DISTRIBUCIONES alfaomega

Hung gar kung fu

La forma gong gee fook fu kune y sus aplicaciones

Cangelosi, Paolo, Sifu

Editorial: Budo internacional
ISBN: 9788492484409
Páginas: 143
Dimensiones: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 19,95 €
Coleccion: Cinturón negro

SINOPSIS

Este estilo ha sido determinante para el posterior desarrollo de Artes Marciales tan populares como el Karate. En efecto, encontrarán los lectores y estudiosos grandes concomitancias en movimientos y posturas básicas, en el uso de los golpeos de brazos e incluso me atrevería a decir en la forma de usar la energía. Sin embargo, el Hung Gar, como estilo Chino que es, posee una formulación mucho menos rígida que le permite movimientos de gran velocidad y poder, incluyendo secuencias intensas respiratorias y de tensión dinámica.
El entrenamiento del Hung Gar modela cuerpos fuertes y elásticos de fibras marcadas, aumenta la capacidad pulmonar y la resistencia de sus practicantes. Su trabajo combinado con formas internas se encuentran entre lo más sofisticado y completo que las Artes Marciales Chinas pueden ofrecer.
Existe un DVD perfecto complemento de este libro para profundizar en la materia.
Alfredo Tucci SIFU PAOLO CANGELOSI
La idea de escribir un libro sobre el estilo Hung Gar nació, más o menos, desde hace un año. Me inspiraron dos textos del Maestro Lam Sai Wing, que me regaló mi sifu Chan Hon Chung. Siempre me acordaré de aquella mañana, cuando de una estantería de su ambulatorio médico, el Maestro agarró los libros, con un gesto satisfecho ...