

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU



KUMOJI KARATE DOJO



GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

INTRODUCCIÓN

Si esta leyendo este contenido damos por sentado su interés en el aprendizaje del Karate-Do Matsubayashi Ryu, esta guía pretende ayudar al principiante en este camino a comprender las pautas y técnicas básicas para llevar adelante la clase, como así también de apoyo al practicante constante para refrescar técnicas, sus nombres y correcta aplicación.

Matsubayashi-Ryu es un ARTE MARCIAL en el que se trata de poner más énfasis en el aspecto de ARTE que en lo marcial. Utilizamos técnicas marciales como herramientas de trabajo para seguir el camino del arte. En su libro, el gran maestro O'Sensei Shoshin Nagamine sintetiza la esencia del Karate-do Okinawense en la frase "karate ni sente nashi" (no hay primer ataque en karate). Evidentemente, se transmite a través de esta frase un espíritu de paz, de no-agresión. Pero para que esta frase tenga verdadero sentido, es fundamental que eliminemos de nosotros mismos la intolerancia, ego y fomentemos al máximo la amplitud de criterio. A través de un perfeccionamiento tanto de la mente como del cuerpo (ligándolos íntimamente entre sí) lo que se pretende es que las técnicas ejecutadas emanen de un estado totalmente libre de ataduras llamado "ku". Para que esto pueda llevarse a cabo incluimos el Zazen en la práctica cotidiana que ayudara a mejorar este aspecto, como así también la postura y la práctica del Hara. Aunque una de las metas principales del practicante sea el de realizar cada técnica con total perfección, Acompaña este logro una mejor comprensión de uno mismo como del mundo, por lo que el estudio de Matsubayashi-Ryu deja de ser un entrenamiento físico para transformarse en un verdadero modo de vida. Es de destacar que una de las características de la escuela es que no organiza ningún tipo de torneo o competición sino de trasladar una tradición.

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

REGLAMENTO DE GRADUACION

1. Las fechas de exámenes para adultos son en Marzo, Julio y Noviembre, para niños serán en Mayo y Noviembre.
2. El primer examen requiere contar con cinco (5) meses de práctica consecutiva y un mínimo de asistencias a 40 clases.
3. Los exámenes no podrán rendirse en fechas consecutivas, con excepción de aquellos que, rindiendo en el examen anterior, permanezcan en observación o con el cinturón blanco.
4. Para poder rendir debe autorizar un Instructor y para los cinturones de color (Marrón, Azul, Verde y Naranja) es obligación: a) Contar con más de cuarenta (40) clases asistidas desde la última fecha de examen. b) En los tres (3) meses anteriores al examen no podrá tener un mes de inasistencia y dispondrá por lo menos de 20 clases asistidas.
5. Para la obtención de cinturón Negro (1er Dan), se requiere un mínimo de cuatro (4) años de práctica consecutiva y debe tener 18 años de edad cumplidos.
6. Las categorías se dividen en ADULTO, NIÑO Y DAMA. Se considera categoría Niño hasta los 13 años de edad, existiendo para esta los cinturones AZUL, VERDE, NARANJA, AMARILLO Y CELESTE.
7. Con la inasistencia de un año corrido a las clases se pierde automáticamente la graduación adquirida. Para recuperarla se deberá cumplir con las condiciones del punto 2, para luego presentarse a un examen de reconocimiento.
8. Se debe tener la cuota del Dojo y de la Asociación al día.

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

APRENDIZAJE SEGÚN GRADUACION Y TIEMPOS

CATEGORIA ADULTO

CINTURON

CATEGORIA

TIEMPO DE PRÁCTICA

KATAS



BLANCO

SIN CATEGORIA

{ Fukyugata Ichi
Fukyugata Ni



8° KIU

7° KIU

5 CINCO MESES

{ Pinan Ni-dan
Pinan Sho-dan



6° KIU

5° KIU

1 UN AÑO

{ Naijanchi Sho-dan
Pinan San-dan



4° KIU

3° KIU

2 DOS AÑOS

{ Pinan Ion-dan
Pinan Go-dan



2° KIU

1° KIU

3 TRES AÑOS

{ Naijanchi Ni-dan
Naijanchi San-dan
Ananku



DANES

SHO-DAN

(1° DAN)

4 CUATRO AÑOS

{ Wankan - Rojai

NI-DAN

(2° DAN)

6 SEIS AÑOS

{ Wanshu - Passai

SAN-DAN

(3° DAN)

8 OCHO AÑOS

{ Goyushijo - Chinto

ION-DAN

(4° DAN)

11 ONCE AÑOS

{ Kusanku

GO-DAN

(5° DAN)

15 QUINCE AÑOS

KOBUYITSU (ARMAS ANTIGUAS)

CINTURON MARRON

CINTURON NEGRO



BO

SAI -NUNCHAKU - TUIFA

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

TECNICAS BASICAS PARA PRINCIPIANTES

BASES



Musubi Dachi Heisoku Dachi Hachiji Dachi



Jigotai Dachi Zenkutsu Dachi Nekoashi Dachi

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

BLOQUEOS (UKE)



Jodan Age Uke



Soto Uke



Gedan Uke



Uchi Uke



Yoko Barai Uke



Chudan Wari Uke

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

GOLPES CON EL PUÑO (TSUKI)



Jodan Tsuki



Chudan Tsuki



Gedan Tsuki

COMO ARMAR EL PUÑO (SEIKEN)



Seiken

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU

REGLAS, GLOSARIO Y TÉCNICAS

GOLPES CON EL PIE (GERI)



Mae Geri



Yoko Geri



Mawashi Geri

CONTEO DE 1 A 10 (GOREI)

1	UNO	ICHI
2	DOS	NI
3	TRES	SAN
4	CUATRO	SHI
5	CINCO	GO
6	SEIS	ROKU
7	SIETE	SHICHI
8	OCHO	HACHI
9	NUEVE	KYU
10	DIEZ	JU

GUÍA BÁSICA DE MATSUBAYASHI RYU



KUMOJI KARATE DOJO