

Guía Informativa

AIKIDO



SHOSHINSHAKAI



Pabellón V Centenario
C/Real 112
28073 San Sebastián de los Reyes
Madrid
información@shoshinshakai.org
<http://shoshinshakai.org>



Información Práctica




INFORMACIÓN PRÁCTICA

Lugar de entrenamiento:

Pabellón V Centenario, C/ Real 114 de San Sebastián de los Reyes

 Reyes Católicos (L10)

 4, 5, 152C, 156, 161, 166, 171, N102

Horarios

- ◆ Lunes de 21:30 a 22:30
- ◆ Martes de 20:30 a 22:30 h.
- ◆ Jueves de 20:30 a 22:30 h.
- ◆ Sábados de 10:00 a 13:00

Se puede venir un poco antes para cambiarse en los vestuarios. La hora de salida del recinto es a las 23 h.

Formas de Pago

Precio:

50 €/mes + dos cuotas semestrales de 20€

Por transferencia bancaria a la siguiente cuenta, indicando vuestro nombre y el mes al que corresponde.

ENTIDAD CAIXABANK

IBAN ES96 2100 6279 6113 0089 6461

TITULAR: Aikido Shoshinshakai

b) En metálico al tesorero.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Periodo de pago:

Del 1 al 10 de cada mes.

Obligatoriedad Licencia Deportiva

Para la práctica en nuestro Dojo es **obligatoria la inscripción y obtención de licencia** de la Asociación Española de Técnicos de Aikido-Aikikai de España)

•**Momento de pago:** En el momento de la inscripción al club al inicio de la práctica y posteriormente de forma anual del 1 al 10 de Diciembre.

•**Forma de pago:** Las mismas que para las mensualidades (en mano al tesorero o mediante transferencia bancaria a la cuenta del club)

•**Precios:**

A) Renovación:

- Grado Dan: 60 €
- Grado Kyu: 55 €
- Licencia Infantil (<16 años): 40 €
- Infantil Escolar (<14 años): 25€. Cubre desde septiembre a junio del año siguiente.

B) Inscripción o nueva alta: Si se realiza en Enero, los mismos que para renovación. Si no, el precio para Dan y Kyu es de 5 €/mes desde su inscripción hasta el 31 de diciembre del mismo año y de 3 € la Licencia Infantil año natural.

Una vez decidido, para la inscripción como practicante del club y la obtención de licencia deberás rellenar **unos formularios que te facilitará el secretario del club** y entregarlos firmados.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Inscripción

Solicitud de información

Si deseas entrenar con nosotros o recibir más información, puedes:

- ⇒ Visitar nuestra página web **www.shoshinshakai.org** donde encontrarás mucha más información importante para la práctica, preguntas frecuentes, así como información sobre el Aikido en general y sobre nuestro club en particular. Si te quedan dudas rellena el formulario de información y nos ponemos en contacto contigo.
- ⇒ Enviarnos un correo a la dirección: **informacion@shoshinshakai.org**
- ⇒ **Pasar cualquier martes o jueves**, unos 15 minutos antes de la clase para no perturbar el entrenamiento y poderte informar adecuadamente. Si deseas ver la clase no hay problema.

¿Cómo actúo si quiero ver una clase?

- ⇒ Ocupad vuestro lugar con respeto, no apoyéis las piernas encima de un mueble ni adoptéis actitudes indolentes.
- ⇒ Está prohibido comer o beber durante la clase.
- ⇒ No os dirijáis a nadie que se encuentre dentro del tatami salvo que os interpele él.
- ⇒ No debéis pasearos mientras el profesor demuestra o corrige un movimiento.
- ⇒ Al principio y al final de las clases debéis sentaros y guardar silencio. Permaneced sentados hasta que el Sensei haya empezado el entrenamiento o dejado el tatami al final de la clase.

No está permitido grabar en vídeo o realizar fotografías sin el permiso expreso del responsable de la clase.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

¿Cómo actúo en mi primera clase como practicante?

Nuestro dojo funciona de una manera tradicional, deberá mantenerse una entrevista con el maestro con anterioridad a cualquier procedimiento de acceso, en caso contrario no seréis admitidos a la clase.

- ⇒ Está prohibido entrar en el tatami mascando chicle o sin una higiene adecuada que pueda perturbar la práctica del resto de integrantes.
- ⇒ Deberán entrar provistos de un atuendo de otro arte marcial (judo, karate, etc...) o bien si no es posible, es aceptable usar ropa cómoda - chándal - con pantalón largo; es aconsejable traer unas chanclas/sandalias para entrar y salir cómodamente del tatami, **no se admite pisar descalzo el suelo exterior al tatami y entrar al mismo después.**
- ⇒ No se admiten pendientes, colgantes o anillos, tampoco piercings, debido al peligro inherente tanto para la persona que prueba como para el resto de practicantes.
- ⇒ Deberán llevarse las uñas cortas en manos y pies para evitar heridas.
- ⇒ No se admite maquillaje facial durante la práctica pues ensucia los keikogis del resto de participantes.

El club mantendrá a disposición de los más noveles armas de entrenamiento, aunque será exigible que pasado un tiempo prudencial, cada alumno se haga con un equipo de práctica propio.

La equipación para la práctica la puedes conseguir por tu cuenta o bien solicitarla a través del club, que realiza pedidos de material cada cierto tiempo.



Información General



¿QUÉ ES EL AIKIDO?



En esencia, el aikido es un exponente moderno de las artes marciales japonesas (budo). Es ortodoxo en el hecho de que hereda la tradición marcial y espiritual del antiguo Japón, registrada por vez primera en las obras literarias e históricas del siglo VIII, el [Kojiki](#) (recopilación de Hechos Antiguos) y el [Nihongi](#) (Crónica de Japón), pero esto no quiere decir que el aikido continúe ciegamente la tradición de las antiguas artes de combate conservando y manteniendo simplemente su forma original en el mundo moderno

Las antiguas artes de lucha, originadas en el campo de batalla en períodos de conflictos civiles y formalizadas más tarde, durante el [Período Tokugawa](#) (1603-1868), como budo, la Vía de las artes marciales, son un legado histórico y cultural que requiere ser debidamente apreciado y valorado, aunque en su forma original estén ya fuera de lugar y no sean aceptables para la gente de la época moderna, que en el caso del Japón comienza con [Restauración Meiji](#) (1868).

El maestro Ueshiba concluyó en su búsqueda que el verdadero espíritu del budo no se encuentra en una atmósfera competitiva y combativa, donde la fuerza bruta domina y el objetivo supremo es la victoria a cualquier precio, sino en la búsqueda de la perfección como ser humano física y mentalmente, a través del entrenamiento constante y de la práctica de las artes marciales con espíritu afines.

El aikido se niega a convertirse en un deporte competitivo y rechaza todo tipo de certámenes o de concursos que incluyan las divisiones por pesos, las clasificaciones basadas en el número de victorias y la recompensa a los campeones, pues entendemos que estas cosas sólo alimentan el egoísmo o la egolatría y la falta de interés por los demás. La gente se deja seducir por la gran tentación que suponen los deportes combativos - todo el mundo quiere convertirse en vencedor - pe-

MORIHEI UESHIBA



El Aikido fue creado por un incomparable budoka, Morihei Ueshiba quien superó la desigualdad entre el fuerte y el débil y abrió el camino del desarrollo de la personalidad por el pulimento cotidiano y constante del cuerpo y del espíritu. Dominó los secretos de las escuelas japonesas tradicionales, el Jujutsu en varios de sus Ryus (Goto Yagu, Aioi, Kito, Daito), el Kenjutsu tradicional (sable), y el Sojutsu (lanza). De su síntesis extrajo los principios del budo que a partir de

1942 se denominó Aikido. Por ello la mayor parte de las técnicas de Aikido existen en efecto bajo una forma más o menos similar en una o varias escuelas de ju jutsu y un buen número de las formas de base derivan de las artes de manejar la espada, el bastón o la lanza.

En 1948 Ueshiba cambió la Federación Kobukan a la Federación de Aikikai que fue manejada por su hijo Kisshomaru Ueshiba hasta su muerte y por su nieto Moriteru que es la autoridad actual de la Federación Aikikai Hombu Dojo en Tokio y es la



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE TÉCNICOS DE AIKIDO AIKIKAI ESPAÑA



La Asociación Española de Técnicos de Aikido - Aikikai de España no es una organización institucional al uso (léase federación), no homogeneizamos burocráticamente a gente de diversas procedencias técnicas sino todo lo contrario. Nacemos a principios de los 80, de la unión de los alumnos del Maestro Tamura en España, y de su necesidad, al verse perseguidos, de organizarse y preservar su práctica y la libre elección de maestro.

Es decir, lo que nos une es ser todos alumnos del mismo Shihan, compartir una línea técnica, una manera de entender el Aikido, y participar de las actividades que organizamos a lo largo del año.

Y es que desde 1982 venimos desarrollando una intensa labor de desarrollo y promoción del Aikido. La A.E.T.AIKI - AIKIKAI ESPAÑOL en la actualidad mantiene delegaciones en todas las comunidades autónomas y centra sus actividades en la formación de enseñantes, y la organización de cursos de perfeccionamiento a cargo de su propio cuadro de profesores, de los más destacados responsables técnicos de la Federación Francesa de Aikido y Budo; y del Maestro N. Tamura, 8ºdan, alumno directo de M. Ueshiba, Asesor Técnico de nuestra Asociación, y Director Técnico de la Federación Europea de Aikido.

Reconocida por el Estado, la Asociación está autorizada para otorgar grados dan y kyu, así como titulaciones para Maestros e Instructores de Aikido.

También estamos perfectamente integrados con el Aikido que se hace fuera de nuestras fronteras. Formamos parte activa de la Federación Europea de Aikido, un real foro de diálogo y colaboración con las federaciones y asociaciones inspiradas en el mismo referente técnico.

Desde otro ámbito, el reconocimiento que el Aikikai So Hombu nos ha concedido como organización comprende la autorización para otorgar grados Aikikai, reconoce el trabajo desarrollado durante varias décadas y la voluntad de normalización que lo ha caracterizado.

Asociación Española de Técnicos de Aikido - Aikikai Español
C/ Pascual Rodríguez 10, 28011 Madrid
Teléfono / Fax: 91 463 50 08 email: soporte@aikikai.org.es

AIKIDO—SHOSHINSHAKAI UNA “ASOCIACIÓN DE PRINCIPIANTES”



El espíritu de Shoshinshakai es el fomento de la práctica del aikido, principalmente en la zona norte de Madrid. Para ello hemos creado esta asociación de forma que en nuestro papel de Asociación deportiva sin ánimo de lucro tengamos los mismos derechos y deberes -y por lo tanto de oportunidades - que cualquier otra actividad deportiva competitiva. Nuestra asociación se rige, como es preceptivo, en unos Estatutos, a disposición de aquel que esté interesado en leerlos.

En el ámbito organizativo del aikido nacional, quedamos encuadrados dentro de la Aikikai de España, con la que cumplimos individualmente como socios además de seguir con placer y orgullo las directrices de práctica en su día marcadas por Tamura Shihan. Mantenemos sin embargo, debido a nuestra propia entidad jurídica, órganos de gobierno propios encarnados en la Junta Directiva de Shoshinshakai,

Los miembros de la Asociación tendrán los derechos y obligaciones establecidos en los estatutos del Club. Asimismo tanto los asociados como no asociados deberán abonar la cuota de 55 € anuales correspondiente a la Licencia anual de la Asociación de Técnicos de Aikido - Aikikai España, que comprende tanto el seguro médico obligatorio como la cuota por la pertenencia a la asociación nacional reconocida por el Hombu Dojo Tokyo.

El club mantendrá a disposición de los más noveles armas de entrenamiento, aunque será exigible que pasado un tiempo prudencial, cada alumno se haga con un equipo de práctica propio.

Nobuyoshi Tamura, Osaka (Japón), 2 de marzo de 1933—Trets (Francia)

TAMURA NOBOYUSHI - NUESTRO REFERENTE TÉCNICO



9 de Julio de 2010, alcanzó el grado Shihan—8º Dan de Aikido, otorgado por el Aikikai de Tokyo, centro mundial del Aikido donde estudió durante muchos años bajo la dirección de O Sensei Morihei Ueshiba, fundador de este arte.

N. Tamura ocupaba un rol preeminente en el pequeño grupo de Uchi-deshi (los alumnos próximos al Fundador) que más tarde se diseminó por Europa y Estados Unidos.

Después de su llegada a Marsella en 1964, ha consagrado su vida al desarrollo del Aikido en Europa, especialmente en Francia donde residió todos esos años.

Autor de varios libros dedicados a la metodología de la enseñanza del Aikido y a su práctica, fue pieza clave en la expansión de la Fédération Française d'Aikido et Budo (FFAB) y del aikido en Europa.

LA EQUIPACIÓN PARA LA PRÁCTICA



Keikogi

Keikogi

La vestimenta puede ser indiferentemente la de Judo, la del Karate, o la del Kendo a condición de que sean blancas y tejidas de algodón. Sin embargo los conjuntos tejidos en "grano de arroz" gruesos son preferibles ya que son más resistentes y absorben mejor la transpiración.

Keiko-obi

Se puede utilizar un cinturón de Judo pero es preferible cuando se lleva hakama, utilizar un cinturón del mismo tipo que los utilizados por los practicantes de Iai.

Una longitud media de 3.50 m permite dar tres vueltas a la cadera y anudarlo a la cintura. El ancho varía de 6 a 8 cm.

El Obi puede ser enrollado o doblado para guardarlo.

Keikobakama (Hakama)



Hakama

Este hakama era utilizado por los caballeros (jinetes), es como una "falda-pantalón" clásicamente confeccionada en algodón índigo o negro. Hoy en día se encuentran tejidos sintéticos más fáciles de cuidar y que conservan mejor los pliegues. El hakama debe llegar al maléolo externo del tobillo, más largo se hace molesto.

La hakama se vestirá sólo con la autorización expresa del maestro.

Jo - Tanto - Bokken - Katana - Iaito

- Jo (bastón corto)

Hay que procurar no utilizar jo demasiado delgados que son frágiles y que pueden resultar peligrosos. Sin embargo un jo demasiado grueso resultará difícil de manejar. Podemos elegir entre madera de roble blanco o rojo cuidándose de que las vetas corran a todo lo largo del jo.

- Tanto (cuchillo de madera)

La empuñadura de alrededor de 10 cm. La hoja de unos 20 cm. Estas dimensiones corresponden a las armas más manejables.

- Bokken o Bokuto

Es un sustituto en madera de la katana. En Aikido se utiliza sin tsuba. Se utilizan diferentes maderas: roble blanco, rojo, biwa (níspero), sunuke (palo de rosa), kokutan (ébano vetado), etc. Existen diferentes formas que varían según las escuelas de origen: ittoryu, jigneryu, katorishintoryu, etc... Hay también modelos especiales para el suburi, el tanrenuchi, el kumitachi.

En la medida en que el bokken y el shinai no procuran la verdadera sensación que se siente con un arma real, es bueno practicar si es, y cuando sea, posible, con un verdadero sable o en su defecto con un iaito.

¿QUIÉN IMPARTE LAS CLASES?

DIRECCIÓN TÉCNICA

Oscar Urbano Sandan (4º Dan) Fukushidoin, otorgado por AIKIKAI HOMBURU DOJO la Federación Europea de Aikido y el AETAIKI-AIKAKAI de España, 4º Dan Departamento de Aikibudo de la Federación Madrileña de Lucha y Monitor Nacional Nivel I. Instructor de Defensa personal policial y bastón policial.

ESTRUCTURA ENSEÑANZA Y YUDANSHA

OSCAR URBANO
YONDAN—DOJO CHO 道場長

TOMÁS PÉREZ
SANDAN
INSTRUCTOR

J. RICARDO PEDRÓS
SHODAN
INSTRUCTOR

JAVIER MURIEL
SHODAN
INSTRUCTOR

BORJA PÉREZ
SHODAN
INSTRUCTOR

FRANCISCO J. DEL PINO
SHODAN
ASISTENTE

Alumnado (Kyu)

REGLAS DEL DOJO

- I. Este dojo funciona de una manera estricta y siguiendo las reglas tradicionales. Es el lugar destinado a recibir la enseñanza del fundador del Aikido. Es deber de todos los alumnos honrar y seguir esta enseñanza.
- II. Cada alumno debe contribuir a la creación de una atmósfera positiva, de armonía y respeto.
- III. La limpieza constituye un acto de gratitud y respeto. Cada practicante debe participar en la limpieza del dojo y las actividades de acondicionamiento del tatami, así como dedicarse a la purificación de su corazón y su mente.
- IV. Sin la autorización directa del maestro, el dojo no debe utilizarse para otros fines que no sean las clases previstas.
- V. Queda a discreción del Sensei la aceptación de alumnos en su dojo. La técnica no se compra. La cuota mensual garantiza a los alumnos un lugar para practicar y no es más que uno de los medios de demostrar su gratitud por la enseñanza que reciben. Las cuotas deberán ser satisfechas puntualmente.
- VI. Respetad al Fundador y su enseñanza tal como es transmitida por vuestro Sensei. Respetad el dojo, los instrumentos de trabajo y respetaos mutuamente.

REGLAS DE PRACTICANTE

- I. Es necesario respetar la enseñanza, la filosofía del Fundador y la manera en que el Maestro la transmite.
- II. Cada practicante se compromete moralmente a no utilizar jamás una técnica de Aikido para hacer daño a otros o para exteriorizar su ego. El Aikido no es una técnica de destrucción sino de creación. Es una herramienta que conduce al desarrollo de una sociedad mejor a través del desarrollo del carácter del individuo.
- III. Está prohibido solventar conflictos personales sobre el tatami. El Aikido no es una pelea callejera. Estáis en el tatami para trascender y purificar vuestras reacciones agresivas, para adoptar el espíritu de un samurái a través de la propia responsabilidad social.
- IV. No debe haber espíritu de competición sobre el tatami. El objetivo del Aikido no es pelear y derrotar al enemigo sino pelear y derrotar a los propios instintos agresivos. La fuerza del Aikido no reside en la potencia muscular sino en la flexibilidad, la comunicación, el control de uno mismo y la modestia.
- V. No se tolerará ninguna clase de insolencia. Debemos ser conscientes de nuestros límites.
- VI. Cada alumno tiene distintas capacidades físicas y diferentes razones para practicar Aikido. Todas merecen respeto. El verdadero Aiki es la aplicación correcta y flexible de la técnica apropiada en cualquier circunstancia que se presente. Es vuestra responsabilidad no ocasionar daño alguno. Ha de protegerse al compañero y a uno mismo.
- VII. Aceptad los consejos del Sensei e intentad aplicarlos con sinceridad, lo mejor que podáis. No se aceptan contestaciones.
- VIII. Todos los practicantes estudian los mismos principios. No debe haber desacuerdos en el seno del grupo. Todos los habitantes del dojo forman una gran familia. El secreto del Aikido es la armonía.

Si no podéis respetar estas reglas, os será imposible estudiar Aikido en este Dojo

FICHA INFORMACIÓN

Si deseas entrenar con nosotros o más información por favor rellena estos datos y entrégalos al secretario del club, al maestro o déjalo en recepción para que nos lo puedan hacer llegar y nos pondremos en contacto contigo.

¡Gracias por tu interés!

Datos de Contacto

Nombre y Apellido			
Teléfono 1		Teléfono 2	
Correo Electrónico			

**“La vida del AIKI es sin límite.
Yo soy y siempre seré un practicante”
O Sensei, Ueshiba Morihei**

**“AIKI no es arte de lucha con el enemigo;
no es una técnica de destrucción del ad-
versario, es la vía de la armonización del
mundo que hace de la humanidad una
sola cosa.
O Sensei, Ueshiba Morihei**