

Julio 2010

VOVINAMI

**Vovinam
Vietvodao®**

La revista digital que te informa de todo lo que sucede sobre este arte marcial en España.

Año II N° 24



AUMENTA EL NÚMERO DE EXHIBICIONES REALIZADAS

La última tuvo lugar el pasado 26 de junio en Las Dehesas, Puerto de la Cruz (Tenerife)

Vovinam Canarias.- En los últimos meses, concretamente en la Isla de Tenerife, el número de demostraciones realizadas por los practicantes de Vovinam Vietvodao de la misma, ha aumentado de una forma considerable. Muchas son ya las que se han realizado a lo largo del año y, otras tantas, las que quedan por hacer y que ya están comprometidas. Más información en la página 6 de esta revista y en la web www.vovinam.es/canarias

Vovinam Canarias.- Una de las actividades más amenas dentro del mundo del Vovinam Vietvodao en España son, como no, las comidas de confraternidad como podemos apreciar en la última realizada, consistente en un almuerzo celebrado en el municipio tinerfeño de Santa Úrsula y del que daremos cumplida cuenta en la página 2 de esta revista. Más información en la web www.vovinam.es/canarias

Vovinam Asia.- Recientemente hemos tenido conocimiento de una noticia importantísima y que no es otra que el Vovinam Vietvodao formará parte en los próximos SEA GAMES, es decir, un peldaño más a un posible reconocimiento olímpico de este arte marcial en el futuro. Más información en la página 8 y en la web www.vovinam.es

Vovinam Vietnam.- El pasado mes de junio tuvo lugar en la ciudad de Ho Chi Minh (Vietnam), el curso nacional de árbitros de Vovinam Vietvodao organizado, entre otras instituciones, por la Federación Vietnamita de esta disciplina marcial.

Vovinam Mundial.- Más información de otras muchas actividades a nivel mundial es publicada en la página 8 de esta revista, así como en la web www.vovinam-vietvodao.net



El Maestro Vittorio Cera cumplió años el pasado día 2 de junio, por lo que desde esta publicación queremos hacerle llegar nuestra más sincera felicitación.

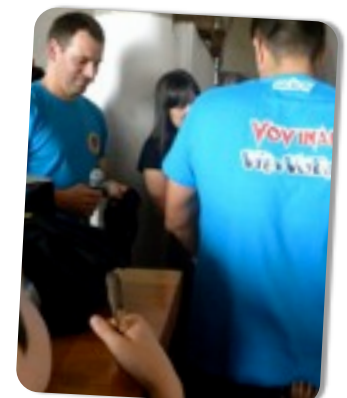
Almuerzo de Verano de Vovinam

EN SANTA URSULA (TENERIFE)

El pasado domingo 27 de junio en el municipio de Santa Úrsula (Tenerife) tuvo lugar un divertidísimo evento consistente en un almuerzo con el fin de recaudar fondos para la organización del próximo Campeonato de Europa a celebrar en la ciudad de Puerto de la Cruz. Dicho almuerzo realizado en un salón cedido para la ocasión ubicado en la zona de La Corujera, comenzó a las 14 horas, prologándose éste por un espacio de unas 4 horas aproximadamente, donde los 100 comensales que se dieron cita, no sólo disfrutaron de una magnífica y abundante comida, sino también de la música en vivo del cantante y practicante de Vovinam **Sergio Farrais**, y del sorteo de más de 20 regalos. Este almuerzo fue organizado por el profesor cinturón negro **Atilano Fernández** quien tuvo la colaboración de un nutrido grupo de practicantes y amantes del Vovinam Vietvodao que, desde el día anterior, trabajaron sin descanso para que todo saliera, nunca mejor dicho, a pedir de boca, dejando un buen sabor a todos los asistentes.

A los muchos entremeses, se les unió el plato principal consistente en cochinitillo asado en el horno "del cubano", que hizo que la mayor parte de los que allí se dieron cita repitieran plato debido al exquisito sabor de éste. Asimismo, toda la comida fue acompañada de agua, refrescos y buen vino tinto, tanto del país, como tinto joven de bodegas Matarromera.

De esa forma, se consiguieron los dos objetivos inicialmente marcados. El primero pasar una tarde donde la gran familia del Vovinam de Tenerife pudiera reunirse y pasarlo bien y, el segundo de ellos, recaudar fondos para la Organización del Campeonato de Europa de Vovinam. Por tanto, confiemos en que la experiencia se repita.



CAMPEONATO DE EUROPA 2010

SELECCIÓN DE INGLATERRA.- Una de las posibles sorpresas que nos puede deparar el próximo Campeonato de Europa es la probable presencia de la selección inglesa de Vovinam Vietvodao en el mismo. Confiamos en que finalmente puedan darse cita en el evento europeo más importante del año.

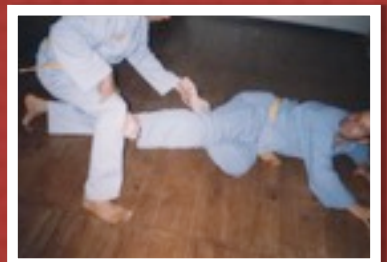
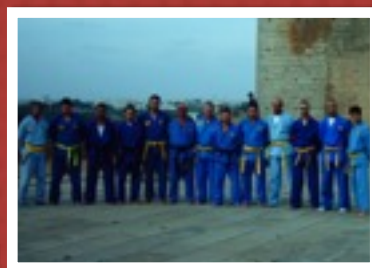


EL TRABAJO DE KATO LEE.- Uno de los principales baluartes del Vovinam Vietvodao en el país anglosajón es **Kato Lee**, que cuenta ya, como podemos apreciar en la foto inferior, con experiencia en la participación de campeonatos internacionales. De momento, su presencia en el próximo Campeonato de Europa es una incógnita, pues quiénes podrían conformar la selección inglesa es algo que Kato Lee, por lo menos hasta el momento de esta publicación, no quiere hacer público.



FOTOS PARA EL RECUERDO

En el año 2004 Los Maestros Sergio Mora y Pedro González (por aquel entonces 3º dang), así como el Maestro Juan Cid, fueron invitados por el Maestro Hassan Abillat (Director Técnico de Marruecos), con el fin de impartir distintas clases a los profesores y practicantes marroquíes. que se desarrollaron en la ciudad de Kenitra. Además de las clases para los profesores, se impartió una clase en la playa que fue muy amena, no sólo por el entrenamiento en sí mismo, sino también por la gran afluencia de participantes a esta clase. El curso finalizó con un curso de arbitraje.



Consejos para el entrenamiento

En el entreno de artes marciales tiene un lugar destacado el entrenamiento con PAOS, que facilitan poder realizar golpes trabajando la velocidad y la potencia, sin miedo a realizar daño a nuestra pareja de entrenamiento y obligándonos a poner mucho más esfuerzo a la hora de golpear, sin tener que frenar el golpe o controlarlo excesivamente. De ese modo, con su uso podemos incrementar el ritmo de entrenamiento, pues con ellos se puede hacer no sólo que el golpeo sea más fuerte y más rápido, sino también que se incremente el número de repeticiones. Además, podemos entrenar diversas series de golpeos, haciendo distintas combinaciones, lo que hace que el entreno se haga más distendido, pues permite una amplio abanico de ejercicios a realizar.

Como podemos ver en las fotografías (en esta ocasión dedicadas a las patadas, si bien no hay que descartar el entreno de puños con los paos), se puede realizar tanto patadas laterales, frontales o circulares, así como distintas distancias, pues al estar sujetas por un compañero, éste puede desplazarse hacia cualquier lugar, del mismo modo que colocar los paos a distintas alturas, lo que permite trabajar todas las distancias y, de ese modo, acercarnos a la realidad del combate, evitando los riesgos de innecesarios golpes que lo único que harían es menoscabar las posibilidades de quien entrena.



Es importante saber colocar correctamente los paos, ya que en caso contrario podemos encontrarnos con golpes producidos, por ejemplo, patadas que no esperamos que atraviesen los paos. Para evitarlo es necesario que la persona que los sostiene sea la que mande el golpe a ejecutar y, de esa forma, colocará los paos evitando que la pierna pueda colarse entremedio de los dos e impactar con el cuerpo de la persona que los sostiene.

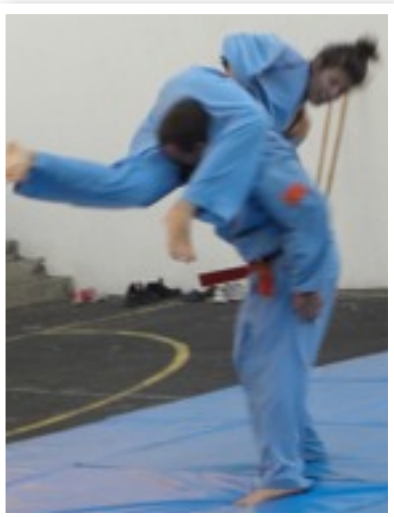
Por ello, cuando una patada tiene un golpeo horizontal al suelo, los paos no deben ir colocados en el mismo sentido, del mismo modo que tampoco deben colocarse de forma paralelas y verticales al suelo cuando el golpeo es también con el pie con una posición vertical con respecto al suelo. En definitiva, no deben colocarse tal y como se reflejan en las dos fotografías de la izquierda en las que se puede ver como unos paos mal colocados pueden provocar un golpe tan inesperado como indeseado.



EXHIBICIÓN EN LAS FIESTAS DE SAN PABLO

Las Dehesas.

En la Plaza principal del populoso barrio portuense de Las Dehesas, se celebró el pasado sábado 26 de junio, una demostración de Vovinam Vietvodao a cargo de los maestros, profesores y alumnos de la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas, que acudieron a la invitación realizada por la Comisión de Fiestas del citado barrio en la que, entre otras personas, figuran personas que a día de hoy se encuentran vinculadas al mundo del Vovinam Vietvodao.



Los orígenes de la Asociación.-

Y es que no debemos olvidar que la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas debe su nombre, precisamente, a que en el año 1997, el Maestro (por aquél entonces cinturón negro) **Pedro González**, impartía clases de este arte marcial en el local social de la Asociación de Vecinos y que, a pesar de los escasos medios con los que se contaba, llegó a ser uno de los más importantes de Canarias, no sólo en número de alumnos, sino también en éxitos deportivos. Prueba de ello es que, a día de hoy, alguno de los que comenzaron a entrenar en aquellos tiempos, participaron en esta exhibición, como los hermanos **Juan José** (cinturón negro) y **Tomás Alonso Pérez** (1º dang), o el propio Maestro González (4º dang) antes mencionado. De ese modo, esta demostración de Vovinam, además de colaborar con los actos de las Fiestas del mencionado barrio, sirvió también para traer muchos recuerdos tanto de los participantes como del público que allí se dio cita.



Durante la exhibición se pudo comprobar que el trabajo de sincronización realizado anteriormente había dado los resultados esperados.



Asamblea General Ordinaria de la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas.-

Aprovechando la ocasión que hablamos de la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas, les informamos que la misma celebrará su Asamblea General Ordinaria el próximo sábado día **3 de julio de 2010** a las **18 horas**, en 1ª convocatoria, y a las 18'30 horas en 2ª convocatoria, en el Centro de Pilates del Health and Fitness Center Bahía Beach de Puerto de la Cruz, sito concretamente en la Avda. Francisco Afonso Carrillo, s/nº, Edificio Bahía Playa, de la Urbanización Playa Jardín. En la misma, además de los correspondientes informes y votación de la gestión del ejercicio 2009 y aprobación del calendario de actividades y presupuestos del año 2010, se procederá a la elección de la nueva Junta Directiva que, hasta la fecha, ha venido siendo presidida por **Lalo Martín Bello**, quien está rodeado de un equipo formado por **Manuel Padrón Luis** como vicepresidente, **Dulce García Hernández**, quien ejerce las funciones de Secretaria de la Asociación, **Jorge Agudo Suárez** que es el Tesorero de la misma, y el profesor 1º dang **Tomás Alonso Pérez** quien completa la mencionada Junta Directiva como vocal.

CLUB VOVINAM

Acuerdo con Gente Radio

Un nuevo acuerdo con otro medio de comunicación ha podido ser alcanzado por la Asociación Vovinam Vietvoda España. En este caso se trata de la emisora de radio **Gente Radio**, cuyos estudios centrales se encuentran ubicados en la ciudad de Puerto de la Cruz (Tenerife). Esta emisora de radio convencional tiene una seleccionada y variada programación adaptada a todo tipo de oyentes y edades, que emite las 24 horas del día desde las frecuencias FM 95.3 para el Norte de Tenerife, 103.3 para las ciudades de Santa Cruz de Tenerife y La Laguna, así como para la zona Sur de la Isla, y por la 104.0 para la comarca de Icod de los Vinos.

Esta emisora de radio está ya consolidada como un referente en el espectro radiofónico de la Isla de Tenerife, ya que desde sus comienzos en el año 1998, apostó por ser una radio independiente y plural, en la que tienen cabida los oyentes, sin discriminación alguna por edad, ideología o cualquier otra cuestión.

Tiene una variada carta de programas, tanto culturales, como sociales, educativos, políticos y de entretenimiento, así como programas musicales especializados en las últimas novedades y en los éxitos de siempre., lo que ha conllevado que en el año 2007, en un estudio realizado por Infotécnica se constataste que tiene una audiencia diaria superior a los 20.000 oyentes.



Desde hace ya varios Gente Radio viene colaborando con el Vovinam Vietvoda de distintas formas, tales como entrevistas a los dirigentes de la Asociación Vietvoda España o emitiendo cuñas de publicidad de los distintos eventos a realizar, por lo que, como no podía ser de otra forma, para el próximo Campeonato de Europa de este arte marcial a celebrar en la ciudad de Puerto de la Cruz, también se ha alcanzado un acuerdo para su promoción a través de esta emisora.



NOTICIAS DEL MUNDO

Apertura de un nuevo club en Bélgica.-

Fabian Dehard será el profesor responsable de un nuevo club que ha abierto sus puertas en Bélgica, concretamente en el centro Henry Dunant, para personas a partir de los 16 años. Por lo que hemos podido comprobar en las últimas publicaciones de esta revista el trabajo realizado por el profesor **Le Hu Dai** y su equipo continua de una forma imparable, teniendo unos progresos magníficos. Confiamos que continúen en la misma línea.



El Vovinam formará parte de los SEA Games en el 2011.-

En reunión del Consejo de los SEA Games celebrada en Indonesia los pasados días 28 y 30 de mayo, el Secretario del Comité Olímpico **Hoang Vinh Giang** realizó la propuesta de incluir el Vovinam en los SEA Games en diciembre de 2011. Tras un intenso debate, debido a la reticencia inicial de Malasia y Filipinas, se consiguió consenso para incluir a este arte marcial dentro de las disciplinas que participarán en los mencionados juegos, por delante de otras disciplinas como el Muay Thai o el Culturismo. Para conseguir este importante logro ha pesado bastante el hecho que, además de en Vietnam, su país de origen, el Vovinam tiene en la actualidad una buena implantación en países del sudeste asiático como Indonesia, Tailandia, Singapur, Laos y Camboya.

Los Southeast Asian Games, popularmente conocidos como SEA Games, se celebran cada dos años, habiéndose realizado el primero de ellos durante los días 12 a 17 de diciembre de 1959 en la ciudad Tailandesa de Bangkok, y cuentan con la supervisión del Comité Olímpico Internacional (COI).

Participación del Vovinam Vietvodao en el I Seminario de Combate Moderno y Tradicional a celebrar en Montevideo (Uruguay).-

Los próximos días 17 y 18 de julio, se celebrará el I Seminario de Combate Moderno y Tradicional en a celebrar en Montevideo (Uruguay) y en el que estará presente el Vovinam Vietvodao, de la mano del profesor **Ricardo García** que viene realizando un trabajo bastante interesante de implantación tanto en Uruguay como en Argentina. Este evento es organizado por la revista WUDE (Artes Marciales y Terapias Alternativas), y en el mismo el Vovinam Vietvodao compartirá programa de entrenamiento con otras artes marciales, si bien el taller de Vovinam está previsto que se desarrolle concretamente el sábado 17 de julio a las 17 horas.

Curso Nacional de árbitros.-

Durante los pasados días 6 a 12 de junio se celebró en la ciudad de Ho Chi Minh (Vietnam) un curso para árbitros y monitores de Vovinam Vietvodao, en el que participaron aproximadamente unas 200 personas llegadas de distintas ciudades de Vietnam. Este evento fue organizado por la Federación Vietnamita de Vovinam junto con el Departamento de Cultura, Deporte y Turismo.



Campeonato de Asia de Vovinam.-

Durante los próximos días 17 a 22 de julio, en la Isla de Kish, de la República de Irán, tendrá lugar la celebración del Campeonato de Asia de Vovinam Vietvodao, organizado en esta ocasión por la Federación de Artes Marciales de Irán, y en el que a buen seguro se darán cita numerosos practicantes de los distintos países participantes.

Curso Nacional de Vovinam en Italia.-

Los pasados días 23 a 27 de junio, se celebró Lignano Sabbiadoro (Italia) un Curso Nacional de Vovinam Vietvodao, impartido por el Maestro 5º dang y Director Técnico Nacional para Italia, **Michele Garofalo**, colaborando con él los demás maestros italianos, es decir, **Vittorio Cera**, **Claudio Zilio**, **Alessio Champier**, **Giuseppe Pollastro** y **Leonardo Rotunno**, dándose cita en este evento muchísimos practicantes que pudieron disfrutar de las enseñanzas que en él se impartieron, y que fueron desde el trabajo con armas tradicionales, tales como palo largo o ma tau (machete), entre otras, al trabajo de vat (lucha vietnamita) o el combate puños - pié.



ABDEL BENZAIM

Maestro 5º dang

Vovinam.- ¿Cómo ha sido su trayectoria dentro del Vovinam Vietvodao?.-

Abdel Benzaim.- Empecé con la práctica del Vovinam Vietvodao en 1983, con el Maestro Sudorruslan. en 1989 aprobé mi 1º dang y diez años después, en 1999, conseguí en Vietnam mi 4º dang en un examen con el Maestro Nguyen Van Chieu, tras una intensa preparación en Tenerife con el Maestro Patrick Levet.

Después de 20 viajes a Vietnam y entrenando con los tres grandes maestros de Vovinam, los Maestros Chieu, Vang y Sen, tuve la oportunidad de superar mi 5º dang en diciembre de 2007.

Desde 1990 doy clases de Vovinam, primero en el club de mi Maestro y, posteriormente, en mi propio club que abrí sus puertas en 2004 en la ciudad de Chevy Cossigny y que se llama VVN QUAN TAM, en honor al nombre del distrito donde imparte clases el Maestro Nguyen Van Chieu.

En la actualidad en este club tengo 170 practicantes, siendo el club más grande de Francia, numéricamente hablando, y con uno de los mejores palmares de este País tanto en competiciones regionales, nacionales e internacionales.

V.- ¿Qué significa para usted el Vovinam Vietvodao?.-

AB.- Descubrí el Vovinam Vietvodao cuando tenía 14 años, por lo que ya es parte de mi vida. De ese modo, nunca dejo de entrenar con mi primer maestro, el Maestro Sudorruslan, quien fue de los primeros en enseñar este arte marcial en Francia, participando en su implantación desde entonces hasta hoy, siendo en hoy en día el responsable técnico de esta disciplina marcial en la Federación Francesa de Karate y Disciplinas Asociadas (FFKDA), que es la Federación en la que legalmente se ha

delegado la autoridad para organizar las artes marciales vietnamitas en Francia y, en especial, el Vovinam.

V.- Usted fue de los primeros maestros en venir a España y entrenar con los practicantes españoles, ¿qué le parece la progresión que este marcial ha tenido en España?.-

AB.- La primera vez que vine a España fue a Tenerife, en el I Trofeo Internacional (1998), donde pudimos admirar a los vietnamitas en acción. Fue entonces cuando pude medir la brecha que existía entre el nivel



técnico de los vietnamitas y el resto del mundo. En aquella época, el nivel técnico de España era comparable al de Francia, es decir, entre los mejores de Europa. Hoy por hoy, el vovinam español sigue siendo uno de los mejores del Mundo, con grandes técnicos que han sido entrenados por quien considero como uno de los maestros más grandes en el Mundo Occidental, el Maestro Patrick Levet, a quien también considero como un hermano.

V.- ¿Cómo son las relaciones entre los practicantes de vovinam españoles y los franceses?.-

AB.- Siempre he tenido muy buenas relaciones con mis amigos de España, y deportivamente hablando las relaciones entre los dos países siempre han sido buenas, un verdadero respeto mutuo, al margen de la rivalidad deportiva que ha permitido a nuestros

respectivos atletas el acceso a un nivel superior y avanzar hacia la excelencia de los vietnamitas.

V.- ¿Tiene pensado participar de alguna manera en el Campeonato de Europa y en el Curso Internacional que tendrá lugar en Tenerife en noviembre de 2010?.-

AB.- Ciertamente estaré en el próximo Campeonato de Europa que se celebrará en Tenerife. Tal es así, que junto con el Maestro Marc Delesse hemos debatido con los responsables de la Federación para preparar a la selección francesa, siendo nosotros los entrenadores de la misma, y estamos decididos a devolver a Francia al lugar que le corresponde, es decir, a ser uno de los mejores del Mundo.

Por supuesto, también estaré presente en el Curso Internacional que se celebrará después del Campeonato.

¿Qué le parece la publicación de esta revista?.-

AB.- La revista VOVINAM es una muy buena iniciativa, ya que nos permite hablar de Vovinam, conocer los distintos maestros y profesores de España, además que también se informa a los lectores de esta revista, que los tiene por todo el Mundo, de lo que sucede en el Vovinam a nivel internacional.

A su vez, me siento muy honrado, ya que en una pasada edición se publicó un artículo hablando de mi boda, lo que me llenó de alegría y satisfacción.

Por ello y para concluir, me gustaría felicitar a todos los responsables de la Asociación Vovinam Vietvodao España por todo el trabajo realizado con el Maestro Levet, así como el desarrollo de Vovinam, por lo que quiero también agradecer a todos mis amigos españoles: Pedro, Sergio, Juan Cid, Gerardo (a quien doy las gracias por su acogida en 1999).

Gracias.

Edita:

La ASOCIACIÓN VOVINAM VIETVODAO ESPAÑA quien se reserva todos los derechos, siendo este ejemplar gratuito, por lo que esta publicación no puede ser tratada en general sin la expresa autorización de la mencionada Asociación:

Contacto:

pre-espana@vovinam.es

Asoc. Vovinam Vietvodao España

- Presidente: Pedro González
- Vicepresidente: Iñigo Varela
- Secretario: Antonio Morales
- Tesorero: Carolina Martín
- Vocal: Daniel Parro

Ediciones anteriores.-

Para recibir ediciones anteriores de esta revista contactar con la Asociación VOVINAM VIETVODAO ESPAÑA

VOVINAM

Calle Parque Las Flores, 36
38400 - Puerto de la Cruz
Tenerife - Islas Canarias

www.vovinam.es