

## Taekwondo

Poomsae básicos 1-8

Federación Española De Taekwondo

Editorial: Budo internacional

ISBN: 9788492484102

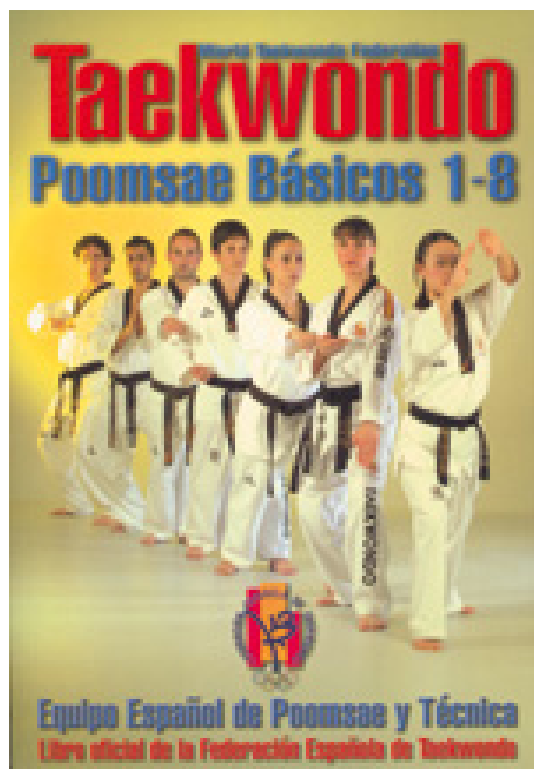
Páginas: 151

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 19,95 €

Coleccion: Cinturón negro



### SINOPSIS

Como concatenación de movimientos y técnicas, las "formas" son el catálogo elemental de cada estilo.

Pero las "formas" son mucho más, son la expresión básica de todo Arte Marcial; en ellas encontramos los ritmos, la estética y los modelos óptimos, el carácter de un estilo.

Las "formas" permiten el entrenamiento en solitario y la interiorización de los movimientos fundamentales de modo secuenciado, en líneas de fuerza que poseen un ritmo armónico. Antigamente las "formas" eran además el principal modo de preservar el legado técnico de un estilo, por ello la pureza en la ejecución es tan valorada en su realización. Una vez dominadas permiten al artista marcial la expresión propia de su carácter, tal y como un cantante puede versionar un tema clásico, pero dotándolo de su personal sentir.

Esto es también cierto en el Taekwondo, que ha venido en los últimos años recuperando y destacando este apartado tras su éxito como Deporte Olímpico de Combate de Competición. La creación de unos Mundiales de la Modalidad han devuelto la relevancia a ésta, que es sin duda, la más bella forma de manifestación de un Arte Marcial.

Los Poomesaes que presentamos en este libro, del 1 al 8, son los llamados básicos del Taekwondo, indispensables ...