

AIKIDO



El aikido es de origen japonés y es el arte de combate que permite defenderse sin armas contra uno o varios adversarios armados o desarmados. Busca disuadir al adversario y neutralizar su intención agresiva. El aikidoka utiliza técnicas de proyección e inmovilización.

El Aikido fue creado por un budoka, Morihei Ueshiba. Dominó los secretos de las escuelas japonesas tradicionales. De su síntesis extrajo los principios del budo

que a partir de 1942 se denominó Aikido.

Los principales materiales para poder practicar dicho arte deben de ser cómodos, que no entorpezcan los movimientos y que transpiren bien, y son:

1. Keikogi: es un kimono preferiblemente blanco y de algodón y tejido grueso ya que tiene que ser resistente.
2. Obi: es un cinturón ancho (de 6 a 8 cm) y bastante largo (3.5 m) ya que deberá dar, mínimo, tres vueltas a la cadera.
3. Hakama: es una “falda-pantalón”. Su color depende del arte marcial. En Aikido es de color negro y en Kendo es de color azul marino. Posee cuatro cintas que deberán ser atadas a la cintura encima del obi.

Y las armas que se usan son de madera y se componen de:

1. Jo: también llamado bastón y su medida es de 128 cm y 2.5cm de diámetro.
2. Tanto: es un cuchillo de 20cm que se utiliza para atacar en cortes de arriba abajo y para “pinchar” en el estómago.
3. Bokken: es una espada de madera que puede ser de varios tipos pero se recomienda la menos pesada (la de roble blanco). Su medida depende del sexo de la persona y de qué altura posea dicho practicante.
4. Katana: es la única arma que no es de madera. Es una espada, de la misma medida que el bokken. Y, sobre todo, es absolutamente obligatorio limpiar la hoja después de cada trabajo.

合
氣
道