

Jeet kune do

El arte ofensivo de la defensa

Zamudio, Juan José

Editorial: Alas

ISBN: 9788420304335

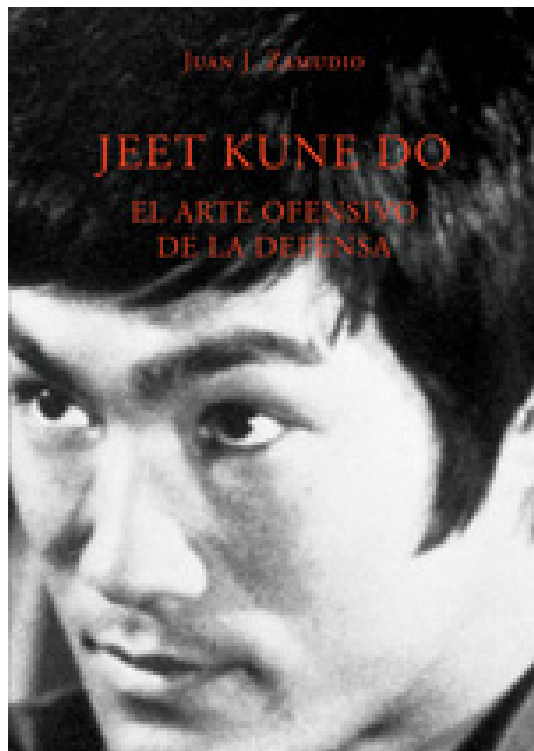
Páginas: 176

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 13,50 €

Coleccion: Jeet Kune Do



SINOPSIS

El Jeet Kune Do es un sistema creado entre 1960 y 1973, año en que murió su fundador. Literalmente quiere decir 'el camino del puño interceptor', a lo que añadía Bruce Lee 'o pie que intercepta'. Es un arte de lucha personal, individualizado, creado por una persona que quiso liberarse de ataduras y encasillamientos. Constituye un largo camino de experimentación, un proceso durante el cual Bruce Lee ensayó y experimentó con diferentes estilos de lucha. Son, en resumen, las experiencias de una gran persona con un talento y una habilidad que fue desarrollando a lo largo de toda su vida.

No es un sistema de defensa, sino, como diría su fundador, «un arte de ataque basado en el desarrollo de los atributos». Bruce Lee lo definía como un estilo simple, directo y no clásico. Todo lo que no encaja con ello no estaría dentro de la estructura del Jeet Kune Do.

Sumario:

El Jun Fan Jeet Kune Do

Desarrollo del Jun Fan Jeet Kune Do en España

I. Entrenando las bases

II. Afilando las armas

III. Trabajando los atributos

IV. ¿Cuántas zapatillas has gastado para llegar hasta aquí?

V. El miedo: ¿amigo o enemigo mío?

VI. Diálogos con el maestro

VII. Quién es quién en «Jeet Kune Do»

Conclusión