



ASOCIACIÓN MADRILEÑA DE BUSHIDO-RYU

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE INSTRUCTORES DE BUSHIDO-RYU

BUSHIDO-RYU

Cuaderno del alumno

KARATE-DO · TAIHO-JUTSU · TAI-JITSU · IAIDO · SHIATSU



Nuestros valores

Nuestra historia

Hace ya 25 años que fundamos la asociación madrileña de Bushido-Ryu buscando algo diferente, menos deportivo y más tradicional, karate-do donde no se buscaba lo espectacular sino lo efectivo y enfocado a poder ser realizado por cualquiera desde niños hasta ancianos con sus peculiaridades solo efectividad donde la disciplina, la constancia y el amor por este deporte tan ancestro hizo de nuestros profesores grandes maestros reconocidos por estamentos oficiales donde han demostrado su grado de preparación y su conocimiento sobre la forma de enseñar a diferentes colectivos.

La Madrileña de Bushido-Ryu fue fundada en Madrid el 25 mayo de 1999 en el registro de Asociaciones de la Presidencia de la Comunidad de Madrid y con nº de registro 19727, esto fue un gran día para nuestra escuela habían reconocido nuestra valía y buena disposición a la enseñanza de nuestro deporte. pero quisimos dar un paso más y no nos quedarnos solo en Madrid y saltamos al registro Nacional de Asociaciones y nació la **Asociación Española de Instructores de Bushido-Ryu** fundada el 4 de julio de 1999 en el Ministerio de Interior (Secretaría General Técnica, Subdirección General de Estudios y r. de Instituciones) con el nº 165.285

Desde entonces enseñamos el **karate-do** tradicional con su parte en la Defensa Personal **Tai-Jitsu** para preparar a nuestros alumnos contra posibles agresiones en el día a día, la parte profesional de la Defensa Personal Policial **Taiho-Jutsu** dedicada a profesionales del mundo de la seguridad aunque a día de hoy lo practican personas fuera de este ámbito profesional al exigir mayor preparación y un gran control a la hora de su práctica. Una de las raíces del Bushido-Ryu el manejo de la espada arte milenario parte de la historia Marcial el **Iaido** donde la destreza y maestría forman parte a la hora de su práctica y por ultimo pero no menos importante el arte del **Shiatsu** Práctica de la medicina tradicional japonesa que consiste en presionar con los dedos en determinados puntos del cuerpo humano para aliviar dolores, anestesiarse determinadas zonas y curar ciertas enfermedades.

Esto es un poco de nosotros un equipo de profesionales dedicados a enseñar en pro de los derechos que tenemos todos a poder defendernos ante cualquier agresión para proteger la más importante que tenemos nuestra integridad física y la de nuestros seres queridos.

En la actualidad contamos con nuestra Directora Técnica (la que más sabe de nuestro estilo Marcial) que a la vez es una de las primeras Kyoshi (Maestro experto, modelo a seguir) de este país, todo un honor para nuestra Escuela, más así cuando lo han decidido Maestros a nivel internacional.

Hemos formado parte de los equipos más prestigiosos en la formación de policías, como en la Academia de Policía de la Comunidad de Madrid entrenando a las unidades de Seguridad Ciudadana conocidas como Bescam compuestas por Policías Locales de los diferentes Pueblos de nuestra Comunidad, en diferentes cursos para la preparación básica de nuestros Policías.

También hemos participado en los cursos de Especialización y Actualización en Defensa Personal Policial para Policías Locales y en los planes generales de formación de la Comunidad de Madrid en el área de Defensa Personal de Seguridad.

Hemos participado en el Asesoramiento, Formación de Defensa Personal para la Dirección General de Protección Ciudadana de la Comunidad de Madrid.



INTRODUCCIÓN

Cuaderno del alumno

El Código de Bushido

Estos son los siete principios que rigen el código de Bushido, la guía moral de la mayoría de samurái de Rokugan.

Sed fiel a él y vuestro honor crecerá.



01

GI – *Honradez y Justicia*

Sé honrado en tus tratos con todo el mundo. Cree en la Justicia, pero no en la que emana de los demás, sino en la tuya propia.

Para un auténtico samurái no existen las tonalidades de gris en lo que se refiere a honradez y justicia.

Sólo existe lo correcto y lo incorrecto.



02

YU – *Valor Heroico*

Álzate sobre las masas de gente que temen actuar. Ocultarse como una tortuga en su caparazón no es vivir.

Un samurái debe tener valor heroico. Es vivir la vida de forma plena, completa, maravillosa. El coraje heroico no es ciego. Es inteligente y fuerte.

Reemplaza el miedo por el respeto y la precaución.



03

JIN – *Compasión*

Mediante el entrenamiento intenso el samurái se convierte en rápido y fuerte. Desarrolla un poder que debe ser usado en bien de todos.

Tiene compasión. Ayuda a sus compañeros en cualquier oportunidad. Si la oportunidad no surge, se sale de su camino para encontrarla.



04

REI – *Cortesía*

Los samurái no tienen motivos para ser crueles. No necesitan demostrar su fuerza. Un samurái es cortés incluso con sus enemigos. Un samurái recibe respeto no solo por su fiereza en la batalla, sino también por su manera de tratar a los demás. La auténtica fuerza interior del samurái se vuelve evidente en tiempos de apuros.



05

MEYO – *Honor*

El Auténtico samurái solo tiene un juez de su propio honor, y es él mismo. Las decisiones que tomas y cómo las llevas a cabo son un reflejo de quien eres en realidad.

No puedes ocultarte de ti mismo.



06

MAKOTO – *Sinceridad Absoluta*

Cuando un samurái dice que hará algo, es como si ya estuviera hecho. Hablar y Hacer son la misma acción.



07

CHUGO – *Deber y Lealtad*

Un samurái es intensamente leal a aquellos bajo su cuidado. Para aquellos de los que es responsable, permanece fieramente fiel.

Las palabras de un hombre son como sus huellas; puedes seguirlas donde quiera que él vaya.



La práctica constante de las Artes Marciales potencia y mejora la:

Fuerza: Las flexiones de brazos y sentadillas, por ejemplo, son parte de la rutina básica de ejercicios de un artista marcial, ejercicios que aumentan la fuerza del niño.

Rapidez. En Artes Marciales la rapidez se refiere a los golpes, y para que los golpes sean potentes se debe trabajar la aceleración de éstos. Ser rápido es necesario para ser efectivo, y esta capacidad se va desarrollando de a poco.

Flexibilidad y elasticidad: Tanto para aumentar el rango de movimiento articular como para mejorar la calidad de la musculatura.

Ámbito Motor

La práctica del karate desarrolla principalmente la fuerza, la velocidad, la coordinación, el equilibrio, la flexibilidad y aspectos perceptivos como la noción espacial y temporal.

Ámbito Cognitivo

La necesidad de repetir los ejercicios y luego unirlos en una secuencia ininterrumpida para realizar el Kata, permite desarrollar su intelecto al tener que memorizar los diversos movimientos de cada ejercicio y la serie secuencial. Además debe relacionar cada movimiento que aprende con una finalidad determinada para el combate en competición, estimulando el pensamiento táctico.

Ámbito Socio-afectivo

Como en toda actividad el aspecto socio-afectivo es inseparable de cualquier actividad que se realice; el deporte tiene el plus de dar una cantidad muy grande de valores que pueden ser trabajados desde la infancia. Así es como, en el karate, se aprende lo que es la paciencia, la disciplina, la voluntad, el mérito, la excelencia, el respeto por los mayores y la jerarquía, el control de sí mismo y el conocimiento de sus propios límites.

Como Arte Marcial, el Bushido tiene innumerables beneficios, comparables con otros, pero se distingue del resto al estar presente en la enseñanza y entrenamiento de uno mismo, una serie de aspectos que previamente he mencionado y que han sido transmitidos de generación en generación desde hace miles de años.

Ellos generan presión a los estudiantes para reconstruirles más fuertes, momentos en los que sentimos que nos falta el aire.

El Bushido es una de las Artes Marciales más completas física y mentalmente a las que puedes practicar te enseña disciplina, tolerancia y respeto y fomentan el desarrollo óseo y muscular.



Bushido-Ryu

(Karate-Do, Taiho-Jutsu, Tai-Jitsu)

En cuanto a los beneficios de este Arte Marcial, pueden destacarse, tanto a nivel físico como psíquico, los siguientes:

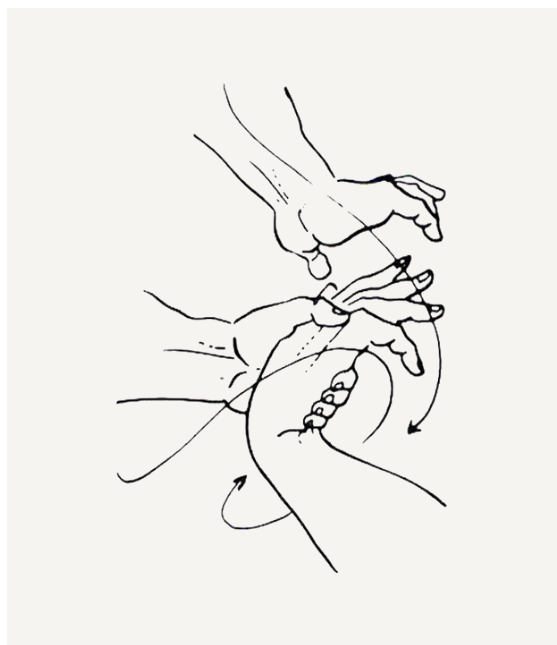
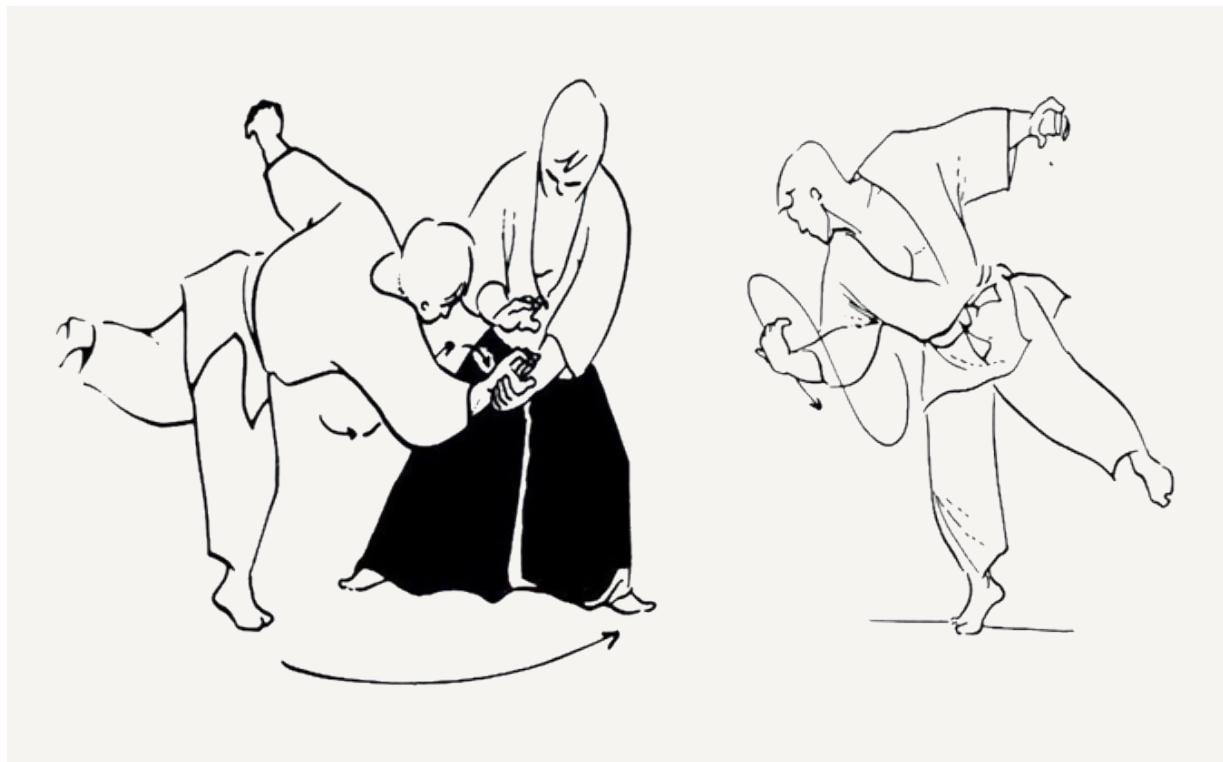
- Mejora la coordinación psicomotriz.
- Desarrolla las destrezas, los reflejos y las reacciones.
- Descarga energía.
- Enseña educación, disciplina y respeto.
- Favorece el aumento de la concentración.
- Ayuda a conocerse más y controlarse a sí mismo.
- Enseña valores fundamentales como la tolerancia y la responsabilidad.
- Desarrolla la fuerza, el equilibrio, la velocidad y la flexibilidad.

Genera la confianza en sí mismos.

Técnicas básicas de muñeca

Kote gaeshi

01



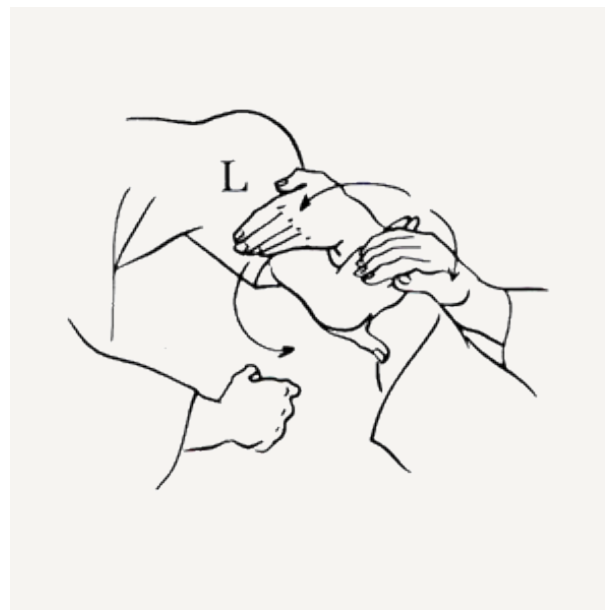
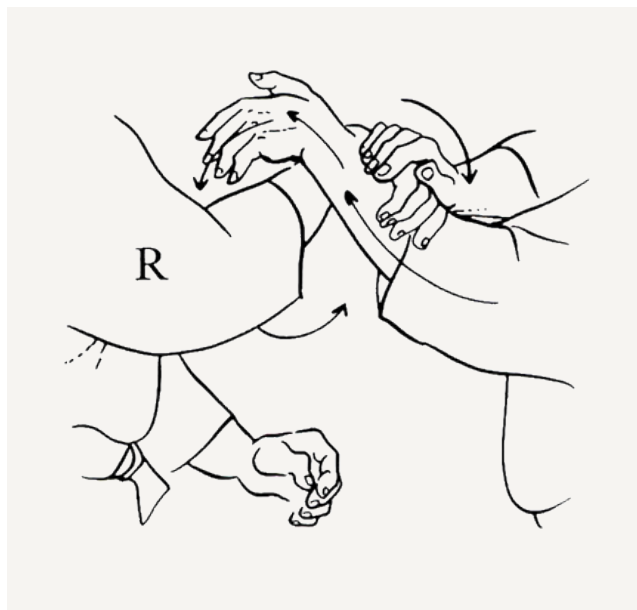


02



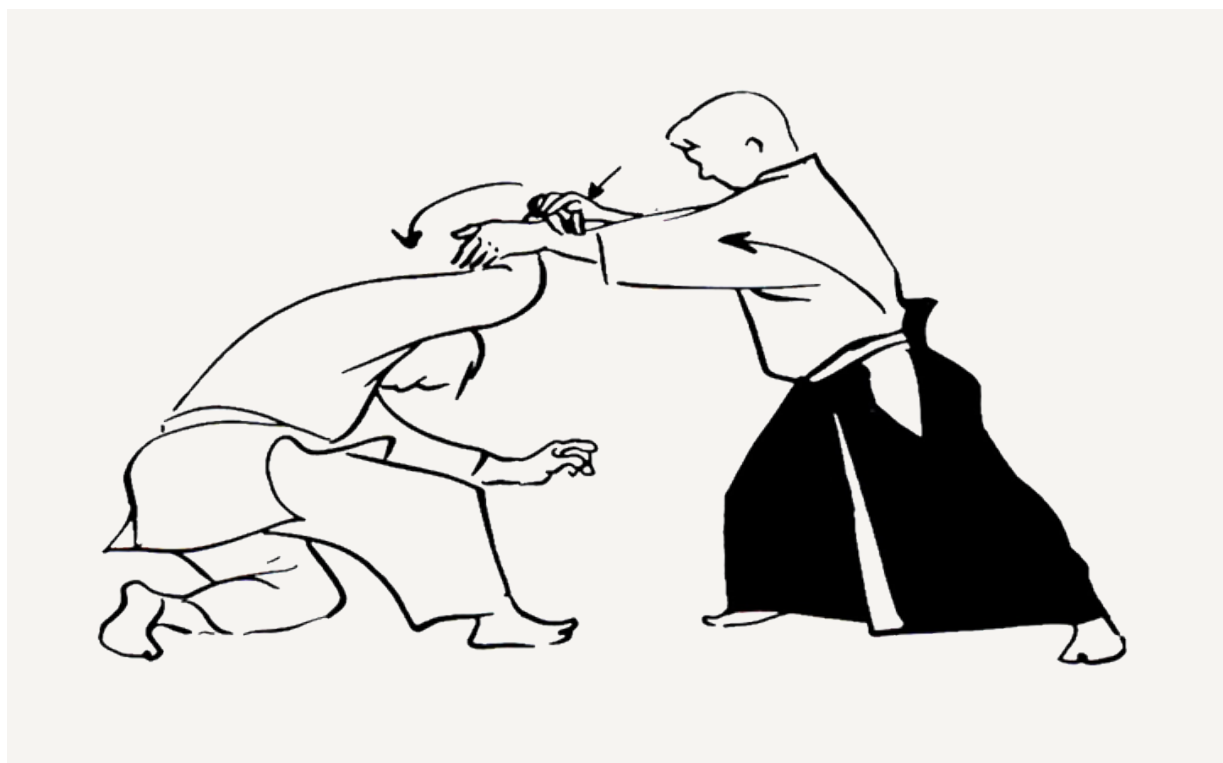
Ikkyo

03



Nikyo

04





Esto está dedicado a todos los alumnos que en alguna vez a lo largo de mi vida tuve el privilegio de pasar algunos entrenamientos con ellos y para que recuerden siempre que en una ocasión se cruzaron nuestros caminos y desde entonces se sienten un poco más libres, solo puedo decir por todo lo que me habéis dado gracias,

EL SHIDOSIM

Fdo. José Manuel Pinto Serrano

Madrid 01 de agosto de 2023