侯

Snake Crane Sifu





Sifu Salvador Sanchez ci dice: Durante il mio ultimo viaggio a Hong Kong ho avuto l'opportunità di incontrare un grande uomo, una grande persona che ora considero un amico delle Arti Marziali e con cui spero di continuare condividendo il cammino e le reciproche esperienze per molti anni. Un vero gentiluomo per il quale ho solo parole di profonda gratitudine, Dr. Wayne Yung, dello stile Snake Crane Wing Chun.

Quando stavo preparando il mio viaggio a Hong Kong, ho contattato il Grandmaster Pauciuillo Gilberto (Presidente della Federazione Internazionale di Wushu Sanda) per richiedere il permesso di visitare il dottor Wayne Yung. Da qui, lo ringrazio per la sua generosità e per aver promosso il ponte tra i praticanti di Arti Marziali cinesi attraverso la IWSF. Condividiamo la passione per le Arti Marziali cinesi e questa è la cosa importante. La

mia profonda gratitudine al Maestro Pauciuillo Gilberto da queste pagine, per tutto il suo sostegno.

Per molti fan, lo stile Ving Tsun Può è forse sconosciuto, anche se posso dire senza tema di smentita che non lascerà nessuno indifferente. Si potrebbe affermare, in generale, che il 90% delle scuole di Wing Chun che ho conosciuto in tutto il mondo, sono derivazioni del lignaggio del Grande Maestro Yip Man. Quando ho cominciato a indagare su altre "famiglie", devo ammettere che ero entusiasta di imparare dell'esistenza di diversi lignaggi e scuole che hanno la stessa radice originale, da cui sono emerse i rami di questo grande stile. Nonostante appartenenti a due stili completamente diversi (o almeno così pensavo), sono rimasto sorpreso nel vedere le molte similitudini tecniche tra i nostri stili e l'approccio di applicazione del Maestro Wayne Yu alla pratica delle forme. Questo mi ha fatto riflettere su un sacco di punti storici che



e Wing Chun:

Wayne Yung





Intervista



Snake Crane Sifu





prendiamo come "certi" e che dopo guardare in profondità e dopo aver studiato le cronache "reali" della storia recente delle Arti Marziali cinesi, forse dovremmo riflettere su alcuni questioni che tutti accettiamo come "dogmi".

Certo molte persone si chiederanno: E qual è l'importanza di sapere a livello storico l'evoluzione di uno stile di arti marziali?

Ogni giorno sono più convinto che mai saremo in grado di ottenere un vero progresso che possa portare gli stili cinesi Kung Fu al posto che meritano, senza conoscere la loro origine, le ragioni della loro evoluzione e quegli elementi storici che hanno segnato la loro cronologia. Alcuni di questi elementi sono a forma di quello che sono e ciò che siamo, oggi. Quindi penso che sia importante sapere queste storie e questi stili che sono davvero fondamentali per comprendere oggi le Arti Marziali cinesi.

Sifu Wayne Yung è un chiaro esempio di instancabile ricercatore e studioso, difensore della tradizione ancestrale del suo stile, come un vero e proprio TESORO della Cultura Cinese. Non sorprende che il Dr. Wayne ottenne che lo stile Snake Crane Wing Chun fosse accolto come una delle tre linee di Ving Tsun Kung Fu, considerate "patrimonio immateriale" di Hong Kong.

Il suo lavoro come insegnante presso l'Università di Hong Kong di Alta Tecnologia, gli conferisce eccellenti qualità per l'analisi e lo studio. Uno scienziato che ha utilizzato parte della sua vita alla ricerca dell'origine, l'evoluzione e lo sviluppo del Snake Crane Wing Chun, con l'obiettivo che la prossima generazione riceva il testimone che renda possibile che questo stile Wing Chun si diffonda in tutto il mondo come quello che è: un tesoro delle Arti Marziali cinesi.

Oltre a tutto questo, devo sottolineare le eccellenti qualità umane del Dottor Wayne Yung. Ospitale, generoso, attento e sempre disposto a condividere. Se volete conoscere un autentico stile di Kung Fu, non potete mancare il lavoro di questo ottimo insegnante.

La prima cosa che mi impatta del nostro incontro è di essere ricevuti nella sala dell'Università di Hong

**“Sifu Wayne Yung è un
chiaro esempio di
instancabile ricercatore e
studioso.”**

e Wing Chun:
Wayne Yung





Snake Crane Sifu





Kong di Alta Tecnologia. È notevole che un rinomato scienziato in Hong Kong sia "l'erede" di uno stile cinese tradizionale di Kung Fu.

Il Dr. Wayne di persona, insieme a un gruppo di suoi istruttori, ci accoglie alla porta e iniziamo la nostra intervista.

Sifu Salvador Sanchez: Dr. Wayne Yung. La ringrazio molto per ricevere noi. È un grande onore essere qui con Lei e voglio ringraziarla per averci accolto così gentilmente e mostrarci lo Snake Crane Wing Chun Kung Fu.

Sifu Wayne Yung: No, per favore. Grazie a voi, a tutti voi per essere venuti da una distanza così lunga. Per me è un piacere darvi il benvenuto e spero di essere in grado di mostrarvi lo SCWC (Snake Crane Wing Chun) nel modo migliore.

S.S.S.: La prego di spiegarci un po'. Che cosa è esattamente lo SCWC?

S.W.Y.: Lo Snake Gru Wing Chun (SCWC) è il più antico stile conosciuto e conserva ancora gli insegnamenti originali e le tecniche della metà del XIX secolo. Questo è un punto molto importante, perché a differenza di quasi tutti gli altri casi, la storia e lo sviluppo di SCWC possono essere monitorati storicamente e scientificamente. Siamo in grado di documentare lo stile esatto nel corso degli ultimi 200 anni a nostri giorni con i dati abbastanza precisi. Questo ci dà una chiara idea di com'era il WCK e penso che possa anche aiutarci a

capire alcune cose del Wing Chun Kung Fu oggi e per quale scopo è stato creato.

S.S.S.: Lei ha detto che lo stile è stato creato con uno scopo... Che cos'è?

S.W.N.: Lo SCWC è stato creato durante la Ribellione Taiping come arma di vendetta contro i traditori del movimento. Prima di tutto dobbiamo capire che, storicamente, il noto maestro di Wing Chun, Law Man Gung, era un attore della Compagnia di Opera "Barco Rosso", che è rimasto in clandestinità dopo la frantumazione della ribellione. Law Man Gung trasmise l'arte a suo cugino, Law Tiu Wen, nella seconda metà del XIX secolo, che ha mantenuto segreto la sua arte di famiglia. Quando Sun Yat-Sen ha sollevato una rivoluzione, Law Tiu Wen si è unito al movimento come segretario del generale Lee Fu Lin. Nei primi giorni della Repubblica di Cina, si è rifiutato di occupare un posto ufficiale, è diventato un medico e tornò al suo posto / origine ancestrale: Xiqiao, vicino a Foshan. Law Chiu Wing ha trasmesso la sua arte a Law Ting Chau (- 1980), che ha servito come alto funzionario militare nella Repubblica di Cina. Nella seconda guerra mondiale l'intera famiglia emigrò a Hong Kong e ha lavorato per la polizia di Hong Kong. Dopo il pensionamento ha iniziato a lavorare nel campo della cultura e dell'educazione. Passò tutta la sua conoscenza a suo figlio, Law Chiu Wing, nato nel 1935 a



e Wing Chun:
Wayne Yung



Foshan. Nel 2009, abbiamo deciso di mostrare il Serpente Crane Wing Chun al grande pubblico.

Nel 2012, lo stile SCWC è stato svelato al mondo comparando nel film "Unbeatable Youth", e nel 2014, è stato riconosciuto come uno dei tre lignaggi Wing Chun Kung Fu che sono considerati "patrimonio culturale immateriale di Hong Kong".

S.S.S.: Dunque Lei è il "responsabile" di aver aperto al pubblico questo stile?

S.W.Y.: Sì, infatti. Noi crediamo che sia uno stile che ha molte cose interessanti e vogliamo fare un lavoro di diffusione in tutto il

mondo. Noi consideriamo che lo stile abbia una grande ricchezza e ottime cose da offrire agli appassionati delle Arti Marziali, per i quali potrebbe essere estremamente utile nella loro vita. Riteniamo pertanto che dobbiamo farlo.

S.S.S.: Qual è il suo rapporto con il lignaggio del Grande Maestro Yip Man?

S.W.Y.: In realtà nessuno. Si tratta di stili che, anche se probabilmente hanno la stessa origine, entrambi hanno camminato in modi diversi. La stragrande maggioranza delle persone ha conoscenza del Wing Chun grazie al lavoro del Grande Maestro Yip Man



Snake Crane Sifu

“La stragrande maggioranza delle persone ha conoscenza del Wing Chun grazie al lavoro del Grande Maestro Yip Man.”





dopo la sua venuta a Hong Kong, ma lo Snake Crane Wing Chun è uno stile con una storia molto ricca prima Yip Man

S.S.S.: In che cosa assomiglia allo stile di Wing Chun più diffuso al mondo?

S.W.Y.: Beh... presenta alcune analogie. Indubbiamente abbiamo un'origine comune, ma a un certo punto i lignaggi sono evoluti in modo diverso. Se guardiamo le forme dello stile Siu Nin Tao, Chun Kiu Tao, Bastone Lungo o Coltelli, possiamo osservare coincidenze rilevanti, ma a sua volta vedremo anche importanti differenze...

Vorreste vederlo?

S.S.S.: Certo!

Sifu Wayne chiede gentilmente il suo istruttore a Singapore di eseguire la forma Siu Nin Tao dello stile (questo è stato registrato in video per tutti quelli che vogliono vederlo).

Sebbene la struttura della forma è simile, i movimenti sono completamente differenti. Essi imitano il movimento di un "SERPENTE" e una "GRU". Sono movimenti MORBIDI, completamente coordinati, elastici e di una grande BELLEZZA

Potremmo dire che è un mix tra la Siu Nin Tao che sappiamo, mescolata con Biu Tze Tao...

Dopo aver mostrato anche la forma Chum Kiu Tao dello stile, ci rendiamo conto che c'è davvero un antenato comune. Ci sono coincidenze importanti. E, a mio parere, ci sono elementi che spiegano molto convenientemente alcuni punti del nostro stile. È chiaro che la nostra origine è la stessa...

S.S.S.: Maestro, come è il suo rapporto con le altre scuole di Wing Chun a Hong Kong?

S.W.Y.: In generale, molto buona. Come si deve. Cerchiamo di essere di mentalità aperta e comprendere tutte le scuole. Certo, ci preoccupiamo molto di preservare il vero spirito dello stile SCWC. È il nostro impegno. Ma il nostro rapporto con le altre scuole e lignaggi è corretto e amichevole. Inoltre io sono vicepresidente della International Wushu Sanda Federation e il suo delegato a Hong Kong, quindi ho un rapporto intenso con maestri di altri stili di Kung Fu, diversi dal Wing Chun.

S.S.S.: Come spieghi le differenze importanti tra il Wing Chun di Hong Kong e quello dell'Europa o degli Stati Uniti?



the Wing Chun:
Wayne Yung



S.W.Y.: Beh... è una questione complicata. Fondamentalmente credo che alcuni maestri hanno commercializzato il Kung Fu in eccesso e non hanno appena alcun interesse nella conservazione della storia e della cultura del popolo cinese. Questo è un punto importante per noi e definisce il nostro modo di praticare e trasmettere.

S.S.S.: Ha altre scuole al di fuori di Hong Kong?

S.W.Y.: Sì. Fortunatamente, ci sono molte persone interessate nel SCWC. Abbiamo diversi gruppi in Hong Kong, Cina e Singapore. Anche alcuni gruppi in Europa e negli Stati Uniti. Il nostro impegno è quello di dare lo stile una diffusione globale, perché ci rendiamo conto che è il modo migliore in cui la tradizione del nostro lignaggio può sopravvivere nel tempo.

Snake Crane Sifu



Wing Chun



詠春
詠鶴
春

Wing Chun: Wayne Yung





S.S.S.: Come può qualcuno interessato allo SCWC approfondire nello stile?

S.W.Y.: Beh... Per fortuna abbiamo un bel paio di gruppi a livello mondiale. Inoltre, abbiamo abbastanza informazioni documentaria che spiega l'evoluzione storica dello stile e altre questioni importanti. E, infine, tutti possono contattarmi direttamente ed io sarò lieto di mostrare loro che cosa è e come è il nostro stile.

S.S.S.: GRAZIE! Ancora una volta, non posso che essere grato per la sua attenzione, ospitalità e generosità. E resto alla sua disposizione per qualsiasi cosa che io possa fare per aiutare a pubblicizzare questa vera MERAVIGLIA della cultura cinese: Snake Gru Wing Chun.

S.A.Y.: Grazie a tutti voi per essere venuti da così lontano. È stato un piacere. Spero di poterci incontrare di nuovo presto per praticare e condividere

Grazie.

“Nel 2012, lo stile SCWC è stato svelato al mondo comparando nel film "Unbeatable Youth", e nel 2014, è stato riconosciuto come uno dei tre lignaggi Wing Chun Kung Fu che sono considerati "patrimonio culturale immateriale di Hong Kong".”



Snake Crane
Sifu



Wing Chun



Se qualcuno vuole contattare il Dr. Wayne Yung o conoscere lo stile dello Snake Crane Wing Chun, si prega di contattarmi al mio e-mail personale, ed io sarò lieto di fornire i dati di contatto e le informazioni richieste.

Sifu Salvador Sanchez
La Colonna di Wing Chun
salvador.sanchez@taows-academy.com

e Wing Chun:
Wayne Yung



RED ALERT STREET SURVIVAL

5 Experts



Extreme Street Attacks

- The definitive guide to self-defense in the street
- La guía definitiva en defensa personal en la calle
- Der definitive Leitfaden für die Selbstverteidigung auf der Straße
- La guida definitiva in difesa personale per la strada
- Le guide définitif de self-défense dans la rue



• Defense against the 5 most frequent street assaults • Defensa ante las 5 formas de asalto más frecuentes en la calle • Verteidigen Sie sich gegen die 5 häufigsten Angriffe auf der Straße • Difesa difronte alle 5 forme di aggressione più frequenti per la strada • Défense face aux 5 formes d'agression les plus fréquentes dans la rue

Víctor Gutiérrez • Sergeant Jim Wagner
• Major Avi Nardia • J.L. Isidro • Salvatore Oliva



VIDEO DOWNLOAD

FREE
GRATUIT
GRATIS
KOSTENLOS

VIDEO COMPLETO SU DOWNLOAD

SCARICA SEMPLICE E VELOCE, ... PROVALO !!!

Che cosa fare di fronte ai più frequenti attacchi a mani nude per strada? Poliziotti di paesi tanto diversi come Spagna, Brasile o Stati Uniti, convergono al 90 % sulle cinque tecniche di aggressione a mani nude più comuni: l'attacco circolare di pugno, il calcio frontale, la testata, la presa da dietro e la presa al collo. In questo primo video della serie, cinque esperti di stili diversi e tutti collaboratori con le forze di sicurezza rispondono a questa domanda. Jim Wagner (Reality Based Self Defense), Avi Nardia (Kapap), Víctor Gutierrez (WingTsun), J.L. Isidro Casas (Aikido) e Salvatore Oliva (Professional Fighting System), affrontano una dopo l'altra queste 5 situazioni mediante soluzioni universali che tutti potranno mettere in pratica.

www.budointernational.com

GUANTI BOXE



C 03 - C 04 - C 05
Guanti in pelle - 8oz - 10oz - 16oz
rosso - nero - blu - bianco



C 06
Guanti 10 once
chiusura con lacci - nero



C 51 - C52 - C53
Guanti boxe PU
rosso - nero



C 01
Guanti sacco pelle
rosso - nero



C 02
Guanti Free Style pelle
rosso - nero



C 50
Guanti sacco PU
rosso - nero



C 07
Bende cotone
chiusura velcro-



C 08
Bende garza
bianco



C 11
Cavigliere elasticizzate
Nationalman



C 55 T-shirt
Protezione gomiti
rosso - blu



C 56
Protezione ginocchia
rosso - blu



C 40A
Corda salto originale thai



C 14
Conchiglia thai con lacci
nero



C 16
Conchiglia professionale PU
nero



C 62
Paratibie elasticizzato
rosso - blu



C 12
Paratibie in PU



C 15
Conchiglia con cinta elastica
bianco



1



Kyusho International

www.kyusho.com

3



Masters & Techniques



2

6 Ji hands

Evan Pantazi



4

YouTube



downloadsite



Budo Classics



1



2

Masters &

THIERRY DELHIEF



3



4

Styles

YouTube



BE PART OF THE GREATN



1st World Meeting

BUDO M

budo@b



2 Masters-s

Powered by:

CINTURON NEGRO

BUDO INTERNATIONAL

www.budointernational.com 柔術道

Budo www.bud

ESS!

certificate of assistance from all masters



Organized by:

**CINTURA
NERA**

MASTERS

budointernational.com



16- 17 April ROME 2016

Seminars + 1 GALA





1

2



Aikido

4 5

Kenneth Furuya



3



Budo Classics Masters & Styles



YouTube



downloadsite



Fluire come l'acqua



Alfredo Tucci

Libro Nuovo!

Prezzo in scarica: 6,7 €

Prezzo in carta: 19,5 €



“Ciò che abbellisce il deserto è che in qualche parte nasconde un pozzo d’acqua.”

Antoine de Saint-Exupery

“Quello che sappiamo è una goccia d’acqua; quello che ignoriamo è l’oceano”

Isaac Newton

Fluire non significa essere negligenti; l’acqua non lo è. Non c’è meandro che non copra, a tutto arriva. Dicono gli Asturiani che l’acqua ha “un muso molto fine”. Senza fretta, adattandosi alle circostanze, l’acqua è la metafora della persistenza e dell’adattabilità estrema. Il paradigma del cambiamento nella forma, senza trasformare l’essenza.

L’acqua catalizza la vita, senza di essa la terra si secca e rimane deserta; il fuoco senza controllore inonda ogni cosa e l’aria, convertita in bufera di sabbia, non può portare la fertilità delle nuvole né la forza dei cambiamenti; persino il metallo con il suo uso è tornito nelle fucine!

L’acqua ci conforta, ci pulisce, ci benedice. Immersi nei fiumi del momento, nuotiamo, lottiamo, naufraghiamo.

Fluire, riconvenirsi davanti agli ostacoli, andare verso il basso, non opporsi a niente, l’acqua è la perfetta analogia dell’umiltà, dell’adattamento e del non conflitto. L’acqua vince senza obiettivo; seguendo la sua natura circonda qualunque ostacolo e ci insegna come vincere, ma con saggezza, senza logorio, senza perdere di vista l’obiettivo. Che cos’è una roccia sulla strada? Una montagna? Perfino incassata, filtra, o se tal cosa non è possibile, evapora; niente ferma il suo destino.

Il fiume della vita ha lasciato sulle mie sponde questi testi che oggi condivido in formato libro. E dico “ha lasciato” perché ogni paternità è alquanto confusa, giacché tutti siamo parenti di coloro che ci precedettero, di coloro che c’ispirarono e ispirano, delle galleggianti nuvole dell’inconscio collettivo e perfino, chi lo sa, degli spiriti e delle coscienze che ci circondano.

Non ho nulla da insegnare, perché nulla so, però chi vuole ascoltare i miei versi, lascio qui sincere e sentite riflessioni, ogni giorno più sentite che pensate, perché la mente è un ingannevole marchingegno che vede quel che vuol vedere e del quale ho imparato a sospettare.



BE PART OF THE GREATN



1st World

BUDO M

budo@h



2 Masters-s

Powered by:

www.budointernational.com
CINTURON NEGRO

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com
志常徳

Budo
www.budo

ESS!

certificate of assistance from all masters



Organized by:

**CINTURA
NERA**

Meeting

MASTERS

budointernational.com

16- 17 April ROME 2016

seminars + 1 GALA

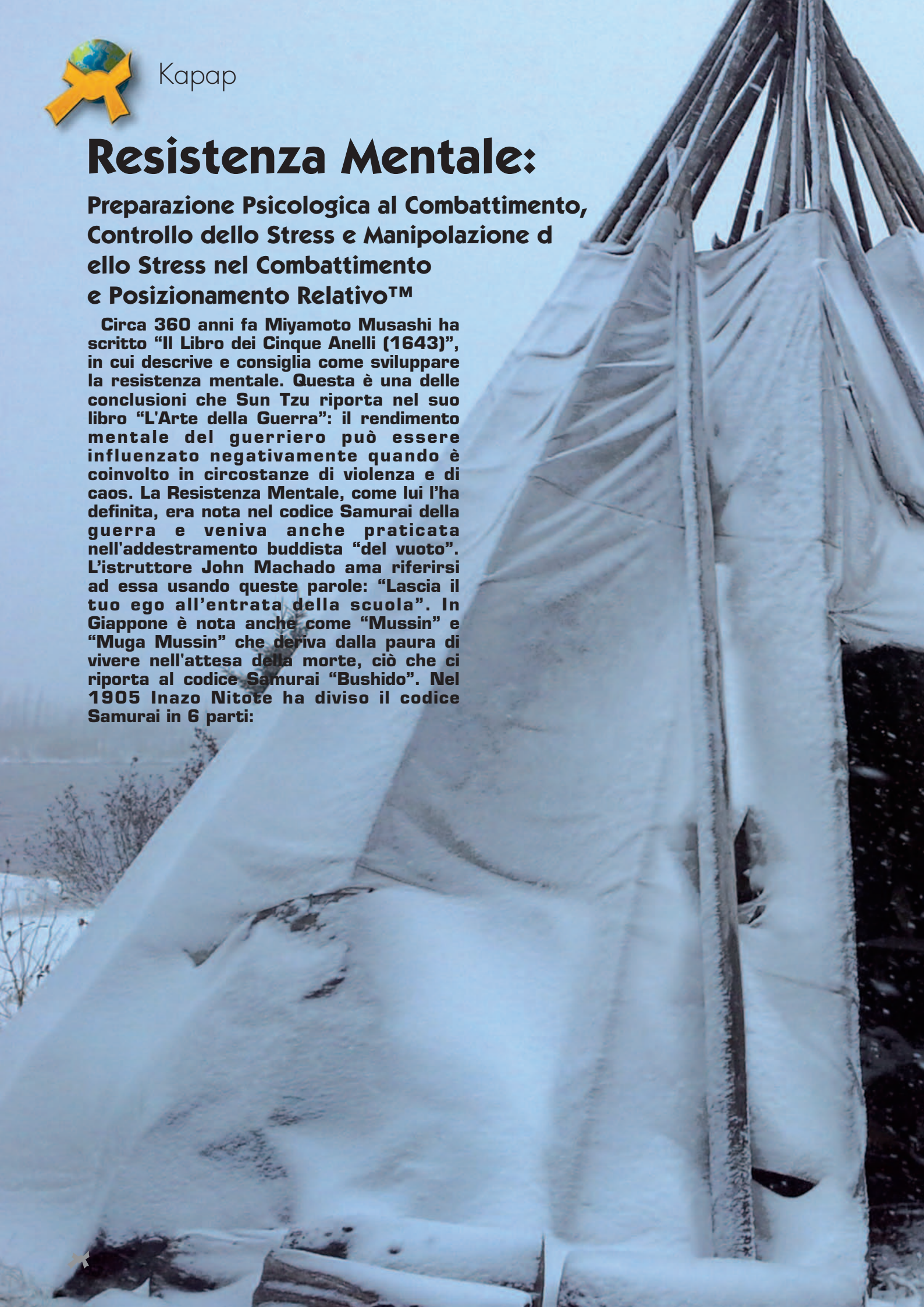


Kapap

Resistenza Mentale:

**Preparazione Psicologica al Combattimento,
Controllo dello Stress e Manipolazione d
ello Stress nel Combattimento
e Posizionamento Relativo™**

Circa 360 anni fa Miyamoto Musashi ha scritto "Il Libro dei Cinque Anelli (1643)", in cui descrive e consiglia come sviluppare la resistenza mentale. Questa è una delle conclusioni che Sun Tzu riporta nel suo libro "L'Arte della Guerra": il rendimento mentale del guerriero può essere influenzato negativamente quando è coinvolto in circostanze di violenza e di caos. La Resistenza Mentale, come lui l'ha definita, era nota nel codice Samurai della guerra e veniva anche praticata nell'addestramento buddista "del vuoto". L'istruttore John Machado ama riferirsi ad essa usando queste parole: "Lascia il tuo ego all'entrata della scuola". In Giappone è nota anche come "Mussin" e "Muga Mussin" che deriva dalla paura di vivere nell'attesa della morte, ciò che ci riporta al codice Samurai "Bushido". Nel 1905 Inazo Nitote ha diviso il codice Samurai in 6 parti:



Avi Nardia



Avi Nardia

www.avinardia.com

Avi Nardia Academy

“Albert aveva il compito di arrestare vivo un terrorista suicida.

Dovette seguire il terrorista per più di una settimana”



YouTube

downloadsite

Testo e Foto: *Kapap™ – Krav Panim El Panim & Professor John Machado Brazilian-Ju-Jitsu Academy*





1. **Dovere (Giri),**
2. **Magnanimità (Doryo),**
3. **Generosità (Ansha),**
4. **Umanità (Ninyo),**
5. **Risoluzione (Shiki)**
6. **Forza di spirito (Fudo).**

L'impiego armonioso di tutte queste parti permetterebbe di raggiungere quella Resistenza Mentale che un guerriero Samurai doveva affrontare psicologicamente nel campo di battaglia e che oggi noi chiamiamo "psicologia militare".

In un combattimento sperimentiamo suoni, odori, gusti, immagini, colpi, dolore e paura, in cui solitamente non ci imbattiamo nella vita quotidiana. Puoi rimettere in forma il tuo corpo, ma come puoi allenarti mentalmente ad affrontare un combattimento?

Una volta ho assistito ad un "Ultimate Fighter Championship" e da allora non ne sono più un gran estimatore. E' stato strano vedere come quei tizi enormi piangessero nelle sconfitte perché gli veniva tolto il titolo... lo la considero una situazione davvero surreale! Perché quell'individuo forte deve piangere come un bambino a cui gli si è rotto il giocattolo? Questo mi ha portato a pensare al mio compagno.

Mio compagno aveva il compito di arrestare vivo un terrorista suicida. Dovette seguire il terrorista per più di una settimana. Appena ricevette il via per continuare l'operazione, velocemente arrestò il terrorista con una bomba legata al suo corpo. mio compagno era pronto mentalmente per entrare in azione in qualunque momento e così è stato. Ciò che avrebbe potuto perdere non era un titolo...era la sua vita ad essere in pericolo e quella di coloro che stava proteggendo. Dopo questo tipo di esperienze mi domando come quelle persone possano credere che l'UFC o eventi del genere rappresentino il cammino delle Arti Marziali.

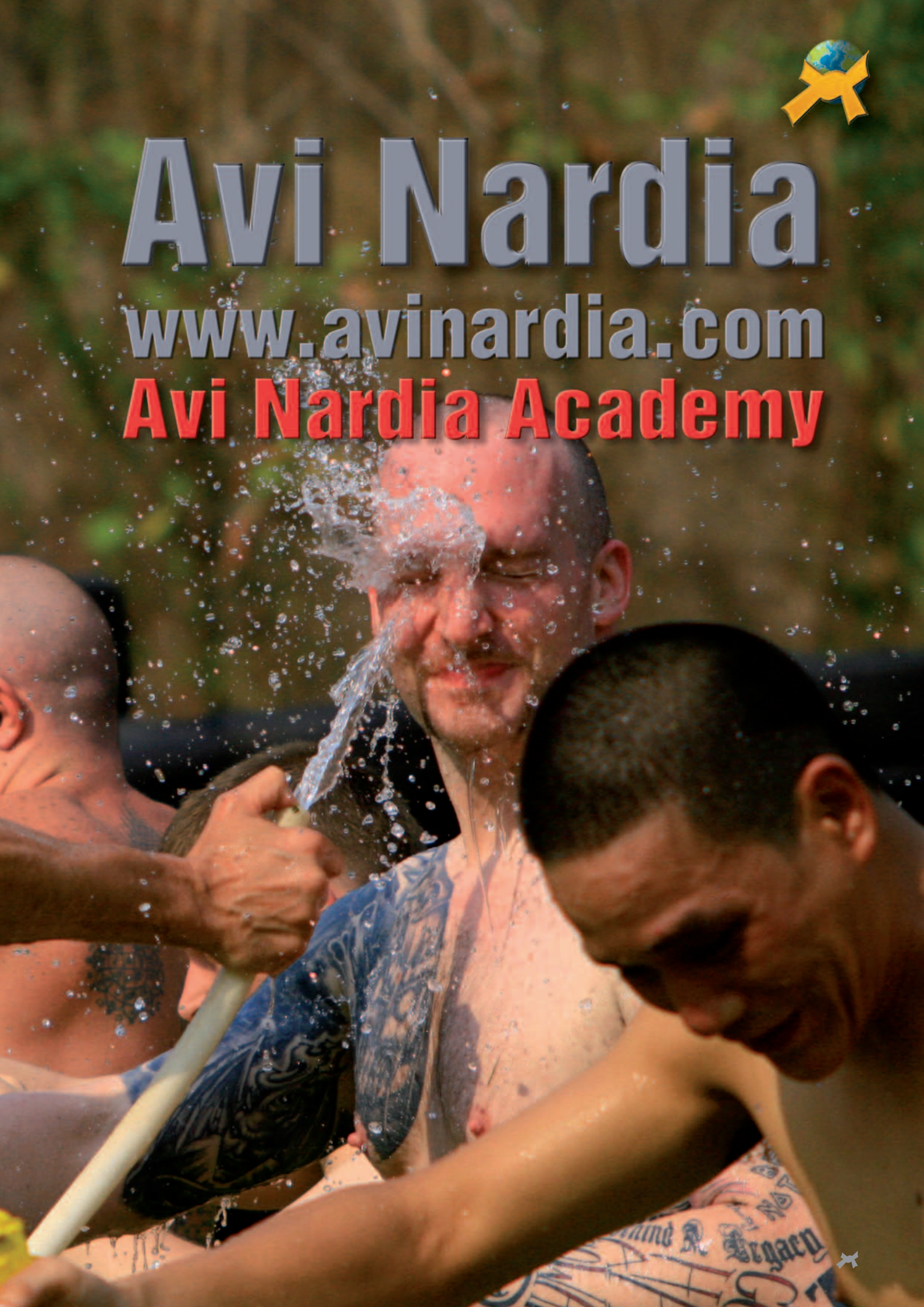




Avi Nardia

www.avinardia.com

Avi Nardia Academy





Che cosa è successo alle Arti Marziali come stile di vita? Dove si è perso questo elemento?

Insegniamo e pratichiamo le arti militari ed i sistemi militari ufficiali israeliani ed è triste vedere tutti coloro che “vogliono essere” artisti marziali e che non sono mai stati soldati, ma tentano di esserlo in quel modo. Vestono uniformi militari come se facessero parte dell'esercito, del Mossad o di un commando. Tutto ciò che devi fare è chiedere loro di allenarsi sotto la pioggia o la neve (allenamento reale) e vedrai che tutti scompariranno all'istante. Tuttavia, tutti affermano che non sono artisti marziali tradizionali... che non sono artisti marziali “per finta”.... Credono forse che l'arte marziale delle forze di sicurezza israeliane siano delle lezioni di un “nuovo esercizio aerobico” di allenamento per personaggi famosi? Non comprendono che è una forma di difesa personale e niente di più? L'ultima volta che mi sono allenato con l'istruttore John Machado (Machado Brazilian Ju Jitsu) abbiamo parlato di sistemi di allenamento mentale e di come sviluppare la resistenza mentale per il combattimento. Che cos'è la resistenza mentale? Perché l'arte del Brazilian Ju Jitsu (BJJ) ha tanto interesse alla resistenza mentale? L'istruttore Machado ha iniziato a raccontarmi delle storie su suo zio Carlos Gracie, la leggenda che si creò attorno a lui e come si è sviluppò il sistema del BJJ. John mi ha detto che Carlos credeva che il BJJ fosse un'arte del vivere e non solo una maniera di ferire la gente. Deve includere lo stato in cui ti senti, la tua salute, la tua alimentazione e tutti i punti di vista mentali e vitali che a volte si dimenticano. John mi ha raccontato che Carlos soleva nuotare tra i caimani nel Rio delle Amazzoni e osservava ed esplorava il loro comportamento. Imparò a sentire e





Avi Nardia

www.avinardia.com

Avi Nardia Academy





1. Un Difensore mentre utilizza ginocchiate e calci.
2. L'istruttore John Machado con il "pad" azzurro, mentre dà un colpo al difensore.
3. Il cerchio si chiude e spinge il difensore in un angolo.
- 4 e 5. Il difensore paga il prezzo.

a sapere ciò che pensavano tanto da arrivare a sentirsi molto rilassato quando lo circondavano. Solitamente si tuffava nell'acqua e nuotava con i caimani senza la paura di essere attaccato, perché era riuscito a condizionare la sua mente attraverso l'osservazione del loro comportamento. John mi ha raccontato anche che Carlos diventò un maestro nell'allenamento dei polli (sì, nell'allenamento dei polli!). Prendeva un pollo educato, destinato ad essere mangiato e lo trasformava in un "guerriero". Con un adeguato e corretto allenamento quel pollo avrebbe potuto persino vincere una "lotta tra galli".

Carlos possedeva dei metodi che utilizzava per rendere un pollo un guerriero, preparava il pollo in una maniera tale che davvero avrebbe potuto vincere. Carlos comprendeva i fattori essenziali della "lotta tra galli", le paure da superare e come allenare e cancellare i blocchi mentali annessi. Sapeva come migliorare l'energia mentale di quell'animale fino ad un livello tale che quel pollo era in grado di lottare nei "combattimenti tra galli"!

Questi colloqui con John ci hanno spinti a parlare dei metodi che usiamo nei Corpi Speciali Israeliani per sviluppare la Resistenza Mentale. Ho scoperto che la





metodologia che utilizza John Machado, è uno dei più efficaci e sicuri metodi per insegnare la Resistenza Mentale.

Il proposito di questo articolo non è insegnare come farlo, bensì descriverla bene come uno dei più importanti e fondamentali elementi dell'allenamento. Inoltre, attraverso l'allenamento dei metodi Kapap di Posizionamento Relativo™, vogliamo che comprendiate che imbattersi in "Simulazioni di combattimento" di qualunque genere, sviluppa anche la Resistenza Mentale. Si può diventare qualcosa di simile ad un maestro di scacchi, che è in grado di anticipare il nemico, divenendo dinamico e fluido. Dominando il Posizionamento Relativo™ e, allo stesso tempo, un altro allenamento di Resistenza Mentale, diventerete dei lottatori migliori e dei veri guerrieri che fanno delle Arti Marziali uno stile di vita e non uno sport. L'Accademia Kapap™ continua la sua espansione offrendo una maggior formazione e DVD che spiegano come allenare contemporaneamente "Il corpo e la mente".

Per esempio, alleniamoci come segue:

1. La connessione tra il corpo e la mente esiste, come si spiega nella maggior parte delle Arti Marziali tradizionali. La difesa personale e la relativa opportunità di sopravvivere sono la manifestazione fisica della costituzione psicologica e del suo effetto sul corpo (Fondamenti della diagnosi visuale).
2. La paura causerà dei "blocchi" nel corpo e nella mente. Vi sono modi per scioglierli e per superare la paura.



Avi Nardia

www.avinardia.com

Avi Nardia Academy





Kapap

“In un combattimento sperimentiamo suoni, odori, gusti, immagini, colpi, dolore e paura, in cui solitamente non ci imbattiamo nella vita quotidiana. Puoi rimettere in forma il tuo corpo, ma come puoi allenarti mentalmente ad affrontare un combattimento?”





3. Lo stress estremo influenza seriamente la mente ed il corpo. Insegniamo la preparazione all'azione in uno stato di stress, la sopravvivenza nel combattimento ed, in seguito, il combattimento.

4. La "catena del dolore" e la concentrazione. Insegniamo i fondamenti per lavorare con il dolore.

Sviluppiamo anche il potenziale addizionale della mente, la sua evoluzione e la sua applicazione.

Ad esempio:

1. L'atteggiamento mentale e la sua influenza nella percezione dell'ambiente e dei comportamenti.

2. "La voce interiore del corpo", il suo sviluppo e la sua applicazione.

3. L'intuizione. La preparazione della mente per un lavoro intuitivo.

4. La Sensibilità e la precisione della percezione come base del combattimento.

5. Auto-sviluppo della mente.

Gli altri elementi chiave includono il Criterio Visuale di Situazioni, ovvero scoprire un cambiamento di proposito negli altri:

1. Riconoscimento di modelli comportamentali.

2. Un mezzo di diagnosi visuale: logico ed intuitivo.

3. Il rilevamento di oggetti nascosti.

4. Diagnosi dello stato psicologico e dell'intenzione.

5. Controllo dell'intenzione di un'altra persona. "Invisibilità" e "mente non rilevabile".

6. Stress estremo relazionato ad un avvenimento particolare, o stress cumulativo - il loro effetto nel corpo e nella salute.

Il trauma psicologico e le patologie somatiche della salute: il Sistema di Focalizzazione per la prevenzione e il trattamento della malattia.

Con ciò affrontiamo quanto segue:

1. L'effetto dello stress psicologico sul corpo umano.

2. Lo sviluppo del trauma psicologico ed i relativi sintomi. Le ossessioni ed il modo per evitarli.

3. Manifestazioni corporali dei sintomi. Lavoro sui problemi psicologici attraverso il corpo.

4. Prevenzione e resistenza dello stress psicologico lavorando sul nostro corpo.

Disponiamo di studi aggiuntivi sul tema della "Salute" da un punto di vista fisiologico ed esercizi specifici per aiutare il corpo. Utilizziamo un lavoro "duro" per preparare la mente attraverso un lavoro intensivo di pugni e dolore. Un esempio di ciò è il cosiddetto "Cerchio di Allenamento". Supponete di mettere un "difensore" al centro di un cerchio formato da altri allievi che impugnano o "pads". Il difensore calcia i "pads" e quelli che li impugnano colpiscono e spingono il difensore. L'istruttore ordina loro di stringere il cerchio attorno al difensore e di cominciare a spingerlo verso un angolo della stanza. L'obiettivo del difensore è impedire che questo avvenga e se riescono a portarlo all'angolo, allora dovrà pagare un prezzo (per esempio fare delle flessioni o un'attività simile).

Questo è importante perché vogliamo che il difensore sappia che deve usare la resistenza mentale per lottare e non solo parare, altrimenti dovrà pagare un prezzo. L'istruttore controlla l'intensità ordinando al cerchio di aprirsi o di chiudersi, ecc... (Vedere fotografie)

(Nota: potete vedere altre immagini nei prossimi libri e nei DVD dell'Accademia Kapap™ e dell'istruttore John Machado BJJ)

Passiamo al tema della discriminazione personale, della criminalità e della sicurezza personale, ecc... Tutti questi argomenti vengono affrontati nell'Accademia Kapap™ per far sì che i nostri allievi siano dei veri e propri allievi di Arti Marziali e ricevano un allenamento che enfatizzi tutti gli elementi necessari per la difesa personale, la sopravvivenza...inclusa la Resistenza Mentale.

(Per richiedere il nostro nuovo lavoro in DVD visitate la nostra pagina Web: www.kapapacademy.com)

Avi Nardia

www.avinardia.com

Avi Nardia Academy



BE PART OF THE GREATN

Organized by:

CINTURA NERA



1st World

BUDO M

budo@b



2 Masters-S

Powered by:

www.budointernational.com
**CINTURON
NEGRO**

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com
黑带志

Budo
www.bud

ESS!

certificate of assistance from all masters



Meeting **MASTERS**

budointernational.com



16- 17 April ROME 2016

seminars + 1 GALA





Budo Classics



Dog Brothers



Marc Denny



Guro Crafty/Marc





MMA Gloves



Boxing



NEW C



Gloves



Shin&Instep Guard

COLLECTION





C 31
Pantaloncini satin



C 33
Pantaloncini satin



C 34
Pantaloncini stain



C 48
Pantaloncini satin



C 36
Pantaloncini satin



C 37
Pantaloncini satin



C 38
Pantaloncini satin



C 49
Pantaloncini satin



C 44
Tuta sudorina girocollo o zip
grigio - blu



C 41
Prajat
vari colori



C 40
Mongkol
vari colori



C 47
Tuta in satin
vari colori



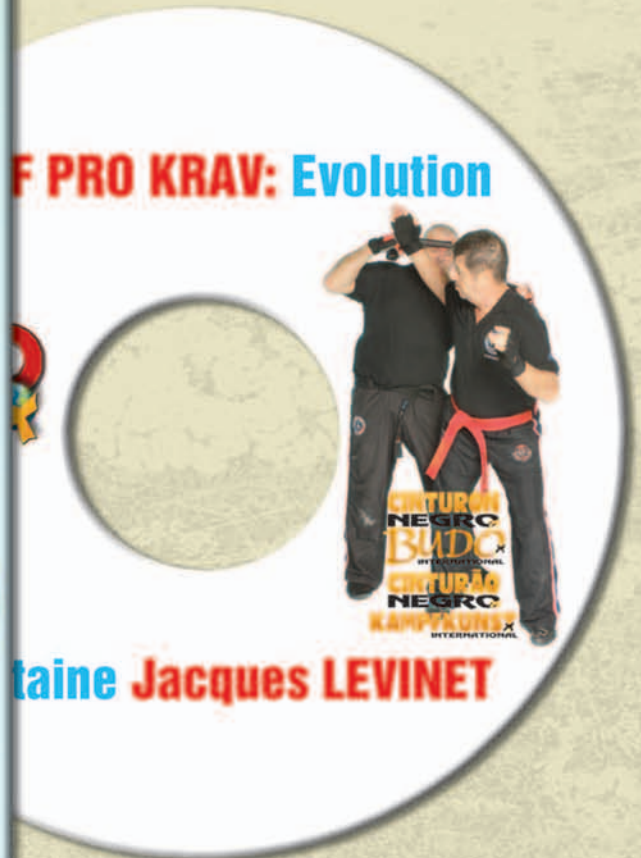
E 02
Stivaletto per allenamento
bianco e rosso



E 02
Stivaletto per allenamento
bianco e blu

SELF PRO KRAV: Evolution

Capitaine Jacques LEVINET



DVD: 22,00 €



REF.: • LEVI8



English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com

Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta logografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità. Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.



www.shaolinspain.com

Shifu Bruno Tombo

17 - 1



17 - 3



Master & Styles



Plato Shi Xing Jing

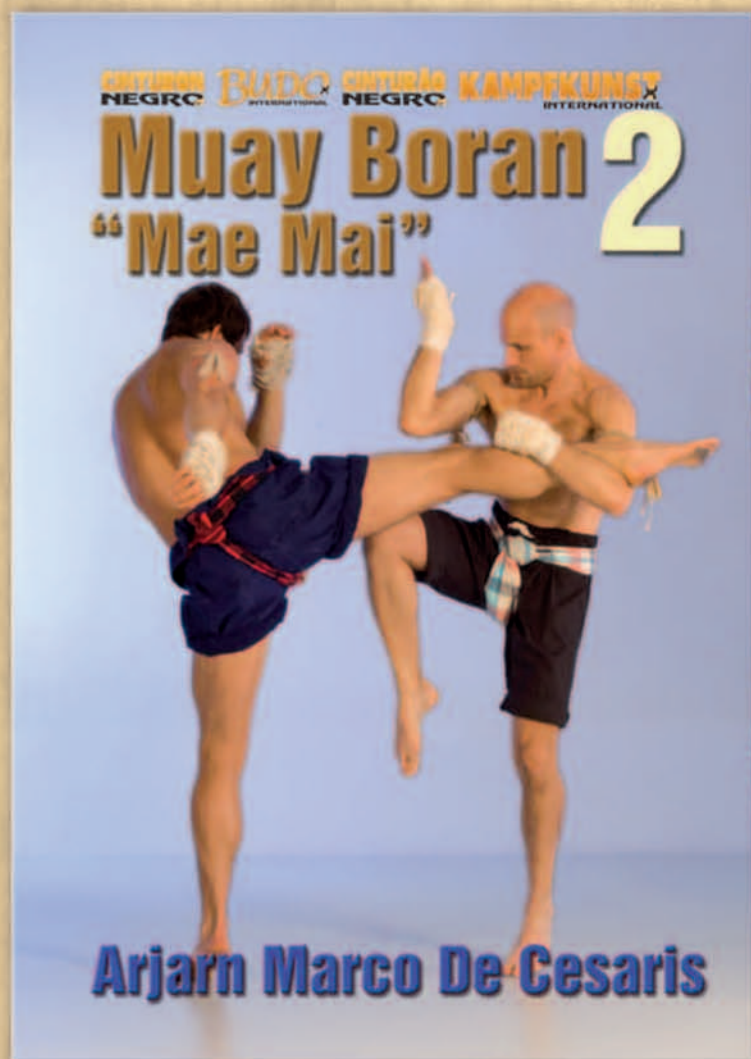
17 - 2



Kung Fu Shaolin

Muay Boran 2 "Mae Mai"

Arjarn Marco De Cesaris



Le forme Mae Mai sono principi universali di combattimento: ogni tecnica può essere imparata in accordo con una versione di base, ma deve essere praticata facendo particolare attenzione alle molteplici varianti esistenti, codificate dai Grandi Maestri del passato. Le diverse applicazioni si dovranno

allenare seguendo i principi del footwork tradizionale, per permettere al praticante di eseguirli contro attacchi provenienti dalle quattro direzioni e non solo frontali. In questo secondo DVD Arjarn Marco de Cesaris focalizza l'analisi tecnica sull'esecuzione della Forma e sull'allenamento degli spostamenti avanzati, terminando con l'applicazione delle tecniche Mae Mai dalla n°8 alla n°15.

Un inesauribile bagaglio di azioni tecniche di attacco, difesa e contrattacco che ogni buon praticante dovrebbe conoscere alla perfezione.



REF.: • CESAR12



DVD: 22,00 €



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

English
Italiano
Español
Français
Deutsch

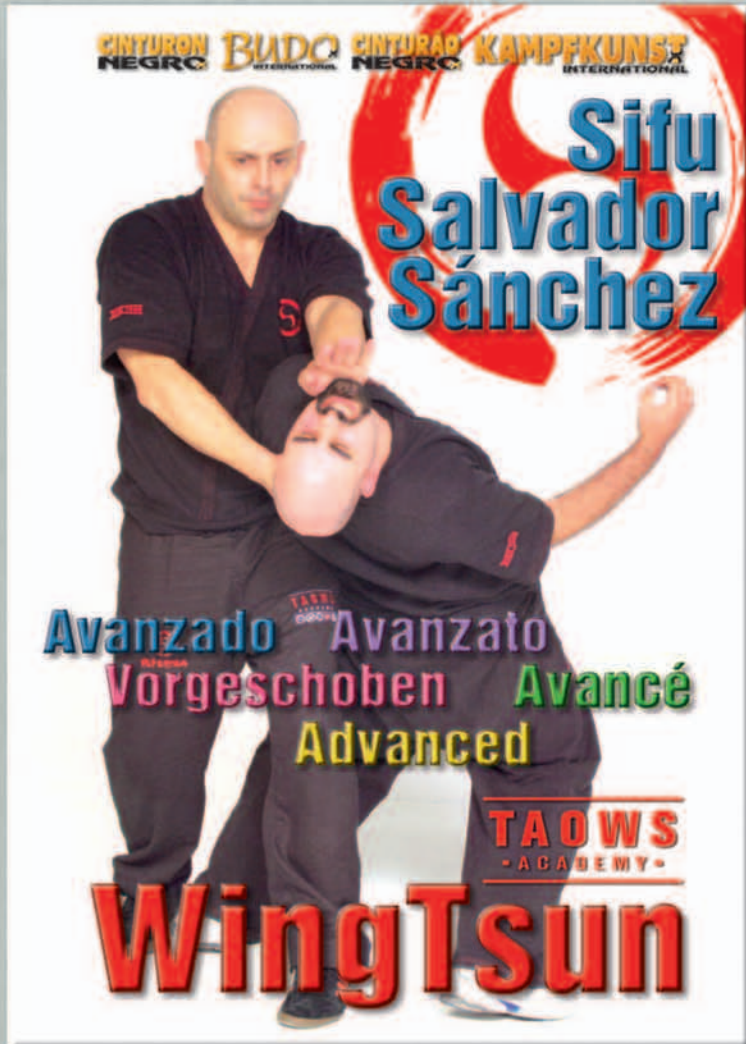
ORDINALA A:
Budo international.com

WingTsun

Avanzado Avanzato
Vorgeschoben Avancé
Advanced

Sifu Salvador Sánchez

TAOWS
-ACADEMY-



Il Wing Tsun è un eccellente stile di Boxe Cinese, che permette di dedicare tutta una vita alla pratica e alla crescita integrale del praticante. Idee, tecnica, filosofia, ecc... tutto fa parte di un'ARTE ancestrale e deve essere studiata e compresa come un TUTTO. Sifu Salvador Sanchez, nel suo secondo DVD, parla dell'uomo di legno e di come questo influisca nella pratica del Wing Tsun. Dato che nel sistema attuale la Forma si impara ai livelli più avanzati dello stile, molti praticanti che abbandonano non hanno l'opportunità di conoscere le sue idee, le tattiche e le strategie, e non possono includerle nella loro pratica. Per la TAOWS Academy è molto importante che il praticante comprenda che è questo è ciò che fa in tutti i suoi aspetti della pratica, e quindi in questo DVD seguiremo la stessa impostazione che seguiamo in qualsiasi lezione, seminario o allenamento. La nostra impostazione comprende 6 passi: il primo è l'idea da sviluppare, ciò che vogliamo ottenere. La seconda parte sono le forme (Siu Nim Tao, Chum Kiu, Bui Jee, Uomo di legno, ecc...) a seconda dei livelli; la terza sono gli spostamenti, la mobilità. Il quarto pilastro è il Chi Sao - Chi Gerk, l'aderenza, l'anima del nostro sistema. Il quinto elemento è la non aderenza, il non contatto, sapere cosa fare per arrivare al contatto con l'avversario in modo sicuro. Alla fine, il sesto settore è lo Sparring, il combattimento o Lat Sao. Bruce Lee diceva che s'impara a combattere combattendo ed è la cosa più esatta che un artista marziale abbia mai detto.

Come renderemo il Wing Chun un Arte Marziale efficace e rispettata? Praticando esercizi di sparring che ci avvicinino al combattimento in maniera progressiva, fino a che ciascuno di noi ottenga il massimo, come fighter, che questo meraviglioso sistema ci può offrire.

REF.: • TAOWS-2



DVD: 22,00 €



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

English
Italiano
Español
Français

ORDINALA A:
Budo international.com

BE PART OF THE GREATN

FIRST WORLD MEETING OF BUDO MASTERS

Cari amanti del BUDO, questo evento sarà un'occasione unica per incontrare di persona Maestri di tutto il mondo oltre ad arricchire la cultura e la fratellanza tra arti, stili e persone; una grande festa di formato innovativo, dove poter condividere attraverso seminari le infinite tecniche delle Arti Marziali, e dove sarete in grado di scambiare opinioni e incontrare le persone che scrivono e sono diventate famose nelle pagine della nostra rivista.

La nostra rivista, al momento pubblicata in sette lingue - spagnolo, inglese, italiano, portoghese, tedesco, francese e cinese (e presto disponibile anche in edizione turca dal mese di novembre), sosterrà con tutte le sue potenzialità nel settore dei media, reti e contatti, questa eccellente iniziativa del rispettato Maestro Sifu Paolo Cangelosi.

Gli studenti che fanno parte di un gruppo specifico

dovranno contattare il loro Maestro per le prenotazioni. Quelli di voi che non fanno parte di una scuola ma vogliono partecipare singolarmente all'evento potranno fare direttamente la personale prenotazione sia ai seminari che alla cena di gala. Tutti sono benvenuti all'insegna del rispetto, della fratellanza marziale e della cooperazione.

L'evento si svolgerà in due giornate:

SABATO 16 E DOMENICA 17 APRILE 2016,
A ROMA - ITALIA

Il programma verrà suddiviso in seminari e serata di gala.

Dettagli:

SEMINARIO: ogni maestro avrà diritto a circa 15 minuti per poter insegnare le proprie tecniche, il tempo a

1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-s

Powered by:

www.budointernational.com
**CINTURON
NEGRO**

www.budointernational.net
BUDO
INTERNATIONAL

www.budointernational.com
柔道志

Budo
www.budo

ESS!

disposizione potrà variare in base al numero dei maestri partecipanti.

ORARI DEI SEMINARI:

SABATO 16 APRILE: ORE 10,30 – 13,30

DOMENICA 17 APRILE: ORE 10,30 – 13,30

COSTO DEI SEMINARI PER GLI ALLIEVI:

1 GIORNO 30 €

2 GIORNI 40 €

È importante che tutti i maestri che aderiranno all'iniziativa del nostro evento, dichiarino la loro presenza, se soli o con i loro allievi entro la fine del mese di Novembre, in un secondo tempo entro il 28 Febbraio 2016 dovranno inviare una lista dettagliata dei loro allievi con nome e cognome, con una caparra pari a 20 €uro per allievo. Il saldo del seminario verrà effettuato direttamente il giorno dello stage.

SERATA DI GALA SABATO 16 Aprile ore 20,30

Aperitivo e cena a buffet.

Durante la serata verranno consegnati i certificati di partecipazione a tutti gli allievi. I maestri saranno premiati con il Certificato di "Membri della Budo Master Concil" riconosciuto a livello mondiale ed avallato dalla firma dei maestri più famosi al mondo. Gli studenti, a loro volta, riceveranno un attestato di frequenza certificando la loro partecipazione alla riunione e firmato da tutti noi.

Un Photocall sarà a disposizione tutto il tempo nello stesso posto del Gala, dove saranno effettuate le fotografie con tutti i membri del consiglio, amici, studenti, ecc.

Testimonianze fotografiche appariranno sulla rivista Cintura Nera e Budo International, che sarà già stata tradotta in 10 lingue, in un articolo straordinario che illustrerà ampiamente l'intero evento e i suoi partecipanti, mettendo in evidenza la presenza di ogni insegnante.

MASTERS

16- 17 April ROME 2016

Organized by:

CINTURA NERA

Seminars + 1 GALA

 Budo International

www.budointernational.com
**CINTURÃO
NEGRO**

**KAMPFKUNST
INTERNATIONAL**

www.budointernational.com
**BUDO
INTERNATIONAL**

BE PART OF THE GREATN

Tutti gli insegnanti che confermeranno la loro partecipazione al Gala, saranno inclusi anche nelle pagine pubblicitarie dell'evento, sia nella rivista che in tutta la nostra rete.

Alcuni esempi di questo tipo di pubblicità sono inseriti alla fine di questo documento, che mostra alcuni dei docenti provenienti da tutto il mondo, la cui presenza è già confermata.

COSTO DELLA SERATA DI GALA: 80 €

Poiché l'obiettivo della riunione non è monetario, ma quello di coltivare l'amicizia e la cooperazione, abbiamo stabilito un prezzo molto conveniente.

Per la prenotazione alla serata di GALA ogni maestro dovrà inviare un elenco con il nome, il cognome e la quota di 80€ per ogni suo invitato, entro il 28 FEBBRAIO 2016.

I partecipanti che verranno per conto loro potranno registrarsi personalmente.

Considerando la grande richiesta di partecipazione a livello mondiale, consigliamo di non ritardare ad inviare le liste perché le prenotazioni sono a numero chiuso.

PER IL VERSAMENTO DELLE QUOTE DI PRENOTAZIONE DEGLI STAGES E DELLA SERATA DI GALA:

BANCO POPOLARE GENOVA AG.3
IBAN: IT90 X050 3401 4030 0000 0000 824
SWIFT: BAPPIT21Q60

PER LE LISTE DI PRENOTAZIONE DEGLI STAGES E DELLA NOTTE DI GALA INVIARE TUTTO A:

budo.masters1@gmail.com

I SEMINARI E LA SERATA DI GALA SI SVOLGERANNO PRESSO:

CENTRO SPORTIVO FONTE MERAVIGLIOSA
VIA ROBERTO FERRUZZI 110/112 (ZONA EUR)
ROMA - ITALY
(AMPIO PARCHEGGIO GRATUITO)

1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-s

Powered by:

www.budointernational.com
CINTURON NEGRO

www.budointernational.net
BUDO INTERNATIONAL

www.budointernational.com

志常徳

Budo
www.budo

ESS!

HOTEL

Per il pernottamento in Roma, saremo riuniti con convenzione presso:

HOTEL SHANGRI LA CORSETTI
VIALE ALGERIA 141
00144 ROMA (ZONA EUR) ITALY
TEL. +39 06 5916441
FAX. +39 06 5413813
email: info@shangrilacorsetti.it

COSTI DELLE CAMERE:

SINGOLA 60 €
DOPPIA 85 €
COLAZIONE INCLUSA

Per prenotare, contattare direttamente l'hotel identificandosi come partecipante alla convenzione con la parola d'ordine: **BUDO MASTERS**. Ci sono state riservate un numero limitato di stanze, si consiglia di prenotare entro il 15 Marzo 2016 (facciamo presente, che per coloro che

arriveranno in ritardo, non sarà facile trovare alloggi a Roma perché saremo nel periodo del Giubileo). Per tutti quelli che alloggeranno all'hotel Shangri La Corsetti, abbiamo messo a disposizione un pullman che trasferirà il nostro gruppo "Budo Masters" nel luogo dei seminari e della serata di Gala.

Il nostro direttore Alfredo Tucci, si è gentilmente messo a servizio dell'organizzazione tramite la sua mail personale, budo@budointernational.com, per tutti gli amici non italiani che potrebbero avere domande circa l'evento, e non ha voluto perdere la possibilità di lasciarvi qualche parola:

"Cari fratelli nel Budo, è un vero piacere per me di sostenere la grande idea con cui il Maestro Cangelosi apre una nuova fase nei rapporti tra gli amici della nostra rivista.

Molti di voi conoscono i maestri solo di nome, per gli articoli che avete letto nelle pagine della nostra rivista; ora potrete incontrarvi di persona come parte di un evento unico nel suo genere, scattare qualche foto con loro e accedere alla possibilità di imparare dai migliori, portando

MASTERS

16- 17 April ROME 2016

Organized by:

CINTURA NERA

Seminars + 1 GALA

BE PART OF THE GREATN

con voi a casa una grande esperienza come artisti marziali e come individui, insieme con un certificato firmato da tutti loro, che di certo decorerà la vostra storia personale come budoka. Mia nonna diceva che "tutto si trasmette, tranne la bellezza" ... Allora venite e fate parte della grandezza!"

Alfredo Tucci
Direttore di Budo International Publishing Co.

Campioni dei certificati da consegnare e su cui stiamo lavorando. Naturalmente, vi saranno aggiunti i loro nomi man mano i partecipanti confermeranno la loro presenza. La prima è la certificazione per gli allievi e la seconda è quella dei Maestri.

"Sabato 16 Aprile dalle ore 17.00 alle ore 18.00 presso l'Hotel Shangri La Corsetti, si terrà la riunione con tutti i maestri ospiti dell'evento, per parlare di un progetto futuro che riguarda la diffusione delle Arti Marziali."

1st World Meeting



BUDO MASTERS

The Budo Masters Council certificate of assi
16-17 April ROM

On this date Mr.

Has been part of the Budo Masters World mee



The Budo Masters C

Sifu Paolo Cangelesi, Shidoshi Jordan Augusto, Arjan Marco de Cesaris, Sifu Gianni de Nittis, Sifu Bruno Tomblato, Sifu Yien T, Kyeshi Raúl Gutierrez, Justo Dióquez "Keyel", Germano Monosi, Sifu Donna Rosa Ferrante Bannera, Sifu Alfred Johannes Neudo, GM Marco Morabito, Crazianno Galvani, Patrick Levot, Marco Mattiucci, David Buisan, Sifu Andreas Hofmann, Captain Ja, Even Pantazi, GM John Pellegrini, Sifu Vincent Lyn, Shidoshi Alfredo Tucci **YOUR NAME HERE**



1st World Meeting

BUDO M



2 Masters-S

Powered by:



ESS!

CINTURA NERA

stance
E 2016

ting

Council:

Sifu Salvador Sánchez,
GM Avi Nardia,
Jacques Levinet,

BUDO INTERNATIONAL

1st World Meeting



BUDO MASTERS

CINTURA NERA

16-17 April ROME 2016

The Budo Masters Council certificate

On this date Mr. **YOUR NAME HERE!**
Was recognized as director of the Budo Masters Council



國際武進雜誌

The Budo Masters Council:

Sifu Paolo Cangelosi, Shidoshi Jordan Augusto, Arjan Marco de Cesaris, Sifu Gianni de Nittis, Sifu Bruno Tombolato, Sifu Yien Ti, Sifu Salvador Sánchez, Kyoshi Raúl Gutierrez, Justo Dieguez "Keysi", Germano Monosi, Sifu Donna Rosa Ferrante Bannera, Sifu Alfred Johannes Neudorfer, GM Avi Nardia, GM Marco Morabito, Grazianno Galvani, Patrick Levet, Marco Mattiucci, David Buisan, Sifu Andreas Hoffmann, Captain Jacques Levinet, Evan Pantazi, GM John Pellegrini, Sifu Vincent Lyn, Shidoshi Alfredo Tucci, **YOUR NAME HERE!**

CINTURON NEGRO

BUDO INTERNATIONAL

國際武進雜誌

BudoTurk

CINTURÃO NEGRO

KAMPFKUNST

BUDO INTERNATIONAL

MASTERS

16- 17 April ROME 2016



Organized by:

CINTURA NERA

Seminars + 1 GALA

BudoTurk INTERNATIONAL

CINTURÃO NEGRO

KAMPFKUNST INTERNATIONAL

BUDO INTERNATIONAL

20 €

Nuovo libro!



Tenendo sempre come sfondo l'Ochikara, "la grande forza" (chiamata e-bunto nel dialetto degli Shizen), la saggezza segreta degli antichi sciamani giapponesi, i Miryoku, l'autore ci sommerge in un mondo di riflessioni genuine, capaci allo stesso tempo di smuovere nel lettore il cuore e la testa, collocandoci continuamente di fronte all'abisso dell'invisibile, come vera, ultima frontiera della coscienza personale e collettiva.

La spiritualità non come religione, ma come studio dell'invisibile, è stato il modo per avvicinarsi al mistero dei Miryoku, nel segno di una cultura tanto ricca quanto sconosciuta, allo studio della quale l'autore si è dedicato intensamente.

Alfredo Tucci, direttore dell'editrice Budo International e autore di un gran numero di titoli sulla via del guerriero negli ultimi 30 anni, ci offre un insieme di riflessioni straordinarie e profonde, che possono essere lette indistintamente senza un ordine preciso. Ciascuna di esse ci apre una finestra dalla quale osservare i temi più svariati, da un punto di vista insospettabile, a volte condito da humour, altre da efficacia e grandiosità, ponendoci di fronte ad argomenti eterni, con lo sguardo di chi ci è appena arrivato e non condivide i luoghi comuni con i quali tutti sono abituati ad avere a che fare.

Possiamo affermare con certezza che nessun lettore rimarrà indifferente davanti a questo libro, tale è la forza e l'intensità del suo contenuto. Dire questo, è già un bel dire in un mondo pieno di presepi collettivi, di ideologie interessate e tendenziose, di manipolatori e in definitiva, di interessi spuri e di mediocrità. E' dunque un testo per animi nobili e persone intelligenti, pronte a guardare la vita e il mistero con la libertà delle menti più inquiete e scrutatrici dell'occulto, senza dogmi, senza moralismi di convenienza, senza sotterfugi.

Alfredo Tucci

The way of the warrior and the Spirit

御慧玟



Consonance and Emptiness

Shidoshi Alfredo Tucci

New book!

La vía del Guerrero y el espíritu

御慧玟



Consonancia y Vacío

Shidoshi Alfredo Tucci

Nuevo libro!

WING CHUN GUNG FU:

The Explosive Art of Close Range Combat



La dettagliata collezione di 6 volumi di Sifu Randy Williams contiene la storia del Wing Chun, la teoria e la descrizione in dettaglio di tutte le forme del Wing Chun. Il volume 6 è incentrato sull'insegnamento del sistema e fornisce ulteriori informazioni sulla teoria del Wing Chun dalla A alla Z! Questo eccellente lavoro, originariamente scritto nel 1988 e recentemente rivisto ed aggiornato, è un must imperdibile e non può mancare nella libreria di ogni dedito praticante dell'arte.

È possibile ordinare l'intero set di 6 libri, o i singoli volumi così come i nuovi DVD, ordinabili in serie o singolarmente, direttamente dal sito web:

www.shop.crca.de

Singolo Volume	€ 49,90
Singolo DVD sulle armi	€ 39,90
Biu Jitsu DVD	€ 25,90
DVD Set (5)	€ 149,90

I costi di spedizione ed imballaggio non sono inclusi, per ulteriori informazioni non esitate a contattarci:

Copyright © 1989 CRCA Enterprises
Publisher CRCA-Lopez / Mario Lopez,
Atroper Str. 56, 47226 Duisburg, Germany
E-Mail: info@crca.de

Info per l'Italia:
E-Mail: info@crca.it

Cinque nuovi DVD sul Wing Chun:

1 DVD: "Bot" Jom Doh Basics

La forma "Bot" Jom Doh completa nei 108 movimenti, informazioni sulla storia dei coltelli del Wing Chun, tecniche dettagliate di difesa ed attacco con coltello, "Bot" Jom Doh Footwork, dettagli sul footwork e sul suo orientamento nella forma, esercizi per persona singola con "Bot" Jom Doh.

2 DVD set: "Bot" Jom Doh, Applications, Drills, Concepts & Principles

Applicazioni dei movimenti della forma "Bot" Jom Doh, coltello contro coltello, coltello contro bastone, esercizi, concetti e principi, esercizio appositamente creato con coltello all'uomo di legno, dettagli su difese ed attacchi con coltello, comparazione tra le tecniche con coltello e le loro controparti a mano nuda, principi di taglio.

1 DVD: CRCA Wing Chun "Biu Jitsu" Groundfighting

Concetto di "Reverse Engineering", strangolamenti: dalle spalle, frontali, "Ghigliottina," "Head-and-Arm", strangolamento di spalla da monta laterale, e molti altri esercizi e tecniche di lotta a terra.

2 DVD set: "Look Deem Boon" Gwun Volume 1 (55 min.)

Dettagli sul bastone, esercizi con bastone, Footwork con bastone, visione s'insieme della forma "Look Deem Boon" Gwun, "6 1/2" - i colpi del bastone, applicazioni bastone contro bastone.

"Look Deem Boon" Gwun Volume 2 (60 min.)

Esercizi al sacco, esercizi all'uomo di legno, esercizi in coppia, visione generale della forma, bastone contro coltello.

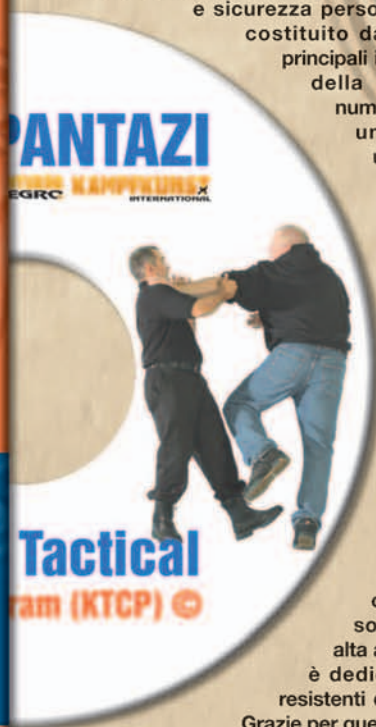


Kyusho Tactical Control Program (KTCP) ©

EVAN PANTAZI



Il Programma Kyusho Tactical Control (KTCP) è stato progettato per controllare la scalata dei conflitti attraverso la ricerca giuridica e medica, spiegamento tattico, test sul campo e coordinamento. Questo programma è stato progettato appositamente, ma non esclusivamente, per le Forze dell'Ordine Pubblico, Sicurezza, Emergenza, Guardia Costiera, Militari, Agenzie Governative, Escort e sicurezza personale. Questo modulo base è costituito da un insieme di 12 obiettivi principali integrati in 4 moduli di controllo della scalata di forza. Ci sono numerose strutture deboli nel corpo umano che possono essere utilizzate da un agente per ottenere semplicemente il controllo di un individuo, più efficienti rispetto al tradizionale utilizzo della forza come indica il protocollo. Di là dalla fase di ordine verbale, in una situazione di crescente conflitto, è in questi punti Kyusho (vitale) dove l'agente può fare uso dei sistemi interni di controllo fisico, come i nervi, la struttura dei tendini e i naturali riflessi nervosi del corpo. Non richiede grande forza nemmeno un complesso controllo motore o la vista, soggetti di fallimento in stati di alta adrenalina. Questa informazione è dedicata ai membri coraggiosi e resistenti delle Agenzie in tutto il mondo. Grazie per quello che fate!



REF.: • KYUSHO 22

DVD: 22,00 €



English
Italiano
Español
Français



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

ORDINALA A:

Budo international.com



Budo Classics

Total Grappling & Vale



4 5





3



Manu García Nieto

Tudo



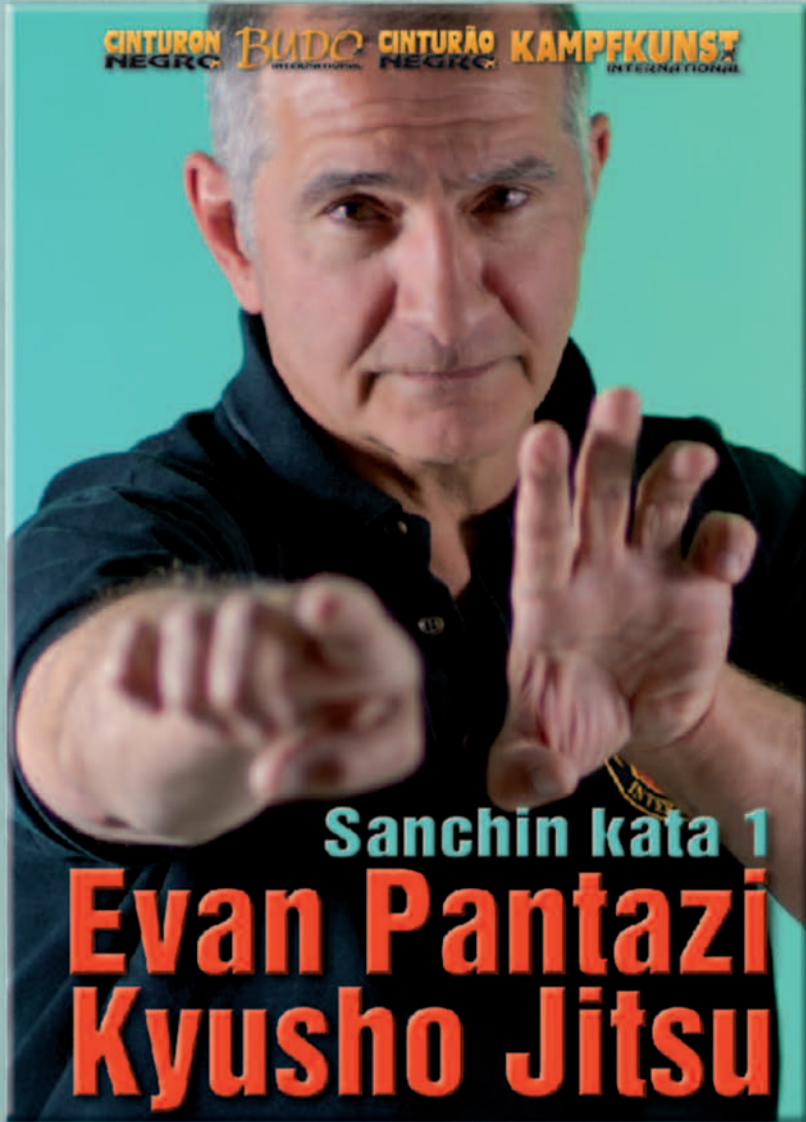
You Tube



downloadsite

Kyusho Jitsu Sanchin kata 1

Evan Pantazi



Il lavoro contenuto in questi DVD mostra la differenza tra il Kyusho e il Dim Mak, per quanto non sono basati sugli stessi obiettivi. Si tratta di una continuazione dei lavori precedenti sul tema "I 6 Mani Ji" e "La Camicia di Ferro" con Budo International. I 6 Mani Ji prevalgono in un'arte chiamata Pangai-Noon o Uechi Ryu, uno dei pochissimi modelli che contengono e si concentrano su queste posizioni specifiche di mano per raggiungere i tessuti più profondi del corpo. Questi DVD mostrano l'uso delle mani, non come mazze, ma piuttosto come pugnali con la potenza di transizione della torsione utilizzata nelle 6 mani Ji, per essere correttamente applicate al Kyusho... e questa è una sfaccettatura assente nelle competenze della maggioranza dei praticanti di Kyusho. Otto KO (compresi i KO per compressione e sanguigni). Questo insieme di due DVD si concentra su una forma apparentemente semplice come Kata Sanchin, attraverso otto fasi di abilità di combattimento. Un sistema marziale completo in un Kata, anche compresi i metodi di "Camicia di Ferro".

Vol.1: Introduzione, Obiettivi nelle braccia, la testa e il corpo.
Vol.2: Obiettivi nelle gambe, Grappling, Tuite e difesa contro coltelli.

REF.: • KYUSHO 23

DVD: 22,00 €



English
Italiano
Español
Français



Tutti i DVD prodotti da Budo International vengono identificati mediante un'etichetta olografica distintiva e realizzati in supporto DVD-5, formato MPEG-2 (mai VCD, DivX o simili). Allo stesso modo, sia le copertine che le serigrafie rispettano i più rigidi standard di qualità.

Se questo DVD non soddisfa questi requisiti e/o la copertina non coincide con quella che vi mostriamo qui, si tratta di una copia pirata.

ORDINALA A:
Budo international.com