Taller:

KARATE SEIGUO-RYU

Dirigido a:
Niños, jóvenes y adultos (a partir de los 7 años de edad).

Profesor asociado:
Javier Pinillos.

Duración:

- Básico: 1 año.
- Intermedio: 1 año.
- Avanzado: 2 años.

Sumilla:

El karate Seiguio-ryû es un arte marcial de estilo okinawense creado por el profesor Masatoshi Oshiro. Ofrece una amplia gama de recursos para todo tipo de situaciones de combate, así como un sistema filosófico que busca el desarrollo y equilibrios personales.

Contenidos:

- Ejercicios de acondicionamiento físico.
- Formas de desplazamiento, avance y evasión.
- Técnicas de control y conducción.
- Primeros auxilios
- Orientación y formación ética, moral y psicológica.

Materiales:

- Ropa cómoda para realizar los ejercicios.
- Uniforme para practicar Seiguio-ryû y cinturón.