

# Kendo



## Descripción

El Kendo es un estilo japonés de esgrima derivado de las técnicas de combate con el Ken (espada tomada con ambas manos) de los Samurai.

Hoy en día, el Kendo, que literalmente significa "camino de la espada", es practicado con Shinai (espadas de Bambú).

Los practicantes utilizan equipos protectores y combaten descalzos sobre una superficie lisa.

El propósito de practicar Kendo, es moldear la mente y el cuerpo, cultivar un espíritu vigoroso, y mediante la práctica correcta y rigurosa, esforzarse para mejorar el arte del Kendo.

## Contenidos

- Puesta en forma del tono físico general.
- Aprendizaje de los movimientos básicos: desplazamientos, movimientos de brazos.
- Aprendizaje de katas de kendo.
- Aprendizaje de secuencias de movimientos.
- Iniciación al combate con shinai (espada de lamas de bambú).

## Grupos

Grupo	Días	Horario	Campus	Espacio	Profesor
Kendo	Lunes y miércoles	19.30-20.30	San Francisco	Tatami	José Vicente Gil

## Precio por cuatrimestre :

- **75 €** (se subvencionará con 14 € por actividad a las personas poseedoras de la Tarjeta Deporte).

\* Las personas que NO estén cubiertas por el seguro escolar o algún seguro deportivo deberán tramitar la licencia federativa o similar para realizar la actividad.

**Correo de contacto: [kachinas@gmail.com](mailto:kachinas@gmail.com)**

## Duración de los cuatrimestres:

- **Primer cuatrimestre:** del 1 de octubre de 2021 al 6 febrero de 2021.
- **Segundo cuatrimestre:** del 7 de febrero al 31 de mayo de 2022.

Siguiendo el calendario académico de la Universidad.