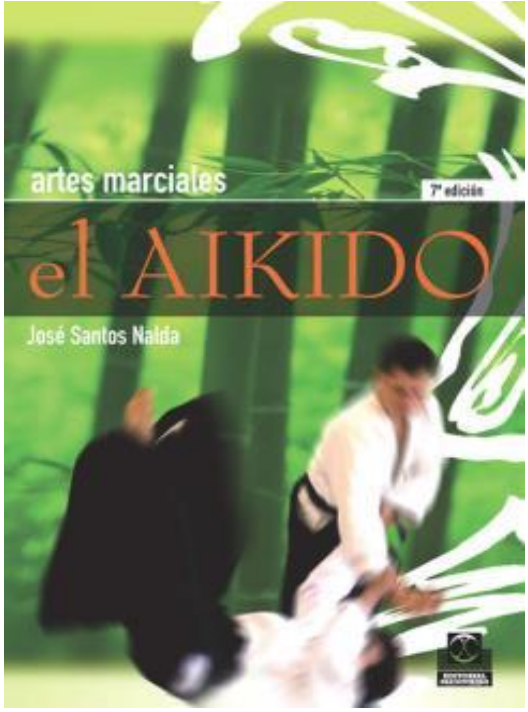

SANTOS NALDA,J; Santos Nalda, José

Aikido, El

"El Aikido es la no-resistencia. Porque quien no resiste, sale siempre victorioso..." Morihei Ueshiba. O sea, el aikido es un sistema completo de formación integral del individuo en cuanto a: defensa personal, deporte o actividad física, conocimiento y perfeccionamiento de sí mismo.

El libro, aunque no puede sustituir al maestro, constituye un medio excelente para orientar y facilitar el rumbo a "todo aquel que busca..."

En estas páginas se recogen aquellos conocimientos que son considerados como los fundamentos básicos de la formación de todo aikidoka: el equipo, la etiqueta en el budo, el dojo, los grados, shite y aite, el sensei; así como unos capítulos dedicados a técnicas avanzadas -combinaciones y contrapesas-: ukenis, kiawase, ki, kokyu, hara hyoho, Rebraku waza y kaeshi waza, que entre otras muchas cosas forman parte del núcleo de avance y progreso necesario para las cintas negras y profesores, por lo que, sin duda, serán útiles para muchos practicantes. <

Editorial	Paidotribo
Colección	Aikido
Páginas	256
Tamaño	215x150x mm.
Peso	390
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788486475482
PVP	23,00 €
PVP sin IVA	22,12 €

9788486475482