

Golpes do kendô

O kendô possui quatro regiões consideradas válidas para a pontuação dos golpes. Assim, os golpes são definidos conforme a parte do corpo do oponente que foi atingida pelo ataque. Portanto, os golpes são descritos como:

1. Men: Golpe aplicado com a espada na cabeça do oponente.
2. Tsuki: Golpe caracterizado por uma estocada na garganta do oponente.
3. Kote: Golpe aplicado no antebraço do oponente.
4. Dô: Golpe deferido contra o adversário atingindo a região do tronco.
5. Hiki-Men: Golpe na cabeça realizado após recuar.
6. Hiki-Kote: Golpe no pulso realizado após recuar.
7. Hiki-Do: Golpe no tronco realizado após recuar.
8. Debana-Men: Golpe rápido na cabeça enquanto o oponente inicia o ataque.
9. Debana-Kote: Golpe rápido no pulso enquanto o oponente inicia o ataque.
10. Debana-Do: Golpe rápido no tronco enquanto o oponente inicia o ataque.
11. Kaeshi-Do: Contra-ataque no tronco após desviar do ataque do oponente.
12. Kaeshi-Men: Contra-ataque na cabeça após desviar do ataque do oponente.

13. Kaeshi-Kote: Contra-ataque no pulso após desviar do ataque do oponente.
14. Nuki-Do: Esquiva do ataque do oponente seguido de um golpe no tronco.
15. Nuki-Men: Esquiva do ataque do oponente seguido de um golpe na cabeça.
16. Nuki-Kote: Esquiva do ataque do oponente seguido de um golpe no pulso.
17. Suriage-Men: Desvio para cima do ataque do oponente seguido de um golpe na cabeça.
18. Suriage-Kote: Desvio para cima do ataque do oponente seguido de um golpe no pulso.
19. Debana-Tsuki: Estocada rápida no pescoço enquanto o oponente inicia o ataque.
20. Uchiotoshi: Desvio do ataque do oponente seguido de um golpe no pulso ou na cabeça.

É importante frisar que os golpes de kendô são extremamente seguros. Isso porque, além de o sabre utilizado ser confeccionado em bambu, há também o uso da indumentária de proteção. Essa indumentária inclui protetores para cabeça, ombro, pescoço, mãos, punhos, antebraço, tórax e região abaixo da cintura.

Os golpes do kendô representam a essência da arte da espada japonesa. Cada golpe exige técnica refinada, concentração e controle. Ao compreender os golpes do kendô e suas aplicações, os praticantes podem aprimorar suas habilidades e desenvolver um maior domínio sobre essa nobre arte marcial.

É fundamental que os interessados em praticar kendô busquem treinamento em dojos certificados e com instrutores qualificados, a fim de aprender os golpes corretamente e com segurança. Além disso, é essencial cultivar os princípios éticos, a disciplina e o respeito, valores intrínsecos ao kendô.

Matéria escrita por Felipe Macedo

Fontes:

<https://www.todoestudo.com.br/educacao-fisica/kendo>

<https://kendoleiria.com/glossario/>