



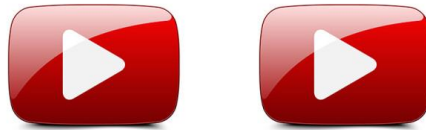
**EUROPEAN WING TSUN ORGANIZATION**

# DOSSIER INFORMATIVO



## Porque una imagen vale más que mil palabras...

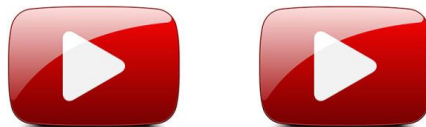
### ¿Para qué sirve el Wing Tsun?



[pulsa sobre los iconos]

Un sistema de defensa personal inteligente, moderno, eficaz y científico. Parte de un estilo oriental muy antiguo, que se ha actualizado y adaptado en Alemania a la realidad actual de la calle durante los últimos 40 años.

### ¿Cómo es una clase de esta actividad?



[pulsa sobre los iconos]

Entretenida, desafiante, no violenta, pensada para cualquier persona, da igual su condición física, edad o experiencia previa. La EWTO cuenta con un completísimo programa de aprendizaje, por grados de evolución, que permite a cualquier persona progresar, ganar eficacia y autoconfianza y, lo más importante... ¡divertirse!

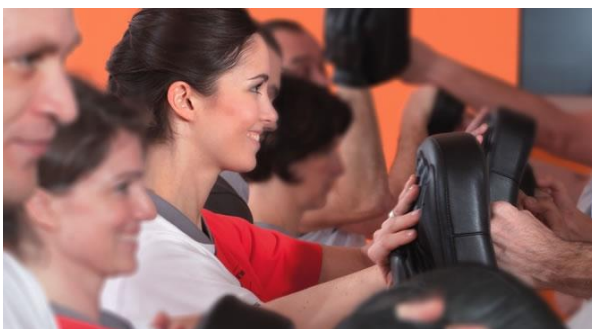
### Presentación



La European Wing Tsun Organization (EWTO - [www.ewto.org](http://www.ewto.org)) fue fundada en **1976** por el Gran Maestro Keith Kernspecht en Kiel (Alemania) y se ocupa de la divulgación y el cultivo del Wing Tsun, una disciplina de origen chino orientada al desarrollo y equilibrio personal a través de la práctica de un arte centenario de

defensa personal. La EWTO () es la rama europea de la International Wing Tsun Association (IWTA), con sede en Hong Kong, dirigida por el Gran Maestro Leung Ting. Desempeña tres funciones principales: el fomento y perfeccionamiento del Wing Tsun y su teoría, la unión institucional de todos los alumnos e instructores de Wing Tsun en Europa, y la representación de nuestro arte ante las distintas comunidades y el público en general.

Desde el mismo origen de la organización, sus perspectivas en materia de **calidad** han sido las más elevadas, pues su objetivo es que la oferta de formación sea coherente, unificada y de la máxima calidad en toda Europa. Anualmente, la EWTO celebra **cientos de cursos y seminarios** para velar por la calidad de la enseñanza y la adaptación de los contenidos a la situación de cada momento. En la oficina central de Heidelberg se coordinan todas las actividades de la organización, tales como el apoyo consultivo y la asistencia a todos los instructores y alumnos. También la protección territorial, que garantiza la convivencia óptima y eficiente de **más de 2.000 escuelas** independientes en Europa, se gestiona desde aquí.



El responsable designado para **España** por la EWTO ([www.ewto.es](http://www.ewto.es)) es Sifu Stefan Crnko, 6º grado práctico, que encabeza un grupo de instructores distribuidos por toda España y que se encuentran permanentemente supervisados y entrenados por Sifu Stefan en persona. Todos los instructores homologados por la EWTO reciben, de manera continuada, la mejor formación, tanto en el arte del Wing

Tsun como en otras facetas relacionadas con la pedagogía, la atención al alumno, la prevención de problemas comunes en la práctica y enseñanza del Wing Tsun y la gestión profesional.

Además de Wing Tsun, la EWTO imparte en sus escuelas otras disciplinas que comparten su misma filosofía, como son, entre otras, **BlitzDefence, Escrima y Kids Wing Tsun**, que se explican en las siguientes páginas.

**Nuestras disciplinas:** *WingTsun* **Desarrollo personal**

Wing Tsun no es un deporte de competición, sino una disciplina centrada en el equilibrio y el desarrollo físico y la autoconfianza a través de la defensa personal. Fue creado originariamente por una mujer, de manera que no requiere mucha fuerza física, ni el uso de movimientos acrobáticos, ya que se basa en redirigir la fuerza del atacante en su contra a través de la armonía y economía de nuestros movimientos. Se entrena en grupo, pero individualmente. En su práctica, se fomentan y desarrollan las habilidades propias de cada persona, de manera que cada uno ejecuta el Wing Tsun "a su manera".

**No violento**

El Wing Tsun en sí mismo es opuesto a cualquier forma de violencia, pues se basa en la reactividad ante los estímulos del entorno. El objetivo siempre es la economía de movimientos y la autoprotección.

**Divertido**

El conocimiento y la destreza en el arte del Wing Tsun se transmiten en una atmósfera relajada y de compañerismo, en la que se incentiva la colaboración mutua y la humildad ante el aprendizaje.

**Intensivo y variado**

La capacidad de defenderse se consigue a través de un entrenamiento concentrado y regular. El núcleo lo forma una técnica única y polifacética, la cual se puede aprender practicando concentradamente. El movimiento fluido y la velocidad procedente de la relajación muscular se unen para crear un modo sistemático y coordinado de movernos, una unidad de cuerpo y mente. El aprendizaje progresivo del Wing Tsun aumenta la propiocepción, la coordinación y la adaptabilidad corporal y mental.

**Basado en el potencial de cada persona**

Ni la fuerza ni la forma física son un requisito para practicar Wing Tsun. Sí lo es la disposición a aprender, a escuchar a nuestro propio cuerpo, reconocer sus puntos fuertes y usarlos. Este enfoque resulta especialmente idóneo para la defensa personal femenina. Al aprender Wing Tsun, se desarrolla una nueva comprensión del cuerpo y la conciencia de uno mismo, a la vez que se adquiere seguridad y confianza. El alumno de Wing Tsun nunca adopta el papel de víctima y, así, se encuentra raras veces con situaciones peligrosas. Pero en caso de verse envuelto en una, dispone de una técnica efectiva y unos patrones de movimiento optimizados y unificados. Por eso decimos que Wing Tsun es **defensa personal inteligente**.





Nuestras disciplinas: **BlitzDefence** 

BlitzDefence es una disciplina desarrollada por el Gran Maestro Keith R. Kernspecht a partir de su vasto conocimiento del Wing Tsun, y que actualmente se estudia en las más importantes unidades especiales policiales y militares en todo el mundo y en distintas universidades europeas.

Consiste en aplicar los conceptos del Wing Tsun a movimientos cortos y explosivos —pero relajados a la vez— para solucionar con rapidez y seguridad los tipos de agresiones más comunes.



En contra de lo que puede pensarse, estas agresiones más comunes no se producen entre dos adversarios preparados y concentrados para combatir, sino que son confrontaciones caóticas e improvisadas, en contextos "extraños" para un deporte de contacto: una trifulca en un bar, una agresión tras un incidente de tráfico, violencia doméstica... Se trata del llamado "combate ritual", que empieza a veces con la mera pregunta —"¿qué pasa?" "¿tienes algún problema?"—, y con multitud de variables y factores ajenos al propio combate, pero que inciden en él (número indeterminado de atacantes, barreras físicas, ausencia de preparación...).

En sus investigaciones, el Gran Maestro Kernspecht ha identificado patrones de comportamiento que se repiten habitualmente en las confrontaciones físicas, que un luchador conoce inconscientemente, pero que apenas han sido objeto de estudio. Pero estos rituales atávicos rigen el curso de las luchas más frecuentes, por lo que conocerlos significa conocerse a uno mismo y al oponente, y nos permite estar bien preparados.

Por ello, en BlitzDefence estudiamos cómo evitar la confrontación utilizando lenguaje verbal y no verbal, posicionamiento táctico y distintos elementos psicológicos que inconscientemente pueden disuadir al oponente de agredirnos, o de continuar haciéndolo tras un primer intento, todo ello aplicando secuencias de movimientos (activos o adaptativos) que imprimen en nuestra memoria muscular reacciones inconscientes para que "salgan solas" cuando nos encontremos en una situación de autodefensa, protegiéndonos por encima de todo.



**Nuestras disciplinas:** *Escrima* 

Ningún sistema de defensa personal puede considerarse completo si no tiene en cuenta el empleo de armas u objetos diversos como herramienta de agresión. La EWTO ha adoptado para esta faceta un sistema que combina orígenes filipinos y de la Europa medieval, para gestionar conflictos en los que una o varias partes implicadas utilizan un objeto como arma.



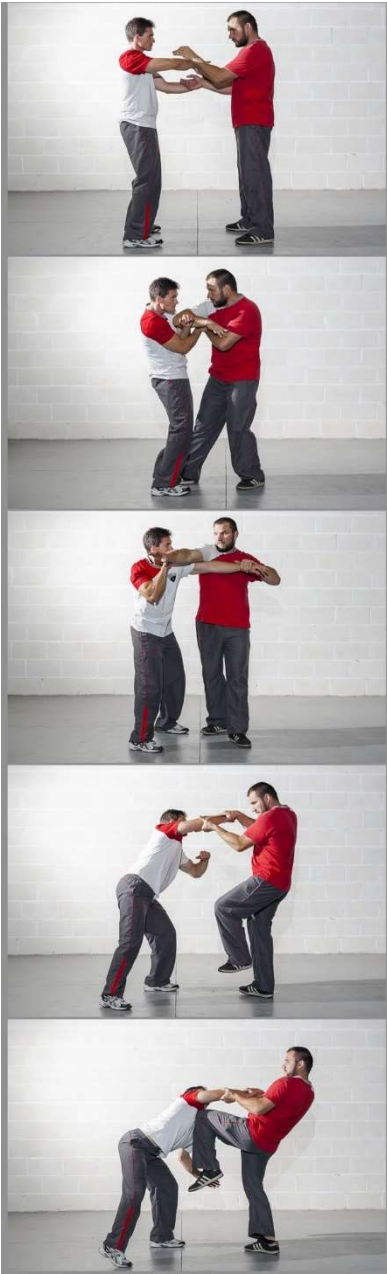
En Escrima no solo se aprende a luchar con armas sino también a saber qué hacer en un enfrentamiento contra un agresor armado, pero siempre de una forma realista, sin "juegos" inútiles. Otra de las grandes ventajas de esta disciplina es que no se basa únicamente en las armas propiamente dichas, sino que enseña al alumno a recurrir a cualquier objeto cotidiano como defensa ante una agresión.

Un periódico doblado, un paraguas o un bolso, por ejemplo, pueden ayudarnos a solucionar una situación de autodefensa aplicando los principios y las técnicas aprendidas con otras armas.

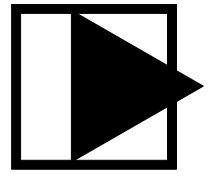
A diferencia de otros sistemas de combate, en Escrima se empieza a aprender con armas, usando desde el primer día un palo corto o bastón, y después va evolucionando y utilizando palo largo, doble palo, cuchillo, tonfa, espada... Sin embargo, lo que se aprende es aplicable a toda clase de objetos, pues el estilo se centra en la aplicación de conceptos y en su adaptación a distintas situaciones de defensa personal. No se aprende a usar armas, se aprende a trabajar con el cuerpo y la mente a través de ellas. El alumno, una vez ha comprendido y asimilado los conceptos básicos, adquiere las habilidades necesarias para realizar una progresión de unas armas a otras y a aprovechar las cualidades de cualquier objeto para su propia protección.

Al igual que Wing Tsun y BlitzDefence, la Escrima consta de diferentes programas que permiten al estudiante aprender sistemáticamente, con rapidez y desde el primer día, técnicas y conceptos aplicables a la defensa personal. Y no solo eso, se aprende por qué un movimiento determinado funciona o no en una situación real, y con/sobre qué objeto. Además, se aprende a aplicar los mismos conceptos a todos los tipos de armas o al combate con mano vacía y, lo más importante, a comprender y evitar el conflicto, ya que cuando interviene cualquier tipo de arma el potencial de sufrir daños se multiplica.





# EWTO



*WingTsun* ▶

*BlitzDefence* ▶

*Escrima* ▶



Ewto.de  
EWTO.es Wing Tsun



wingtsunwelt



www.ewto.org  
www.ewto.es