



**SHINGITAI**

Nº3 - Año 1 - Agosto, 2007

心  
技  
体

Calligrafía Shingitai: Shihan Fumio Demura





SHINJITAI - SAN

**EL CAMINO A LA SABIDURÍA  
LA MUJER ADULTA EN LAS ARTES MARCIALES  
KYUDO, EL ARTE DE LA ARQUERÍA  
7 ELEMENTOS DE UN KATA  
EL CINTURÓN VERDE**

Durante un frío invierno, un grupo de estudiantes provenientes de una lejana ciudad, acudían al pueblo en busca de un famoso maestro que era el más antiguo de la nación, conocido incluso al otro lado del mar.

Ansiosos por adquirir mayor conocimiento no les importó la tempestad, atravesaron grandes montañas con tal de volver a la ciudad como los mejores exponentes en su estilo. Pero en el camino más de alguno dio vuelta y emprendió viaje de regreso a casa, otros sintieron que alguien los acechaba durante su viaje, sintieron miedo, desconfianza, y se quedaron a medio caminar. Incluso el mejor de ellos, el más fuerte, no resistió la idea de sentirse humillado frente a sus amigos, esperó la noche y entre la oscuridad desapareció. Hubo otro que a escondidas sacaba los alimentos de las alforjas de los demás, incluso el agua, pero engordó tanto que no pudo seguir viaje, el cansancio se apoderó de él.

El más joven del grupo caminaba al último de la fila con paso seguro pero con los hombros cansados, ya que el mayor de todos le dejaba a cargo las bolsas más pesadas, tenía las piernas casi dormidas de tanto peso sobre él. Pero a la distancia tras de él notaba que alguien venía por el mismo camino, a veces desaparecía y otras veces se hacía ver entre los árboles.

Al caer la última noche la codicia se apoderó del mayor y quiso emprender viaje solo para llegar antes que los demás, porque pensó que al ser el primero en llegar se transformaría en el discípulo predilecto del grupo, incluso pensó dejar atrás a todos y llegar solo, para ser único alumno, no lo hizo porque sintió miedo de aquel extraño que venía detrás de ellos.

Había también en el grupo un intrigante joven que se creía superior a todos, llevaba consigo libros de artes marciales, según él, solo iba para conocer al maestro ya que creía poseer los conocimientos necesarios para

# EL CAMINO A LA SABIDURÍA



incluso tener su propio estilo.

Al primer día solo cinco de ellos lograron poner pie en tal nombrado pueblito, llenos de sentimientos tales como codicia, egocentrismo, ingenuidad y desconfianza.

Casi al anochecer llegó el menor, cansado a no dar más. Y acompañado de la persona que venía tras de él, cargando sus bolsas. Él se dio cuenta que era un mendigo que quizás iba de pueblo en pueblo viviendo de limosna, tenía avanzada edad por lo que vació sus últimas gotas de agua para que el bebiera.

Al reencontrarse los seis alumnos buscaron el dojo y pasaron la noche durmiendo en las afueras. Temprano en la mañana despertaron esperando que el gran maestro abriera las puertas para presentarse ante él como sus discípulos, pero trascurrieron las horas y no aparecía. Algunos fueron a alimentarse, otros fueron a conocer el pueblo. Pero el menor se quedó junto al mendigo para hacerle compañía.

Durante la tarde regresaron los demás y la frustración se materializó en sus caras, al ver que aún nadie salía de aquel misterioso dojo, organizaron el retorno, pero cabalgando para no sufrir el cansancio de caminar tantos días.

Al llegar la segunda noche el menor de todos, quien se quedó en la calle solo, angustiado porque quizás podría perderse si intentaba regresar solo, se acercó nuevamente al mendigo que estaba sentado frente a él, le dio la última porción de pan que le quedaba y le dijo "viejo, te doy este alimento para que al menos puedas dormir y pases buena noche", a lo que el mendigo respondió poniéndose de pie, incluso irguiéndose tan alto que quedó más grande que el joven, y le dijo:

"No te vayas aún, porque abriré las puertas de mi dojo, ahora que estas solo te mostraré mis conocimientos, compartiré contigo los últimos momentos de mi vida, porque te he seguido desde la ciudad, y eres el único honorable que merece entrar a las puertas de mi Dojo, supiste enfrentar la crudeza del clima, la rudeza de tus mayores, fuiste capaz de mantenerte de pie, aún cuando la esperanza te abandonaba, vamos hijo, ven entra ya que comenzará a llover pronto..."

Cuando creemos que todo está perdido, no sabemos cuánto nos equivocamos, pues somos protagonistas de nuestro propio destino, con nuestras acciones, con nuestros valores, podemos incluso superarnos a nosotros mismos, pero sin soberbia. También quienes llevamos cierto tiempo emprendiendo el camino de las artes marciales poseemos esa energía interna que nos permite calmarnos a la hora de enfrentarnos a situaciones difíciles en la vida.

Seamos todos como aquel joven que sin pretender demostrar a los demás y al mundo fue capaz de llegar a su meta sin pasar a llevar a nadie, y con el orgullo de haber sido honrado y nombrado sucesor de maestros y encontrar el largo e infinito camino a la sabiduría...

Dentro del mundo de las artes marciales, son cada vez más las mujeres que integran las prácticas en los dojos, la gran mayoría de ellas, niñas y jóvenes, que desde pequeñas y otras en edad juvenil asisten por diferentes razones. En su mayoría, ligadas al deporte y a la seguridad que les brinda las prácticas en un mundo cada vez más exigente y riesgoso.

Paralelo a ello, la confianza que les ofrece a los padres estas prácticas enfocadas a la seguridad personal de sus hijas. ...¿pero, qué pasa con la mujer adulta?... si bien sus objetivos no son los mismos, muchas veces sus intereses son muchos más vitales. Ellas buscan encontrar en alguna actividad liberar tensiones, mantener en movimiento su cuerpo, tener un espacio donde sean consideradas, bajar de peso, regular enfermedades fisiológicas como sobre peso e hipertensión arterial en su gran mayoría, o enfermedades psicológicas, que afecta su personalidad e identidad, como depresiones, baja autoestima, inseguridad, etc..

Sin embargo la búsqueda de estas mujeres no suele hacerse en un dojo de Karate-Do. La gran mayoría buscan otras alternativas, básicamente por el desconocimiento del camino que recorre un artista marcial, considerándolo muy fuerte y de gran agresividad para ellas, cosa que se contrapone a su persona.

Las artes marciales si bien no son consideradas prácticas sanadoras, sino más bien filosóficas, ambos aspectos están cada vez más relacionados hoy en día, puesto que son excelentes opciones para las enfermedades tan comunes de nuestra sociedad actual, como las derivadas de la falta de movimiento y las enfermedades psico-corporales.

En la ciudad de Punta Arenas se está trabajando con un grupo de mujeres adultas. Muchas de ellas quisieron probar una alternativa diferente a las ya vividas. Hace ya más un año comenzaron a trabajar buscando

# LA MUJER ADULTA EN LAS ARTES MARCIALES



llenar sus necesidades y alcanzar sus casi inalcanzables objetivos... hoy nos entregan y muestran en cada práctica, lo vital que se ha transformado este nuevo andar, más ágiles, más vitales, con menos peso, más saludables y más alegres.

Cada una de ellas, llena de su esencia al grupo, "su actitud en las prácticas" es lo que más les resalta, se entregan a "su máximo", rinden cada vez más, están en un constante desafío, piensan en rendir examen, asisten a las actividades físicas oficiales de la escuela, y ya no están ajenas al grupo normal de hombre y mujeres.

Estas mujeres se han vuelto grandes mujeres, con muchos valores que entregar y nosotras sus compañeras en este andar, mucho que aprender... han logrado encontrar fortalezas que ni ellas mismas consideraban propias y que unido a su entorno familiar, han hecho del dojo un punto de encuentro a través de la actividad física. Sin dejar de considerar y admirar que son ejemplo, cuando, habiendo varios grados bajo cero afuera, no dejan de acudir al dojo a sus prácticas.

Alejandra Ruiz, Cinturón Negro 1° Dan  
Genbu-Kai Karate-Do Punta Arenas

# KYUDO

## EL ARTE DE LA ARQUERÍA

Por siglos, el arte y la flecha han sido "Los Jefes de las armas de los combatientes japoneses". Posterior a la introducción de las armas de fuego y la prolongación de la forzada paz bajo el periodo Tokugawa, adquirió estratégica relevancia, la Arquería, considerada en esos tiempos cómo un noble Arte. Conocida con el nombre genérico de Shaguei, o más específicamente Kyujutzu (El Arte o técnica de el Arco), el cual derivó en un completo sistema de prácticas y técnicas, con una amplia variedad en un principio, de estilos, los cuales fueron lentamente combinándose hasta llegar a ser unos pocos: existe una teoría que une estos sucesos con el verdadero nacimiento de la nación Japonesa. Inspirada en esos tiempos en la mística y esotérica dimensión de esta cultura, no es sorprendente que aprendieran esto es en siglo XII.

En el periodo de Tokugawa, unificada la nación bajo el influjo de la centralización del gobierno, el Kyujutzu se proyectó hacia una disciplina, con una mental y espiritual coordinación, conocida y practicada en el campo de batalla, debido a la ausencia de Guías y Profesores, los cuales actuaban más como consejeros que como Maestros de Armas. El nombre dado a esta disciplina de desarrollo espiritual fue el Kyudo. El camino de el Arco y la Fecha. Es así como aún hoy en día la Arquería es practicada, eso sí que con algunas modificaciones en su forma. En el Japón Feudal la Arquería poseía sus propias clasificaciones (matoba, iba, yaba) para practicar en los blancos (Kaka-uchi), los cuales estaban ubicados en los recintos centrales de la práctica militar del Clan.



El equipo básico del arquero oriental consiste en su arco, cinco o más flechas emplumadas y una sin pluma, un guante, aljaba, rollo de cuerda de repuesto, cojincillo de resina y soquetes formadores de la ranura. También puede vestir un kimono similar al empleado por el esgrimista de Kendo y el adepto al Aiki, pero muchos japoneses modernos sustituyen el traje por los pantalones y camiseta de manga corta. Todo el equipo excepto el cojincillo y los soquetes, son objetos de simplicidad utilitaria extremada y también de gran belleza.

EL ARCO, cuando está colocada la cuerda, forma la más bella de las curvas de cualquier arco. Con su empuñadura como de un tercio de su longitud, de abajo a arriba, la pequeña curvatura del miembro inferior queda en proporción normal, mortal, el gran arco prolongado del gigantesco miembro superior extendiéndose hacia el firmamento como el campanario de una iglesia, y parece que ambos eslabonan al arquero con su anhelo.

La forma del arco es peculiar del Japón. Puede haberse originado en Manchuria o en Siberia Oriental y haber sido llevado al Japón por los jinetes arqueros invasores del principio de la era cristiana. El arco de los ainus, el japonés blanco aborigen, es de asta equilibrada de dimensiones más corrientes. Los arcos japoneses más antiguos son "personas", de una sola asta. Durante mil años, cuando menos, han sido compuestos.

# KYUDO

## EL ARTE DE LA ARQUERÍA

Incidentalmente, uno de los arcos largos japoneses más viejos existentes se conserva en el Repositorio Imperial de Shosoin, en la antigua ciudad capital, Nara. Fue depositado allí en el año 725. Sin embargo, no es para disparar flechas. Tiene en la cuerda una pequeña taza: el arco era, en realidad, una honda. Los niños mongoles utilizan todavía esos arcos de piedras para cazar animales pequeños. Los arcos occidentales, producto de la ingeniería moderna, superan a la antigua arma de estilo japonés. Pero se necesitaron ingenieros del siglo XX, de la edad atómica, para descubrir lo que los arqueros orientales saben desde hace mucho tiempo. El excelente **MANUAL DE ARQUERÍA (Archery Manual)** de Fawcett dice:

"Cuando los ingenieros atacaron el tema del diseño del arco descubrieron que la zona entre el vientre y el dorso era "madera muerta". Al disparar, el arco está sujeto a dos fuerzas distintas e iguales. El dorso debe sustentar una suma tremenda de presión, mientras, simultáneamente, el vientre sufre una compresión igual. La zona central permanece inerte, sirviendo sólo para sostener en posición el dorso y el vientre. Al rediseñar los arcos, fue necesario eliminar masa en el centro, la zona de madera muerta, en beneficio de la ligereza".

El arco largo inglés tenía una sección transversal casi triangular apuntada hacia atrás. (El vientre es la cara de la curva interna del arco, vuelta hacia el arquero. El dorso, en realidad, está vuelto hacia el frente, es decir, en la misma dirección en que mira el arquero).

El arco occidental fue rediseñado para que tuviera una sección transversal rectangular o aun trapezoidal. Los arcos japoneses y mongoles han sido así desde hace siglos.

El vientre y el dorso son tiras de bambú, tal vez el más elástico de los materiales naturales. El bambú de tres años es mejor, y son más frágiles el más joven o más viejo. El centro de madera muerta consiste en cinco tiras de madera de toda la longitud. Las tres centrales son de Bambú, cortadas longitudinalmente del mismo tallo.

Sus superficies redondas son cepilladas, planas y puestas a 90 grados en relación con las tiras del vientre y el dorso que la emparedan. Las del par exterior son del aún más ligero árbol de cera, madera quebradiza de savia venenosa. Algunos arqueros aligeran todavía más en centro empleando una combinación de cinco piezas de árbol, cera y bambú. Son pegadas con colapez y ligadas en los puntos críticos con tiras de bejuco. Los arcos antiguos tenían más ligaduras de bejuco que los modernos debido a las gomas inferiores. Las ranuras son de madera puesta entre el bambú que las empareda y ligadas con bejuco. La empuñadura es de piel de venado. La madera está laqueada usualmente, de color

claro en los arcos ordinarios, pero con frecuencia con una profunda capa negra o roja en las armas más bellas y ornamentales.

Entonces, los arcos japoneses pueden no compararse con los varios arcos occidentales para usos especializados, pero es un arco fino en general y ofrece la suavidad del arco largo a corta distancia y el temple del arco plano, pues en realidad es ambas cosas.



# 7 ELEMENTOS DE UN KATA

Cuando un practicante de artes marciales combate, él o ella deben poseer ciertas cualidades básicas al ejecutar cada técnica para neutralizar al oponente. Igualmente, cada forma (kata) debe poseer esas mismas cualidades.

Es importante entender los conceptos básicos en la aplicación de cada técnica, así como su perfecta ejecución, porque cada forma es evaluada no sólo por su belleza, sino también por su efectividad en una situación de la vida real.

Para dominar una kata, al igual que con cualquier técnica, se debe estudiar la misma al detalle, desglosándola en sus distintos componentes, practicando y estudiando cada una de sus partes y secuencias hasta hacer que formen parte de uno mismo.

Existen siete elementos esenciales que deben estar presentes en la ejecución de una kata para que cada técnica logre el efecto completo en belleza y aplicación.

Estos son: Equilibrio, enfoque, salida rápida, ejecución correcta, postura, poder y actitud.

## EQUILIBRIO YUSHIN

La salida rápida, la ejecución correcta, la postura y el poder, son elementos que dependen directamente de la habilidad del karateka para mantener su balance o equilibrio, factor éste de importancia primaria en una kata.

Hay varias razones por las cuales un practicante de artes marciales puede perder su equilibrio. La más común es el deseo de patear tan alto como sea posible. Cuando se intenta patear más allá de nuestros límites, la posibilidad de perder el equilibrio aumenta tremendamente.

La alteración del equilibrio en una kata impactará directamente en el ritmo de la misma y afectará la habilidad del practicante para ejecutar apropiadamente las técnicas. Nunca desestime el riesgo de perder el equilibrio tratando de ir más allá de sus límites al patear, dar un puñetazo o al aplicar una técnica defensiva.

## ENFOQUE KIME

Otro factor que puede causar que un practicante pierda su equilibrio es la falta de enfoque en la ejecución de cada técnica. El enfoque o kime es un ataque explosivo usando la técnica apropiada y el máximo poder en el momento adecuado, en el menor tiempo posible, a un punto o puntos específicos.

Un practicante sufrirá la pérdida del equilibrio ó balance, si no enfoca apropiadamente al blanco o al oponente imaginario. Enfocar bien al blanco ayuda a mantener el sentido de dirección.

Además, el enfoque no solamente mejora el equilibrio, sino que permite al karateka golpear con mayor precisión y control. (Sun Dome – control a 3 centímetros de distancia).

Un practicante exitoso nunca debe cerrar los ojos durante un combate (Kumite). De igual modo, un practicante de formas (Kata) nunca debe cerrar sus ojos al ejecutar una kata. Por el contrario, debe mantener la mirada directamente a los ojos del oponente real ó imaginario (Ichi Gan Ni Soku). (Primero a los ojos luego a los pies).

## SALIDA RÁPIDA ZANCHIN

Es la resultante de un estado relajado de alerta permanente y disposición física pronta, que da continuidad y fluidez a todo el conjunto de técnicas. Este es el eslabón que mantiene unidas todas las técnicas individuales de una kata. En otras palabras es la transición de un movimiento al siguiente.

Cuando dos adversarios se enfrentan en un combate ó en una situación de defensa personal, el atacante debe alcanzar a su oponente antes de que tenga suficiente tiempo de defenderse de dicho ataque. Igualmente, un practicante debe moverse de una técnica a la siguiente de esa manera: rápido. La salida rápida mejora el vigor y la precisión visual de la kata.



# 7 ELEMENTOS DE UN KATA

## EJECUCIÓN CORRECTA KIREINA WAZA

La salida rápida, sin embargo, no crea por sí sola la precisión visual necesaria para alcanzar puntuaciones altas de un juez de kata.

La ejecución apropiada de cada técnica individual debe acoplarse con la salida rápida. Las posturas deben ser impecables, las patadas deben recogerse como un resorte y los puñetazos deben darse rectos, derechos, directos.

Con la ejecución correcta y salidas rápidas, el practicante puede intensificar la definición de cada movimiento sin comprometer los conceptos básicos de las artes marciales.

## POSTURA TACHI KATA

La definición impecable de una técnica puede ser mejorada por una postura erecta. Cualquiera que sea el arte a practicar: la gimnasia o el ballet, el ejecutante debe preocuparse siempre por mantener su cuerpo y/o sus piernas en una posición derecha o recta.

Cualquier relajamiento en la postura durante la ejecución de la kata resultará en una puntuación baja. Por ser el practicante de katas un artista marcial, éste debe preocuparse con especial esmero en mantener una postura recta. La postura del cuerpo pretende transmitir la actitud mental de estar alertas antes, durante y después de ejecutada la acción.

La parte alta del cuerpo (el tronco) debe permanecer recto durante la ejecución de cada patada, así como en la ejecución de cada puñetazo ó técnica defensiva. Ello sumará puntos al ejecutante en el aspecto estético de la kata.

## PODER O POTENCIA CHICARA

No importa cuán bella sea una kata, si ésta forma no se desarrolla con potencia es como una pistola sin balas. Un requisito para un artista marcial debe ser, que exista detrás de cada técnica gran poder para neutralizar al oponente durante un encuentro. Una kata es un combate simulado; así, la ejecución de cada técnica debe poseer la potencia necesaria para detener a un oponente real.

## ACTITUD

Es la confianza que manifiesta un competidor. Lo fuerte y singular de su grito. La intensidad de su expresión facial y todas las personalidades que pueden aflorarle durante la ejecución de cada parte de su kata.

Se ha dicho: "No es tu aptitud, sino tu actitud, lo que determinará tu altitud". Mantenga esto en mente cuando se prepare para su próximo evento. Aún cuando adolezca de habilidad natural, esto puede compensarse con una actitud positiva expresada en cada movimiento realizado. Esto no sólo aumentará con seguridad su puntaje, sino lo más importante, aumentará su confianza personal.

Decidir quien es el vencedor o el vencido no es el último objetivo del Karate Do. Este es un arte marcial para desarrollar el carácter y el espíritu por medio del entrenamiento disciplinado: es por ello que el Karateka puede ser capaz de vencer todo obstáculo tangible o intangible. Es importante recordar siempre que el único oponente a superar es uno mismo. Alcanzar este logro es el premio a la disciplina, la paciencia y la perseverancia.

*"El espíritu del Karate Do se pierde sin la cortesía"*

# EL CINTURÓN VERDE

*“Pareciera, que todo el cosmos, gira en sentido contrario al cinturón verde e impida que el individuo llegue algún día al Cinturón Negro”*



Muchos casos he conocido y oído de alumnos que han dejado su práctica de artes marciales en el momento que poseían el anhelado cinturón verde. Un abandono de la práctica más habitual que en los otros grados.

Estadísticas de este abandono en el dicho cinturón no creo que existan, sin embargo es un hecho que los profesores de artes marciales y Karate reconocen.

¿Pero, es sólo coincidencia?, o ¿es una combinación de factores que desencadenan que el alumno deje la práctica?...

El cinturón verde (o el color que corresponda como equivalencia según la escuela), es un grado crítico. El alumno está a la mitad de un duro camino de aprendizaje. A la mitad de un camino que está floreciendo técnicamente, como un tallo y hojas verdes que busca el sol. Un punto en donde quizás muscularmente se encuentre agotado por los tres años aproximados de práctica constante.

Si este planta logra vencer las dificultades durante el crecimiento, será un ser vivo robusto, fuerte y que también algún día podrá producir semillas para que crezcan otras plantas, llegará a Cinturón Negro...

Una época de cuestionamientos técnicos se vienen a la cabeza, quizás busque un camino paralelo en otra arte marcial, en donde piense que va a encontrar la solución de lo que siente. Un tiempo en que siente una monotonía técnica en las clases y piensa que domina y conoce la forma de toda técnica.

En forma adicional, este grado, coincide muchas veces con la etapa de la vida en que el joven se convierte en adulto, junto a las responsabilidades del término de la vida universitaria o inmersa en el inicio de la etapa laboral. Las prioridades cambian y la práctica pasa a ser un complemento que se realiza sólo si se dispone de tiempo libre. Hay cosas que hacer, que son productivas materialmente y necesarias para “prosperar” en la sociedad. Karate-Do no es productivo materialmente, al contrario, Karate produce un aparente gasto de tiempo, fuerzas y probablemente, de dinero.

Los más jóvenes que poseen este grado, se combinan con la adolescencia en donde es una fuerte etapa de transformación y los amigos juegan un rol importante, a veces positivo y otras veces destructivo.

En este grado se debe descubrir un sentido más profundo del arte, un sentido que no pasa por el “entendimiento”, sino por el “sentir” del arte. Sentir el arte con el cuerpo y alma. Un sentimiento que sobrepasa el contenido técnico de la clase, un grupo de Dojo o del Sensei que esté dirigiendo la clase. Una vez que se descubre este gran secreto, nunca dejarás de entrenar. Será parte de tu vida el Karate-Do y te hará feliz.

Si estás cansado, descansa. El cuerpo y la mente son sabias cuando necesitan descanso. Descansa del Dojo pero no te alejes de la amistad de tus Nakamas y el cariño, paciencia de tu Sensei. Cuando vuelvas, concéntrate en “tú” Karate. El Karate que sientes en tu cuerpo y las sensaciones que vives cuando ejecutas alguna técnica. Descubre el sentido filosófico que te entrega el arte. Busca algo que trascienda a lo físico y técnico, que trascienda las competencias y de tu ego. Pídele consejo a tu Sensei, el te orientará en la época difícil de la práctica.

Sin darte cuenta, estarás viviendo el último precepto del Dojo Kun: “La práctica del Karate-Do es para toda la vida” y en forma paralela, encontrarás la felicidad.

# COLABORACIONES

## COLABORA PARA EL PRÓXIMO NÚMERO DE SHINGITAI

Esperamos tu material hasta el 30 de Octubre 2007

Puedes mandar material referido a:

Historia del Karate-Do.  
Biografías de grandes maestros.  
Filosofía en las artes marciales.  
Cultura japonesa.  
Artículos, reflexiones, cuentos, de propia autoría.  
Artículos de contenido médico relacionado con las artes marciales.  
Fotos históricas del Karate-Do.

Este material deberá incluir:  
Fuente de información, página web o autor correspondiente.

El material hazlo llegar a [revistashingitai@gmail.com](mailto:revistashingitai@gmail.com)

# ARIGATO GOSEI MASHITA

## EN ESTE NÚMERO

### EL CAMINO A LA SABIDURÍA

Jorge Rojas V.  
Instructor Ki Hand Do  
Viña del Mar

### LA MUJER ADULTA EN LAS ARTES MARCIALES

Alejandra Ruiz  
Cinturón Negro 1º Dan  
Genbu-Kai Karate-Do  
Punta Arenas

### 7 ELEMENTOS DE UN KATA

Senpai César T. Díaz Zapata  
Genbu-Kai Panamá

### KYUDO, EL ARTE DE LA ARQUERÍA EL CINTURÓN VERDE

Sensei Fernando Soto Lamas  
Director Nacional  
Genbu-Kai Chile

## SHINGITAI

Director  
Fernando Soto Lamas

Diseño Gráfico  
J. Daniel Ayala

# SENSEI DEMURA EN CHILE



**VISITA [WWW.GENBUKAI.CL](http://WWW.GENBUKAI.CL)**

**ENSEÑANZA DE  
KARATE-DO  
SHITO-RYU  
GENBU-KAI  
EN**

Viña del Mar  
Valparaíso  
Santiago  
San Fernando  
Puerto Montt  
Puerto Natales  
Punta Arenas

Más información acerca de horarios y direcciones:

**[www.genbukai.cl](http://www.genbukai.cl)**

# NUEVO DOJO VIÑA DEL MAR

14 Norte N° 1229, Viña del Mar.  
Entre Calles San Antonio y  
5 Oriente.



[www.escueladekarate.cl](http://www.escueladekarate.cl)

心  
技  
体

SHINGITAI

© **Todos los derechos reservados**  
“Genbu-Kai” e insignias son marcas registradas

Esta revista fue diseñada a mano con Macromedia Freehand MX en un PC Athlon con Windows XP.

Fotografías gracias al archivo Genbu-Kai y Corbis.com.

La fuente de texto es IndoSans 8.5 pt. y la fuente de títulos es Futura en distintos altos

Se convirtió a PDF con Adobe Acrobat Profesional.