

Taekwondo

Más allá del deporte

Sagarra, Josetxo

Editorial: Alas

ISBN: 9788420305387

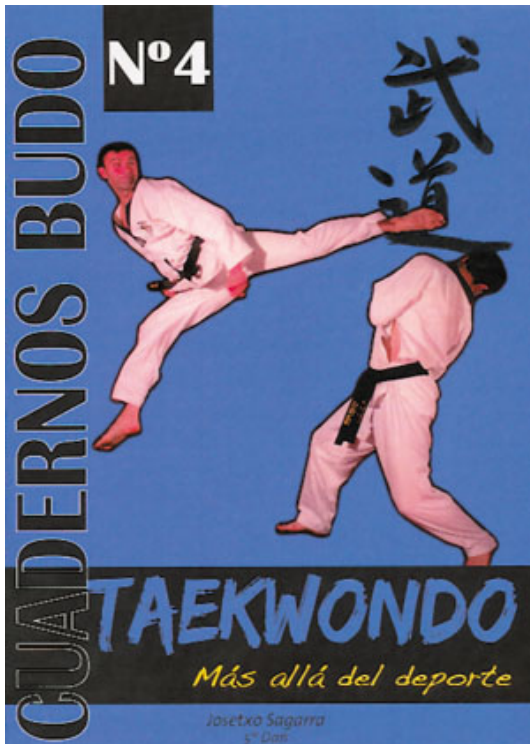
Páginas: 60

Dimensiones: 16 x 22 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 7,00 €

Colección: Cuadernos Budo



SINOPSIS

A través de este cuaderno, el autor pretende dar a conocer esta disciplina marcial coreana que dio el salto al mundo olímpico y que no por ello perdió su esencia marcial ni su faceta educativa y pedagógica.

En palabras del autor "El taekwondo, en la actualidad, desarrolla una importante labor pedagógica en la infancia, ya que establece una disciplina basada en el respeto y el esfuerzo personal".

Exponiendo de forma somera la historia del taekwondo, el autor nos habla de su filosofía, de la defensa personal, de los pumses, entrando de lleno en la técnica fundamental: Posiciones (Soguis), Defensa (Makis), Ataques (Gongkiok), Movimientos especiales (Pum), Patadas: Chaguis y Patadas en salto (Tuio).

Con este cuarto cuaderno, de una forma desenfadada y práctica entramos en el maravilloso y espectacular mundo del taekwondo que tantos beneficios puede reportar al practicante de cualquier edad y que millones de personas en el mundo ya están poniendo en práctica.