



# ASSOCIAÇÃO FATSHAN DE KUOSHU-KUNG FU TRADICIONAL

## FATSHAN KUOSHU ASSOCIATION - TRADITIONAL KUNG FU

武行不丁丁 井上倉 正十事系 老功夫



www.fatshan.com.br

Fundada em 23/05/1986

China - Brasil - USA - Europa - África



### CURSO DE DEFESA PESSOAL RADAR

(Resistência armada e desarmada antecipada nas ruas)

Os níveis de aprendizado: Básico, intermediário, avançado e perito.

#### Objetivo :

- Transmitir informações e permitir o desenvolvimento e habilidades de autodefesa através do Kung Fu, capacitar pessoas leigas a resguardarem sua integridade física e perpetuação da espécie, através do treinamento de técnicas selecionadas do Kung Fu (Shaolin, Wing Chum, Shuai Chiao, Tai Chi Chuan, Sanda, Pa Kua, Hsing-I, Chin-na, Tai Shing Pek Kwar, etc. )
- Chin-na (chin = Agarrar, apresar e Na = Pressionar) .

Arte desenvolvida pelos antigos shaolins com o objetivo de controlar o oponente através de simples, mas eficientes técnicas como manipulação de juntas, torções, projeções, etc.

É um sistema independente de defesa pessoal e não competitivo e suas técnicas de controle são muito utilizadas por forças armadas e policiais. O Chin-na é a mãe de técnicas do moderno Aikido e do Jiu Jitsu.

Os níveis do Chin-na :

- TSHUO GU = Deslocando os ossos
- FEN GIN = Dividindo músculo e tendão
- BIH CHI = Impedindo a respiração
- DUAN MIE = Impedindo ou bloqueando a veia/artéria
- TEIN HSUEH = Pressionar as cavidades



Da esq. para dir.: Atleta Otavio (PRF), Prof<sup>o</sup> Aurélio, Sifu Mendes, Atleta Wagner (PRF)

#### Público Alvo :

- Praticantes de artes marciais em geral, seguranças, membros das forças armadas em geral.

#### Conteúdo Programático:

- História e Técnica do Kung FU.
- Meditação, alongamento, aquecimento, técnicas de defesa pessoal contra socos, chutes, agarramentos, enforcamentos, estupros, roubos de bolsas, facas, porretes, revolver, armas naturais, os quais necessitam de poder, reflexos rápidos, um forte controle e experiência adquirida com autoconfiança e coragem adquiridas através de um bom condicionamento psicológico.
- Descrição anatômica: ossos, músculos, métodos de golpes: eficiência, ângulos de ataque, técnica de impacto e pressão. 108 técnicas de Dim Mak ou Din Hsueh.

Os benefícios adquiridos com a Defesa Pessoal são a superação do medo, enrijecimento muscular e melhora da flexibilidade e coordenação motora.

O método Radar foi desenvolvido pela USKF/AFK para resolver qualquer situação de Defesa Pessoal, seja agressão armada ou não, com um ou vários agressores, estupros ou até mesmo situações com reféns, etc.

É baseado em sua experiência como artista marcial de mais de 2(duas) décadas e métodos como chin-na, em técnicas utilizadas por militares de Hong Kong e Taiwan (Wu Jing), além da utilização de armas como Dhuan Ghun (Bastão curto), Tonfa, Caneta Tai Shing Pek Kwar (Caneta do Juiz estilo macaco) e outros artefatos.

Entre os praticantes dos métodos de Defesa Pessoal da USKF/AFK estão civis, seguranças, membros das forças armadas e membros de forças policiais, entre as quais: Polícia Rodoviária Federal (PRF).



Da esq. para dir.: Atleta Otavio (PRF), Dir. Carlos, Sifu Mendes, Atleta Wagner (PRF)

#### Informações

M A T R I Z: Rua Ararituaba, 1135 - Vila Maria - CEP: 02122-011 - Tel.: (11) 9976-8968 / 7571-1200

SEDE ADM: Rua Mario Ribeiro Pinto, 48 - Jd. Oriental - São Paulo - SP - CEP: 04349-180 - Tel./Fax: (11) 5011-1642 / 7571-1200 / 9345-6914

E-mails: mendes@fatshan.com.br | adm@fatshan.com.br | fkuoshu@gmail.com | carlos@fatshan.com.br