

KI JUTSU DO

Il Ki Jutsu Do si prefigge lo sviluppo psico-fisico dell'individuo e la sua completa realizzazione interiore e, ponendo marcatamente l'accento sull'importanza dell'energia vitale, deve essere inteso nel senso più filosofico della pratica dell'Arte Marziale, non un insieme di semplici tecniche di combattimento.

Esso si basa su un concetto di difesa personale e quindi insegna principalmente ad essere pronti ed a saper reagire ad un attacco attraverso una neutralizzazione che causi il minor danno possibile all'aggressore.

Codificato sulla base delle tecniche delle varie Arti Marziali tradizionali praticate nel tempo dal fondatore (Soke Roberto Latini), unendo anche insegnamenti di altre discipline (sia orientali che occidentali), esso propone un concetto "diverso" del combattimento che punta soprattutto sulle capacità interiori dell'individuo:

- ‡ attenzione,
- ‡ controllo dell'aggressività,
- ‡ tecnica di risposta commisurata alla tipologia di attacco,
- ‡ sviluppo di velocità,
- ‡ elasticità ed equilibrio,
- ‡ etc.

L'allenamento avviene mantenendo, il più possibile, la situazione reale che potrebbe presentarsi, quindi:

- ‡ niente tatami per le cadute,
- ‡ niente distinzione di peso, sesso ed età,
- ‡ etc.

in breve, la lezione tipo di Ki Jutsu Do inizia con un breve saluto cerimoniale per proseguire con esercizi di respirazione e di ginnastica di base per la mobilità articolare, la coordinazione ed il potenziamento muscolare.

Si passa poi alle tecniche di caduta ed ai movimenti di base che vengono poi applicati nei kata e nel kumite, sia in piedi che a terra.

La lezione termina con esercizi di defaticamento ed il saluto finale.

Non è comunque trascurato:

- ‡ lo studio di un'ampia gamma di armi tradizionali e moderne,
- ‡ l'aspetto interiore con sedute di meditazione ad hoc,
- ‡ lo studio dei chakra e di tutte le loro implicazioni,
- ‡ lo sviluppo energetico basato sullo stiramento e la tonificazione delle catene muscolari lungo il percorso dei meridiani energetici con l'esecuzione di esercizi base di:
 - Hatha Yoga,
 - Qi Gong,
 - Makko-Ho,
 - Kokyu,
 - etc.

Il Maestro oggi insegna e promuove le varie arti marziali praticate nelle quali ha ottenuto i diversi gradi, tutti conseguiti in federazioni di indiscusso valore. Fanno parte del suo staff tecnico più Maestri ed Istruttori che lo seguono da oltre venti anni.