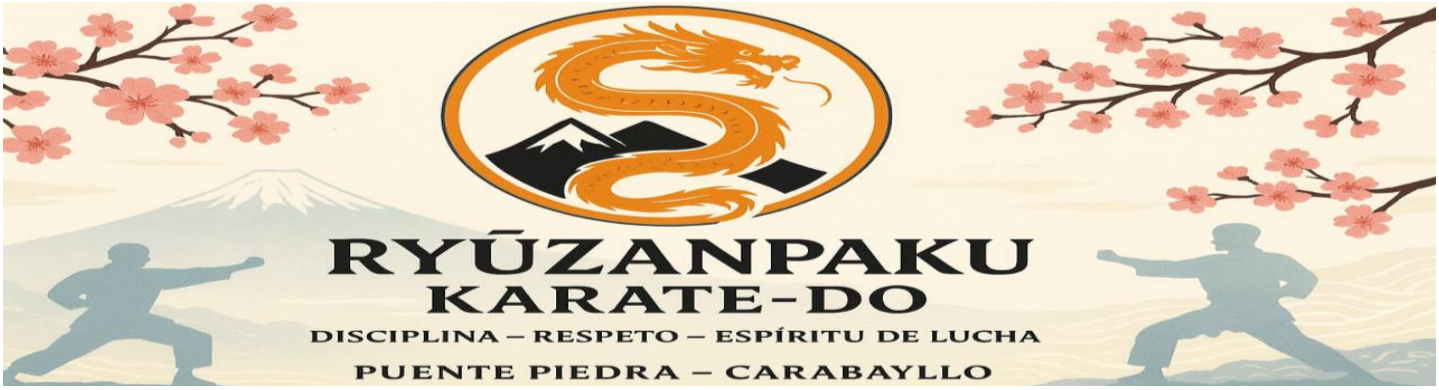


LENGUAJE TECNICO DE JAPONES USADOS EN KARATE OKINAWA GOJU RYU

El nombre "Ryuzanpaku" proviene de la pronunciación japonesa de "Liángshān Bó" (梁山泊), que era una montaña famosa en China. Esta montaña fue el refugio de un grupo de 108 bandidos justicieros, personajes principales de la novela clásica china "A la orilla del agua" (水滸傳 / Shui Hu Zhuan)

NUMERACIÓN

ICHI	=1		**ROKU**	=6	**ONEGAISHIMAS**	SALUDO INICIAL	**SENSEI NI**	SALUDO AL SENSEI
NI	=2		**SICHI**	=7	**ARIGATO GOSAI MASHITA**	SALUDO FINAL	**OTAGAI NI**	SALUDO AL COMPAÑERO
SAN	=3		**JACHI**	=8	**SENSEI**	MAESTRO / PROFESOR	**HAI**	SI
CHI	=4		**KYU**	=9	**SEMPAI**	ALUMNO AVANZADO	**MOKUSSO**	MEDITACION
GO	=5		**YU**	=10	**KOHAI**	ALUMNO PRINCIPIANTE	**DOJO**	LUGAR DE ENTRENAMIENTO

POSICIONES BÁSICAS

HEISOKU – DACHI	=1
MUSUBI-DACHI	=2
HEIKO-DACHI	=3
HACHIGI-DACHI	=4
KIBA-DACHI	=5
CHIKO-DACHI	=6
HEIKO SANCHIN-DACHI	CORTA
ZENKUTSU- DACHI	LARGA
ASHIKAETE	CAMBIO DE PIE
MAWATE	MEDIA VUELTA
HIDARI	IZQUIERDA
MIGI	DERECHA

TÉCNICAS BASICAS DE KARATE

YODAN	CABEZA
CHUDAN	PECHO
GUEDAN	ABAJO
ZUKI	PUÑO
UKE	BLOQUEO
MAE GERI	PATADA FRONTAL
SEIZA	SENTARSE
KRITSU	LEVANTARSE
KUMITE	PELEA
KATA	PELEA IMAGINARIA
KIA	GRITO DE ENERGIA
OBI	CINTURON

.



NUESTRO PENSAMIENTO

"EN RYUZANPAKU APRENDEMOS QUE EL CAMINO NO SE MIDE POR LA VELOCIDAD, SINO POR LA CONSTANCIA. LA DISCIPLINA ES EL PUENTE QUE NOS LLEVA DE LOS SUEÑOS A LAS METAS, Y LA PERSISTENCIA ES LA FUERZA QUE NOS LEVANTA TRAS CADA CAÍDA. QUIEN LOGRA DOMINARSE A SÍ MISMO SE CONVIERTE NO SOLO EN UN GUERRERO, SINO EN UN SER HUMANO FIRME, HUMILDE Y DIGNO."

RYUZANPAKU *(SIGNIFICA): "DONDE EL ESPÍRITU DEL DRAGÓN NO SE RINDE"*

PRACTICAMOS KARATE GOJU RYU PARA:

MEJORAR NUESTRA DISCIPLINA EN VALORES: *RESPETO, OBEDIENCIA, RESPONSABILIDAD,HONESTIDAD… ETC.*

MEJORAR NUESTRA SALUD FISICA Y MENTAL: *LOS EJERCICIOS ESPECIALES DE KARATE FORTALECERAN DE MANERA INTEGRAL TU SALUD.*

MEJORAR TU SEGURIDAD PERSONAL: *AQUÍ APRENDERAS NOCIONES DE DEFENSA PERSONAL, KARATE COMO DEFENSA.*

ASPIRAR A SER UN DEPORTISTA DE CALIDAD: *AQUÍ TE DAMOS LA OPORTUNIDAD DE LLEGAR A LA SELECCIÓN NACIONAL DEL PERU.*

ASPIRAR A SER UN INSTRUCTOR OFICIAL DE KARATE: *ES CUESTION DE TIEMPO Y PRACTICA, EL RESULTADO LLEGA COMO CONSECUENCIA.*