



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO

EXAMEN ESCRITO:

TEMARIO ESPECÍFICO

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE



FASE TÉCNICA

KIHON

Constará de los siguientes apartados:

TENSHI HAPPO	(Desplazamientos en ocho direcciones)
TENPO GOHO	(5 Desplazamientos básicos)

El aspirante realizará los desplazamientos en las ocho direcciones y los desplazamientos básicos sin realizar técnicas alguna de defensa o ataque.

UKE WAZA	(Técnicas de defensa)
-----------------	-----------------------

En este apartado se realizarán 6-8 técnicas distintas, de estas al menos 2 serán con mano abierta y 1 doble con ambos brazos.

GERI WAZA	(Técnicas de pierna)
------------------	----------------------

El aspirante deberá realizar el **GERI HAPPO** (8 formas de golpear con los pies), con ambas piernas.

TSUKI-UCHI WAZA	(Técnicas directas e indirectas)
------------------------	----------------------------------

Este apartado constará a su vez en dos:

A- **HIJI ATE GOHO** (5 Ataques de codo), deberá realizar como se indica los 5 ataques de codo con ambas guardias.

B- En una segunda fase deberá realizar 6-8 técnicas de ataque diferentes, donde se combinarán directas, indirectas y circulares (excluyéndose en este apartado las técnicas de codo).

En los apartados de UKE y TSUKI-UCHI WAZA (B) se realizarán **6-8** técnicas por apartado, debiendo utilizar en su ejecución un mínimo de **4** posiciones diferentes. Se deberá demostrar el dominio de ambas partes del cuerpo (lo que no implica la repetición de todo con ambos lados). El trabajo se realizará



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

mediante **distintos desplazamientos** en avance y retroceso, cambios de dirección y sentido, **evitando** giros que el aspirante no pueda controlar, así como realizar técnicas que el Tribunal no pueda ver para su valoración. El ritmo de ejecución permitirá la definición completa de cada técnica y posición las cuales deberán ser básicas y simples en su mayoría. A su vez ha de reflejarse firmeza y exactitud además de mostrar el conocimiento de los aspectos básicos y fundamentales del karate (**kime, shime, kiai, zanshin, chakugan...**).

Se podrán en estos dos apartados intercalar o simultanear técnicas de defensa o ataque, para darle más sensación de realismo y eficacia.

KATA

El aspirante presentará obligatoriamente los katas básicos: **5 PINNAN**, el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente dos katas del Maestro MABUNI: **JUROKU, MYOJO, AOYAGI, SHINSEI ICHI, SHINSEI NI** y **SHINPA**. De los dos katas elegidos el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente dos katas SUPERIORES: **SANCHIN, SEIENCHIN, PASSAI DAI, NAIFANCHIN SHODAN, SHIHO KOSOKUN, ITOSU NO ROHAI SHODAN, JION** y **MATSUMURA NO ROHAI**. De los dos katas elegidos el aspirante presentará uno voluntario.

El Tribunal se reserva el derecho de pedir al aspirante la realización de cualquier kata de los presentados por este.

KUMITE

El aspirante con la ayuda de un compañero realizará:

3 aplicaciones: 2 de IPPON KUMITE y **1 de NIHON KUMITE**, para ello deberán usar las líneas de desplazamiento de **TENSHI HAPPO**.

1 YAKUSOKU KUMITE de los katas PINNAN, a elección del Tribunal.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

OBSERVACIONES: El tribunal dará a conocer con suficiente antelación a los aspirantes: los KATAS elegidos PINNAN y del MAESTRO MABUNI, así como el YAKUSOKU KUMITE, para su óptima preparación del examen.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

TEMARIO ESPECÍFICO

- 1.** Deberá conocer el nombre y el significado del estilo, su fundador y características técnicas.
- 2.** ¿Qué significa KARATE?
KARA significa vacío y TE mano.
- 3.** ¿Qué significa ZANSHIN?
Sensación final.
- 4.** ¿Qué significa CHAKUGAN?
Mirada.
- 5.** ¿Qué es KIME?
El aprovechamiento de la energía física y mental en el momento del impacto. La fuerza.
- 6.** ¿Qué es KI?
La energía interior.
- 7.** ¿Qué es KIAI?
La liberación de la energía interna mediante un grito.
- 8.** ¿Qué significa REI?
Saludo.
- 9.** ¿Por qué se saluda y cuál es la finalidad del saludo?
El saludo (REI) se hace por cortesía, para demostrar respeto, humildad y gentileza.
- 10.** Diferentes alturas o niveles para golpear:
 - YODAN: nivel alto (cabeza)
 - CHUDAN: nivel medio (abdomen, costados, espalda, pecho, hombros).
 - GEDAN: nivel bajo (desde la cintura a los pies)
- 11.** Significado de la palabra KATA:
Forma. Se puede definir como una serie de técnicas (en defensa y ataque, de puño y pierna) realizadas con un orden preestablecido contra adversarios imaginarios.
- 12.** Significado de la palabra KUMITE:
Combate



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

13. JINTAI KYUSHO:

Los "puntos vitales" del cuerpo humano denominados JINTAI KYUSHO, es una de las técnicas que todo practicante de Artes Marciales debe conocer, con el fin de que sus golpes tengan un máximo de control y eficacia en su ejecución.

Están repartidos por todo el cuerpo, la cabeza y las extremidades, siguiendo los meridianos de acupuntura. Golpear estos puntos "vitales" puede causar diferentes lesiones en el organismo humano, dolor intenso en la zona golpeada, pérdida del sentido, graves lesiones a las extremidades e incluso la muerte, es por ello que se debe estudiar seriamente este apartado en el KARATE-DO.

14. DOJO KUN:

(Reglas del lugar del despertar – Reglas del Dojo)

HITOTSU: JINKAKU KEISEI NI STOMERU KOTO.

PRIMERO: **PERFECCIONAR NUESTRA PERSONALIDAD.**

HITOTSU: MAKOTO NO MICHIO MAMORU KOTO.

PRIMERO: **GUARDAR SIEMPRE FIDELIDAD.**

HITOTSU: DORIOKU NO SEISHIN O YASINAU KOTO.

PRIMERO: **ESFUERZO Y CONSTANCIA.**

HITOTSU: REGI O OMONJIRU KOTO.

PRIMERO: **RESPECTO A LOS DEMAS.**

HITOTSU: KEEKI NO YU O MASHIMERU KOTO.

PRIMERO: **REPRIMIR LA VIOLENCIA.**



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 1er DAN

EXAMEN ESCRITO:

TEMARIO ESPECÍFICO

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE



FASE TÉCNICA

KIHON

Constará de los siguientes apartados:

TENSHI HAPPO (Desplazamientos en ocho direcciones)

TENPO GOHO (5 Desplazamientos básicos)

El aspirante realizará los desplazamientos en las ocho direcciones y los desplazamientos básicos sin realizar técnicas alguna de ataque o defensa.

UKE WAZA (Técnicas de defensa)

En este apartado se realizarán 8 técnicas distintas, de estas al menos 2 serán con mano abierta y 1 doble con ambos brazos.

GERI WAZA (Técnicas de pierna)

El aspirante deberá realizar el **GERI HAPPO** (8 formas de golpear con los pies), con ambas piernas.

TSUKI-UCHI WAZA (Técnicas directas e indirectas)

Este apartado constará a su vez en dos:

A- **HIJI ATE GOHO** (5 Ataques de codo), deberá realizar como se indica los 5 ataques de codo con ambas guardias.

B- En una segunda fase deberá realizar 6-8 técnicas de ataque diferentes, donde se combinarán directas, indirectas y circulares (excluyéndose en este apartado las técnicas de codo).

En los apartados de UKE y TSUKI-UCHI WAZA (B) se realizarán **8** técnicas por apartado, debiendo utilizar en su ejecución un mínimo de **4** posiciones diferentes. Se deberá demostrar el dominio de ambas partes del cuerpo (lo que no implica la repetición de todo con ambos lados). El trabajo se realizará mediante



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

distintos desplazamientos en avance y retroceso, cambios de dirección y sentido, **evitando** giros que el aspirante no pueda controlar, así como realizar técnicas que el Tribunal no pueda ver para su valoración. El ritmo de ejecución permitirá la definición completa de cada técnica y posición las cuales deberán ser básicas y simples en su mayoría. A su vez ha de reflejarse firmeza y exactitud además de mostrar el conocimiento de los aspectos básicos y fundamentales del karate (**kime, shime, kiai, zanshin, chakugan...**).

Se podrán en estos dos apartados intercalar o simultanear técnicas de defensa o ataque, para darle más sensación de realismo y eficacia.

KATA

El aspirante presentará obligatoriamente los katas básicos: **5 PINNAN**, el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente dos katas del Maestro MABUNI: **JUROKU, MYOJO, AOYAGI, SHINSEI ICHI, SHINSEI NI** y **SHINPA**. De los dos katas elegidos el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente tres katas SUPERIORES: **SANCHIN, SEIENCHIN, PASSAI DAI, NAIFANCHIN SHODAN, SHIHO KOSOKUN, ITOSU NO ROHAI SHODAN, JION** y **MATSUMURA NO ROHAI**. De los tres katas elegidos el aspirante presentará uno voluntario.

El Tribunal se reserva el derecho de pedir al aspirante la realización de cualquier kata de los presentados por este.

KUMITE

El aspirante con la ayuda de un compañero realizará:

3 aplicaciones: 2 de IPPON KUMITE y **1 de NIHON KUMITE**, para ello deberán usar las líneas de desplazamiento de **TENSHI HAPPO**.

1 YAKUSOKU KUMITE de los katas PINNAN, a elección del Tribunal.

1 OYO BUNKAI KUMITE de los katas PINNAN, a elección del Tribunal.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

OBSERVACIONES: El tribunal dará a conocer con suficiente antelación a los aspirantes: los KATAS elegidos PINNAN y del MAESTRO MABUNI, así como el YAKUSOKU KUMITE y el OYO BUNKAI KUMITE, para su óptima preparación del examen.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

TEMARIO ESPECÍFICO

1. Deberá conocer el nombre y el significado de nuestro estilo, su fundador y características técnicas de una forma más extensa.
2. Puntos importantes en la realización de las técnicas de brazo:
 - TSUKITE el que ejecuta la acción
 - HIKITE el que recoge hacia atrás
 - KOSHI KAITEN la acción de la cadera
3. Puntos importantes en la realización de las técnicas de pierna:
 - KAKAE KOMI ASHI elevación de rodilla
 - KERI HANASHI extensión de la pierna
 - JIKU ASHI base de apoyo
 - KOSHI acción de la cadera
 - HIKI ASHI recogida de la pierna
4. Formas de realización de las técnicas de pierna:
 - KEAGE ascendente
 - KEBANASHI percutante
 - KEKOMI penetrante
 - FUMIKOMI aplastante
 - FUMIKIRI cortante
5. Enumerar y explicar los diferentes tipos de saludo:
 - OTAGAINI REI saludo recíproco
 - SENSEINI REI saludo al maestro
 - SOMENI REI saludo al frente
6. ¿Qué es y para qué sirve el MOKUSO?
Es el acto de meditación antes o después de la clase. Sirve, al empezar, para centrarnos en el trabajo a realizar y, al terminar, para relajarnos de la tensión mantenida y volver a la actividad normal.
7. ¿Para qué sirve el trabajo de los katas?
Sirve para desarrollar los elementos fundamentales del KARATE, pues en ellos están los principios básicos, las técnicas y la tradición de este Arte.
8. Principales puntos en la ejecución de un kata:
 - CHAKUGAN Mirada
 - EMBUSEN Línea de realización
 - HYOSHI Ritmo



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

- KIME Fuerza
- ZANSHIN Sensación final
- KIAI Grito de concentración
- KI Energía interna
- KIHAKU Vivencia

9. JINTAI KYUSHO.

La siguiente relación explica con detalle los puntos vitales del cuerpo humano de mayor interés para el karateka.

En resumen, un punto vital es solamente un punto en el que un golpe es más efectivo, comparativamente a otros puntos. El estudio de su localización y posibles efectos, es fundamental para todo karateka que pretenda un control exacto y responsable de sus acciones técnicas, evitando así cualquier consecuencia no deseada.

PUNTOS VITALES de la PARTE FROTAL

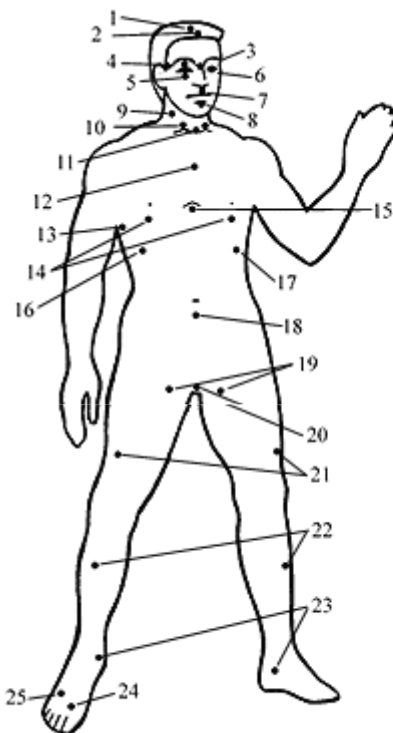
1. **SEITEN o TENDO.** Línea de juntura del frontal y los parietales.
2. **TENTO.** Región entre la frente y la sutura coronal.
3. **CHOTO o UTO.** Punto superior de la nariz y entre los ojos.
4. **KASUMI.** Sienes, especialmente en la juntura del pómulo y el frontal.
5. **SEIDON.** Partes superior e inferior de las cuencas de los ojos.
6. **GANSEI.** Globos oculares.
7. **JINCHU.** Juntura del maxilar superior, debajo de la nariz.
8. **GEKON.** Centro del maxilar inferior, debajo del labio.
9. **MATSUKAZE.** Toda la parte de los músculos externocleidomastoideos cubierta por la platisma.
10. **MURASAME.** Porción frontal a ambos lados de la garganta justamente encima de las clavículas en el principio de la cabeza lateral de los músculos externocleidomastoideos.
11. **SHICHU.** Concavidad en la superficie ventral del cuello situada entre el esternón por abajo, y el hioides por arriba.
12. **DANCHU.** Punto situado debajo de la juntura del manubrio y del esternón.
13. **WAKI-IN o KYOEI.** Cuarto espacio intercostal en la región submaxilar.
14. **GANKA.** Región debajo del pecho entre la quinta y sexta costilla a ambos lados del cuerpo.
15. **SUIGETSU.** Concavidad situada justamente debajo del esternón.
16. **DANKO.** Séptimo espacio intercostal derecho.
17. **TSUKIKAGE.** Séptimo espacio intercostal izquierdo.
18. **MYOSHO.** Punto situado a unos tres centímetros por debajo del ombligo.
19. **YAKO.** Región interna de la parte superior de los muslos; parte de la musculatura de los huesos púbicos.
20. **KINTEKI.**- Testículos.
21. **FUKUTO.** Parte media del vasto externo.
22. **KOKOTSU o MUKOZUNE.** Punto medio del peroné.
23. **UCHI KUROBUSHI.** Punto situado justamente debajo de la tuberosidad interna de la tibia.
24. **KORI.** Punto en la porción interna de la parte superior del pie situado entre los tendones del primero y segundo dedo.
25. **SOIN o KUSAGAKURE.** Punto situado justamente debajo de las caderas del cuarto y quinto metatarsianos.



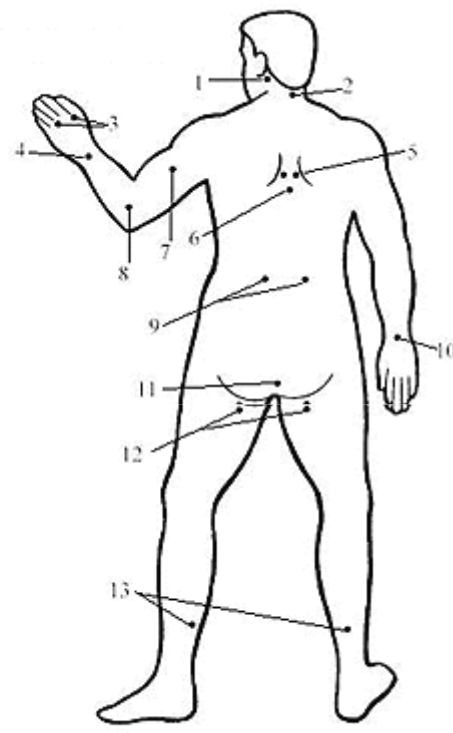
DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

PUNTOS VITALES PARTE DORSAL

1. **DOKKO.** Puntos entre la protuberancia mastoidea (apófisis mastoides) y el maxilar inferior.
2. **KEICHU.** Tercer espacio intervertebral.
3. **SHUKO.** Especialmente los puntos entre el pulgar y el índice, y el anular y el corazón.
4. **SOTO SHAKUTAKU.** Espacio entre las cabezas del radio y el cubito.
5. **SODA o HAYAUCHI.** Punto medio del borde escapular a nivel del tercer espacio intercostal.
6. **KASSATSU.** Espacio entre la quinta y sexta vértebra.
7. **WANJUN.** Punto medio entre el bíceps y el tríceps.
8. **HIJIZUME o CHUKITSU.** Superficie lateral del codo.
9. **USHIRO DENKO.** Lado izquierdo y derecho de la undécima vértebra.
10. **UCHI SHAKUTAKU.** Punto entre los músculos radial y flexor de los dedos.
11. **BITEI.** Base de la columna vertebral.
12. **USHIRO IRAZUMA.** Punto central del dorso de la parte superior del muslo justamente debajo de la nalga.
13. **KUSANAGI.** Parte baja del músculo sóleo.



PARTE FRONTAL



PARTE DORSAL



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 2do DAN

EXAMEN ESCRITO:

TEMARIO ESPECÍFICO

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

FASE TÉCNICA

KIHON

Constará de los siguientes apartados:

UKE WAZA (Técnicas de defensa)

En este apartado se realizarán 10 técnicas distintas, de estas al menos 3 serán con mano abierta y 2 dobles con ambos brazos.

GERI WAZA (Técnicas de pierna)

El aspirante deberá realizar 6 técnicas diferentes de pierna, al menos 3 de ellas del GERI HAPPO.

TSUKI-UCHI WAZA (Técnicas directas e indirectas)

Realizará 10-12 técnicas, con las siguientes premisas: al menos 3 serán con mano abierta, 2 con el codo, y de todas ellas al menos dos serán dobles con ambos brazos.

Se podrán intercalar o simultanear técnicas de defensa o ataque, para darle más sensación de realismo y eficacia. Aunque no necesariamente en todas ellas.

Todo trabajo presentado deberá ir basado en la utilización de todo tipo de desplazamientos, esquivas y variedad de posiciones. Las ejecuciones técnicas deberán reflejar el control de la velocidad, coordinación, potencia, actitud mental y contrastada efectividad.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

KATA

El aspirante presentará obligatoriamente dos katas del Maestro MABUNI: **JUROKU, MYOJO, AOYAGI**, y **MATSUKAZE**. De los dos katas elegidos el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente dos katas: **SHINSEI ICHI, SHINSEI NI, SANCHIN, TENSHO** y **SHINPA**. De los dos katas elegidos el tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente tres katas SUPERIORES: **ISHIMINE NO PASSAI, PASSAI SHO, PASSAI DAI, KOSHIKI NAIFANCHIN, NAIFANCHIN NIDAN, ITOSU NO ROHAI NIDAN, KOSOKUN SHO, SAIFA, WANSHU** y **JITTE**. De los tres katas elegidos el aspirante presentará uno voluntario.

El Tribunal se reserva el derecho de pedir al aspirante la realización de cualquier kata de los presentados por este.

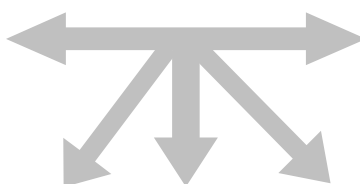
KUMITE

El aspirante con la ayuda de un compañero realizará:

5 aplicaciones: 2 deberán ser sobre **ATAQUE** de **PIERNA** y mínimo **2** de **NIHON KUMITE**, para ello deberán usar las líneas de desplazamiento de **TENSHI HAPPO**.

El aspirante deberá demostrar tener conocimiento de los conceptos de técnica defensiva EXTERIOR e INTERIOR, control de la acción y reacción del oponente (GYAKU WAZA).

El esquema será el que se indica a continuación:





DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

3 YAKUSOKU KUMITE de los katas PINNAN.

El **BUNKAI KUMITE** del kata SUPERIOR voluntario. Realizará 4-6 aplicaciones de las partes más representativas del kata.

OBSERVACIONES: El tribunal dará a conocer con suficiente antelación a los aspirantes los KATAS elegidos, para su óptima preparación del examen.



TEMARIO ESPECÍFICO

1. Deberá conocer el estilo en profundidad.
2. Deberá conocer, al menos a nivel teórico, el bunkai de uno de los katas superiores que presente, determinado por el propio aspirante, sobre el cual, el Tribunal, si lo estima oportuno, podrá pedirle alguna aclaración.
3. ¿Qué significa KARATE DO?
KARA significa vacío; TE significa mano y DO camino espiritual.
4. Explicación de una posición enumerando: nombre, superficie de asentamiento, distribución del peso, situación del tronco y demás características generales, así como las posibilidades en su aplicación práctica.
5. Explicación de una técnica de las presentadas en defensa, ataque o contraataque, ya sea de puño, mano, codo o pierna, definiendo fundamentalmente: punto de partida, recorrido y terminación, así como las posibilidades en su aplicación práctica.
6. Explicación y finalidad de los movimientos de cualquiera de los katas que presenta.
7. Formas de utilización de la cadera:
 - JYUN KAITEN en el mismo sentido que la técnica
 - GYAKU KAITEN en sentido contrario a la técnica
8. Enumeración de las distintas posiciones del tronco:
 - HANMI cadera de lado
 - GYAKU HANMI cadera de lado inverso
9. Nombre que reciben las diferentes partes de la mano y brazo:
 - UDE antebrazo
 - HIJI ATE codo
 - SEIKEN puño frontal
 - URAKEN puño del revés
 - NUKITE punta de los dedos
 - KOKEN parte de la muñeca doblada
 - KENTSUI o TETTSUI puño de martillo
 - SHOTEI base de la palma de la mano
 - NAKADAKA KEN puño del medio dedo
 - NAKADAKA IPPON KEN puño del dedo índice
 - YUBI-BASAMI tijera de dedos
 - SHUTO borde externo de la mano



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE
CINTURÓN NEGRO 3er DAN

EXAMEN ESCRITO:

TEMARIO ESPECÍFICO

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE



FASE TÉCNICA

KIHON

Está formado por los siguientes apartados:

UKE WAZA (Técnicas de defensa)

En este apartado se realizarán:

7 Técnicas diferentes de mano cerrada.

7 Técnicas diferentes con mano abierta y/o cualquier otra defensa que no utilice el antebrazo (codo, pierna, etc.)

GERI WAZA (Técnicas de pierna)

El aspirante deberá realizar 8 técnicas diferentes de pierna, al menos 4 de ellas del GERI HAPPO.

TSUKI-UCHI WAZA (Técnicas directas e indirectas)

En este apartado se realizarán:

7 Técnicas diferentes con mano cerrada.

7 Técnicas diferentes con mano abierta y/o cualquier otra parte del cuerpo que no sean las piernas.

Se podrán intercalar o simultanear técnicas de defensa o ataque, para darle más sensación de realismo y eficacia. Aunque no necesariamente en todas ellas.

Todo el trabajo presentado utilizará todo tipo de desplazamientos, esquivas y variedad de posiciones. Las ejecuciones técnicas reflejarán el control de la velocidad, la coordinación, la potencia, la actitud mental y una contrastada efectividad.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

KATA

El aspirante presentará obligatoriamente **SANCHIN** o **TENSHO**.

El aspirante presentará obligatoriamente los katas del Maestro MABUNI: **SHINSEI ICHI, SHINSEI NI, SHINPA, JUROKU, AOYAGI, MYOJO** y **MATSUKAZE**. El tribunal elegirá el que estime oportuno.

El aspirante presentará obligatoriamente cuatro katas SUPERIORES: **NAIFANCHIN SANDAN, KOSOKUN DAI, SEISAN, SANSERU, ITOSU NO ROHAI SANDAN, , JIIN, CHINTEI** y **NISHEISI**. De los cuatro katas elegidos el aspirante presentará uno voluntario.

El Tribunal se reserva el derecho de pedir al aspirante la realización de cualquier kata de los presentados por este.

KUMITE

El aspirante con la ayuda de un compañero realizará:

Un **trabajo libre** utilizando las 8 líneas de desplazamiento de **TENSHI HAPPO**, de las cuales, **2** deberán ser sobre **ATAQUES** de **PIERNA** y mínimo **3** de **NIHON KUMITE**.

El aspirante deberá demostrar tener conocimiento de los conceptos de las técnicas defensivas EXTERIOR e INTERIOR, control de la acción y reacción del oponente (GYAKU WAZA y URA WAZA) y en alguna de las aplicaciones deberá controlar al oponente con una inmovilización, luxación o derribo simple y que no entrañe riesgo para ninguno de los dos (KATAME WAZA, NAGE WAZA y KANSETSU WAZA).

Los **5 YAKUSOKU KUMITE** de los katas PINNAN.

El **BUNKAI KUMITE** del kata SUPERIOR voluntario. Realizará 5-7 aplicaciones de las partes más representativas del kata.

1 **OYO BUNKAI KUMITE** de alguna de las técnicas o parte del kata superior voluntario. Con las mismas premisas que para la realización del TENSIN HAPPO.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

OBSERVACIONES: El tribunal dará a conocer con suficiente antelación a los aspirantes los KATAS elegidos, para su óptima preparación del examen.

Exigir a los examinados expliquen de forma oral y con coherencia el bunkai kumite del kata voluntario, no solo con las partes visibles, sino también con aquellos pasajes que consideren que existen otras técnicas llamémosles ocultas. Demostrando así que no se han limitado a repetir el kata como autómatas, sino que lo sienten, lo comprenden y lo disfrutan.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

TEMARIO ESPECÍFICO

1. Conocimiento claro y extenso de Dento Shito-Ryu Karate-do. Así mismo, tendrán conocimiento del temario general de la Normativa.
2. Deberá conocer, a nivel teórico y en profundidad, todos los aspectos históricos, técnicos y de aplicación práctica del kata voluntario que presenta.
3. ¿Qué se consigue con el trabajo de los katas? (desarrollar por el aspirante).
4. Explicación de un tipo de kumite (desarrollar por el aspirante).
5. Preguntas personales sobre aspectos de Karate-do, Escuela... (desarrollar por el aspirante).
6. Relación y definición de los diferentes tipos de respiración:
 - DONTO normal
 - IBUKI diafragmática con contracción abdominal sonora.
 - NOGARE diafragmática sin contracción abdominal.
7. Diferentes tipos de kumite:
 - IPPON KUMITE: un ataque, una defensa y un contraataque
 - NIHON KUMITE: dos ataques, dos defensas y un contraataque
 - SANBON KUMITE: tres ataques, tres defensas y un contraataque
 - YAKUSOKU KUMITE: intercambio ataques y defensas
 - JYJU IPPON KUMITE: combate libre a una técnica
 - JYU KUMITE: combate libre suave
 - SIHAI KUMITE: combate reglamentado
 - KUMITE: combate libre
 - BUNKAI KUMITE: estudio movimientos del kata
 - OYO BUNKAI KUMITE otras formas en el estudio del kata

El aspirante a tercer dan deberá conocer el temario específico de los grados anteriores.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE
CINTURON NEGRO 4º DAN

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE

FASE ESTUDIO:

TESINA



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

FASE TÉCNICA

KIHON

UKE WAZA

Objetivo de este apartado: EVOLUCION de la TECNICA BASICA.

El aspirante presentara 10 ejercicios prácticos de defensa, 2 en cada apartado de UKE NO GOGENRI.

El trabajo deberá contener los siguientes conceptos:

- 1- Concepto de 1 tiempo.
- 2- Uso de las dos manos.
- 3- Control del adversario (gyaku waza).

TRABAJO LIBRE

Se realizará el UKE NO HENKA sobre una defensa:

- 1- Principio básico.
- 2- Evolución.
- 3- Desarrollo o aplicación practica (teniendo en cuenta ura y omote waza).



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

KATA

El aspirante presentara un número de **diez katas**, *cuatro de la lista oficial de cuarto dan y seis de las litas de los anteriores grados.

De los seis katas de grados anteriores, se deberán cumplir los siguientes requisitos:

Dos katas deberán ser de la línea de **SHURI-TE**, dos katas de **NAHA-TE**, y dos katas de otros **MAESTROS** (ARAGAKI, MABUNI, etc.).

De los diez katas presentados el aspirante elegirá uno como voluntario, de los restantes el tribunal elegirá los que estime oportunos.

*Katas de la lista de cuarto Dan:

CHINTO, SISOOCHIN, KURURUNFA, SANCHIN, KAISHU-SANCHIN, SOCHIN, MATSUMURA-NO-PASSAI, TOMARI-NO-PASSAI, HAFFA.

KUMITE

El aspirante con la ayuda de uno o mas compañeros realizara:

BUNKAI KUMITE del kata voluntario. Realizara 5-7 aplicaciones de las partes más representativas del kata.

OYO BUNKAI KUMITE. Realizara 1 sola variable de cualquiera de las 5-7 partes aplicadas en el **BUNKAI**.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

FASE ESTUDIO

TESINA

El aspirante deberá presentar la siguiente documentación:

- CURRICULUM o HISTORIAL en karate.
- TESINA. Realizará de 4 a 6 folios escritos a doble espacio sobre cualquier aspecto técnico-físico de DENTO SHITO-RYU.

En TRIBUNAL realizará con el aspirante, un coloquio sobre cualquier aspecto de su tesina.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE

CINTURON NEGRO 5º DAN

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE

FASE ESTUDIO:

TESINA



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

FASE TÉCNICA

KIHON

YAKUSOKU KUMITE

El aspirante con la ayuda de uno mas compañeros realizará:

Cuatro YAKUSOKUS de entre 5 a 10 técnicas.

Deberán intercambiar técnicas de defensa y ataque (puño, mano abierta, codo, pierna), variaciones de nivel y distancia.

Se demostrara fluidez, potencia, efectividad y coherencia.

NOTA: el trabajo será de creación propia y dentro de un concepto básico (no se podrán realizar yakusokus de los katas pinan).

KATA

El aspirante presentara un numero de **ocho katas**, *cuatro de la lista oficial de quinto dan y otros cuatro de las listas de los anteriores grados.

De los ocho katas presentados el aspirante elegirá uno como voluntario, de los restantes el tribunal elegirá los que estime oportunos.

*kata de la lista de quinto dan:

**NIPAIPO, SEIPAI, SUPARIMPAI, GOJUSHIHO, CHATAN YARA
KOSOKUN, UNSHU, PAPPUREN.**



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

KUMITE

El aspirante con la ayuda de uno o más compañeros realizara:

BUNKAI KUMITE del kata voluntario. Realizara 5-7 aplicaciones de las partes más representativas del kata.

OYO BUNKAI KUMITE. Realizara 2 variables de cualquiera de las 5-7 partes aplicadas en el **BUNKAI**.

FASE ESTUDIO

TESINA

El aspirante deberá presentar la siguiente documentación:

- CURRICULUM o HISTORIAL en karate.
- TESINA. Realizará de 6 a 10 folios escritos a doble espacio sobre cualquier aspecto técnico-físico de DENTO SHITO-RYU.

En TRIBUNAL realizará con el aspirante, un coloquio sobre cualquier aspecto de su tesina.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

ESTRUCTURA DE EXAMEN DE

CINTURON NEGRO 6º DAN

FASE TÉCNICA:

KIHON

KATA

KUMITE

FASE ESTUDIO:

TESINA



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

FASE TÉCNICA

KIHON

PRESENTACIÓN DE TRABAJO LIBRE

El aspirante con la ayuda de uno o mas compañeros realizara realizará **YAKUSOKU** de libre ejecución, el tiempo de presentación será máximo de diez minutos, para la presentación y ejecución del ejercicio.

Deberá intercambiar técnicas de defensa y ataque, demostrando control de las acciones y coherencia (*concepto de interior y exterior, ura y omote waza*). Se demostrara control del oponente y eficacia en cada situación.

NOTA: el aspirante deberá antes de la ejecución técnica explicar al tribunal en que se basa su trabajo libre.

KATA

El aspirante presentara un total de **seis katas**, debiendo cumplir estos las siguientes condiciones:

Dos katas deberán ser de **SHURI-TE**, dos katas de **NAHA-TE**, y dos katas de otros **MAESTROS** (ARAGAKI, MABUNI, ETC.).

El aspirante deberá ejecutar delante del tribunal tres katas, uno de cada una de estas tres líneas de trabajos de "DENTO SHITO RYU KARATE-DO".

El tribunal se reserva el derecho de pedir al aspirante la realización de algún otro kata de la lista presentada.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

KUMITE

El aspirante con la ayuda de uno o más compañeros realizara:

BUNKAI KUMITE de uno de los katas voluntarios. Realizara 5-7 aplicaciones de las partes más representativas del kata.

OYO BUNKAI KUMITE. Lo realizara de las partes aplicadas en el **BUNKAI KUMITE**, haciendo un estudio de URA y OMOTE WAZA, así como de KYUSO (puntos vitales).

FASE ESTUDIO

TESINA

El aspirante deberá presentar la siguiente documentación:

- CURRICULUM o HISTORIAL en karate.
- TESINA. Realizará un trabajo LIBRE y exclusivamente dentro del karate tradicional.

En TRIBUNAL realizará con el aspirante, un coloquio sobre cualquier aspecto de su tesina.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

RECOMENDACIÓN de CLASIFICACIÓN KATAS según diferentes grados

NEGRO y 1er. Dan

5 Pinnan
Shinsei Ichi y Ni
Shinpa
Juroku
Myojo
Aoyagi
Passai Dai
Sanchin
Naifanchin Shodan
Shiho Kosokun
Seienchin
Itosu no Rohai Shodan
Matsumura no Rohai
Jion

2do. Dan

Ishimine no Passai
Passai Sho
Koshiki Naifanchin
Naifanchin Nidan
Kosokun Sho
Jitte
Itosu Rohai Nidan
Wanshu
Saifa
Matsukaze
Tensho



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

3er. Dan

Naifanchin Sandan
Kosokun Dai
Jiin
Itosu Rohai Sandan
Chintei
Seisan
Sanseru
Niseishi

4o. Dan

Chinto
Sisoochin
Kururunfa
Soochin
Matsumura no Passai
Tomari no Passai

5º. Dan

Nipaipo
Seipai
Suparimpei
Gojushiho
Chatanyara Kosokun
Unshu



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

DENTO SHITO-RYU KARATE-DO CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

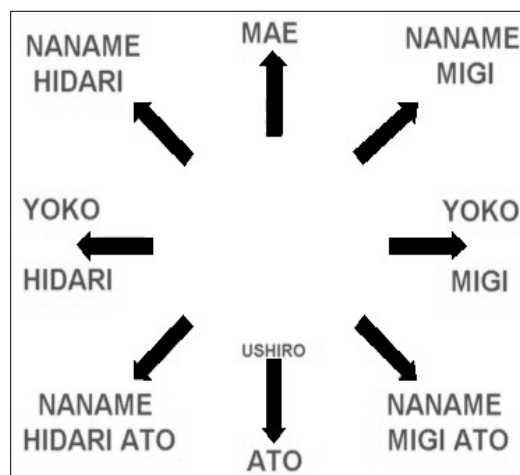
La técnica de Dento Shito-Ryu, es una técnica muy sutil. Comparada con otros, puede parecer falta de expresión en la potencia, pero es compensada de sobras por la velocidad y sutilidad en su ejecución.

Enfatiza la naturalidad en las posiciones, ni muy bajas, ni muy altas, habiendo muy poca diferencia entre el entrenamiento y la aplicación real. En los ataques se usan posiciones altas, siendo más bajas en las defensas. La forma de cerrar el puño es común a todas las escuelas, y el hikite se hace a la mitad del cuerpo.

La fuerza en las técnicas se concentra en el bajo vientre o hara, donde reside el centro de gravedad.

Tiene como principio que la mejor defensa es el ataque. Una defensa correctamente realizada, también puede considerarse como un ataque "Karate wa karada no kawashite no sabaki". Una defensa debe efectuarse de tal manera que por su vigor y eficacia pueda hacer desistir al adversario de realizar un segundo intento.

Existen una gran diversidad de defensas que permiten al practicante decidir sobre el grado de contundencia y efectividad de éstas, pero los desplazamientos forman el pilar básico que todo karateca debe estudiar con especial interés, ya que, entre otras razones, no siempre la posible corpulencia del adversario hará aconsejable enfrentar nuestras fuerzas. Para ello es muy recomendable la práctica del **Tenshi Happo** (desplazamientos en ocho direcciones).





DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

Los cinco desplazamientos básicos ó **Tenpo Goho** son: De Ashi (Natural al frente), Hiki Ashi (Natural atrás), Yori Ashi (Simultáneo de los dos pies), Mawari Ashi (Circular) y Tobi Ashi (En salto).

Las defensas son efectuadas con salidas en 45°. Posee técnicas de defensa clásicas además de Gyaku waza (Control del adversario), Nage waza (Técnicas de proyección y barridos), Shime waza (técnicas de estrangulación), Kansetsu waza (Técnicas de luxación), y Katame waza (Técnicas de inmovilización).

Las formas de defenderse contra un ataque son agrupadas en cinco conceptos diferentes **Uke No Gogenri**: Rakka, Ryu-Sui, Kushin, Ten-i y Hangeki.

1.- **RAKKA** "La flor que cae"

Parar vigorosamente sin desplazamiento alguno.

2.- **RYU-SUI** "La corriente de agua"

Desviar el ataque del adversario sin oponerse a su fuerza y dejar que su movimiento siga como una corriente de agua.

3.- **KUSHIN** "Flexión y extensión"

Defender contrayendo y expandiendo el cuerpo.

4.- **TEN I** "Cambiar de posición con un desplazamiento"

Desplazar el cuerpo utilizando la técnica TENSHIN.

5.- **HANGEKI** "Contra-ataque"

Defender y contraatacar simultáneamente.

Existen gran cantidad de formas de ataque. De una forma racional y basada en el método, podemos utilizar casi todas las partes del cuerpo adaptándolas a la necesidad y situación del momento, aunque las manos y los pies forman las técnicas fundamentales.

Además de un amplio y diverso trabajo de Kihón, en el "Manual" de Dento Shito-Ryu se trabaja de forma continuada el **Tenshin Hoppo** (8 direcciones), **Uke No Gogenri** (5 conceptos defensivos), **Hiji Ate Goho** (5 ataques de codo), **Tenpo Goho** (5 desplazamientos básicos), **Geri Hoppo** (8 ataques de pierna) , y el conocimiento de las técnicas de defensa **Uke Kata** (forma de recibir), desarrollo y aplicación de las técnicas defensivas de forma continuada y progresiva **Uke No Henka** (variaciones en la defensa). Así mismo forman parte en el entrenamiento del "día a día", ejercicios que de forma progresiva, nos llevan al conocimiento de las innumerables técnicas existentes, hasta llegar al trabajo libre de **kumite** (combate) o de **goshin** (defensa personal). Ippon kumite, Nihon kumite, Sanbon kumite, Yakosoku kumite, Bunkai kumite, Oyo Bunkai Kumite, Jyu kumite, y Kumite nos acercan a ese conocimiento de aplicar Karate-Do.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

Las técnicas de Karate, en la medida que persiguen la máxima eficacia, deben ser dirigidas a puntos precisos del cuerpo del adversario con la intención de disminuir su combatividad. Su aplicación siempre debe ser proporcional y responsable en función del grado de contundencia que requiera la situación y el adversario. El practicante de Shito-Ryu debe conocer esos puntos vitales. En el cuerpo humano existen numerosos puntos con especial interés para el karateca, denominados **Jintai Kyusho**. Basados en los conceptos de la acupuntura oriental, son puntos donde dirigir una técnica es mucho más eficaz que dirigirla a otro cualquier punto del cuerpo. Es imprescindible un detenido estudio de estos, ya que un desconocimiento de su ubicación y efectos podría provocar unas consecuencias no deseadas.

En situaciones a corta distancia, el cuerpo también presenta diversas opciones para poder elegir la técnica más óptima: cabeza, cadera, pies, codos, rodillas.

Se pone un especial estudio y práctica de cinco técnicas de codo **Higi Ate Goho**: Mawasi Hiji Ate (Circular), Ushiro Hiji Ate (Atrás), Tate Hiji Ate (Vertical), Otoshi Hiji Ate (Descendente) y Yoko Hiji Ate (Lateral).

También se pone especial atención en el estudio y trabajo de las ocho técnicas de pierna **Geri Happo**: Hiza Geri (Rodilla), Ka Sokutei (Talón hacia abajo), Ushiro Sokutei (Talón arriba), Sokko ó Kingeri (Empeine a los testículos), Mae-Geri You Sokutei Chudan (Base de los dedos a la boca del estómago), Mae-Geri You Sokutei Yodan (base de los dedos en forma ascendente), Sokutei (Fumikomi - Interior) (Aplastante a la rodilla con la planta del pie) y Sokuto (Fumikomi – Exterior) (Aplastante a la rodilla con el canto del pie).

Dento Shito-Ryu es hoy día sin lugar a dudas el que cuenta con un mayor número de katas. Mas de 50 katas de Shuri-Te, Naha-Te y Tomari-Te.

Los katas provenientes de las enseñanzas del Maestro Kanryo Higaonna, son la versión que conservó su discípulo Chojun Miyagi fundador del estilo Goju-Ryu, gran amigo de Kenwa Mabuni. Las katas provenientes de Shuri-Te son la versión aprendidas por Mabuni del Maestro Anko Itosu.

SHURI-TE:

Sus katas son rápidos y potentes combinado con gran fluidez, sus técnicas así como sus desplazamientos son rectilíneos. Estos estudian el combate en distancia larga.

La respiración es siempre natural.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

NAHA-TE:

Sus Katas son concentrados y lentos, combinan perfectamente lo fuerte y lo suave con gran fluidez, sus posiciones son muy estables, los desplazamientos y técnicas generalmente son circulares. Las técnicas de ataque así como las defensas son ricas en trabajo de mano abierta, las técnicas de pierna suelen ser bajas dirigidas a las articulaciones.

Estos katas hacen un estudio del combate en distancia corta.

La respiración suele combinar IBUKI con NOGARE.

TOMARI-TE:

Aunque esta pueda parecer una mezcla de las dos anteriores podemos decir que esta más próxima a SHURI-TE que de NAHA-TE.

Su trabajo combina la distancia corta y larga, sus desplazamientos, posiciones así como sus técnicas combinan lo rectilíneo con lo circular.

El ritmo suele ser cambiante dependiendo de sus técnicas teniendo partes rápidas y otras más lentas y pesadas.

Son katas ricos en KAMAES.

La respiración es natural utilizando la respiración IBUKI-NOGARE en determinadas partes del kata.

Tres son los katas que han tenido su origen en TOMARI, representativos de la escuela del Maestro ARAGAKI: SOCHIN, NISEISHI, UNSHU.

El **kumite** es un aspecto muy importante, según Kenei Mabuni el actual Soke, con el kumite se lleva a la práctica el trabajo real de Karate-Do, y ejercita y desarrolla el espíritu combativo.

El **Jyu Kumite** resulta también muy provechoso, pues los estudiantes alcanzan a practicar todas las técnicas de ataque y de defensa, ofreciéndonos la ocasión perfecta de adquirir un control de nosotros mismos.

La aplicación de las técnicas y movimientos del kata o **Bunkai Kumite**, es un aspecto muy trabajado. Dentro de este apartado, estarían también los **Oyo Bunkai Kumite**, o aplicaciones libres, que cada estudiante dependiendo de su nivel puede interpretar a partir de las técnicas del kata, así mismo muy trabajado.

El **Ippon Kumite** se practica también con mucha continuidad en las sesiones. Al atacante se le impone un tipo de técnica y nivel a trabajar, de este modo el defensor aplica una técnica de defensa apropiada para su estudio. De la misma forma se realizan los trabajos de **Nihon kumite** y **Sanbon kumite**.

Después se practica **Yakusoku Kumite** con alumnos más aventajados. Combate establecido con diversas técnicas de ataque, defensa, contra-ataque. En Dento



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

Shito-Ryu existen combinaciones técnicas creadas tomando como base los katas Pinan, en número también de cinco.

Dento Shito-Ryu nunca ha abandonado sus raíces Okinawenses especialmente en cuanto se refiere a la práctica del Karate-Do tradicional, intentando incluso conservar la terminología o nombres antiguos y tradicionales de las técnicas.

El símbolo de la escuela y emblema de la familia Mabuni, simboliza y representa la armonía, y evoca o recuerda a dos hombres que concurren en un círculo para mantener la paz (WA), dándole la interpretación de las dos líneas que provienen de los maestros que influyeron más en él. Las líneas de los maestros ITOSU y HIGAONNA. Esto demuestra el grado de respeto, admiración, agradecimiento, y profundos sentimientos que tenía el Maestro KENWA MABUNI por sus dos grandes maestros (a pesar de que aprendió muchas otras técnicas de otros maestros), cuyas enseñanzas dejaron tan profunda huella, que él eligió no solo el nombre de su estilo de los ideogramas de los nombres de ellos, sino como escudo de su familia un símbolo que también hace referencia a ellos.





EL SENTIDO DE LOS KATAS Y SUS CARACTERÍSTICAS

La combinación de las tradiciones de Itosu, Higaonna y otros, hacen de Shito-Ryu un estilo de amplios conocimientos con más de 50 ejercicios formales o Katas. Cada uno de ellos contiene alguna que otra técnica determinada que los hace particulares y únicos.

Los orígenes de los katas son chinos, no se sabe a ciencia cierta si los llevaron a Okinawa los chinos o fueron los okinawenses a estudiar a China, lo cierto es que la influencia china es innegable, en escuelas como la Shito-Ryu tienen katas con orígenes directos del estilo de Kung-Fu de la "Grulla Blanca".

Kenwa Mabuni insistió en que los Katas tienen que ser ejecutados tal y como su creador los realizó, sin ser nunca modificados.

Los **Katas de Naha-Te** son de movimientos cortos y potentes. Combinan perfectamente lo fuerte y lo suave con gran fluidez, sus posiciones son muy estables, los desplazamientos y técnicas normalmente son circulares. Enfatizan la respiración profunda, la contracción muscular y mucho trabajo con las manos abiertas.

Estos katas hacen un estudio del combate en distancia corta, en la respiración suele combinar IBUKI con NOGARE. Podemos diferenciar dos tipos de katas: de trabajo y técnicos.

Los katas de la línea de Higaonna Sensei necesitan potencia y tienen una característica de fortalecimiento del cuerpo, como se hace evidente en el Kata Sanchin; potencia del cuerpo, centro de gravedad bajo y trabajo del Hara.

Los **Katas de Shuri-Te** son rápidos y potentes, combinados con gran fluidez. Sus técnicas, así como sus desplazamientos, son rectilíneos.

Los katas de la línea de Itosu Sensei necesitan velocidad en sus técnicas y estudian el combate en distancia larga. La respiración es siempre natural.

Los **katas de Tomari-Te** están influenciados por estos dos estilos, estando más próximos a Shuri-Te que a Naha-Te. Suelen ser un poco más lentos que las de Shuri-Te y tienen una gran cantidad de "kamaes".

Su trabajo combina la distancia corta y larga, sus desplazamientos, posiciones, así como sus técnicas combinan lo rectilíneo con lo circular. El ritmo de ejecución suele ser cambiante, dependiendo de sus técnicas, teniendo partes rápidas y otras más lentas y pesadas.

La respiración es natural, utilizando la respiración IBUKI y NOGARE en determinadas partes del kata. Katas muy representativos de Tomari-Te son los de Aragaki Sensei: Unshu, Sochin y Niseishi.



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

Kenwa Mabuni fue en su época el experto más avanzado en materia de Katas de todo Japón y muchos Maestros le visitaban para aprovechar sus enseñanzas; su hijo Kenei Mabuni mantiene esta tradición.

Se dice a menudo que el Karate existe a través de los Katas porque contienen todas las técnicas y la visualización de todas las combinaciones posibles de las mismas.

Un Kata cuyas aplicaciones nos son desconocidas, es como el baúl del tesoro sin llave. No tiene mucho sentido ejecutar los movimientos, a menudo complicados de un Kata, si no se es capaz de visualizar sus propósitos reales.

Según el "Soke" Kenei Mabuni su padre Kenwa Mabuni, dio a conocer algunos katas de su propia creación, a partir de su llegada a Osaka.

En estos primeros años de la época Showa (época histórica que se abre en Japón a partir de 1926) el maestro Mabuni llega a Osaka con la única finalidad de difundir el karate por todo el Japón. En aquellos tiempos no existían pabellones deportivos, por lo que el primer dojo en el que impartió enseñanzas fue en el de la policía. Su propósito fundamental era la difusión del karate, pero no tenía muchas oportunidades de hacerlo por lo que no dudó en aprovechar algún hueco en las diferentes exhibiciones de otras artes marciales que se realizaban, y que ya gozaban de un gran prestigio.

Sin embargo, la gente no terminaba de comprender la esencia de karate y percibía la ejecución de los katas como si se tratase de una danza extraña, ejecutada con los puños.

Durante esa primera época, el karate era apenas conocido y rara vez comprendido. El maestro Mabuni en ese momento atraviesa por malos momentos, siendo a partir de entonces cuando los estudiantes de la región de kanzai empezaron a interesarse por él y se fundaron los primeros clubes en las universidades. Esto cambió la situación.

Mabuni abrió más tarde su dojo en Osaka "You Shu Kan". Su dedicación se volcó entonces hacia la difusión del karate que se hacía en su escuela, y en especial hacia la instrucción de profesores.

En ese momento decide la realización de estos ejercicios formales "katas" de su propia creación. Algunos de estos Katas los creó para poder enseñar a jóvenes y noveles estudiantes técnicas más complejas o consideradas de un mayor nivel técnico, y por tanto, demostradas en los otros katas superiores de su escuela y que solo eran asequibles a estudiantes avanzados. También los crea, como



DENTO SHITO-RYU KARATE-DO
NORMATIVA de CINTO NEGRO

anuncia en su libro "Karate-Do Niu Mon", para acercar el karate como un sistema de salud y de autodefensa no solo a hombres sino también a mujeres, a pesar de las reticencias de la época. Otros los creó después de trabajos recopilados con los maestros y compañeros de la época Miyagi y Uechi.

Con estos propósitos el maestro Kenwa Mabuni crea los katas SHINSEI, SHINPA, MIOYO, OYAGI (Sei Ryu), JUROKU, y MATSUKASE, los cuales se practican en la actualidad y según el actual Soke Kenei Mabuni, "Tal cual" el maestro los creó.