

Il JUDO KODOKAN CLUB di Torino ha il piacere di presentare il

## K E N D O

Il KENDO rappresenta, forse, la più antica forma di combattimento mai esistita in Giappone.-

Dal KENDO infatti derivano tutte le altre Arti Marziali giapponesi.- Nell'antico TAI - JUTSU come nel moderno AIKIDO si possono facilmente riconoscere le varie tecniche del KENDO e molti allenamenti si effettuano ancora con il BO-KEN, un simulacro di spada in legno.-

Le origini del KENDO vanno molto in là nel tempo ma, già nel XVIII° secolo con l'introduzione delle SHINAI (spade in bambù che sostituivano l'arma tradizionale) si potevano effettuare gare e tornei.-

Contemporaneamente alla invenzione delle shiani, il Venerabile Maestro NAGANUMA, (intorno al 1735) ideava la moderna nomenclatura: Men, Dô, Kote.-

Il KENDO rappresenta, forse, il più importante anello di congiunzione con L'ANTICA TRADIZIONE NIPPONICA.-

Anche lo stretto e dichiarato legame con lo ZEN fa di questa tecnica una importantissima VIA alla conoscenza dello SPIRITO TRADIZIONALE del Giappone.-

In Giappone il KENDO è materia di insegnamento obbligatoria nelle scuole di ogni ordine e grado proprio per il suo indiscusso valore formativo sia etico-morale che fisico.-

Ora il JUDO KODOKAN CLUB di Torino, avvalendosi dell'opera del bravo Maestro Alexander Hiroshi KIMURA, III° dan, ha creato, primo in Italia, un Centro per la pratica, la cultura e la diffusione di questa tecnica antica che mirabilmente si plasma alla mentalità moderna permettendoci di attingere forti energie e fisiche e morali onde poter combattere la nostra battaglia quotidiana senza tralasciare.-

# judo emancipazione totale

- PERCHE' ti libera dalla paura di cadere, paura primordiale che abbiamo praticamente succhiato col latte materno.- Come primo esercizio pratico ti vengono insegnate le UKEMI, cadute, che ti fanno acquistare grande sicurezza e, temprando il tuo corpo, rafforzano il tuo equilibrio mentale.-
- PERCHE' ti libera dal cosiddetto timore reverenziale o rispetto umano.- Tu pratichi con i più piccoli come con i più grossi, con il Maestro come con lo ultimo arrivato, con chiunque, alla pari, dando tutto te stesso senza timore, nel più sincero rispetto delle leali regole del gioco; per te tutti gli uomini sono uguali.-
- PERCHE' ti insegna ad usare del tuo corpo come mai ti saresti potuto sognare.- Nella vicenda subisci lo attacco dell'avversario, volteggi nell'aria, cadi e ti rialzi, subito pronto a riprendere la lotta.-
- PERCHE' le varie tecniche del BU-DO (tutte le varie Arti Marziali giapponesi, Judo, Karatedo, Kendo, Aikido, Tai-jutsu ecc..) ti danno grande potenza e resistenza fisica ed un eccezionale equilibrio morale.
- PERCHE' nel DOJO (letteralmente "LUOGO DI ILLUMINAZIONE") impari ad affrontare e risolvere senza indugio qualsiasi situazione; tempestività ed efficacia diventano doti naturali, e senza scomporsi.

Per tutti questi motivi, ed altri ancora, lo JUDO si dimostra particolarmente adatto alle donne chè, oltre ai grandi ed indubbi benefici fisici quelli psichici e morali che apporta sono veramente eccezionali.-

LEZIONI INDIVIDUALI E COLLETTIVE - CORSI PER BAMBINI -  
DONNE - PROFESSIONISTI - STUDENTI - AL MATTINO PER OV-  
VIARE AI DOPPI TURNI DEGLI SCOLARI.-

ATTIVITA' DEL JUDO KODOKAN CLUB DI TORI-  
NO.

Per la sua stessa natura il JUDO KODOKAN CLUB di Torino co-  
pre una vasta gamma di interessi che vanno da quelli squisi-  
tamente sportivi a quelli culturali più impegnati.-

Sono quindi previsti stages di ZEN, proiezioni di film in col-  
laborazione con Enti ed altre Associazioni Culturali, conferen-  
ze nonchè gite ed attività squisitamente ricreative.-

Per informazioni ed iscrizioni :

JUDO KODOKAN CLUB di Torino

servizio SEGRETERIA

via Filadelfia 88 - - Tel 368401 -

Lunedì, mercoledì, venerdì dalle ore 17 alle ore 21.-

