

Unidades didácticas de tai-chi

Condición física fácil y saludable

Soto Caride, José Ricardo

Editorial: Alas

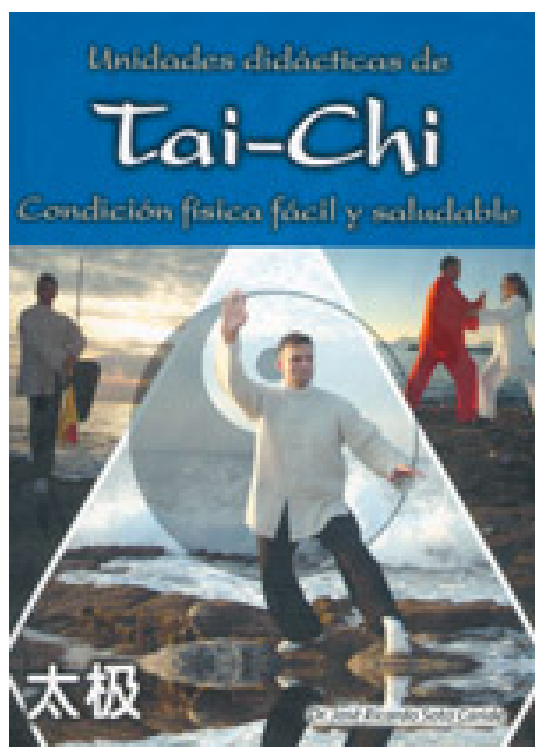
ISBN: 9788420304618

Páginas: 170

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €



SINOPSIS

José Ricardo Soto Caride es Doctor en Educación Física. Defendió la primera tesis doctoral que se presentó en España sobre Tai-Chi, con una calificación de sobresaliente cum laude.

Ha asistido a numerosos congresos de Educación Física, en calidad de ponente, con la temática de la influencia del Tai-Chi en la condición física saludable.

Practica artes marciales desde 1970. Fue competidor en Judo, Karate, Wu-Shu (Kung-Fu), Kali y Tai-Chi. Ha completado sus conocimientos en diferentes países, incluyendo varios viajes a China, donde amplió sus estudios en el Monasterio Shaolin y la Universidad de Educación Física de Beijing, entre otros centros de formación.

Es a su vez alumno del gran maestro Fu Sheng Yuan (5ª generación), descendiente directo del creador del estilo Yang de Tai-Chi, Yang Lu Cha.

En la actualidad continúa profundizando en sus estudios y fruto de los mismos es este libro que ahora presentamos.

En este libro el autor ha unido el conocimiento científico occidental de la teoría del entrenamiento deportivo, con el conocimiento empírico oriental de la marcialidad tradicional. De esta combinación, obtenemos un libro que sigue y respeta los principios de la educación física y del Tai-Chi-Chuan.

Gracias a esta síntesis, uniendo lo mejor de occidente y oriente, podemos realizar una práctica saludable, manteniendo ...