

TCHEY no KATA IBUKI

La respiración es fundamental para generar la energía necesaria en cada técnica. Por eso es importante practicarla con diversos ejercicios que podamos crear. Diferenciamos dos partes: la espiración (ko) y la inspiración (kyu). Éstas a su vez podemos realizarlas de forma suave o explosiva de tal forma que una respiración completa o KOKYU puede ser ejecutada de 4 formas distintas en base a la combinación de las partes mencionadas; es decir, podremos realizar el K0 suave y el KYU suave, K0 suave y KYU explosivo, K0 explosivo y KYU suave y por último el K0 explosivo y KYU explosivo. El trabajo presentado a continuación ejercita cada una de estas combinaciones. Se establece un kata como forma de estudio simétrico, su forma OYO o diferente que intenta simplificarlo sin realizar repeticiones, su BUNKAI como posible aplicación real de las técnicas y finalmente la explicación de dicho BUNKAI. Creador: sensei Daniel Tchev.

KATA IBUKI
EXPLICACIÓN
OYO
BUNKAI