

KARATE & KICKBOXING



***ISAUL "O TORRÃO" MARCOS
SOARES***

WWW.CHAKURIKIBRASIL.COM

ÍNDICE

01 ISAUL MARCOS SOARES
"O TORRÃO"
Mestre Carlos Silva

05 O DESAFIO DA
KYOKUSHINKAIKAN
PÓS PANDEMIA.
Shihan Nagata

10 A HISTÓRIA DO
WING CHUN
Fernando Hartung

25 JACKIE CHAN
O NOVO ASTRO DO
CINEMA
Sifu Argimiro González

27 WENDERSON ANTÔNIO
"ANDINHO PANTHER
TEAM"
Wenderson Antônio de
Oliveira

28 JOSÉ HIGINO NUNES:
"SEU LEGADO NO
JUJUTSU CLÁSSICO E
NO JIU-JITSU
BRASILEIRO"
Shihan Mauro Pellegrini

30 CAPOEIRA
Mestre Paulo Elias

31 MESTRES DA CAPOEIRA
JUIZFORANA
Mestre Paulo Elias

32 A EDUCAÇÃO FÍSICA
NA ARTE MARCIAL
Sensei Bento

37 OS BENEFÍCIOS
FÍSICOS GERADOS PELA
PRÁTICA
DO KARATÊ DE
CONTATO DURANTE A
QUARENTENA
Carlos Gustavo dos Santos
Higa

42 FORÇAS DAS ARTES
MARCIAIS SE UNEM.
Marcelo Barreira

45 DEFESA PESSOAL E O
CONDICIONAMENTO
FÍSICO
Katty Oliveira Silva Pereira

47 GRÃO MESTRE JOSINO
Grão Mestre Josino



ISAUL MARCOS SOARES "O TORRÃO"

Se a gente for falar de lutadores que fizeram a história dos ringues e dos tatames do Brasil não poderia faltar o famoso Torrão. Com 199 lutas no cartel, contabilizando 194 vitórias (sendo a maior parte delas por nocaute) e 5 derrotas, Torrão se tornou uma grande lenda dos ringues.

Torrão teve uma infância pobre, morava no interior de São Paulo em Pacaembu. Quando criança, viu seu pai perder uma luta em um circo e desde esse dia jurou que seria um grande lutador.

Aos 18 anos foi para São Paulo treinar o Kung Fu Taisan no Parque da Luz, com o professor Mimi. Participou de vários campeonatos, começando sua carreira de sucesso.



KARATÊ &
KICKBOXING

Em um desses campeonatos conheceu o mestre Adriano Silva do famoso Contato Total. Torrão foi várias vezes campeão de Kung Do Te, Karatê, Contato Total Português, Full Contact Americano, Boxe e Kickboxing, sempre com a mão pesada e um forte poder de nocaute.

Na gestão da Iska pelo Evilazio Feitosa, Torrão lutou na Espanha, África e outros lugares do mundo. Uma dessas lutas foi pelo título mundial da Iska na Espanha, contra Chinto Mordillo na arena dos touros. Perdeu por pontos após 12 rounds mas assustou a Espanha e foi reconhecido por seu poder, no evento que tinha como convidado de honra Jean-Claude Van Damme.



Enquanto descansava da luta contra Chinto, veio o convite para um combate de Full Contact contra um lutador capa de revista na Espanha: Xavier Moia. A luta ocorreu no estádio de Tenerife, nas Ilhas Canárias. Torrão ganha por pontos e é aplaudido de pé pelos torcedores espanhóis e brasileiros.

Depois foi feita a revanche em São Paulo: Torrão nocauteia Chinto no 4º round conseguindo o tão famoso título mundial de Kick Boxing da Iska, assim se consagrando como o primeiro campeão do mundo de Kickboxing vindo da América do Sul.

Em 98 lutou com o campeão da Espanha, Santiago Bango, pela confederação WKF, vencendo por nocaute no 3º round, se consagrando campeão mundial em 2 categorias. Algum tempo depois luta em Lombeira na Espanha contra Juan Paredes, vencendo por nocaute também no 3º round, se consagrando pela terceira vez campeão mundial.

Hoje Torrão ensina Kick Boxing em Jundiaí, onde tem um projeto social chamado "Torrão Combate". Em breve sairá um livro sobre a vida desse grande campeão. Seguindo também os passos do pai,

Brendon Soares já começa a se destacar nos ringues.



TÍTULO MUNDIAL DE KICK BOXING DA ISKA

ASSIM SE CONSAGRANDO COMO O PRIMEIRO CAMPEÃO DO MUNDO DE KICKBOXING VINDO DA AMÉRICA DO SUL.





ISAUL MARCOS SOARES
"O TORRÃO"

O DESAFIO DA KYOKUSHINKAIKAN PÓS PANDEMIA.

O Mundo parou literalmente no ano de 2020 e 2021 por causa do “Corona Virus”. Academias fechadas e todos trancados em casa com o medo da pandemia mundial.

Quem somente ficou em casa sem fazer nada, infelizmente não progrediu e viu o seu comércio “quebrar”.

Aqueles que sobreviveram e conseguiram a ajuda governal do “Auxílio emergencial” podem respirar um pouco mais.

O que você fez durante a pandemia? A Kyokushinkaikan através de seu líder o Shihan Nagata, investiu em diversos propósito tanto para o desenvolvimento pessoal como para os seus filiados.

Shihan Nagata fez um estudo profundo do Karate Kyokushinkaikan e juntou seu conhecimento da Medicina Tradicional Chinesa, Acupuntura, energia Ki, Reiki e Chi Kung e elaborou o desenvolvimento da energia interna para a saúde, executando o Kata respiratório Sanchintensho com aplicação de Chi Kung.





O Mundo parou literalmente no ano de 2020 e 2021 por causa do “Corona Virus”. Academias fechadas e todos trancados em casa com o medo da pandemia mundial.

Quem somente ficou em casa sem fazer nada, infelizmente não progrediu e viu o seu comércio “ quebrar”.

Aqueles que sobreviveram e conseguiram a ajuda governal do “Auxílio emergencial” podem respirar um pouco mais.

O Mundo parou literalmente no ano de 2020 e 2021 por causa do “Corona Virus”. Academias fechadas e todos trancados em casa com o medo da pandemia mundial.

Quem somente ficou em casa sem fazer nada, infelizmente não progrediu e viu o seu comércio “ quebrar”.

Aqueles que sobreviveram e conseguiram a ajuda governal do “Auxílio emergencial” podem respirar um pouco mais.

O Mundo parou literalmente no ano de 2020 e 2021 por causa do “Corona Virus”. Academias fechadas e todos trancados em casa com o medo da pandemia mundial.

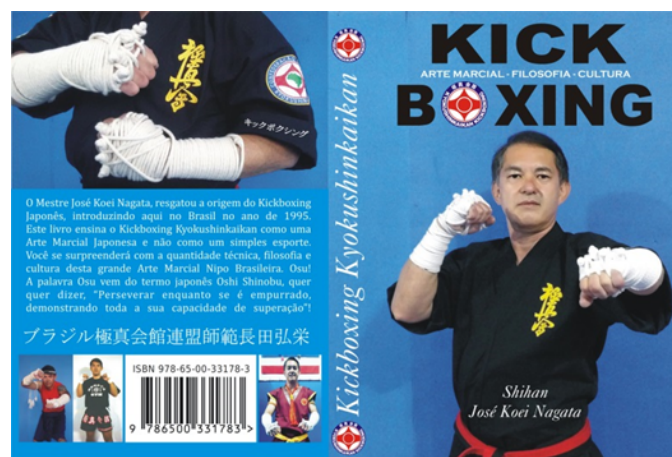


O Chi Kung provém da energia cósmica aliando com os Chakras, a respiração do Karate Kyokushinkaikan e a energia interna. Isso culminou com a transformação para o uso medicinal desta energia, curando lesões e fortalecendo a imunidade.

O Kata aplicado é o Sanchitensho que tem uma versão da IKO Matsushima e outra versão pessoal do Shihan Nagata, porém ambos podem desenvolver a energia interna.



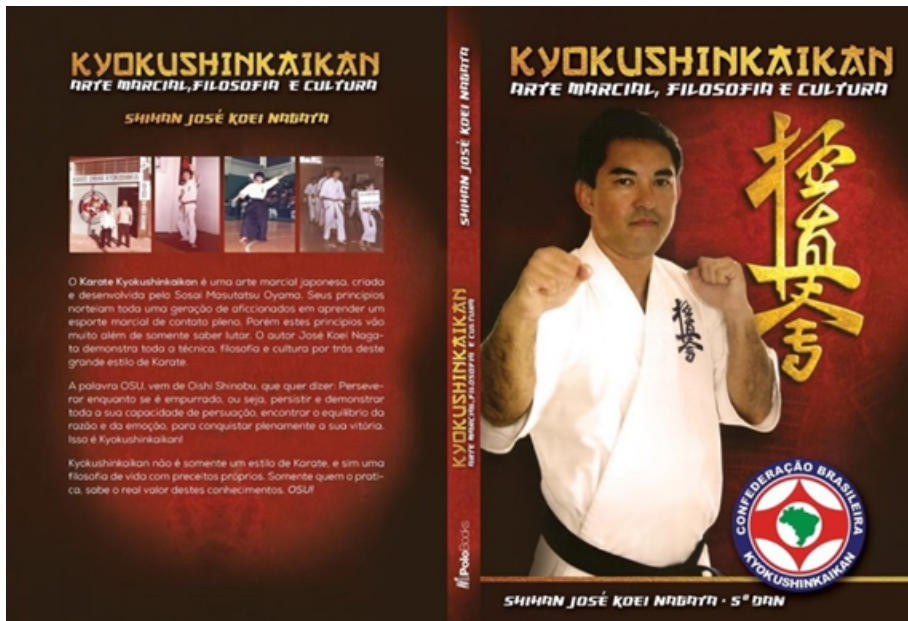
Shihan Nagata também elaborou e está publicando o livro Kickboxing Kyokushinkaikan – Arte Marcial japonesa, tradição e cultura que transmite todos os ensinamentos desta arte marcial.



Professores do Brasil e do exterior começam a divulgar esta arte marcial sob orientação do Shihan Nagata.

O livro sobre o Karate Kyokushinkaikan, foi reescrito na pandemia contendo muitas técnicas novas, filosofias e tradições japonesas. Será relançado em 2022.

Outro projeto que ocorreu na pandemia foi o Curso de aperfeiçoamento para professores IKO Matsushima.



través de vídeos EAD (Ensino a distância).

O Shihan Nagata filmou e editou toda a parte técnica, funcional e filosófica do Kyokushinkaikan Karate e passou ao grupo formado no Telegram. Com isso passou detalhes técnicos aos professores assim como elaborou provas para correção e desafios para superação.

A cada mês foram repassados 20 vídeos técnicos e até o final do ano terá computado 240 vídeos. O projeto continuará em 2022 e expandirá na plataforma Hotmart onde qualquer pessoa poderá aprender todos os ensinamentos do Shihan Nagata divididos por categoria de faixas.

Serão detalhados o Kihon Geiko, Idogeiko, Sanbom Kumite, Sequencia de Chutes, Katas, Armas e Posturas, Dojo Kun, Cumprimentos, Seiza, Meditação, Goshin Jutsu, Kumite Dachi, técnicas de combate e filosofias.

Agora com a pandemia controlada, as pessoas vacinadas, as atividades sendo retomadas; o desafio é fazer uma nova Kyokushinkaikan para todos! Muito mais que uma arte marcial a Kyokushinkaikan é uma organização brasileira que visa divulgar a tradição e cultura japonesa.

Por isso a informação é importante para você entender o nosso sistema e isso estenderá a todos que desejarem as informações através dos livros publicados e os vídeos pela Kyokushinkaikan. Assim como os professores que realizam o curso de aperfeiçoamento técnico poderão ministrar cursos para disseminar o entendimento do Kyokushinkaikan.



Já voltamos a realizar os treinamentos especiais aos professores de modo presencial em diversas cidade do Brasil e assim continuaremos a dinamizar o espírito do Budô. Logo retornaremos aos Torneios e Campeonatos, assim como Summer e Winter Camp, Exames de Faixa Preta Internacional, etc. enfim a Kyokushinkaikan sempre dinamizando e ampliando suas ações seja no Karate, no Kickboxing e no Kobudô.



HISTÓRIA DO WING CHUN

A história do Wing Chun não estava registrada por escrito antes de nossa geração. Antes, ela era passada apenas verbalmente. É por isso que existem duas versões da história de Wing Chun. A única diferença entre estas duas versões é o fundador da Wing Chun, Ng Mui. A versão que foi transmitida até nós através do Grão-Mestre Yip Man, ele declarou que Ng Mui era uma freira. A versão através da pesquisa da nossa nova geração acreditava que Ng Mui era uma freira. Acreditava-se que os velhos monges e freiras não podiam trabalhar e permanecer no mesmo templo. Abaixo está a história original transmitida pelo Grão Mestre Yip.

Ng Mui é geralmente creditada como a fundadora do Wing Chun. Ng Mui era um dos cinco anciãos do Templo Shaolin, mas ela nem sempre foi freira. Seu pai era um dos oito generais que ajudaram Yeung Jung Wang a subir ao trono. Yeung Jung Wang foi o primeiro imperador da dinastia Ching. Depois que ele se tornou imperador, Yeung Jung Wang teve seu próprio pai e seus oito generais mortos.

Isso era para reduzir a ameaça ao seu próprio poder. Ng Mui era conhecida como Loi Sai Leung na época. Para vingar a morte de seu pai, ela matou o imperador e se escondeu no Templo Shaolin, onde ela tomou o nome de Ng Mui.



Durante o reinado da Dinastia Ming (1368-1644), o gung-fu foi praticado no Templo Shaolin, no sul da China, principalmente como uma forma de exercício físico. Contudo, com a usurpação dos manchus e o estabelecimento da dinastia Ching, muitos patriotas Ming buscaram proteção no templo, onde suas vidas não estavam ameaçadas e onde algumas pessoas eram solidárias com sua causa. Enquanto isso, eles se prepararam para o dia em que tentariam derrubar o governo dominante. Foi durante esse período de tempo que o gung-fu atingiu seu pico na China. Muito ironicamente, quando quase tudo estava preparado para lançar seu ataque, os Mings foram traídos por um espião. Conseqüentemente, o imperador de Ching temeu que uma revolução fosse iniciar, e seus soldados atacaram e queimaram o monastério. Apenas um punhado de pessoas e os cinco anciãos escaparam do templo em chamas. Ng Mui começou a ensinar as artes aos leigos.

Esses discípulos foram obrigados a esconder suas atividades porque o governo Ching havia despachado numerosos especialistas em artes marciais para exterminá-los. Ng Mui percebeu que ela teria que salvar as artes de luta Shaolin dos esforços do imperador para apagar todos os vestígios de sua existência. Assim, ela inventou um novo e modificado sistema de luta baseado em seu conhecimento do que ela tinha dominado no templo. Em essência, o estilo utilizava técnicas de movimentos eficientes e econômicos, ataques na linha central e poderia ser aprendido em um curto período de tempo. Esses discípulos foram obrigados a esconder suas atividades porque o governo Ching havia despachado numerosos especialistas em artes marciais para exterminá-lo.

A melhor aluna de Ng Mui, uma bela jovem chamada Yim Wing Chun, morava com seu pai, Yim Sam Soak, em uma pequena aldeia onde ganhavam a vida fazendo e vendendo bolos de feijão. Yim Wing Chun era popular na sua região e notícias de sua beleza atraíram a atenção de um proprietário malevolente chamado Wong.

Embora casamentos eram pré-arranjados costumeiramente entre duas famílias antes do nascimento das crianças e Yim Wing Chun já havia sido prometida a Leung Bok Chau, Wong decidiu que ele se casaria com ela de qualquer maneira. Ao se apresentar para pedir sua mão em casamento, Wong foi categoricamente rejeitado por Yim Wing Chun e seu pai, então ele planejou levá-la pela força. Em um curto período de tempo Ng Mui foi capaz de ensinar Yim Wing Chun para se defender quando Wong retornou com seus homens.



Yim Wing Chun continuou a estudar sob a tutela de Ng Mui e depois se casou com Leung Bok Chau. Durante os anos vindouros, ela usou os princípios do estilo que ela tinha aprendido com Ng Mui e começou a melhorar e simplificar a arte. Depois de refinar a arte significativamente, Yim Wing Chun começou a ensiná-la ao marido. Leung Bok Chau já era perito em outros estilos das artes marciais. Impressionado com o conhecimento e habilidade de Yim Wing Chun, ele estudou seu estilo diligentemente e aprendeu rapidamente. Assim, embora Ng Mui fundou a arte, ele tem o nome de Yim Wing Chun devido a suas melhorias.

Leung Bok Chau ensinou o estilo a seu tio Leung Lan Qui. Leung Lan Qui começou Wong Wah Bo e Leung Ye Tai em sua instrução Wing Chun, mas foi Leung Bok Chau que foi seu professor primário. Wong Wah Bo trabalhou no Barco Vermelho, a Ópera Chinesa. Ele era um remador do Barco e fez outros trabalhos. Ele era muito musculoso. Ao longo das gerações de Leung Bok Chau a Wong Wah Bo, o sistema Wing Chun foi ficando cada vez mais complexo. Leung Ye Tai também era membro da ópera chinesa. Leung Ye Tai era um ator masculino que desempenhou papéis femininos na Ópera. Seu Wing Chun era mais suave.

É também durante os chamados "Red Boat Years" que as armas entraram no sistema. Wong Wah Bo ensinou Leung Ye Tai o Lok Dim Bun Guan (o bastão de seis pontos e meia), e Leung Ye Tai ensinou o Bot Jaam Do (as facas borboleta) a Wong Wah Bo. Leung Jan era um médico herbalista. Ele foi ensinado por Wong Wah Bo e Leung Ye Tai. Leung Jan foi capaz de colocar os elementos duros e suaves juntos de volta. O aluno de Leung Jan, Chan Wa Soon, foi incapaz de incorporar os elementos suaves e tornou o sistema rígido novamente.

Chan Wa Soon foi o primeiro professor de Yip Man. Infelizmente Chan Wa Soon morreu em uma idade jovem e Yip Man não terminou sua instrução. Quando jovem, Yip Man estudou inglês na St. Steven's Catholic School em Hong Kong. Foi durante este tempo que Yip Man conheceu Leung Bik que era filho de Leung Jan. Yip Man desafiou Leung Bik e foi espancado. Quando Yip Man descobriu quem era Leung Bik, Yip Man pediu para se tornar um dos alunos de Leung Bik. Leung Bik, sendo um homem pequeno, não usava músculos. Seu estilo não era tão duro quanto o de Chan Wa Soon. Yip Man foi capaz de aprender os elementos duros e suaves.

(Outra versão da história desta época diz como a nora de Leung Bik foi capaz de derrotar Yip Man com sua habilidade em Wing Chun chutando. Nesta época Yip Man nunca disse que ele era o número um no Wing Chun, enquanto os outros estavam vivos).



Depois de estudar em Hong Kong, Yip Man voltou para sua cidade natal na China, trabalhou como policial e treinou policiais na China. Enquanto trabalhava como policial, Yip Man matou alguém no serviço. Temendo represálias do governo comunista, ele teve que escapar da China e perder todos os seus bens. Quando chegou a Hong Kong, ele só tinha suas habilidades em Wing Chun para ganhar a vida.

Em Hong Kong, Yip Man conheceu seu antigo amigo Chung Choui (Go Dai Chung). Go Dai Chung era um instrutor do estilo Hung Sang Choy Lay Fut e ensinou pela Associação de Restaurantes Chineses do Leste a Oeste. Ensinar em ambos locais foi demais para Go Dai Chung e ele cedeu uma escola para Yip Man, que estava localizada em Dai Lum Gai em Kowloon, Hong Kong, para que ele pudesse ensinar Wing Chun para ganhar a vida.

Leung Sheung era contador da Associação de Restaurantes Chinês e professor assistente de Go Dai Chung. Leung Sheung desafiou Yip Man e foi derrotado. Leung Sheung tornou-se o primeiro aluno de Yip Man.

Outros estudantes adiantados incluíram Lau Ming, Lau Kau e Lee Yu. Yip Man ficou conhecido como a pessoa que levou o Wing Chun para fora da China e em Hong Kong, entretanto, haviam determinados tipos de estudantes que Yip Man não ensinava. Yip Man sentia que os parentes não lhe mostrariam o respeito que merecia. Mesmo que o Wing Chun fora desenvolvido por duas mulheres, Yip Man sentiu que ter mulheres em uma escola de Gung Fu seria muito perturbador. Yip Man não queria que a arte fosse ensinada a não-chineses. Ele sentia que as crianças não teriam a disciplina para aprender Wing Chun. Diziam ser pobres em disciplina.



Os alunos do Yip Man podem ser divididos em três gerações. A primeira geração foi ensinada a usar Wing Chun para lutar. Durante este tempo Yip Man estava tentando estabelecer o nome de Wing Chun e aumentar sua fama. A arte não foi enfatizada. Uma vez que a fama do Wing Chun fora estabelecida, Yip Man conseguiu se concentrar em ensinar a arte do Wing Chun. Esta é a segunda geração. A última ou terceira geração de alunos nunca tocou as mãos em Yip Man. Embora fossem membros da escola de Yip Man, ele não estava mais ensinando diretamente. Somente os si-hings ensinavam seus irmãos mais novos. Embora Yip Man fale com seus "netos" (alunos dos alunos), ele não os considerava estudantes e não os ensinava nem trabalhava com eles. Yip Man sendo um praticante de Gung Fu tradicional, sempre manteve as posições separadas e claras.

Ho Kam Ming era da segunda geração dos estudantes de Yip Man. Passou toda sua vida estudando Wing Chun e foi um dos poucos homens a completar todo o sistema sob a tutela de Yip Man. Ho Kam Ming foi mantido em alta consideração por Yip Man. Quando Yip Man ficou doente e teve de ir para o hospital, ele pediu a Ho Kam Ming para levá-lo.

Ho Kam Ming, muitas vezes visitou Yip Man no hospital e cuidou dele, tanto no hospital como em casa. Yip Man revelou muitos dos melhores pontos do Wing Chun para Ho Kam Ming. Yip Man também nomeou Ho Kam Ming para assumir a responsabilidade de instruir seus alunos particulares. Nesta altura, Ho Kam Ming abriu sua outra escola em Macau e outras em Hong Kong. Ele também organizou a Associação Ho Kam Ming Wing Chun, que foi autorizada pela Associação Yip Man de Wing Chun. Hoje, Ho Kam Ming é bem conhecido em Hong Kong e Macau. Toda sua equipa de Wing Chun lutou em torneios de artes marciais em todo o sudeste asiático e alcançou reconhecimento considerável.

Em 1960, Augustine Fong começou a treinar com Ho Kam Ming. Mestre Ho, um dos melhores alunos do grande mestre Yip Man, tinha na época, introduzido o estilo na área de Macau. Augustine Fong, sem pensar duas vezes, tornou-se um dos seus primeiros alunos.

Em 1964, a escola do mestre Ho tinha crescido consideravelmente. . A escola ganhou uma reputação, tão boa, que uma famosa escola de Gung Fu de Hong Kong decidiu enviar um desafio formal. Desafios naquela época, eram negócios muito sérios. A escola desafiadora, neste caso, também tinha obtido uma impressionante reputação.

Ganharam mais de cem competições desta maneira, e em consequência, derrotaram um número superior de escolas em Hong Kong. Aceitando o desafio escrito, o mestre Ho decidiu que Fong lutaria a disputa. Fong foi o melhor aluno de Ho e melhor lutador. No dia marcado, o desafiante apareceu junto com seu instrutor e dez colegas estudantes.

Como cortesia, o Sifu do desafiante foi nomeado árbitro. A luta deveria consistir em três rodadas, a única regra era que você não poderia sair da área de combate. Durante o primeiro round da luta, Fong dominou seu oponente. No segundo round, ele se tornou muito agressivo, levando o desafiante a um Mo Yan Jong (boneco de madeira). No terceiro e última round, Fong continuou sua vantagem, perseguindo e empurrando seu adversário contra uma parede. Afastando-se da parede, o desafiante caiu com um soco oportuno e ficou inconsciente. Sem uma palavra, seu Sifu e si dai pegaram ele e o levaram para fora. O Mo Gun (Escola Marcial) de Mestre Ho, através da vitória de Fong, tinha confirmado sua reputação. Fong, por causa do encontro, tornou-se bastante conhecido em Hong Kong e Macau. Em Macau ainda é conhecido como "Gum-Pai Da-Sau" (Lutador faixa dourada) do Wing Chun.

Após este acontecimento, ouvindo a reputação da escola, muitos novos alunos decidiram se inscrever. Para ajudar com o número crescente de alunos, Fong foi convidado a ajudar o mestre Ho no ensino. Esta foi uma grande honra para o jovem Fong. Mas em vez de transmitir as boas novas para sua família, ele escolheu guardá-la para si. Sua mãe era uma mulher muito reservada nesta época. Sua opinião sobre as artes marciais não eram muito boas. Ela sentia que as habilidades no Gung Fu de seu filho só o colocariam em apuros. Assim, em vez de preocupar sua mãe, Fong decidiu desde o início, manter sua habilidade em segredo. E ele nunca disse nada a ela por treze anos! Sua mãe nunca soube que ele praticava a arte do Wing Chun.

Durante este período, SiFu Fong começou a estudar fitoterapia chinesa com SiFu Wong Bing Gong. SiFu Wong aprendeu sua arte de um monge e era muito conhecido por sua capacidade de cura. Durante a segunda guerra mundial ele usou seu conhecimento para curar um grande número de pessoas. SiFu Wong ensinou Fong como usar "Dit Da" para curar ossos quebrados e para tratar contusões, tensões e entorses. Sifu Wong também lhe ensinou como preparar ervas e seus remédios medicinais, que era conhecimento valioso para um praticante da arte marcial.

KARATÊ & KICKBOXING

Em 1967, devido a perturbações civis em Macau, Augustine Fong mudou-se para Kowloon, Hong Kong. Lá, seu instrutor, mestre Ho, abriu uma escola de Wing Chun, onde Fong praticou e ensinou por dois anos. Então, em 1969, seguindo os passos de seu pai, Sifu Fong imigrou para a América. Movendo-se para Nogales, Arizona, e depois se estabelecendo em Tucson, Sifu Fong logo começou a ensinar e promover o estilo Wing Chun. Em Tucson, ele focou o ensino em defesa pessoal para moradores da cidade. O programa funcionou tão bem, que em 1973, motivado por seus alunos e amigos, ele abriu sua própria escola. Esta foi a primeira escola pública de Wing Chun no sudoeste dos Estados Unidos.

Hoje, com mais de quarenta anos de experiência na arte, Mestre Fong é considerado pela Associação Ho Kam Ming Wing Chun em Hong Kong por estar entre os mais habilidosos mestres de Wing Chun do mundo.

Além das duas armas tradicionais de Wing Chun, o Lok Dim Bun Quan e a Bat Jaam Do (facas borboleta), ele é adepto de uma grande variedade de outras armas de artes marciais e Também se especializou na dança do leão do sul. Mestre Fong aprendeu este último do Mestre Chan Gin Man do Hung Sing Choi Lee Fut Kuen em Hong Kong. Em 1990, Mestre Fong foi nomeado arbitro principal do comitê Wing Chun dos Estados Unidos. Nesta capacidade, ele foi responsável pela criação das regras do Wing Chun Sticky Hands torneio organizado pelo United States National Chinese Martial Arts Competitions. Ele apareceu em vários programas de televisão e rádio locais, bem como em artigos publicados pelas revistas "Black Belt" e "Inside Kung-Fu" e em vários jornais locais. Ele também ensinou muitos seminários em todo o país. Durante muitos anos de trabalho árduo, a Academia Wing Chun Gung Fu de Fong, em Tucson, é reconhecida pela Sociedade de Arte Marcial como uma das melhores escolas Wing Chun Gung Fu da nação.



AS CRIANÇAS NA LUTA

Kael Menegusse nasceu dia 02/10/2016 tendo hoje 5 anos completos. Entrou nas aulas de Taekwondo na Team Ribeiro em agosto de 2021. No início ficou um pouco relutante com o novo exercício e pela disciplina necessária nas aulas, mas logo criou muito apreço e hoje a dedicação nos treinos valeu a pena e agora está orgulhoso pela conquista da faixa amarela.



"Observando o seu desempenho nas aulas, Kael desenvolveu muita consciência corporal, equilíbrio, atenção e condicionamento físico, além de ser um ambiente de socialização com outras crianças de várias idades, proporcionando trocas e criação de laços valiosos." Diz Raquel, a mãe, a respeito da arte marcial na vida de Kael.



Qual sua parte favorita na aula de luta, kael?

"Todas, eu gosto de tudo lá!"

E qual seu movimento favorito?

- mostra o movimento do chute frontal 'ap tchagui' kkkkkkkkk

.

Informações extras:

Mãe: Raquel Bragança Menegusse, bióloga e Tatuadora

.

Professor: Gabriel Ribeiro

.

Turma Taekwondo segunda e quarta 10hs centro.

.

Já fez aulas de circo por alguns meses antes de entrar nas artes marciais.

.

"Tem afinidade por soco e provavelmente no futuro vai experimentar aulas de kickboxing ou hapkido..."

O MESTRE EMERSON MARTINS

Nesta entrevista o Mestre JOSÉ AUGUSTO MACIEL TORRES , comenta sobre o Mestre EMERSON MARTINS e sua filiação a FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DAS ARTES MARCIAIS ,feita em 1982, estando assim como um dos filiados mais antigos desta entidade federativa marcial.

Quando e como o senhor conheceu o Mestre Emerson Martins ?

JOSÉ AUGUSTO - Iniciei nas artes marciais em 1978, na cidade de ITAPETINGA ,interior da Bahia,onde residia ,treinando karate,estilo shotokan, com o Mestre Joan Lemos ,e em 1982 , mudei para Nazaré,também interior da Bahia,onde montei minha primeira academia ,denominada de CLUBE DE KARATE-DO DE NAZARÉ.Desde meus inicio no karate,em 1978, que já conhecia as revistas editadas pelo Mestre Emerson Martins,comprando-as sempre nas bancas da cidade do Salvador,capital baiana,porém, somente em 1982 que mantive contatos telefônicos com o Mestre Emerson e depois fui até o Rio de Janeiro e prestei exame para faixa preta ,primeiro Dan em karate ,estilo shotokan, além de nesta oportunidade conhecer o estilo Shobu Ryu, e também neste momento obtive filiação na Federação Internacional da Artes Marciais ,que era presidida pelo saudoso Mestre Emerson.



Como era o cenário brasileiro do karate nesta época ?

JOSÉ AUGUSTO - Existia no karate em 1982 um grande monopólio do estilo shotokan, que não tinha em suas lutas o contato total e somente uma simulação nos golpes, sendo que os outros estilos de karate, que não eram shotokan, eram visto como de segunda categoria.

Como era o trabalho marcial do Mestre Emerson Martins nesta época?

JOSÉ AUGUSTO- A Federação Internacional das Artes Marciais, fundada e presidida pelo Mestre Emerson Martins era uma instituição muito forte e respeitada, com filiados em todo o Brasil e em diversos outros países, o estilo Shobu Ryu já estava em expansão nacional e internacional, caracterizando por ser um estilo de karate de contato, com lutas reais e finalidades marciais definidas, diferente do estilo shotokan e outros mais, poucos conhecidos, que era centrado em lutas de simulação, as revistas editadas pelo Mestre Emerson estavam em todas as bancas de revistas do Brasil e existia uma aceitabilidade muito grande por parte dos seus leitores.



Qual a importância do trabalho marcial do Mestre Emerson Martins para os dias atuais ?

JOSÉ AUGUSTO - Observamos atualmente as lutas marciais, até mesmo o karate através dos seus estilos mais modernos, usando o contato total, algo que o Mestre Emerson Martins, em 1982, quando o tive a oportunidade de o conhecer, já fazia e divulgava, inclusive muitas críticas eram feitas a Ele por isso, também é importante colocar que a Federação Internacional das Artes Marciais foi pioneira na aceitação e filiação de todas as modalidades marciais, além de respeitar todas as artes marciais, independente de origem Oriental e/ou Ocidental.

O que o senhor acha que devemos fazer para manter viva a memória e feitos marciais do Mestre Emerson Martins?

JOSÉ AUGUSTO - Acredito que devemos escrever, o máximo possível, mostrando a importância marcial, de cunho histórico e social, do Mestre Emerson Martins e da Federação Internacional das Artes Marciais, para que gerações atuais possam perceber o legado deixado por este grande mestre marcial.

Já temos esta revista marcial, dirigida pelo meu grande amigo MESTRE CARLOS SILVA, que deu este primeiro passo nesta longa caminhada.



ARMAS CHINESAS

AS ARMAS USADAS NO KUNG FU

Os antigos mestres das artes marciais chinesas eram conhecidos como especialistas quando conseguiam ser versados em "Qimen Bingqi" (145 armas especiais) ou as "18 habilidades de Combate", que se referem aos "18 tipos de armas" (Shi ba luohan qixie) que hoje são utilizados em conjunto em todos os estilos e escolas de Kung fu. De acordo com os antigos textos sobre a história das armas chinesas, todos os alunos das artes marciais tiveram que estudar tudo relacionado ao uso dessas armas. Isso mais tarde foi demonstrado quando em 1449 o imperador Yingzong da dinastia Ming foi aprisionado em Shanxi por tropas inimigas, fazendo com que a Corte Ming ordenasse a seleção de homens armados com boa capacidade de combate. Nessa época, foi realizado um concurso no qual participaram os melhores especialistas em artes marciais (Wuyi). Ressaltando a atuação de um professor chamado Li Tong, que com a destreza venceu os outros candidatos usando 18 tipos de armas (binggi). Li Tong a partir daquela data foi considerado o especialista em "18 Habilidades de Combate", conquistando um alto grau de honra.

No Kung Fu são usados mais de 18 tipos de armas, que são divididas em duas categorias: Curtas e Longas, em quatro clássicos que incluem os duplos e flexíveis e em seis tradicionais onde você adiciona todas as armas de arremesso e improvisadas, das quais podemos citar algumas como o bastão longo, a espada larga, a lança e a espada reta, estas têm sido usados em campos de batalha, demonstrando sua eficácia em combate. Hoje em dia essas quatro armas são usadas obrigatoriamente em todos os estilos de artes marciais chinesas, já que neles estão as origens da maioria dos outros.

As armas chinesas são classificadas em 4 grupos:

ARMAS CURTAS.

- Espada larga.
- Espada reta.
- Facas.
- Machado.
- Malho.

ARMAS LONGAS.

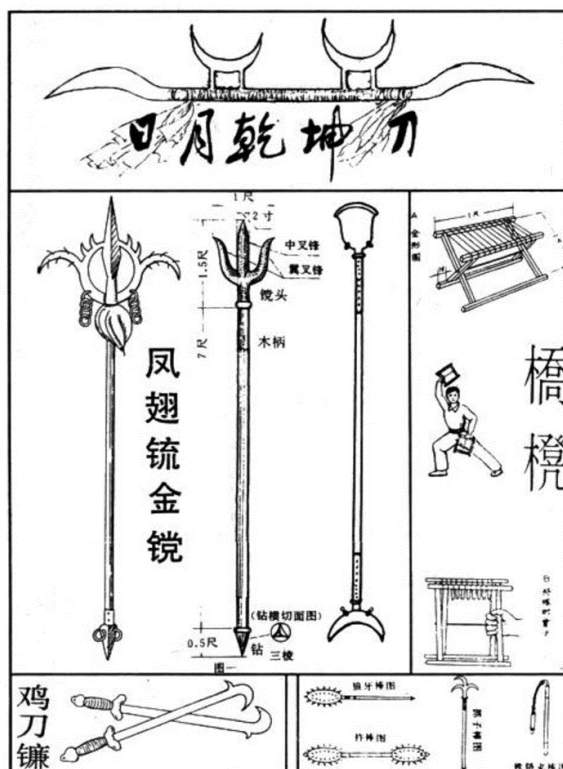
- Lança.
- Bastão longo.
- Lança pica.
- Tridente.
- Espada de punho longo.
- Cimitarra.
- Garfo voador.
- Alabarda.

"18 HABILIDADES DE COMBATE COM ARMAS" (SHI BA LUOHAN GJIXIE)

- Alabarda (pudao).
- Alabarda da meia-lua (hee yue).
- Arco (hu).
- Besta (un).
- Cadeia de 9 seções (chuxiebian)
- Escudo (pai).
- Espada reta (jian).
- Machado de cabo longo (chang fu).
- Machado duplo (shuang fu).
- Honda (chien).
- Lança ou Pica (giang).
- Chicote afiado (bian ge).
- Chicote redondo (chang bian).
- Martelo (chui).
- Bastão (gun).
- Pica (dian).
- Serra de corda (lien zhuan).
- Tridente (cha).

AS OUTRAS ARMAS DE KUNG FU

- Leque (san).
- Arco (gong).
- Besta (un).
- Bengala com sete estrelas (qi xingan).
- Facas borboleta cantonesas (chan ma dao).
- Corda com dardo (shéng biáo).
- Duplo punhal (shuang bi shou).
- Espada dupla com gancho (shuang gou).
- Anzóis dos mandarins (ziwu).
- Machado (fu).
- Forca (cha).
- Lança de alabarda dupla (giang shuang pudao).
- Chicote (bian pien).
- Martelos de trovão (chui).
- Martelo de meteoro (liu xing chui).
- Meteoro voador (pian).
- Bastão Médio (lian chan dao).
- Bastão do sul (nangun).
- Bastão de duas seções (erjiegun).
- Bastão de três seções (sanjiegun).
- Adaga curva (ziwu yuan ying yue).
- Sabre de punho comprido (pu dao).
- Sabre do Sul (nandao).
- Sabre e escudo (paidaoshu).
- Sabre de vento e fogo (feng huo dao).
- Tridente (pa).



GÔNGFU WUQI

- Alabarda (Ji, "alabarda").
- Armas duplas (Shuangwúgl, "empunhadura dupla").
- Bart Jarm Do, "(facas de oito cortes" ou facas borboleta).
- Bastão longo (Gunsho, "técnica de bastão").
- Cajado de duas seções (Shuangjiégon, "vara dupla" ou nunchaku).
- Cajado de 3 seções (Sanjiégon, "bastão de três seções" ou nunchaku triplo).
- Corrente de nove seções - Jivjiebian.
- Corrente de Dart Point - Shengbiao.
- Canivete - Pudao.
- Faca (canivete).
- Nandao ou faca de estilo sulista.
- Corda com Dardo (dardo com corda).
- Punhal Emei- Emeici.
- Espada Dupla - Shuangdao.
- Espada Dupla Direta - Shuangjian.
- Chicote duplo de nove seções - Shuangbian.
- Escudo (Dun, "proteção").
- Espada Longa - Dadao.
- Espada Dupla Falcão - Shuanggou.
- Espada reta (Jian, "espada".)
- Espada Curva (Dandão, "faca única").
- Espada com borlas - Changsuijian.
- Espada de duas mãos - Shuangshovjian.
- Gancho ou garra.
- Garrote de duas seções - Songjiegun.
- Garrote das Três Seções - Sanjiegun.
- Garrote do sul - Nangun.
- Machado. (Fú)
- Folha Lunar Reclinada - (Yányuêdão).
- Lança ou Pica (Qiangsho, "Pica ou lança").
- Chicote de 9 seções - (Jiújiébian).
- Batão crescente ou "Bastão do monge" - Yue Ya Chan (Yueyáchán).
- Pau ou bastão das seis técnicas e meia (Livdiânbangán).
- Martelo de meteoro (Libxingehuí, "martelo de fluxo estelar").
- Maça (Zhôngchuí, "martelo pesado").
- Tridente (alabarda com três garfos).



中國
武
器



JACKIE CHAN O NOVO ASTRO DO CINEMA

Nos últimos anos tem sido filmados uma infinita quantidade de filmes, alguns deles são com atores norte americanos e franceses, mas a maioria desses filmes são realizados em Hong Kong, atuando neles bons mestres especializados em vários estilos.

Um destes que temos visto em nossas telas é um jovem atleta conhecido como Jackie Chan. Seu verdadeiro nome é Chang Lung e nasceu em Shandong (Shantung) China em 7 de abril de 1954. quando era mais novo, entre 6 a 9 anos era conhecido como Kon San, seu peso era de 68,95 kg (aproximadamente).

Desde muito jovem ele começou a prática do Kung Fu, e mais tarde junto com outros jovens iniciou a pratica do Boxe do Norte sob a direção do professor (sifu) Yuen Siao Tien. O sifu Siao Tien observando seu grande desempenho e interesse em Kung-Fu, o torna seu aluno preferido.

Logo começou a atuar junto com seu professor em diversos espetáculos circenses (circos). Em seguida, é lançado para o cinema pela primeira vez pela empresa cinematográfica "Seasornal Films Corporation".



**YUEN SIAO TIEN
« UN GRAN
MAESTRO - UN
GRAN ATTORE »**

L'attore Yuen Siao Tien, nato a Peking, inizia sin da bambino a praticare arti marziali. A ventinove anni viene scritturato per una pellicola cinese. E' durante il periodo in cui insegna ad un gruppo di sette giovani le sue tecniche che incontra Jacky Chan al quale trasferisce tutto ciò che ha imparato e perfezionato sullo stile del « serpente », proprio del Kung Fu della morte, stile rimasto sconosciuto a molti esperti. Yuen Siao Tien, molto conosciuto negli ambienti cinematografici come SIMON YUEN, si trasferisce ad Hong Kong con i suoi studenti. Del 7 solo 4 lo seguiranno e anch'essi divengono artisti del cinema. Tra quest'ultimo Yuen Wood Ping diventerà direttore di produzione del film che lancerà lui stesso e Jacky Chan « Il pugno del Serpente ».

Yuen Siao Tien ha dedicato 40 anni ai film di Kung Fu, realizzando non meno di 300 pellicole, delle quali Jacky Chan è stata la grande scoperta. Mentre sta prendendo parte alla prima assoluta dell'ultimo film di Jacky Chan, è il 17 dicembre 1980, Yuen Siao Tien (So-Hay) si accascia al suolo. Un terribile male, un cancro ai polmoni, ha distrutto il forte fisico di uno dei grandi Sifu del Kung Fu. Il 19 dicembre viene deposto nel cimitero di Hong Kong con un seguito eccezionale non di fans ma di esperti e conoscitori del « lavoro duro ». Sulla tomba viene fatto scrivere dal suo allievo prediletto JACKY CHAN: « prima di incominciare a copiare lo stile è più importante praticare, realizzare delle buone basi ed ottenere una buona preparazione fisica, al contrario tutto ciò che si apprende non avrà frutti e sarà solo un lavoro perso ». Abbiamo voluto parlare di Yuen Siao Tien, maestro di Jacky Chan solo per ricordare a oltre un anno dalla sua scomparsa un emerito Grande Sifu che anche nella morte ha dimostrato la sua « lealtà »



Yuen Siao con il suo miglior amico Yuen Wood Ping, quando era direttore cinematografico.



KARATÉ &
 KICKBOXING

Lo Wei, que é um famoso diretor de cinema chinês e que fez os primeiros filmes do grande mestre Bruce Lee, é o criador da companhia, "Lo Wei Picture Company Ltd", com quem Jackie Chan assina contrato para dois anos. Com esta companhia Jackie Chan realizou vários filmes com "O Punho de Cristal", "A Serpente na Sombra da Águia", conhecida também em outros países como "O Punho da Serpente", "O Punho Sangrento Contra os Homens de Madeira", "O Macaco Bêbado no Olho do Tigre", mais conhecido como "O Mestre Bêbado" e "A Loucura da Serpente".

Atualmente Jackie Chan está atuando seus próprios filmes, um deles é "A Hiena sem Medo", em que Jacky Chan é o diretor e ator.

La scomparsa del Grande Maestro YUEN SIAO TIEN, circa un anno fa, permette una esamina dei personaggi del Kung Fu, che hanno caratterizzato la celluloido « made in Hong Kong ».

Argimiro Gonzales



JACKY CHANG
 « IL NUOVO ASTRO DEL CINEMA CINESE »

È solamente negli ultimi anni che si sono girati chilometri di pellicole sulle Arti Marziali con attori nord-americani, italiani e francesi, però la maggior parte delle pellicole di KUNG FU (Kuoshu e Wushu) sono realizzate a Hong Kong e a Taiwan, mostrando dei buoni tecnici di diverse tradizioni. Uno di questi esperti che si è fatto subito strada è: JACKY CHANG, noto in Italia per il film: « Chi tocca il giallo muore ».

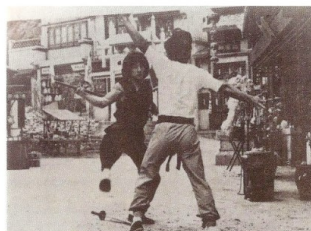
Il personaggio

Nato a Shandong (Shantung, Cina) il 7 aprile 1954 (ariete per l'oroscopo occidentale — serpente per quello cinese), alle giovane età di 6 anni pratica lo stile del « Kung Fu di Nord » sotto la direzione di Sifu Yuen Siao Tien che vista la particolare disposizione del suo allievo per l'arte marziale lo convincerà a praticare per sempre. In poco tempo, grazie alle doti del suo Maestro, Jacky Chang si esibisce in circhi viaggianti sino ad essere notato dalla compagnia cinematografica « Seasonal Film Corporation ».

Viene scritturato da Lo Wei, considerato uno tra i massimi esponenti della celluloido di Hong Kong, a impersonare il decoduto « Bruce Lee, in un film. Lo Wei crea appositamente per questo « pupillo » una compagnia cinematografica « Lo Wei Picture Company Ltd », e con un contratto biennale Jacky Chang inizia il nuovo lavoro. Con questa compagnia in meno di due anni realizzerà un serie di dieci film: il pugno di cristallo; il serpente alla montagna dell'acqua (noto come il pugno del serpente), ecc... sempre mettendo in risalto le tecniche degli animali proprio del suo stile: KUNG FU DELLA MORTE, dove il serpente impera su tutto.

Il successo è eccezionale, Jacky Chang, libero dal contratto, si lancia come direttore di produzione e primo attore nel « La Hiena Intrepida » che dà inizio alla sua ascesa nel firmamento delle stars del Kung Fu della celluloido. Argimiro Gonzales

55



Un Jacky Chang fuori dalle scene.



Jacky Chang in piena azione. La posizione del gatto pronto a combattere, nella finale della pellicola « Il pugno del Serpente », interpretata dal suo allievo Jacky Chang.



Una istantanea del M° Yuen Siao Tien durante una lavorazione di un film.



JACKY CHAN
 El nuevo astro del cine

Una colaboración remitida desde Venezuela por nuestro colaborador

En los últimos años de esta época se han filmado infinidad de películas, algunas de ellas son con actores norteamericanos y franceses, pero la mayoría de ellas son realizadas en Hong Kong, actuando en ellas buenos maestros especializados en distintos estilos. Uno de estos expertos que hemos visto en nuestras pantallas, es un joven atleta conocido como Jacky Chan. Su verdadero y auténtico nombre es Cheng Lung y nació en Shandong (Shantung) China, el 7 de abril de 1954. A la corta edad de 6 a 9 años era conocido con el nombre de Kon San, su peso actual es de 152 libras. Desde muy joven se inicia en la práctica del Kung Fu, más tarde junto a otros jóvenes se inicia

en la práctica del Boxeo del Norte, bajo la dirección del maestro (sifu) Yuen Siao Tien. El sifu Siao Tien viendo las grandes condiciones e interés por el Kung-Fu convierte en su alumno preferido. Al poco tiempo comienza a actuar junto a su maestro en diversos espectáculos circenses (circos). Luego es lanzado al cine por primera vez por la compañía cinematográfica "Seasonal Films Corporation". Lo Wei, que es un famoso director del cine chino y que dirigió las primeras películas del gran maestro Bruce Lee, es el creador de la compañía, "Lo Wei Picture Company Ltd", con quien Jacky Chan firma un contrato por dos años. Con esta compañía Jacky Chan realiza varias películas co-

Argimiro González
 Miembro permanente de la "KUOSHU FEDERATION OF THE REPUBLIC OF CHINA"

mo son: "El Puño de Cristal", "La serpiente a la sombra del águila" conocida también en otros países como "El Puño de la Serpiente", "El Puño Sangriento contra los hombres de madera", "El Mono Borracho en el Ojo del Tigre", mejor conocido como "El Maestro Borrachón" y "La locura de la Serpiente".

Actualmente Jacky Chan se ha independizado y está realizando sus propias películas, una de ellas es "La Hiena Intrepida", en la cual Jacky Chan es el director y actor. ■

WENDERSON ANTÔNIO "ANDINHO PANTHER TEAM"

Wenderson Antônio de Oliveira (Andinho), iniciou sua vida nas artes marciais em São João del Rei - MG. Ainda adolescente, Andinho ia para a academia de Muay Thai correndo, para chegar aquecido até a academia, pois era muito longe de sua casa. Andinho ficou conhecido após ganhar alguns campeonatos de Muay Thai se destacando na cidade e região. Passou por algumas academias da sua cidade, se afiliou a algumas federações e defendeu algumas equipes. Logo depois, mudou-se para Piedade do Rio Grande - MG e fundou sua primeira academia de Muay Thai, a Panther Team.

Hoje é filiado à BMTA - Associação Brasileira de Muay Thai e à FMMT - Federação Mineira de Muay Thai, recebendo a patente de Sensei do estilo Chakuriki, formado pelo Mestre Carlos Silva. Foi graduado grau preto de Muay Thai pela BMTA e FMMT. Atualmente ele representa o Mestre Carlos Silva no estilo Chakuriki. Não demorou muito para que ele recebesse o convite de seu primo e fundasse, em Madre de Deus de Minas, sua segunda academia, onde também tem formado atletas de altíssimo nível.



Mas não parou por aí, com ajuda de amigos e patrocinadores, criou o projeto social "Filhos de Pié", beneficiando crianças e adolescentes de baixa renda. Também conseguiu levar e implantar o Muay Thai nas escolas para crianças carentes. Andinho tem formado diversos atletas campeões e participado de diversos campeonatos.

Recentemente, abriu mais academias em São João del Rei e Ibertyoga. Seus planos e objetivos não param por aí: Mestre Andinho almeja buscar e encontrar mais atletas e realizar os sonhos de todos eles.

JOSÉ HIGINO NUNES: "SEU LEGADO NO JUJUTSU CLÁSSICO E NO JIU-JITSU BRASILEIRO"

Precisamos ir até à década de 20 em Tawara, estado de Kanagawa-ken – Japão, o oficial da marinha japonesa, Yonoske Nagashima, Mestre de Jujutsu e Kenjutsu, membro da Dai Nippon Butokukai, desenvolveu um Ryu-Ha – sistema de luta que passaria a ser praticado pelos membros de sua família. A Escola/Estilo da Família Nagashima, a arte do HI-SEI SHIN JUTSU - " O Espírito Secreto da Arte " que como reza o costume japonês, se manteve inicialmente restrito apenas à sua família, tendo então Yonoske Nagashima transmitido para seu filho Tameshi Nagashima, que posteriormente ensinou a seu filho Yoshimasa Nagashima.

Então no ano de 1935 o Grande Mestre Yoshimasa Nagashima – 9º Dan pela Dai Nippon Butokukai, certificado também pela Escola para Formação de Instrutores da Liga Juvenil Esportiva do Japão, órgão de fundação da Associação de Educação Física do Japão, veio para o Brasil, se estabeleceu na cidade de São Paulo, e anos depois em 1951 foi para o Rio de Janeiro onde passou a ensinar artes marciais na Associação Cristã de Moços – ACM, naturalizado brasileiro, funcionário público do Estado do Rio de Janeiro, foi Superintendente Esportivo do Estádio do Maracanã.



Para então em 1959 com apenas 13 anos de idade, José Higino Nunes começar a estudar com o Grande Mestre Yoshimasa Nagashima. Em 1969 o Grande Mestre Yoshimasa Nagashima viu na figura de seu jovem aluno a oportunidade de transmitir a arte de sua família e fazer dele o seu sucessor, isso não só por sua competência técnica, mas também pelo forte vínculo de respeito e lealdade que foi construído no decorrer de uma década de treinamento.

KARATÊ & KICKBOXING

Tendo também estudado com o Grande Mestre Tokuso Terasaki, que foi o primeiro representante da Dai Nippon Butokukai no Brasil, antes do Grande Mestre Yoshimasa Nagashima assumir o cargo até o seu falecimento em 1º de março de 1990 no Rio de Janeiro.

No ano de 1978, José Higino Nunes, foi reconhecido como o Professor com o melhor índice técnico, conferido pela Dai Nippon Butokukai, continuando o ensino e a prática da Arte Suave, até formar o seu estilo, a sua interpretação pessoal da modalidade, o Ryu-Ha por ele chamado de Seishin Higino Ryu Jujutsu, sendo hoje Faixa Vermelha 10º Dan - Dai Shihan.

Mantendo o seu Dojo no Rio de Janeiro, é o Presidente da LBLA - Liga Brasileira de Lutas Associadas, e também o Presidente de Honra do Círculo de Jujutsu Clássico e o mentor de Mauro Pellegrini Shihan (o autor aqui na matéria).

Correlato a isso, o Grande Mestre José Higino Nunes é Faixa Vermelha 9º Grau de Jiu-Jitsu Brasileiro pela linhagem Fadda. Influenciado pelos eventos altamente populares de Vale Tudo exibidos na TV brasileira durante a década de 50, ele decidiu começar a praticar a vertente tupiniquim da Arte Suave, tendo Fernando Peçanha como seu primeiro treinador em uma academia no Rio de Janeiro.



Já na década de 60 Higino mudou-se para uma outra academia, onde foi apresentado ao seu treinador definitivo Aderbal Baptista, um discípulo direto do próprio patriarca Oswaldo Fadda. Extremamente dedicado no treinamento da Arte Suave, ele obteve a sua graduação como Instrutor de Jiu-Jitsu aos 17 anos de idade (1965). Dirigindo uma equipe numa academia em Bangu, e outra numa academia em Realengo até 1967, e desde de 1969, em seu próprio espaço para modalidade, chamando-o de "Associação Higino de Jiu Jitsu". Sendo que ele também disputou inúmeras lutas de Vale Tudo naquela época.

No BJJ, assim se dá a sua linhagem: Mitsuyo Maeda "Conde Koma" > Luiz França > Oswaldo Fadda > Aderbal Baptista > José Higino.

CAPOEIRA

Originada no século XVII, em pleno período escravista, a capoeira desenvolveu-se como forma de sociabilidade e solidariedade entre os africanos escravizados, como estratégia para lidarem com o controle e a violência. Hoje é um dos maiores símbolos da identidade brasileira e está presente em todo território nacional, além de ter praticantes em mais de 160 países, em todos os continentes. A capoeira, assim como o carnaval, o samba e o futebol, faz parte do conjunto dos grandes ícones contemporâneos representativos da identidade cultural brasileira. Cada um deles possui uma história própria de ascensão, inclusão e/ou tensão em seu processo formativo como símbolo nacional. Entretanto, a Capoeira engatinha na busca de condições legais e estruturais para fortalecê-la. Sua enorme força e abrangência se debatem diante das limitações “políticas” de suas lideranças que gastam interminável tempo discutindo questões pra lá de secundárias e localistas.



Enquanto isso parecem não perceber que as conquistas futuras e o fortalecimento de sua prática dependem, sobretudo, da capacidade de seus praticantes, adeptos e líderes de construírem uma unidade mínima para que em torno das bandeiras principais e irrefutáveis possam construir um novo amanhã. Afinal, a Capoeira, que já foi crime, é patrimônio imaterial da humanidade nos “ensinando” que para chegarmos onde precisamos é necessário que saibamos o que queremos.

MESTRES DA CAPOEIRA JUIZFORANA

No final do século XIX haviam muitos negros envolvidos em tumultos pelas redondezas da cidade. Historiadores relatam terem encontrado em registros policiais várias prisões deles nas delegacias locais. Tudo que se sabe ao certo é que bem antes dos anos 40 já existiam encontros de manifestações culturais na Roda da Tumba, (Elos de Permanência - Patrícia Lage de Almeida - 2008) que acontecia no Lamaçal (Bairro Bom Pastor). A dança ali praticada era chamada de “amassa barro”. Lá, segundo algumas outras fontes, haviam encontros de batuqueiros, de capoeiras e as famosas pernadas, nas quais haviam disputas pelas mulheres e muitas bebedeiras. Mas com certeza, foi a partir dos anos 50 que a capoeira Juizforana começou a ser praticada em recintos fechados por aqui. Embora alguns não concordem, tanto no carnaval como na capoeira, o Rio de Janeiro foi referência nestas manifestações. Podemos citar alguns mestres da época que influenciaram a nossa capoeira, como: Arthur Emídio, Djalma Bandeira, Mendonça e Fábio Maia. Em Juiz de Fora, dos anos 60 aos anos 80, dando continuidade ao legado temos: Clóvis (in memoriam), Toninho Cavalieri, Pinheiro, Santos, Marcos Aurélio, Jô, César, Leandro, Gato, Amorim, Reinaldo, Polêmico e Israel.



Mestre César



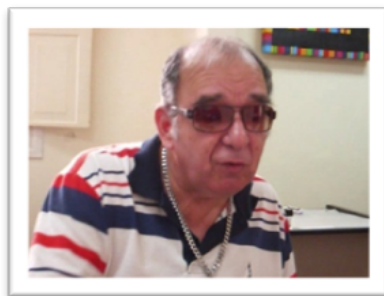
Mestre Leandro



Mestre Pinheiro



Mestre Gato



Mestre Clóvis



Mestre Jô



MESTRES: POLÊMICO, REINALDO E AMORIM

A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ARTE MARCIAL

As artes marciais (marcial é relativo a militar) são disciplinas físicas e mentais codificadas em diferentes graus, que tem como objetivo um alto desenvolvimento de seus praticantes para que possam defender-se ou submeter o adversário mediante diversas técnicas. Existem diversos estilos, sistemas e escolas de artes marciais. O que diferencia as artes marciais da mera violência física (briga de rua) é a organização de suas técnicas em um sistema coerente de combate e desenvolvimento físico, mental e espiritual e a prática de exercícios físicos. Na atualidade as artes marciais são praticadas por diferentes razões que incluem, esporte, saúde, defesa pessoal, desenvolvimento pessoal e em sociedade, disciplinar a mente, forjar o caráter e o crescimento da autoconfiança. É impressionante o efeito psicológico que pode causar o fato de se lutar com um adversário ao qual não tememos nem odiamos e ao final da luta confraternizar com aquele que a pouco era nosso "inimigo". Só quem já passou por essa experiência sabe o que representa.



Pelo significado estrito de "artes militares" por extensão se aplica à grande variedade de estilos de luta corpo a corpo e às artes militares históricas, com armas ou não, recebendo influências de sistemas que hoje em dia são modalidades esportivas.



Em palavras simples: as artes marciais são disciplinas com um passado guerreiro, estilos de combate influenciados pelas peculiaridades de seu regimento desportivo, com armas ou sem elas, que também são uma completa expressão do ser humano (por isso que é uma arte) com todas as suas particularidades, concebidas pela experiência e a inteligência dos melhores desportistas e guerreiros e não necessariamente de maneira sistemática ou científica.

O simples fato de a maioria dos estilos buscarem a competição, o preparo Físico e mental é primordial para o desenvolvimento do Artista Marcial e atleta. Nos grandes eventos profissionais de artes marciais, em especial o UFC – Ultimate Fighting Championship vemos uma preocupação muito forte com o condicionamento físico e com a saúde do atleta. Podemos acompanhar o treinamento dos atletas de ponta do UFC coordenado por um profissional de Educação Física, que elabora uma planilha de treinamento físico específica para cada atleta. Os circuitos de exercícios são elaborados buscando três pilares principais: O condicionamento cardiopulmonar, a força e a potência dos golpes.

A falta de conhecimento científico da maioria dos treinadores de artes marciais os levam a cometer erros que podem atrapalhar o desenvolvimento do atleta marcial. A tradição nos treinos de artes Marciais também colabora muito com a pratica de erros grotescos nos treinamentos. Aquela história de que eu aprendi assim com meus mestres e assim continuo fazendo é uma das principais respostas que ouvimos quando detectamos a pratica de exercícios prescritos de forma errônea, que podem causar serias lesões musculares e ósseas que levarão ao declínio da vida útil de um atleta.

Para elaborar um treinamento eficaz é necessário entender alguns critérios científicos e aplica-los ao treino do atleta. A saber, a efetividade do golpe está menos condicionada ao tamanho do musculo que ele tem e sim a uma série de atividades biomecânicas do que um movimento por si só. Vamos analisar:





Segundo os dicionários, “soco ou murro é um golpe ou pancada forte aplicado com a mão fechada com intuito de causar lesão”. Wikipédia. Qualquer pessoa sabe que a mão é o principal órgão anatômico usado para aplicar um soco ou murro, porém biomecanicamente não é o único. Na biomecânica, o golpe mais comum aplicado nas artes marciais em geral, o soco, inicia-se nos pés! Antes de aplicar o soco, o atleta posiciona-se numa base onde seus joelhos já estão flexionados, os pés afastados para criar uma base de equilíbrio, deixando o peso do corpo sobre o membro inferior esquerdo ou direito, dependendo do atleta. Os braços ficam flexionados em frente ao rosto, seguindo a mesma posição das pernas, com os cotovelos próximos ao tronco e os punhos estendidos. Esta posição é chamada de “guarda”. Não é uma posição aleatória ou porque gostamos de fazê-la. Instintivamente é a posição que nos prepara para o combate, mas cientificamente é ela que vai fazer toda a diferença na aplicação dos golpes.



Voltando então a aplicação do soco, vamos seguir a dinâmica da aplicação. Mantendo os pés sempre em contato com o solo, e com o peso depositado sobre o pé da frente, o pé traseiro inicia o movimento do soco quando o lutador imprime impulso para levar seu corpo a frente. Toda efetividade do golpe inicia-se no movimento deste pé que está atrás. Baseando-se nisto, derrubamos a ideia que o soco está somente condicionado aos músculos do braço, ante Braço e ombros. Na realidade, esses serão os últimos músculos a serem usados no golpe. Olhando pela biomecânica do movimento deste golpe, vemos que o início da explosão do soco aplicado está depositada sobre os músculos das pernas, os músculos extensores do quadril, glúteo máximo e posterior da coxa, do joelho (quadríceps femural), e dos flexores da articulação do tornozelo (tríceps sural). Toda essa musculatura da sustentação para a execução da aplicação do soco. O impulso iniciado no pé traseiro se transfere para a linha de cintura do lutador, que ao desferir o soco, o atleta precisa girar rapidamente o quadril afim de aumentar o impulso que veio dos membros inferiores. Este movimento é acompanhado pelo tronco (que, por causa da concentração de peso sobre a perna dianteira, estará levemente inclinado para frente) e ombros, utilizando assim as musculaturas abdominais, das costas e dos deltoides, transferindo toda a potência gerada ao braço que aplicará o golpe, gerando a aceleração do punho. A força do soco resultará desta potência muscular gerada e a extensão do braço (lutadores com maior envergadura conseguem aplicar maior força em seus socos). Para manter o equilíbrio e aumentar a potência do golpe, todo este impulso deve ser seguido de um curto passo em direção ao alvo.

Ao estudar toda essa mecânica envolvida na aplicação de um único golpe, vislumbramos a necessidade de um treinamento técnico que envolve a ciência com o intuito de melhorar a capacidade técnica e o condicionamento físico de um atleta. Neste estudo em particular, não adiantará trabalhar somente os músculos dos braços e esquecer o restante dos músculos envolvidos na aplicação do golpe. Se assim o fizer, teremos socos fracos com braços fortes!

Saber escolher as ferramentas certas para desenvolver o treino é de suma importância para o professor, além de dividir o treinamento em etapas e fases, sabendo diferenciar o treino que busca a resistência cardiopulmonar, do fortalecimento muscular e da agilidade. Para uma boa evolução do atleta de alto rendimento é importante que esses treinos sejam preparados separadamente, e desenvolvido dentro de um programa particular respeitando a individualidade de cada indivíduo.

Luiz José Bento Filho

Licenciado em Educação Física - UNOPAR

Fundador da Escola de Artes Marciais e do projeto Social Galpão da Luta

Treinador de Artes Marciais

Sargento da PMMG



OS BENEFÍCIOS FÍSICOS GERADOS PELA PRÁTICA DO KARATÊ DE CONTATO DURANTE A QUARENTENA

Por causa da Grave Crise Sanitária causada pelo Novo Corona Vírus, o Mundo Profissional sofreu uma Grande Reviravolta. Muitos trabalhadores migraram (quando possível, pois nem todos os Postos de Trabalho e Profissões permitem isso) para o Sistema Home Office (Trabalho em Casa), para evitar novas contaminações do Vírus, que até a elaboração deste Artigo, não existe uma vacina ou remédio para combatê-lo. Com isso, hoje temos muitos Profissionais no Brasil e no Mundo que passaram a trabalhar em casa e também a saírem menos para as ruas a fim de evitar contaminações do Corona Vírus. Novas Contaminações tem sido evitada na medida do possível, porém, outras Patologias têm surgido por causa delas. Este é um Artigo que inicia uma série sobre esse assunto e como o Karatê de Contato pode ser usado para evitar ou sanar esses problemas.

O Karatê é uma Arte Marcial surgida no Arquipélago de Okinawa, Japão entre os Séculos XIII e XIV. O Karatê de Contato surgiu mais adiante, no Século XX, no ano de 1957 pelo Mestre de origem coreana Masutatsu Oyama, que ele deu o nome de Kyokushin, que significa “ Caminho da Verdade”.





O Karatê de Contato Kyokushin tem como diferencial o trabalho físico, técnico e mental, pois o objetivo de Oyama é tornar o Karatê Kyokushin um Estilo (Escola) prático e voltado para Combate. Esse treinamento “pesado” pode ser muito bem aproveitado pelas pessoas comuns, em especial, os Trabalhadores em Modo Home Office.

Voltando as Patologias Físicas causadas pela Quarentena, pelo fato de trabalhar sentado na frente do Computador de forma constante e de maneira incorreta. Isso pode levar a problemas na Coluna (Costas e pescoço, que pode evoluir para Hérnia de Disco), joelhos, ombros e pulsos.

O Karatê de Contato trabalha de forma diferenciada o corpo, nas questões de flexibilidade, condicionamento físico, desenvolvimento muscular e ósseos, que pode evitar todos esses problemas, pois um corpo de uma pessoa treinada, diferente de uma sedentária, tem menos chances de sofrer esse e outros males físicos. O Karatê também trabalha o corpo nos aspectos mentais, emocionais e na recuperação e prevenção de doenças, mas falaremos disso em outros Artigos. Nas questões de evitar e prevenir problemas físicos, o Karatê de Contato é uma opção muito interessante e vai muito além do Combate e da Defesa Pessoal, lado mais divulgado pela Mídia.

FORÇAS DAS ARTES MARCIAIS SE UNEM.

Como vemos nos últimos anos Equipes, lutadores e até Campos de treinamentos se expandem através de Alianças visando intercâmbio , aperfeiçoamento e diversas formas de expansão de suas equipes e atividades , hoje no dia 4 de Setembro duas referências das Artes Marciais e combates selam uma nova parceria . As Equipes dos Faixas pretas e Campeões do MMA Carlos Toyota líder da Carlos Toyota Jiu Jitsu e Marcelo Barreira líder da Barreira Team, iniciam uma nova fase de projetos visando o intercâmbio Brasil , Japão. Carlos Toyota com extensa trajetória no MMA lutou importantes eventos como: Deep, Mars, Heat, B-Fight, Fortíssimo, Pride Challenge, K-1 Energy, Gladiator, Real Fight, Arzalet, Revolution, Accel, Road FC, Rizin e Ganryujima. Além de ter uma rede de academias afiliadas e parceiras pelo Japão e mundo . Entre os principais títulos de Toyota estão:



KARATÊ &
KICKBOXING



Marcelo Barreira com muitos anos nas Artes Marciais também possui vasta experiência de participações em eventos e ligas como: WUFC , Hombres de Honor , XFC , MRWF , Áspera FC , MMA Champions League , Araça FC além de se classificar entre os 16 mais votados na Global Proving Ground para o Reality Series Warrior Island no ano de 2013 nos USA.

Campeão All Japan Jiu jitsu ,Campeão All Japan Karatê Kakutogui ,Campeão Europeu Jiu-jítsu ,Campeão Asiático jiu-jítsu , Campeão Panamericano Jiu-jítsu ,Campeão peso pesado ACCEL MMA ,Campeão peso pesado ACCEL kickboxing , Campeão Asiático peso pesado MMA, Campeão ARZALET MMA peso pesado.



KARATÊ & KICKBOXING

Barreira atua no campo lutador , treinador e agente de atletas desde muitos anos com afiliados e parceiros por toda a América Latina e mundo. Entre os principais títulos de Barreira temos: Campeão WUFC MMA, Campeão Hombres de Honor MMA, Campeão Araça MMA , Campeão MRWF MMA, Campeão Sul Americano de MMA no Odisea Combat , Campeão Mundial de Artes Marciais da UIAMA no MMA , Submission e Kickboxing nos anos 2005 , 2006 e 2017 e se diz muito entusiasmado e feliz com essa nova parceria " Barreira , sou um grande fã do MMA Japonês , sou admirador do Carlos Toyota que além de um casca grossa como todos sabem é um grande mestre , gestor e ser humano , sou muito amigo e fui aluno do Mestre Jailton da Cunha assim como do seu Tio GM José Gomes , Jailton ou Káka como muitos o chamam é membro , professor e grande amigo do Mestre Toyota então ja tive a oportunidade de conversarmos algumas vezes e ver sobre sua trajetória . Toyota sempre ajuda os Brasileiros com treinamentos e um ombro amigo, além de levar com maestria o nome do nosso País e quero poder juntamente com meus alunos ajuda-lo a continuar contribuindo com o crescimento de sua equipe e nome.

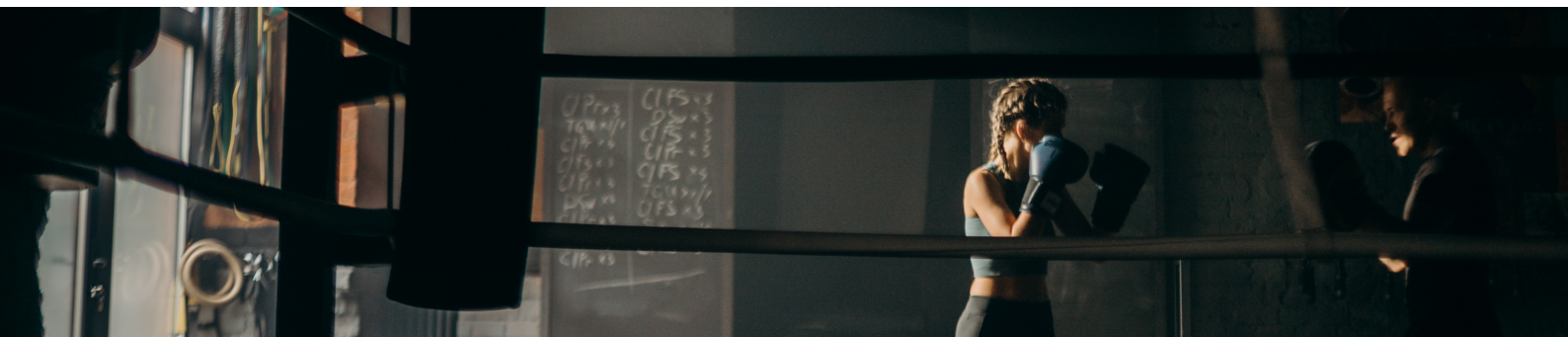


DEFESA PESSOAL E O CONDICIONAMENTO FÍSICO

Para praticar o treino de defesa pessoal não é obrigatório fazer academia conforme muito acreditam, mas é importante sim desenvolver um bom condicionamento físico, porém o próprio treino possibilitará um avanço constante na musculatura. Ao mesmo tempo que se aprende a evitar lesões a partir de agressões, também é possível melhorar a saúde através de um preparo físico que ajuda a tonificar músculos, além de realizar atividades de alongamento e aquecimento, desenvolvendo a forma correta de respirar, utilizando o diafragma para conseguir renovar as energias, aumentando a capacidade cardiorrespiratória.



Praticando Defesa Pessoal Feminina é possível alinhar saúde e estética, pois na medida que melhoramos nossa saúde como reflexo de um bom condicionamento físico, melhoramos também nossa silhueta, pois conseguimos queimar muitas calorias no treino. Prova disso é que a transpiramos muito, pois estamos constantemente contraindo os músculos, o que produz calor, e daí a eliminação do suor no momento que nos exercitamos.



Dentre os benefícios do treinamento na Defesa Pessoal podemos citar que desenvolvemos a coordenação motora quando conseguimos ter precisão nos golpes para que sejam eficazes não necessitando de força, mas de agilidade e flexibilidade. Além disso elevamos nossa autoestima e diminuimos os níveis de estresse. A sensação de bem-estar, de autoconfiança nos permite ter uma nova visão de mundo e de nós mesmos.

A celebre frase “Mente sã, corpo sã” descreve com exatidão o que representa os treinos da Defesa Pessoal Feminina, um equilíbrio entre nosso corpo e mente através de um bom condicionamento físico associada a autoestima.

Saber que a mulher praticante do curso de Defesa Pessoal Feminina será capaz de se proteger de um agressor, é muito gratificante e tudo se torna ainda melhor no momento que descobrimos que além de sairmos da categoria “indefesas”, ainda vamos ter uma maior qualidade de vida pelo bem estar proporcionado pelos treinos através de um bom condicionamento físico.

O curso de Defesa Pessoal Feminina representa para a mulher dignidade, pois garante que se tornará mais confiante em si mesma, mais veloz e mais bonita, pois a beleza não está apenas na estética, segundo a filosofia grega, mais precisamente em Platão ele define a ideia do “belo em si” deixando a cargo do mundo das ideias a responsabilidade de definir o que é belo. Dessa forma, uma mulher que se sente capaz, que tem um bom preparo físico e que busca o equilíbrio entre a mente e o corpo, entendeu que o mais importante é como ela se vê, se sente e se realiza.

Daí a vontade de seguir treinando, pois o curso de Defesa Pessoal Feminina só provoca benefícios a saúde física e mental.



GRÃO MESTRE JOSINO

Estou com 80 anos, portanto não tenho condições de fazer muita coisa, mas estive na inauguração da Sede. Estive na convenção internacional e no ano que vem pretendo dar um curso de defesa pessoal. No ano de 1996 treinei Tairojitsu na polícia militar de Tokyo com o Sensei Cekini e pretendo representar com sucesso essa modalidade para ficar de lembrança a todos os participantes.

Particpei de vários eventos promovidos pela World Association of Brazilian Ju Jitsu (W.A.B.J.J.), sendo que todos os certificados de faixas pretas saem com minha assinatura pois sou o Ancião do Ju Jitsu no Brasil, sendo o mais antigo a treinar com o “Barbixa”, e sou cofundador da W.A.B.J.J. Josino é ancião do Ju Jitsu tradicional com central em Caraguatatuba – SP.

Que está se desenvolvendo com muito sucesso sob a presidência do mestre Folgaça, e se sente orgulhoso pela posição. Treinou com Maeda no período de 1962 até 1969 e é o único representante vivo do mesmo



Foto importante onde nacasa do Shihan Fogassa eu Josino graduei o shihan Yamasaki (In memoriam a 9 dan) e ele me graduou a 9 Dan também ultimo evento dele 3 meses após ele veio a nos deixar com saudades dele .