

# KARATE

**Karate: Mano vacía.** Kara(mano),Te(vacía).El Karate es un arte marcial originario de Okinawa (Japón).



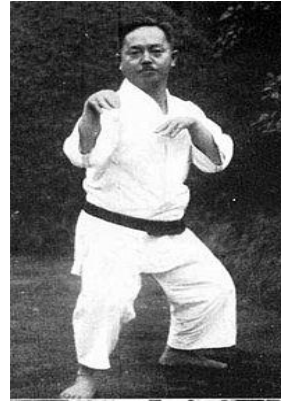
## ESTILOS DE KARATE:

**SHITO-RYU:** El fundador de este estilo es Kenwa Mabuni, formo este estilo mezclando Shi- que viene del maestro Shuri-Te y to- es la inicial del maestro del Naha-Te. Este estilo tiene técnicas de corta y larga distancia. Y es el estilo que practicamos nosotros.

**KATAS DE SHITO-RYU:** Kata significa forma , el kata es un conjunto de movimientos , técnicas , golpes y bloqueos hacia un adversario imaginario.

**-KATAS BÁSICOS:** Pinan Shodan , Pinan Nidan , Pinan Sandan , Pinan Yodan y Pinan Godan.

**-KATAS SUPERIORES:** Sanchin, Tensho, Seienchin, Sepai, Kururunfa, Suparinpei, Shinshen Ichi, Shinshei Ni, Nipaipo, Nisheishi, Soochin y Unsu.



**GOJU-RYU:** GO(duro) JU(suave) por lo tanto el Goju-Ryu es un estilo con una combinación de movimientos duros y suaves. El fundador de este estilo es Chojun Miyagi. Este estilo suele ser para distancias cortas y sobre todo para defensa personal y sus posiciones suelen ser cortas.

### **-KATAS DE GOJU-RYU:**

**-KATAS BÁSICOS:** Geki Sai Dai Ichi y Geki Sai Dai Ni.

**-KATAS SUPERIORES:** Sachin , Saifa , Tensho , Seipai , Seiyuenchin , Shisochin , Sanseiru , Kururunfa , Sesan y Suparimpei.

剛 - GO  
柔 - JU  
流 - RYU



**SHURI-TE:** Este estilo se creó en Okinawa y fue creado por el maestro Itosu. Este estilo se centra en golpes a los puntos débiles y tiene algunas luxaciones es un estilo que se realiza rápido y con fuerza.



**ITOSU**



**Naha-Te:** Es un estilo que proviene de Okinawa y fue creado por Kanryo Higaonna. Este estilo está centrado en la lucha a corta distancia y se basa en la fuerza la concentración y en la respiración.



**HIGAONNA**

**RYUEI-RYU:** Es un estilo creado en Okinawa los movimientos son golpes potentes , concentrados y algunos rápidos. El

fundador de este estilo es Norisato Nakaima y contiene muchos movimientos para la defensa personal.

## **KATAS DE RYUEI-RYU:**

-Ueiku, Paiku y Annan.

## **MAESTROS DEL KARATE:**

**KENWA MABUNI:** Fue el fundador de nuestro estilo Shito-Ryu. Nació en Okinawa en 1889. Mediante sus entrenamientos aprendía de sus maestros Higaona e Itosu. Y más adelante creó el estilo de Shito-Ryu. Mabuni trabajó como policía teniendo la oportunidad de probar sus técnicas comprobando así si eran eficaces

**CHOJUN MIYAGI:** Fue el creador del estilo Goju-Ryu. Nació en 1888 y fue adoptado por una familia rica cuando heredó el dinero dedicó su fortuna a las artes marciales. Aprendió de maestros como Higaona.

**YASUTSUMA ITOSU:** Fue el fundador de el Shuri-Te. Nació en 1832 su estilo inspiró para crear otros estilos como Shito-Ryu e Itosu fue un gran guerrero que sirvió como maestro a muchas otras leyendas de el karate.

**MORIO HIGAONNA:** Fue el fundador de el Naha-Te. Empezó practicando el Shito-Ryu pero años después aprendió el Goju-Ryu. Nació en 1938 y trabajó con maestros como Chojun Miyagi.



