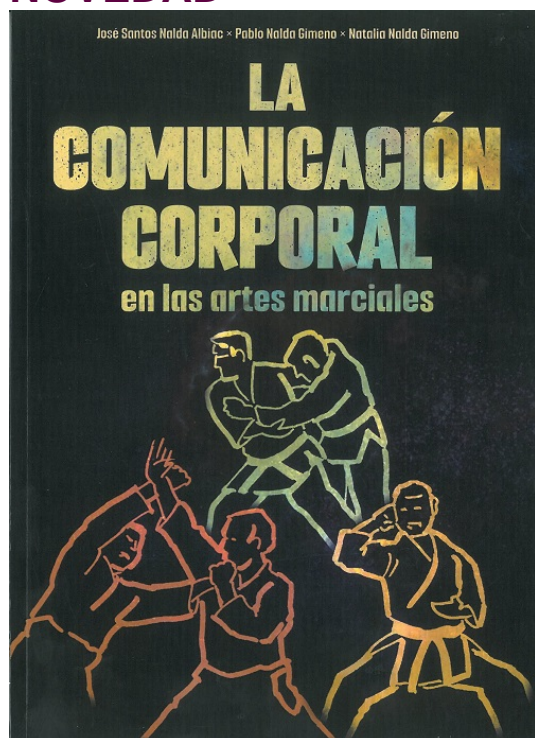


## NOVEDAD



## La comunicación corporal en las artes marciales

Nalda Albiac, José Santos; Nalda Gimeno, Natalia; Nalda Gimeno, Pablo

Editorial: Alas

ISBN: 9788420306803

Páginas: 108

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

## SINOPSIS

En las artes marciales o disciplinas de combate como el Judo, el Karate, el Aikido, etc.; el principal protagonista es el cuerpo, a través del cual se emiten los mensajes sensoriales propios y se perciben todos los estímulos o acciones e intenciones del oponente, de manera que cada una de estas modalidades de lucha viene a ser un diálogo o comunicación de cuerpo a cuerpo, sin necesidad de pronunciar ninguna palabra.

El cuerpo está continuamente presente en la acción y se guía por las sensaciones, los reflejos aprendidos en los entrenamientos, y la intuición, es decir el cuerpo aprende, sabe, percibe y actúa de manera autónoma. El cuerpo del budoka, en el dojo, en los entrenamientos o en las competiciones, comunica, lo quiera o no, cómo está por dentro, qué piensa, qué siente, qué busca, y a través de las sensaciones que genera y percibe, establece su plan de acción. Estos hechos justifican la necesidad de tomar en consideración la importancia de la comunicación corporal en los entrenamientos, para descubrir todos los mensajes que emanan del comportamiento del oponente y aprender a tratarlos provechosamente.