



NITAI

Revista divulgativa de Nihon Tai-Jitsu - Época IV - Nº 25 diciembre de 2015



- **Curso Nacional en Asturias**
- **Curso en la Federación Madrileña de Karate**
- **Stage Internacional en Le Temple Sur Lot 2015**
- **Curso Nacional en Ciudad Real**
- **Curso Internacional en Madrid con S. Rebois**
- **Gala Solidaria en Jérez**
- **Avanzando hacia la Unificación NTJ / TJ**

Es una publicación del **Departamento de Nihon Tai Jitsu de la Real Federación Española de Judo y D.A. y el Departamento de Tai Jitsu de la Real Federación Española de Karate y DA.**

NITAI recoge las actividades promovidas por el departamento nacional, los departamentos regionales o los clubes afiliados a esta federación o en los que los mismos toman parte.

Los firmantes de los artículos se hacen responsables de la veracidad de los mismos.

Los contenidos aparecidos en NITAI se atienen a lo dispuesto en **Ley Orgánica 15/1999, de 13 de Diciembre, de Protección de Datos.**

NITAI es editada trimestralmente y se distribuye de forma libre y gratuita a través de medios informáticos a personas, clubes y asociaciones culturales y deportivas, organismos públicos, entidades privadas y a cuantos puedan estar interesados en conocer el Nihon Tai Jitsu.

Queda prohibida cualquier forma de reproducción total o parcial de esta publicación sin autorización expresa del autor o el editor.

nitai.esp@gmail.com

Sumario



Curso Nacional en Asturias

Por José Manuel Navarro

Página 3



Curso en la Federación de Karate de Madrid

Por José Ángel Fabrè

Página 4



Stage Internacional en Le Temple Sur Lot 2015

Por Javier Moreno

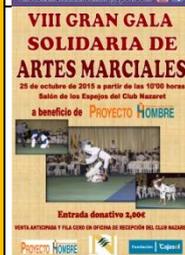
Página 6



Curso Nacional con Agustín Martín en Ciudad Real

Por Javier Fernández-Bravo

Página 11



Gala Solidaria Club Nazaret

Por Almudena Caballero

Página 13



Avanzando hacia la unificación NTJ / TJ

Por Javier Fernández-Bravo

Página 14



Curso Internacional en Madrid con Sergue Rebois

Por J. Fernández-Bravo y Javier Moreno

Página 1



Kohai Waza La técnica del aprendiz

Por Ángel Pablo Gutiérrez

Página 17

Portada: Maestro R. Hernaez en Le Temple Sur Lot

Editorial



Hace un siglo, uno de los más ilustres poetas que ha dado a la literatura internacional España, Antonio Machado, en su obra "Campos de Castilla" escribe:

"Caminante, son tus huellas el camino y nada más; caminante, no hay camino, se hace camino al andar".

Pocas veces unos sencillos versos han contenido tanta sabiduría. Como Machado, creo que el camino se hace dando pasos, por cortos y difíciles que sean. Para avanzar, aunque sea despacio, es necesario llevar un pie delante del otro, y así las veces que haga falta hasta llegar a nuestra meta; hasta cumplir nuestros objetivos. Y, a veces, incluso dar estos pasos a pesar de que nosotros mismos nos quedemos en el camino y serán otros que nos pasaron por detrás los que completen el recorrido y alcancen la gloria. Solo somos caminantes que tienen fe y convicción en que merece la pena lo hacen. Creo que el proceso de unión que hemos iniciado merece la pena.

Javier Fernández-Bravo



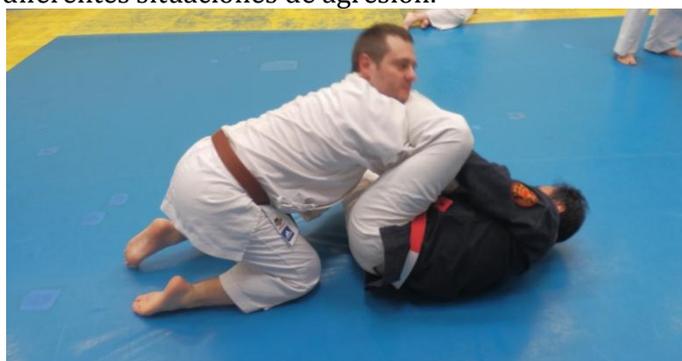
El pasado mes de mayo se celebró en la ciudad de Oviedo (Principado de Asturias) el “**V Curso Nacional de Nihon Taijitsu**”, por la Federación Asturiana de Judo y D.A. Teniendo el privilegio de tener entre nosotros al maestro **Agustín Martín Zazo** (8º dan) y como maestro invitado al introductor del Nihon Taijitsu/Taijitsu en Asturias **Sr. Darío Dossío López-Regueiro** (8º dan).



El curso comenzó con el trabajo del kata “Dai-Ni No Kata”, técnica a técnica con la explicación tan correcta a la que el maestro Agustín nos tiene acostumbrados. Al final de la mañana se completó el kata y se ensayó completo por parte de todos los asistentes.



Tras una comida suculenta en esta tierrina asturiana y la típica hermandad de sidrería en Asturias, vuelta al **Gym Oviedo Sport**, para centrarse en dos trabajos: trabajo en suelo (Ne waza) a cargo del maestro Agustín bajo la asistencia de **José Manuel Navarro** (6º dan) y trabajo libre a cargo del maestro **Dossío**, deleitándonos con técnicas muy eficaces ante diferentes situaciones de agresión.



Tras finalizar el curso se procedió a la entrega de diplomas a los asistentes y las correspondientes fotos de recuerdo para la posteridad, ya que es histórica que se reúnan estos dos maestros en Oviedo.



Seguidamente tuvo lugar la entrega de recuerdos a los dos grandes maestros teniendo ambos la sorpresa de llevarse una Montera picona (gorra típica asturiana) lo cual les entusiasmó muchísimo. Todos los asistentes quedaron

muy satisfechos con el gran trabajo realizado y esperando poder en años venideros volver a reunirse con los maestros.

CURSO DE NIHON TAI-JITSU



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE KARATE

Los domingos son días estupendos para quedarse tirado en el sofá, o en el lado contrario, irse a tomar algo con los amigos, pero, no nos engañemos, no los hizo el Señor pensando en los cursos de artes marciales... y si nuestro domingo es un 28 de junio, con el frescor del verano en el cogote, y a las diez de la mañana, la cosa empieza ya a complicarse seriamente.

Con todo, tal día nos reunimos en sede de la Federación Madrileña de Karate en torno a 30 participantes para asistir al segundo curso de Tai-Jitsu que la Federación impartía en el año, auspiciado por el Maestro **José Lara**, Director del Departamento dentro de la Federación, y que corrió a cargo de **D. Javier Moreno Tubío**, Director del Departamento de Nihon Tai-Jitsu de la Federación Madrileña de Judo y D.A.

Tan curiosa mezcla se explica estando, como estamos, en pleno proceso de acercamiento para la reunificación del Nihon Tai-Jitsu (Federación de Judo) y el Tai-Jitsu (Federación de Karate); llevando un tiempo compartiendo cursos, invitándonos los unos a los de los otros, etc. Es la fase más bonita de las relaciones: cuando se comienza a salir y te vas conociendo....



Bromas aparte, el **Maestro Moreno** (CN 7º Dan Nihon Tai-Jitsu), quiso enlazar con el contenido del primer curso del año que impartió la Federación de Karate, a cargo del Maestro Vicente Antequera, y continuar con el trabajo de grupos técnicos, común a la disciplina y por tanto, lenguaje compartido por el Nihon Tai-Jitsu / Tai-Jitsu.



Dentro de esos grupos, la técnica de base, tal y como explicó el Maestro Moreno, incluye los elementos esenciales y la secuencia básica común a la mayoría de las acciones defensivas dentro del Nihon Tai-Jitsu/Tai-Jitsu (tai sabaki-atemi-control + acción defensiva: atemis, luxaciones y proyecciones) que permiten al practicante ir adquiriendo las herramientas necesarias para, en un trabajo posterior, elaborar distintas respuestas ante las agresiones a que pueda enfrentarse.

Así, y con el ánimo de buscar un enfoque diferente, las técnicas de base, si bien en un primer momento se vieron y trabajaron en su forma pura, tal y como se piden para los exámenes, sirvieron después para elaborar diferentes técnicas de defensa personal, en las que, consecuentemente, pudieron verse soluciones con distintos elementos de los ocho grupos de base.

Hay que destacar en este punto que el Maestro Moreno tuvo a bien invitar a otras caras conocidas del Nihon Tai-Jitsu en Madrid, y contó con la asistencia, a la hora de realizar las distintas técnicas de base, de los Maestros **Javier García Rovés**, 7º dan, **Nuria Presas**, 4º dan, **Ángel Pablo Gutiérrez**, 4º dan y **Pedro Recuero**, 4º dan.





A pesar del intenso calor del día, y de que para muchos, practicantes habituales de karate pero no de nuestra disciplina, la forma de trabajo era desconocida, las tres horas de curso discurrieron con amenidad.

Personalmente, quiero agradecer los consejos que me ofrecieron Ángel Pablo y Pedro durante el curso, en forma de pequeños matices (que son al final los que hacen que un trabajo sea más o menos fino), y que me consta que, (al igual que el resto de altos grados asistentes), fueron prodigando entre la audiencia, fruto de lo cual, a la salida del curso, fui testigo de cómo varios participantes se acercaron a todos ellos para agradecerles personalmente su atención, detalle que, estoy seguro, les llenó de alegría.

Del Maestro Moreno no os puedo decir más que su calidad está avalada, no tanto por su título (el que me conoce sabe que a mí lo de los grados.... en fin) como por el trabajo que realiza cada vez que pisa un tatami, empezando por el contenido del curso, en este caso, hilado, como os decía, con el del Maestro Antequera, y buscando ese punto común que tenemos en los grupos técnicos.

En resumen: satisfacción entre los asistentes, espíritu de trabajo durante el curso, y para los del tercer tiempo, una ocasión de reencontrarse con los amigos, y ponerse un poco al día, que al fin y al cabo, nuestra disciplina, sin los compañeros de entrenamiento, no sería posible.

José Ángel Fabre





LE TEMPLE SUR LOT

2015

Como cada año un importante grupo de practicantes de Nihon Tai-Jitsu de diferentes países asistieron a la obligada cita en el curso de verano que tiene lugar durante la primera semana de agosto en la localidad francesa de Le Temple sur Lot.



Este pequeño pueblo de la región francesa de Aquitania, situado a 170 Km de Toulouse y 130 de Bordeaux dispone de un complejo deportivo, La Base,

a orillas del río Lot que cuenta con varios pabellones cubiertos y pistas exteriores para la práctica de diferentes deportes, base náutica, comedores y alojamientos para los participantes en los diferentes eventos. En él se desarrolla todos los años el curso de veranos de Nihon Tai-Jitsu organizado por el Maestro Roland Hernaez.



Este año el comienzo fue un poco especial, ya que se iniciaron las actividades el domingo 2 de agosto por la tarde en la localidad de Laparade, lugar de residencia del Maestro Hernaez, con la representación realizada por practicantes franceses, de una batalla entre samuráis y ninjas. Durante la misma se escenificó el ataque de un grupo de guerreros ninjas, ataviados con su característica vestimenta negra a un clan samurái, también ataviados con vestimentas japonesas. Los ataques ninjas se sucedían y los duelos entre unos y otros acababan con un resultado incierto, pues unas veces la victoria favorecía a los defensores y otras a los atacantes que saliendo de diferentes lugares, incluso desde las ramas de los árboles donde se encontraban camuflados, intentaban acabar con todos los samurai que les salían al paso.



Representación en Laparade



Curso de Alfonso Arboledas, defensa contra cuchillo

Al final el combate entre el jefe del clan ninja, encarnado por **Philippe Le Franc** y el daimyo samurai, representado por el Maestro **Roland Hernaez**, se decantó a favor de este, que acabó devolviendo a la vida al adversario mediante técnicas de kuatsu, el cual le acabó rindiéndole pleitesía. Una buena representación, muy aplaudida por los lugareños que siguieron atentamente, algunos de ellos con mirada atónita, sin dar crédito a lo que estaban presenciando.

Sobre el trabajo de las diferentes sesiones, hubo diferentes enfoques, desde el trabajo de atemi del maestro **Georges Hernaez**, trabajos de aplicación a la defensa personal como los realizados por **Philippe Avril**, **Giancarlo Bagnulo** y **Daniele Mazzoni**, aplicaciones de técnicas de Kyusho ejecutadas por **Serge Rebois**, técnicas de Kuatsu con **Richard Folny**, **Dai ni no Kata** a cargo de **Philippe Galais** y **Jean Jugeau** y defensa contra cuchillo realizada por Alfonso Arboledas. Y por supuesto las enseñanzas del maestro Roland Hernaez que pormenorizó aspectos esenciales de las técnicas de Nihon Tai-Jitsu.



El lunes por la mañana a las nueve en el tatami como siempre para comenzar los entrenamientos. Las diferentes sesiones se repartieron entre algunos de los profesores asistentes, comenzando por el Maestro **Hernaez**, su hermano, el Maestro **Georges Hernaez**, diversos maestros franceses como **Philippe Galais**, **Philippe Avril**, **Jean Jugeau**, **Richard Folny** y **Serge Rebois** y de otros países como **Hugo Nihjof**, **Giancarlo Bagnulo**, **Daniele Mazzoni** y nuestro amigo y compañero **Alfonso Arboledas**, entre otros. El Maestro **Dossío** también fue invitado por el Maestro Hernaez a impartir una sesión, pero tuvo que declinar el ofrecimiento al arrastrar todavía problemas de una lesión reciente.



Por las tardes, durante dos horas más se realizaron entrenamientos abiertos para que los que quisiesen pudiesen repasar lo realizado por la mañana o cualquier otro trabajo de entrenamiento.



A mediados de la semana había programados exámenes de grado de 1º a 6º dan. A destacar el buen trabajo realizado en su examen para 6º dan de nuestro amigo **Richard Folny**, al que una inoportuna lesión de su uke antes del examen le hizo variar los trabajos preparados con un nuevo e improvisado uke, aun así, como era de prever en un técnico de su nivel, realizó un trabajo impecable que le valió no solo el pase de grado, sino la mención especial del tribunal.



En cuanto los miembros del tribunal, el maestro Hernaez tuvo a bien invitarnos al maestro Dossío y a mí a formar parte del mismo, repartiéndonos en diferentes tatami.

El jueves, ya pasado el ecuador del curso, tuvo lugar por la tarde-noche la cena de hermandad en el castillo de Le Temple sur Lot, durante la cual y al calor de una barbacoa pasamos un agradable rato cenando y charlando con los compañeros del curso.



Miembros del Comité Director con el M^o Hernaez

Y aunque el objetivo principal del curso era el entrenamiento, los miembros del Comité Director de la FMNITAI que estábamos presentes, aprovechamos también la ocasión para tratar diferentes asuntos relacionados con la Federación, por lo que nos reunimos en varias ocasiones, tanto entre nosotros como con la dirección técnica internacional, representada por el Maestro Hernaez.



Grupo de españoles con los maestros Roland y George Hernández

¡Hasta el próximo año!



Javier Moreno

CURSO CON EL M^o A. MARTIN EN CIUDAD REAL

El sábado, 7 de noviembre, se celebró en las instalaciones del Club Shotokan Ciudad Real en **VIII Curso Nacional de Nihon Tai Jitsu** (Método Superior de Defensa Personal), organizado por este club e impartido por madrileño **Agustín Martín Zazo**. Sin duda, uno de los más prestigiosos técnicos internacionales de esta disciplina, en la que cuenta con rico y extenso palmares como profesor, ostenta el Título de Cinturón Negro 8^o Dan, siendo Director del Departamento Nacional de Nihon Tai Jitsu y Miembro de la Comisión Técnica de la Federación Mundial.



El Maestro Agustín Martín durante una explicación



Ángel Pablo aplica defensa rotativa y golpe de codo

Al programar este curso, desde el Club Shotokan se pretendía por una lado favorecer la formación y actualización técnica de los asistentes facilitando la progresión específica dentro de este arte marcial según la escala de cinturones; y, por otro lado, conmemorar el trigésimo quinto aniversario de la llegada de este arte marcial a Ciudad Real, de la mano del propio Club Shotokan.



Trabajo de suwari waza



Juan J. Espadas en una acción de Waki Gatame



Los participantes se aplicaron en el entrenamiento



Carlos Delgado realiza Kote Mawashi

A lo largo de la mañana, de forma continua e intensa, se entrenaron distintos aspectos de este arte marcial, en su primera parte se dedicó al trabajo de los golpes de codo (Hiji Ate) en distintas trayectorias y situaciones de defensa. La segunda parte se dedicó al aprendizaje y perfeccionamiento del **Juni No Kata**, forma tradicional kata de la escuela Nihon Ju-Jitsu, compuesta por doce acciones de defensa y contraataque, las tres primeras desde la posición de rodilla y las otras de pie. Buen ambiente y cordialidad en una actividad que concluyó con la habitual foto de familia y la entrega de certificados a los asistentes.

El curso contó de veinticinco participantes venidos desde Madrid, Daimiel y Socuéllamos, practicantes todos ellos de karate o tai Jitsu, entre los que se encontraban altos grados con muchos años de experiencia y práctica, como **Alan Brañas, David Gento, Isidro Arribas, Javier Guerrero, Antonio Espadas, Pablo Gutiérrez, Pedro Recuero, Carlos Delgado o Elías Dorado.**

Javier Fernández-Bravo



VIII Gran Gala Solidaria de Artes Marciales Club Nazaret



Como viene siendo ya una tradición el **Club Nazaret de Jerez de la Frontera** (Cádiz) ha vuelto a organizar la **Gran Gala Solidaria de Artes Marciales**, en esta ocasión en su VIII edición.

Este año la recaudación obtenida, casi 1.500 euros, fue destinada al **Proyecto Hombre**, cuyos representantes agradecieron la donación y la labor humanitaria que desarrolla el Club Nazaret, sus directivos y la delegación de artes marciales del club dirigida por nuestro compañero Manuel Caballero y su equipo, verdaderos impulsores de este evento.

El inicio de la gala fue precedido por un emotivo minuto de silencio en recuerdo al compañero **José García Domínguez**, conocido familiarmente como "Pepe el bigotes", fallecido el miércoles anterior y maestro de muchos de los profesores que acudieron al evento.



El Nihon Tai Jitsu fue protagonista en la Gala

Más de 400 participantes pertenecientes a 14 clubes de Andalucía y de otras partes de España se dieron cita en Jerez el pasado 25 de octubre y realizaron sus demostraciones, hasta un total de 30, ante un público que llenó hasta rebosar el Salón de los Espejos del club jerezano.



Para finalizar se entregaron diplomas a todos los participantes y un obsequio de recuerdo a los profesores y personalidades asistentes al acto.

Avanzando hacia la unificación Nihon Tai Jitsu / Tai Jitsu

A lo largo de este último trimestre del año 2015 los representantes de los grupos de **Nihon Tai Jitsu**, perteneciente a la **Real Federación Española de Judo y Deportes Asociados**, y de **Tai Jitsu**, perteneciente a la **Real Federación Española de Karate y Disciplinas Asociadas**, han mantenido una intensa agenda de trabajo para avanzar en el proceso que ha de conducir a la unión de ambos grupos en un nuevo departamento de Nihon Tai Jitsu dentro de la RFEKDA.



Además del continuo intercambio de documentos, datos y consultas llevados a cabo a través de magníficos medios que pone a nuestra disposición la moderna sociedad de la comunicación y la información; los comisionados han celebrados dos importantes reuniones, la primera de ellas el día 5 de septiembre, en la sede de la Federación Española de Karate, con asistencia de **Agustín Martín**, **Javier Moreno**, **Javier Fernández-Bravo**, **Vicente Antequera** y **Pere Soler**.

En el Orden del Día, se trataron los siguientes temas: Normativa y tribunal de examen, Dirección Técnica, Reglamentos de arbitraje y competición, Formación de Técnicos deportivos, Promoción, posicionamiento y marketing, las funciones de la futura Dirección del departamento y Secretaría general y, por supuesto, el proceso de homologación de titulaciones y grados, para el cual no se prevé contratiempos serios.

La segunda de estas reuniones, celebrada el sábado 21 de noviembre en el **Consejo Superior de Deportes de Madrid**, con participación de todos los responsables departamentales autonómicos de Nihon Tai Jitsu y Tai Jitsu, así como la de los representantes de ambos departamentos federativos nacionales que están dirigiendo el proceso de unificación, y la presencia de directores de algunos clubes, tuvo dos objetivos principales: el primero fue dar cumplida información y aclarar posibles dudas sobre la marcha del proceso de unificación que están llevando a cabo de los departamentos de ambas federaciones y que el próximo año convivirán en una misma federación, la de Karate. En este sentido, se explicó a los asistentes los progresos que las distintas comisiones bipartitas están llevando a cabo para la unificación de reglamentos y normativas, entre otros aspectos. El segundo de los objetivos de la reunión fue la propuesta de composición de la futura **Comisión Técnica Nacional** que se presentaría para su ratificación al presidente de la RFEKDA, **Antonio Moreno Marqueño**, y que con el beneplácito de los asistentes estará formada por: **Vicente Antequera**, director del Departamento, **Javier Moreno**, secretario general, **Agustín Martín**, director técnico, **Miguel A. Ibáñez**, director del Tribunal de Grados, **Pere Soler**, director de Promoción, **Francisco Javier Fernández-Bravo**, departamento nacional de Formación, y **Francisco González**, director de Arbitraje.



CURSO INTERNACIONAL EN MADRID



Durante los días 21 y 22 de noviembre se celebró en el pabellón de multidisciplinar del Consejo Superior de Deportes, en Madrid, el **Curso Internacional de Nihon Tai Jitsu** organizado por el departamento de esta disciplina de la Federación Madrileña de Judo. El instructor invitado en esta ocasión fue maestro francés **Serge Rebois**, Cinturón Negro 5º Dan de Nihon Tai Jitsu, contando con la asistencia del también francés, **Richard Folny**, Cinturón Negro 6º Dan NTJ, y la participación de un importante elenco de maestros españoles como **Darío Dossío**, **Agustín Martín**, **Javier Moreno**, **Javier García-Rovés**, **Manuel Caballero**, **Manuel Alvarado**, **Gonzalo García**, **José Manuel Navarro**, **Javier Fernández-Bravo**, **Alain Brañas**, **Fco. José Gómez**...

Todo el entrenamiento giro en torno a la aplicación del **Kyusho Waza**, un sistema de técnicas basado en el conocimiento y localización de ciertos puntos de la anatomía humana por los que discurren ramificaciones nerviosas que oportunamente golpeadas, presionadas o manipuladas con distinto nivel de intensidad ocasionan en la persona una reacción nerviosa que nos permite soltarnos de su agarre, desequilibrarlo, proyectarlo o sumirlo en la inconsciencia, si se trata de situaciones de defensa personal. Pero, más allá de su aplicación en el ámbito de las artes marciales, el **Kyusho** también permite múltiples beneficios si se aplica con fines terapéuticos, como técnica de relajación, recuperación o reanimación. El maestro **Rebois** dejó patente su buen hacer pedagógico, mostrando cercanía con los cursillistas y respondiendo con sencillez a todas las cuestiones que se le plantearon y evidenciando su gran pericia en esta especialidad.



Comenzó la sesión del sábado con una explicación profusa sobre los conceptos básicos en los que se sustenta el Kyusho Jitsu. El maestro **Rebois**, aclaró que son técnicas que nada tienen que ver con el esoterismo, sino con conceptos ampliamente probados y utilizados en ancestrales métodos terapéuticos orientales. Nos referimos a meridianos energéticos, su relación con diferentes órganos del cuerpo, la aplicación de la energía según los principios del **ying y del yang**, la asimilación a los cinco elementos (tierra, aire, fuego, metal y madera) de determinadas áreas de golpeo, de puntos vitales energéticos, ... En fin una amplitud de conceptos que a priori representan un aluvión de información que muchas veces sobrepasa nuestra capacidad entendimiento basada en una enseñanza occidental y que para los orientales resulta tan familiar.



El trabajo sobre los diferentes meridianos con el correspondiente ataque a los puntos vitales de los mismos, que sufrieron dolorosamente en sus carnes los diferentes uke con los que trabajó en especial con nuestros amigos franceses **Richard Folny y Alain Larrat**, se fue desarrollando de forma progresiva, sumando concepto a concepto y pasando del ataque simple a un punto concreto a formas más sofisticadas de ataque a varios puntos complementarios. Al final de la sesión el maestro **Rebois** realizó diversos ejercicios de relajación.



El domingo continuó en la misma línea de trabajo, realizando trabajos más complejos que atacaban elementos en diferentes meridianos o asociados a diferentes elementos, formas de potenciar el efecto del golpeo utilizando los conceptos de ying y yang, aprovechamiento de las reacciones involuntarias del organismo del adversario ante nuestras acciones, sistemas de inversión de la energía, etc.



Para finalizar el maestro **Rebois**, insistió en que el **Kyusho** se puede trabajar de dos formas. La primera y más simple como complemento al **Nihon Tai Jitsu**, realizando diferentes ejemplos sobre técnicas de golpeo y luxación. La segunda y mucho más profunda y compleja, como forma de conocimiento del funcionamiento del cuerpo humano, no sólo para atacar puntos sensibles y dolorosos sino para tratar diversas dolencias y problemas.

Un curso verdaderamente interesante y provechoso que supo a poco dado el enorme potencial de conocimientos que se pueden adquirir profundizando más en este sistema.

JFB/ JM

Kohai Waza

Técnicas del principiante/aprendiz

Esta nueva sección, que estrenamos en este número del Boletín Nitai, nace con la intención de compartir; de mejorar entre todos.

Es una sección cuyo fin es promocionar, expandir, y colocar en un primer plano el trabajo que se realiza en los dojos en cuanto a Nihon Tai Jitsu infantil se refiere. Los niños, ocupan un gran porcentaje de los practicantes totales de nuestra disciplina, pero se mantiene siempre en un segundo plano, como algo poco o nada importante, y los monitores, instructores o maestros que se dedican a estos futuros cinturones negros de NIHON TAI JITSU, en muchas ocasiones tienen que buscarse las habichuelas en internet, bibliotecas y manuales para encontrar ejercicios para mejorar y enriquecer sus clases. Eso por no mencionar que dar clase a niños está infravalorado ya que "Es más complejo y más reconocido llevar y tutelar un grupo de adultos y Cinturones Negros que dar clase a unos "enanos" ".

Para esto surge esta sección. En ella, iremos publicando juegos, ejercicios, actividades, materiales y en definitiva pequeños "trucos" que ayuden o den ideas a todas aquellas personas que en mayor o menor medida estén en contacto con el Nihon Tai Jitsu Infantil.

¿Por qué? Muy sencillo. A diferencia de los adultos, los niños no miran en internet que arte marcial está más cerca de su casa o se adapta mejor a sus cualidades y necesidades. No entienden el esfuerzo que requiere conseguir un cinturón negro, y no se amedrentan por el curriculum o batallitas que les contemos aquellos que cada semana nos ponemos al frente de la clase. Los niños, muchas veces obligados a ir a nuestras clases por los horarios laborales de los padres, solo entienden de si las clases son amenas, variadas y divertidas, o por si por el contrario, tienen un profe que "es un rollo".

"TECNICA DEL COCHECITO"

USO: Como aprender la inmovilización HON KESA GATAME

UNIDAD DIDACTICA: Randori. Iniciación al combate en el suelo.

EDAD: Hasta 12 años.

MATERIAL: No necesario.

EXPLICACIÓN: La clase se distribuye para empezar el ejercicio por parejas.



1: El compañero se tumba boca arriba. El que va a realizar la técnica se coloca sentado con los pies en dirección a la cabeza del compañero.



2: "Abro la puerta del coche" y "Me siento dentro del coche" (lo más cerca posible de la axila)



3: "Cierro la puerta" y la sujeto (brazo del compañero) para que no se abra.



Foto5: Con la otra mano "cojo el volante"(Cabeza del compañero)

Recomendación: Para que sea más efectiva la técnica, echar el peso sobre "el volante" (cabeza del compañero)

Variantes:

1) Uno realiza a técnica, el otro intenta escapar 2/3 segundos y cambian los roles.

2) Realizar combates de suelo libres en los que los niños tienen que intentar que les salga la técnica del cochecito.

Recomendaciones o sugerencias a:

cde.yamabushi@hotmail.com
apablo.nitai@hotmail.es



Foto 6: "Coloco los pies en los dos pedales (separados). Acelerador y freno".

Nihon Tai-Jitsu – España

facebook



*Espacio del Departamento de Nihon Tai Jitsu / Tai Jitsu
de la RFEKDA*