



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	Con TD	Sin TD
Kendo	L-X	19.30-20.30	San Francisco	Tatami	José Vicente gil	59 €	74 €

*Precio por cuatrimestre: 16 oct -10 feb / 12 feb-2 jun , siguiendo el calendario académico de la UZ.

* Se subvencionará con 15 € a los poseedores 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.