



Federación Extremeña de Karate y D. A.
CIF G-10108496

C/ Pierre de Coubertin, s/n
10005 CÁCERES
Tel./Fax 927 62 96 43
info@fexkarate.com
www.fexkarate.com

Cáceres, 09-05-2018
Asunto nº 20

CURSO DE KARATE TRADICIONAL

Estimados Amigos:

Por medio de la presente os informamos de la celebración de un CURSO DE KARATE TRADICIONAL que tendrá lugar en las instalaciones del Pabellón Multiusos "Ciudad de Cáceres" (sede de la Federación Extremeña de Karate. Cáceres) el próximo sábado día 26 de mayo de 2018.

El Curso, que constará de dos partes estará impartido por el Sensei José Cifuentes García (Uechi-Ryu karate-Do 7º Dan) y por el Sensei Miguel José Gómez Calderat (7º Dan Karate Shito-Ryu y 7º Dan Kobudo, por la Zen Okinawa Karate-Do Kobudo).

Horario: Mañana de 10,30 a 13,30 horas, actividad impartida por el Sensei José Cifuentes.

Tarde de 17,00 a 20,00 horas, actividad impartida por el Sensei Miguel José Gómez.

Plazo de Inscripción: Fecha límite hasta las 20,00 horas del día 23 de mayo.

El curso está abierto a cualquier cinto.

Cuota de Inscripción: 30,00 euros.

Contenido del Curso:

En la jornada de mañana, realizaremos una práctica de Kigu Hojo Undou con Chishi y Shashi, dos de los utensilios mas practicados en el karate de Okinawa. Continuaremos con trabajo de Kotegitae de las tres principales líneas del karate de Okinawa.

En la jornada de tarde en Kobudo, se va a trabajar Tonfa y Nunchaku y los cinturones negros Sansetsukon y kama. Se repasará Hojo Undou, Kumi Hojo undou, Katas y kata kumisaza.

Trabajo de Kobudo:

El kobudo es un arte marcial en el que se enseña el manejo de armas antiguas. Antiguamente todas las escuelas de karate incluían en sus programas de trabajo, además de karate, manejo de armas así como trabajos de puntos vitales (kyusho). Estos trabajos adicionales se reservaban a alumnos más avanzados generalmente.



Federación Extremeña de Karate y D. A.
CIF G-10108496

C/ Pierre de Coubertin, s/n
10005 CÁCERES
Tel./Fax 927 62 96 43
info@fexkarate.com
www.fexkarate.com

Las escuelas principales de Okinawa son: Yamani-ryu, Ryu Kyu Kobudo y Matayoshi Kobudo.

La línea de trabajo que vamos a ver es la de Matayoshi Kobudo.

El contenido del curso será:

Bo y Sai.

Historia de la escuela, características de las armas a trabajar

Trabajo de hojoundo, kumi-hojoundo, katas y bunkai.

Secretaria FEX.Karate y D.A.

Adela Durán Iglesias.