



K U D O



IL LIBRO DEI MOKUROKU E LA SUA APPLICAZIONE NELLE VARIE FASI DEL PERCORSO DELL'ALLIEVO

L'argomento del post odierno riguarda il **programma tecnico** che costituisce il nucleo centrale intorno a cui ruota tutta l'attività del praticante di Kudo.

Il programma tecnico di riferimento per il passaggio cruciale da Kyu a Dan è un estratto del libro dei **Mokuroku**, vero testo di riferimento per lo sviluppo del percorso del Kudoka, il quale accompagnerà il praticante per tutto il suo percorso di studio da principiante a esperto per culminare poi nel Kudoka specialista.

Ora analizzeremo le applicazioni del libro dei Mokuroku in riferimento alle diverse tappe del percorso del praticante.

All'inizio dell'iter il principiante, attraverso lo studio di un estratto del libro dei Mokuroku, apprenderà le tecniche basilari specifiche per il suo livello, tenendo sempre presente l'obiettivo dell'efficacia in qualsiasi situazione, sia essa di allenamento, di gara o reale. Attraverso poi l'addestramento semilibero e libero con il proprio partner, il Kudoka svilupperà la capacità di eseguire in maniera fluida e dinamica le tecniche e le combinazioni studiate.

Nella fase successiva, quando l'allievo sarà diventato esperto, il lavoro riguarderà lo studio e la pratica dei principi scritti nel libro dei Mokuroku. In questa fase intermedia, che presuppone una conoscenza completa e totale delle tecniche studiate precedentemente, il praticante imparerà a saper gestire lo spazio circostante per valutare e scegliere le strategie migliori in fase di scontro.

La fase più evoluta per il Kudoka ormai esperto riguarderà un percorso specifico denominato "**Kudoka élité**". E cioè lo studio e la pratica dell'ultimo capitolo dei Mokuroku, in cui le tecniche e le strategie, ormai fatte proprie, si affinano e assumono una sfumatura marcatamente riferita allo scontro.

Questo percorso di più fasi è aperto ad ogni praticante che ami la propria disciplina alla quale si dedichi con passione, dedizione e studio.

Il Kudoka attraverso il suo percorso marziale e soprattutto grazie al percorso Elité avrà la possibilità di essere un artista marziale unico nel suo genere.



Maestro Luigi Rossini