



KAISENDO



KAISENDO – SISTEMA DE DEFENSA PERSONAL INTEGRAL



El KAISENDO es una evolución moderna de la Arts Marcial Clásicas. Uneix els beneficis i valors de les arts marcial tradicionals, unit al sistemes moderns d'entrenament. Essent una eina ideal tant per a la formació i desenvolupament del nens i joves, com per al adults.

La filosofia de la nostra forma d'entrenament és completament personal. Està basada en la suma de totes les Arts Marcials, sense menysprear cap d'elles, així com Esports de Contacte, adoptant el millor i inèdit de

cadascuna. Per això s'aprofita cada moviment, cada forma de reacció apresada pels altres mestres.

Ens motiva l'evolució de les tècniques a través de la història, adaptant a les necessitats actuals una forma de defensa i filosofia que es remet a temps ancestrals. Evidentment no és el mateix practicar un Art Marcial en aquell llavors, que fer-ho en els nostres dies.

La inquietud és el que importa ... l'ansia d'aprendre serà el que et faci culminar metes.

El Sistema Integral d'Autodefensa KAISENDO (Siak) és un sistema dissenyat de manera científica i pedagògica que s'adapta continuament a la idiosincràsia i necessitats físiques, psicològiques i morals dels ciutadans, les seves institucions i les seves unitats policials i militars de cada país, sent el seu pilar fonamental la prevenció i la dissuasió, usant com a mitjà l'estratègia i tàctiques psicològiques, l'estudi de l'expressió corporal recolzat en l'ús correcte de tècniques físiques



utilitzant les armes corporals i de qualsevol tipus que es tingui a disposició en les diferents àrees de la autodefensa, sent extremadament eficaç, fàcil d'aprendre i si cal amb una forta orientació bèl·lica, oferint la capacitat necessària per vèncer un agressor o agressors de forma immediata i contundent, tot això complementat per l'aprenentatge d'altres coneixements.

A més dels beneficis de l'esport i donant fortalesa psicològica desenvolupant intel·ligència emocional, bàsica i

neocortez a través de la disciplina marcial, la qual cosa fa que les persones que són practicants del KAISENDO desenvolupin la capacitat de ser reeixits en totes les àrees de la seva vida.

El KAISENDO pot ser practicat per tot tipus de persones, nacionalitats, creences, edats i sexes sense subestimació de cap índole, portant-li grans beneficis en les seves vides i contagiand dels seus beneficis a uns altres.



KAISENDO



A llarg termini es busca el perfeccionament moral i espiritual de l'home en el seu entorn social. El KAISENDO no es basa en l'ensenyament d'algunes tècniques soles o articulades, sinó en programes compostos de principis tècnics generals (bases rectores), que permeten al practicant pensar en una estratègia i tàctica per poder crear un compendi de tècniques que s'ajustin a la realitat de cada cas en particular, evitant l'aprenentatge mecànic de les tècniques i per conseqüència anul·lant la creació de la tàctica i estratègia en el suport de les mateixes.



El KAISENDO també permet al practicant el poder aplicar el fluid continu en les seves diferents àrees on ho necessiti.

Ésser un kaisendoka significa ser una energia meravellosa que està en sempre buscant el perfeccionament continuu.

BENEFICIS DEL KAISENDO

- Els nostres programes educatius estan en contínua actualització a través d'institucions, acadèmies, personal civil, policial, militar, xarxes socials i l'experiència del dia a dia. Per a nosaltres és de vital importància que el nostre sistema d'autodefensa s'adapti de manera real i específica a les necessitats dels ciutadans. El nostre principal objectiu a part de brindar un sistema d'autodefensa eficaç, ràpid d'aprendre i adaptat a la realitat delictiva, és crear consciència de la importància de l'educació de l'autodefensa i la defensa personal com a matèria dins de l'autodefensa, a més de poder facilitar programes excel·lents de condicionament físic i mentals.

- Els sistemes d'autodefensa KAISENDO que utilitzem a tot arreu del món han estat estudiats amb cura en les seves tècniques tant físiques com psicològiques, i en ser el KAISENDO un sistema relativament nou i modern, ens dona l'oportunitat de poder-lo adaptar a les circumstàncies actuals i futures de manera més fàcil, ràpida i eficaç sense haver-nos de ancorar en vells paradigmes de guerres passades, de confrontacions bèl·liques o anys d'experiència sota una posició netament bèl·lica.

- Així que el KAISENDO ho hem adaptat a la idiosincràsia delictiva que existeix al món en la seva totalitat i a la qualitat de vida que exigeix tota societat desenvolupada. Els nostres cursos en les seves diferents àrees són extremadament eficaços, durs i realistes sense perdre els aspectes científics i humans, evitant que siguis lesionat física o psicològicament en el seu aprenentatge per negligència professional.

- Aprendràs a desenvolupar plans d'acció per poder enfrontar les situacions des de la més simple fins a la més complexa en el teu autodefensa i la defensa de tercers.



KAISENDO



- Aprendràs el nostre sistema d'autodefensa, els seus programes compostos de múltiples estratègies, tàctiques, tècniques i l'ús correcte de les mateixes amb les diferents armes corporals i com implementar-les a la teva disposició, incloent el medi ambient que t'envolta.

- A través dels nostres programes d'autodefensa aprendràs a conèixer la teva proxèmica i la kinesia, la de les persones del teu entorn i la del

possible agressor o agressors ja que sense aquests recursos de res et serveix estar capacitat físicament i amb tècniques d'autodefensa o atac, o estar armat ja sigui amb armes blanques o de foc perquè tu podries ser potencialment la víctima en una agressió.

- Aprendràs com a individu a convertir les teves debilitats en fortaleces, i les teves fortaleces a desenvolupar-les de manera conscient.

- Aprendràs les nostres regles d'or i tots els seus beneficis LA PREVENCIÓ, LA NO subestimació I SEMPRE VERIFICAR.

- El condicionament de l'autodefensa es realitza amb tot tipus d'indumentària, no etiquetem cap ja que això és part de la realitat. Ja que etiquetar significa sortir de la realitat i no veure l'individu si no la seva imatge.

- En els nostres programes d'autodefensa encara que t'ensenyarem a través de la planificació, t'ensenyarem a trencar rutines, rituals i tot allò que d'alguna manera et faci vulnerable i et obstrueixi la teva pro activitat com a individu.

- En els nostres programes d'autodefensa desenvoluparàs el convertir la defensa en moltes circumstàncies en atac, i d'aquesta manera tenir l'oportunitat d'escapar amb els mínims danys possibles.

- Podràs reaccionar de manera eficaç en les distàncies del combat posant més èmfasi a la distància curta que és on gairebé sempre se situa una agressió real.

- El nostre programa de tècniques de defensa personal és curt, simple i pràctic en el seu aprenentatge a més d'utilitzar l'engany i la improvisació.

- Sabràs gestionar les etapes del conflicte que se't pugui presentar el ABANS, el DURANT i el DESPRÉS.

- Aprendràs a fer servir l'agressivitat com una energia al teu favor per sobreviure.

- Practicar els programes de combat esportiu KAISENDO desenvolupen les teves capacitats innates i aquelles que són adquirides per convertir-te en un vencedor.

- Practicar els programes d'art marcial KAISENDO t'integra al desenvolupament de tot el teu potencial com a ésser humà en el camp físic, mental i espiritual.

BENEFICIS DEL KAISENDO INFANTIL



1 MILLORA DE LA FORMA FÍSICA

Mitjançant la pràctica augmentem: la flexibilitat, elasticitat, equilibri, velocitat, força, coordinació, reflexes i aspectes perceptius com la noció espacial i temporal.



2 MILLORA EN LA SOCIABILITAT

L'aprenentatge va més enllà dels moviments i la coordinació corporal, el treball es fa de forma lúdica i mitjançant els jocs aplicats al kaisendo infantil, desenvolupem les seves capacitats motrius i socials, fomentem la integració en grup.



3 MILLORA EN LA CONCENTRACIÓ, HIPERACTIVITAT I TIMIDESA.

Al costat del mestre i els altres companys, aprendran sobre el seu cos a controlar la seva energia i com bolcar-la positivament, millorant així el seu autocontrol.

4

RESPECTE

Un dels pilars bàsics a les arts marcial és el respecte, on ens inclinem al saludar tant als altres companys com al Mestre, inclòs al lloc on desenvolupem l'activitat (dojo). Es reforcen els lligams d'amistat amb els altres alumnes ajudant als altres i aprenent a respectar al Mestre.



5

EDUCACIÓ

El nen aprèn el que és la paciència, la disciplina, la voluntat, el mèrit, el respecte als grans i la jerarquia, el control de si mateix i el coneixement dels seus propis límits.



6

" MIX PEDAGÒGIC "

Fem servir per a l'ensenyament, tècnica del Kaisendo infantil, el millor de dos arts marcial contrastades per la seva eficàcia en l'àmbit de l'ensenyament en nens: el Karate en què utilitzem els seus recursos en les tècniques de cops de braç, cames, bloquejos, desplaçaments i del Judo en què utilitzem les seves tècniques d'agafada, projecció, caigudes i tècniques a terra.



L'EDUCACIÓ INFANTIL I JUVENIL:

- El KAISENDO és particularment formatiu sobre el pla psicològic, ja que reforça el cos, esperit i valors humans i socials.
- És una filosofia de vida que ajuda al desenvolupament de nen
- El nostre programa pedagògic millora les capacitats d'autocontrol, confiança, superació, esforç, valentia, coordinació motora, i de la canalització de la seva energia.
- El nen aprèn a moderar el seu comportament, a controlar-se, a alliberar les seves tensions, vèncer les seves pors i la seva timidesa.
- Els nostres nivells formatius ensenyen disciplina, solidaritat, humilitat, escolta i respecte cap a les regles, cap al company i cap al Mestre.



PRECEPTES I VALORS QUE REFORÇEM

- Primer de tot, la fidelitat i valor per defensar el camí de la veritat-
(VALOR I PRINCIPIS)

El que està bé és el camí correcte, hi ha mil valors positius que cal necessiten prevaler, TU coneixes el camí, segueix-lo.

- Primer De tot, esforçar-se per a formar el caràcter-
(CREIXEMENT PERSONAL)



KAISENDO



Els entrebancs, els èxits, el patiment, les alegries, tots i cada un ens aporten coneixement per prosperar, prosperar cada dia una mica més.

-Primer De tot, sigues humil i educadors
(HUMILITAT)

L'educació és la clau que ens obre les portes, i recorda que el menys virtuós dels alumnes ens pot ensenyar moltes coses.

-Primer De tot, respecte per sobre de tot-
(RESPECTE)

Respecte als companys, l'instructor, als amics, als enemics, a l'alegria, al neguit, la por, a la felicitat, a la victòria i a la derrota.

-Primer De tot, contenir al comportament violent-
(SERENITAT)

Controla els teus impulsos, la violència no és una solució, és l'última opció quan alguna vida corre perill.

-Primer De tot, supera't cada dia, però sé conscient de les teves limitacions-
(SENY)

Potser no estem preparats per fer tot el que ens proposem, de la manera que plantegem, però consulta, estudia, investiga, demana consell, i potser canviant dues coses ho pots aconseguir.

-Primer De tot, cal crear un punt de vista de l'esforç-
(ESFORÇ)

No aconseguirem res sense suar i patir, esforçar-se, lluitar ha de formar part del nostre dia a dia

-Primer De tot, practica amb serenitat però amb creativitat-
(CREATIVITAT)

Estàs entrenant dia a dia per sorprendre, la línia recta no sempre és la millor, l'enemic l'espera, tens recursos per trobar altres dreceres, busca'ls.

-Primer De tot, sé calmat de ment però ràpid de reacció-
(REFLEXIU)

Flueix, tu controles el ritme mental i físic, canvia, agafa velocitat, torna a la calma, fes el que sigui necessari per controlar la situació.

-Primer De tot, obre la ment, ningú té la veritat absoluta, assumeix com teu tot el que et sigui útil-
(INQUIETUD)

Aprofita tot i cadascun de coneixements que tenim a l'abast, cada company és un mestre, hi ha infinits estils marcial, sistemes de lluita, estudia'ls i queda't el que et serveixi, així aniràs construint el teu estil.





JOAN CARLES SÀNCHEZ

Abans de res em presento, em dic Joan Carles Sánchez, tinc 48 anys, en l'actualitat sóc empresari i dirigeixo una empresa de serveis, en la qual treballem actualment 100 persones.



Actualment tinc el CN 3r donen de Karate, CN 3r donen de Dozen Ryu, CN 2n Dan de Kaisendo, CN 2n Dan de Kyusho Jitsu, CN 1r Dan de Krav Maga Kapap, i CN 1r Dan de chanbara, així com la titulació de monitor -entrenador de Karate, inscrit en el "Registre oficial de professionals de l'esport de Catalunya"

Vaig començar en això de la Arts Marcials a per 14 anys, practicant Karate estil Shito Ryu. A aquella edat alguna cosa havíem de fer, i vaig quedar impressionat, pel respecte, companyonia, exigència i superació que el Karate em proporcionava.

Després d'obtenir el primer Dan de Karate en l'any 1988, vaig seguir practicant i realitzant cursos, el que em va portar a obtenir el títol en 1992 títol de Monitor de la Federació Espanyola de Karate.

Des de llavors vaig sentir la necessitat de buscar un plus a la meua formació en Arts Marcials, ja que em faltava alguna cosa. No trobava un estil, ni un mestre que em motivarà, aquest Què que em faltava.

Això em va portar a buscar en altres disciplines, vaig practicar Aikido i Taekwondo, Karate de diferents estils, però no va ser fins que vaig retrobar un antic mestre, del que tenia records dels meus temps en Shito Ryu, que em va introduir al Yoseikan Budo, el primer art marcial integral que vaig practicar. Recordo el primer dia d'entrenament en aquesta nova disciplina, i recordo el que vaig pensar: Això és el que em faltava, això és el que estava buscant.



Després vàrem practicar Dozen Ryu, amb unes aplicacions més directes i modernes, per finalment trobar el meu lloc en el Kaisendo.

Crec que caldria diferenciar a dos tipus de practicants, el "verges", o sigui alumnes que s'inicien directament sense haver passat per altres arts marcials, i els que com jo, per exemple, venim del karate (Shito Ryu).

El nou practicant troba un sistema de defensa personal, molt àgil, en què segons la seva capacitat tècnica podrà escollir les tècniques que millor s'adapti a les seves qualitats ràpidament, ja partir d'aquí, i amb els durs però divertits entrenaments, millorar.

Els que procedim d'altres arts marcials, com en el meu cas, hem tingut un procés d'adaptació una mica més complex, Aquest sistema ens ha desmuntat alguns



KAISENDO



aquests del arguments que se'ns van inculcar, de rigidesa, de postures, de desplaçaments, d'aplicació de força, per exemple. Hem d'aprendre a fluir, a enllaçar, a seguir, a adoptar millors postures corporals en desplaçaments i tècniques per no maltractar la nostra anatomia i guanyar energia en cada pas, cada bloqueig, cada cop.

Reconec que és un repte, 18 anys fent el contrari no s'esborren de cop, un repte que un cop ho assumeixes no té marxa enrere.

És millor que altres disciplines? Jo no faria servir el terme millor, per respecte a les altres arts marcial, senzillament és diferent, és molt efectiu, molt més natural que el Karate per exemple, més modern, i està viu, creix cada dia amb tu i tu amb ell.



CN 3r Dan Karate - CN 3r Dan Dozen Ryu - CN 4 Dan Kyusho Jitsu

CN 3r Dan Kaisendo - CN 1r Dan Chanbara

CN 1r Dan SDP Krav Maga Kapap - CN 1r Dan DP Policial en Combate Cuerpo a Cuerpo

JOAN CARLES SANCHEZ

Monitor-entrenador d'Arts Marcials inscrit en el REGISTRE OFICIAL DE PROFESSIONALS DE L'ESPORT DE CATALUNYA amb el número 002088

email: joancarles@dozenryudojo.com - Tel. 0034 607472545

<http://dozenryu.blogspot.com.es> email: joancarles@dozenryudojo.com