

Febrero 2011

# VOVINAMI

**Vovinam  
Vietvodao®**

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

Año III N° 31



## APROBADAS EL CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA EL AÑO 2011

Fue uno de los puntos tratados en la última asamblea general celebrada

**Vovinam España.-** El pasado viernes 14 de enero, se celebró la Asamblea General Ordinaria de la Asociación Vovinam Vietvodao España, y entre otros puntos, se aprobó el calendario de actividades para el año 2011, del que daremos cumplida cuenta en esta edición en la página 2 de la misma, pudiendo obtener más información en la página web [www.vovinam.es](http://www.vovinam.es)

**Vovinam Europa.-** Seguimos en esta edición ampliando la información sobre todo lo acontecido en el pasado Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodao, celebrado en la ciudad de Puerto de la Cruz (Tenerife), el 27 de noviembre del pasado año 2010. Así, en las páginas 4 y 5 de esta revista podremos conocer un poco más sobre lo sucedido y, a su vez, disfrutar de nuevas imágenes.

**Vovinam Europa.-** Las páginas 6 y 7 de esta revista, explicamos el motivo por el que

el Ayuntamiento de Puerto de la Cruz (Tenerife), homenajeó al maestro **Patrick Levet** durante la ceremonia de presentación de los equipos que participaron en el Campeonato de Europa de Vovinam 2010.

**Vovinam.-** Una nueva sección se inicia con esta edición, denominada "Profundizando en el Vovinam" y con la que trataremos de conocer más este arte marcial, explicando su amplio repertorio técnico. Más información en las páginas 8 y 9 de esta revista.

**Vovinam Canarias.-** Se ha inaugurado el Consulado General de Vietnam en Canarias, y como no podía ser de otra forma, el Vovinam Vietvodao ha estado en el acto oficial de apertura debidamente representado. Más información en la página 13 de esta revista y en la página web [www.vovinamcanarias.es](http://www.vovinamcanarias.es)



**Felicidades a la maestra Danka Levet Abramiuc** quien cumplió años el pasado mes de enero. Por esa razón, desde esta publicación le trasladamos nuestras más sinceras felicitaciones.

# Asamblea General Ordinaria

La Asamblea General Ordinaria de la Asociación Vovinam Vietvodao España tuvo lugar el pasado viernes día 14 de enero de 2011. La reunión se celebró en el Centro de Celebraciones y Congresos Bahía Playa del Puerto de la Cruz.



La reunión estuvo presidida por el Maestro **Pedro González**, quien comenzó la sesión con su informe como presidente de la Asociación en la que, literalmente, manifestó que *“el pasado año 2010 fue la continuación del trabajo de reorganización llevado a cabo en esta Asociación, y que fue iniciado hace ya algunos años pero ya, de forma absolutamente*

## APROBADO EL CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA EL AÑO 2010

*clara, desde el año 2009. En ese sentido, en el año 2010 no sólo ha mejorado nuestra organización administrativamente hablando, sino que también lo ha hecho en el aspecto deportivo, tanto en el entrenamiento como en la competición.*

*Tal es así que hemos mantenido el mismo número de actividades que el año inmediatamente anterior en lo que a cursos y exámenes se refiere pero, además, hemos vuelto a situar a la Asociación Vovinam Vietvodao España como referente del Vovinam a nivel europeo. De esa forma, el 23 de abril del pasado año participamos en la asamblea europea de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF), celebrada en París, en la que se dieron los primeros pasos para la formalización de la Federación Europea de Vovinam Vietvodao (EVVF) y que, finalmente, se constituyó el 16 de octubre de 2010, en la asamblea constituyente celebrada en París y en la que, afortunadamente para nosotros, el Maestro Juan Cid Argilles, fue nombrado Vicepresidente de la misma.*

*A su vez, logramos que una ciudad española, en concreto, Puerto de la Cruz, fuera sede del Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodao y que se celebró el 27 de noviembre de 2010, siendo nuestra Asociación objeto de felicitaciones por la practica totalidad de los participantes en el mismo y, además, teniendo una especial repercusión no sólo en España, sino también en todos los países donde se practica Vovinam, e incluso, realizándose un*

*reportaje al respecto en la televisión nacional de Vietnam. En dicho evento deportivo participaron 9 países europeos y, a su vez, contó con la presencia del Gran Maestro Nguyen Van Chieu, Presidente del Consejo de Maestros, Vicepresidente y Director Técnico de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF). Asimismo, asistieron al Campeonato el Embajador de Vietnam en España, Excmo. Sr. Truong, acompañado de un Agregado Militar, el Cónsul Honorario de Vietnam en Canarias, Honorable Sr. Bagwhani, el Alcalde de la ciudad de Puerto de la Cruz, don Marcos Brito Gutiérrez, el Consejero de Deportes del Cabildo Insular de Tenerife, don Dámaso Arteaga Suárez, el Concejal de Deportes de Puerto de la Cruz, don Juan Carlos Marrero Martín, y el Concejal del Ayuntamiento de La Victoria de Acentejo, don Fermín Correa Martín.*

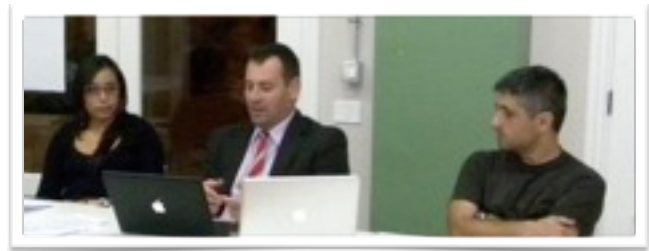
*Igualmente, el Maestro Chieu impartió un curso de Vovinam Vietvodao los días 30 de noviembre y 1 de diciembre de 2010, y realizó dos sesiones de exámenes internacionales en la indicada ciudad, recuperando de ese modo, y como antes resaltaba, nuestra Asociación el prestigio internacional que, a mi juicio, siempre ha merecido.*

*En lo que se refiere a los éxitos deportivos, el trabajo realizando va dando sus frutos, y de ese modo, logramos 3 medallas de oro y 4 medallas de bronce en el indicado Campeonato de Europa.*

*En cuanto a las actividades ex deportivas, la Asociación ha seguido manteniendo la costumbre de realizar comidas y demás actividades de confraternidad, que entiendo siguen siendo un buen pilar donde apoyar el buen ambiente que en los últimos años disfrutamos dentro de la Asociación y que, junto a las noticias deportivas, se siguen poniendo de manifiesto en la revista digital VOVINAM que edita la Asociación y que ya ha cumplido dos años de existencia y treinta números editados, y para la que se nos ha solicitado desde distintos países que amplíemos la difusión de la misma.*

*Por todo ello, para finalizar este informe, sólo me quedan dos cosas. Por un lado, mostrar nuevamente mi satisfacción por los éxitos cosechados y porque hemos implantado las bases suficientes para sostener los que se avecinan en el futuro, y por otro lado agradecer enormemente el trabajo absolutamente desinteresado que muchísimas personas han realizado a favor de esta Asociación, poniendo una vez más en alza, nuestro lema: “Ser fuerte para ser útil”.*

Asimismo, el Director Técnico Nacional para España, **Sergio Mora Hernández**, procedió a realizar su informe en cuanto a su cometido dentro de la dirección técnica con el siguiente tenor literal:



## Asamblea General Ordinaria (2)

*“El año pasado se procedió a aplicar el nuevo reglamento de competición, con las normas aprobadas por la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF), principalmente en combate. Asimismo, se ha empezado a aplicar el nuevo programa de examen, que ha sido confeccionado conforme al programa de entrenamiento de la Federación Vietnamita de Vovinam Vietvodao, por lo que los practicantes españoles estamos utilizando el mismo programa que se utiliza en Vietnam.*

*Con respecto a los éxitos deportivos, me remito a lo explicado anteriormente, añadiendo únicamente que, tras las sesiones de exámenes realizadas en noviembre y diciembre del año pasado, contamos en España con un nuevo maestro 4º dang, Antonio Morales Gatell, y cinco nuevos cinturones negros: David Montero Expósito, Abel Borastero Villa, Iñigo Bustos Mardones, Ovidio Pérez González y Sergio Farras González, engrandeciendo nuestra Asociación, aprovechando esta ocasión para felicitarlos nuevamente.”*

Posteriormente, en el punto 3 del orden del día tratado en la Asamblea de la Asociación Vovinam Vietvodao España, fue el de altas y bajas de socios, con el que se procede a la preceptiva actualización anual de socios. Además, se creó un listado de simpatizantes con todas aquellas personas y empresas que participan y/o colaboran habitualmente con las actividades que organiza la Asociación.

Asimismo, seguidamente se procedió a aprobar las cuentas anuales del ejercicio 2010, del mismo modo que el presupuesto de ingresos y gastos para el año 2011, renovándose de nuevo el acuerdo por el que todo aquella persona que esté al día en el pago de su licencia (cuota anual y seguro médico) estará automáticamente, salvo que expresamente manifieste lo contrario, dada de alta en el Club VOVINAM.

Con respecto a las actividades del año 2011, se acordó realizar un curso de arbitraje para el próximo mes de febrero, si bien queda pendiente de determinar el día exacto y la fecha de celebración. De esa forma, la Asociación intenta poner todos los medios a su disposición para que todos los profesores estén actualizados con el nuevo reglamento de competición, y que ya fue aplicado en el pasado Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodao.

Para el mes de abril, entre otras actividades que se realizarán, que en Semana Santa, durante los días 22 a 24, se procederá a realizar el tradicional curso que durante esas fechas se realiza en el Sur de Tenerife.

Para el mes de junio, concretamente para los días 4 y 5 de junio, el Maestro **Patrick Levet** (5º dang) impartirá un curso en Cataluña, teniendo la categoría de curso nacional y al que, con total seguridad, asistirán practicantes de todas las regiones en las que se imparte Vovinam Vietvodao en España. Además, aprovechando la estancia del Maestro Levet en España, el día 4 de junio, antes del inicio de las sesiones de entrenamiento del indicado curso, se procederá a realizar una sesión de examen de grados nacional, con un tribunal presidido por el Maestro Patrick Levet, y en el que estará también presente el Maestro **Antonio Morales Gatell** (4º dang y Director Técnico Regional para Cataluña).

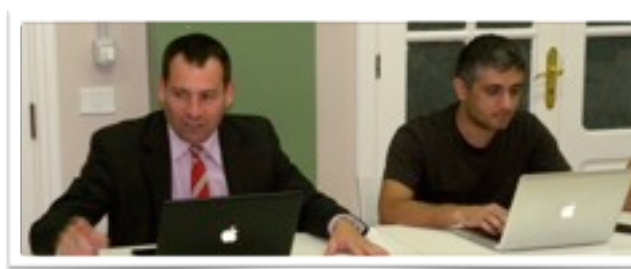
Igualmente, la Asociación aprobó la participación del Vovinam español en el próximo Campeonato del Mundo de Vovinam que, probablemente, se celebrará en la ciudad de Ho Chi Minh (Vietnam) durante el próximo mes de julio. Allí, se intentará que esté el mayor número de deportistas españoles, para que estos representen a nuestro país de la mejor manera

posible.

Del mismo modo, la Asociación pretende mantener las actividades que tan buenos resultados han venido dando en los últimos años, y por ello durante los días 16 a 18 de septiembre de 2011 se celebrará el V Curso Acampada de Vovinam Vietvodao en la localidad de Fasnia (Tenerife) o la tradicional “Fideuada” de Navidad.

Pero también innovará actividades como es la del Congreso de Directores Técnicos Regionales que se realizará a lo largo del año, o retomará otras que en su día se hicieron, y no se venían repitiendo, como es, por ejemplo, el Open de Combate.

Como se puede ver, la Asamblea Ordinaria de este año no ha hecho más que certificar que la Asociación española no ha hecho más que crecer y que, a buen seguro, lo seguirá haciendo, y así todos lo esperamos.



# CAMPEONATO DE EUROPA 2010



**ARBITRAJE.-** Un Campeonato de Europa, como desvelábamos en la edición anterior de esta revista, es invariable sin la colaboración desinteresada de muchas personas. Sin duda alguna, un grupo imprescindible de esas personas son los árbitros y jueces, pues sin ellos, la competición no sería posible.



Como es sabido, estos realizan una difícil labor, que es la de aplicar el reglamento, en los que podrán tener aciertos y desaciertos pero, sin lugar a dudas, una entrega y esfuerzo sobresaliente, como así demostraron en el pasado Campeonato, en el que además, tuvieron la necesaria coordinación con la mesa central, dirigida por el maestro **Sergio Mora Hernández** (Director Técnico Nacional para España), que hizo que el evento transcurriera con la necesaria fluidez.



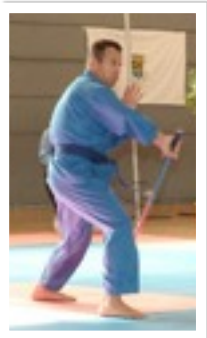
A su vez, es de resaltar la magnífica labor desarrollada por los árbitros centrales en la categoría de combate, aplicando el nuevo reglamento para combate de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF), destacando el arbitraje desarrollado por los maestros **Vittorio Cera** (Italia), **Frédéric Dauphin-Méchain** (Francia), y los profesores **Ionut Nechita** (Rumania) y **Enrique Mora Hernández** (España). A ellos les acompañaron como jueces de esquina los maestros **Michele Garofalo** y **Claudio Zilio** (ambos de Italia), el maestro **Le Huu Dai** (Bélgica), los maestros **Patrick Levet**, **Miguel Díaz** y **Juan Cid** (España), los maestros **Marc Delesse** y **Abdel Benzaim** (Francia), y el profesor **Gerardo Gutiérrez** (España).

**SANIDAD.-** Otra cuestión absolutamente necesaria para la buena marcha de un campeonato como el desarrollado el pasado mes de noviembre, es la presencia de un efectivo equipo sanitario, que garantice la asistencia sanitaria ante cualquier percance que pudieran sufrir los competidores. Por esa razón, debemos hacer una especial mención a los médicos **Javier González** y **José Luis Pérez**, quienes de forma absolutamente desinteresada prestaron todos sus conocimientos y experiencia para garantizar la salud de los deportistas, atendiéndoles de forma inmediata y eficaz.



# CAMPEONATO DE EUROPA 2010 EN IMÁGENES (3)

VOVINAM 2010



## De bien nacidos es ser agradecidos

### MAESTRO PATRICK LEVET.-

El sábado día 27 de noviembre de 2010, durante el Acto de presentación de los equipos que participaban en el pasado Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodao 2010, y tras el discurso del Alcalde de la ciudad don **Marcos Brito Gutiérrez**, el Ayuntamiento de la misma dio a todos los asistentes una agradable sorpresa, pues quiso entregar una metopa de la ciudad al Maestro **Patrick Levet** (5° dang), en agradecimiento por la labor desarrollada en la ciudad de Puerto de la Cruz dentro del deporte y, principalmente, por ser la persona quien implantó el Vovinam Vietvodao en el mencionado municipio, dejando una huella imborrable en el mismo.



Y es que el Maestro Levet llegó a Tenerife en el año 1988, estableciendo su residencia en la ciudad de Puerto de la Cruz. Nada más llegar, comenzó a impartir sus clases, conociendo como alumnos en 1989 al maestro **Pedro González** y al profesor **José Luis Rodríguez**, por aquél entonces unos jóvenes adolescentes quienes, a día de hoy, continúan practicando el Vovinam Vietvodao, siguiendo el camino marcado en la ciudad por su maestro. Posteriormente, se unieron a los mismos, ya por el año 1991, los maestros **Sergio Mora Hernández**, actual Director Técnico Nacional y **Miguel Ángel Díaz** que, como todos sabemos, siguen también en la labor de difusión y desarrollo de este arte marcial vietnamita no sólo en Canarias, sino también a nivel nacional, pues durante muchos años han venido impartiendo distintos cursos y seminarios por toda la geografía española.



Más adelante, otras personas conocidas dentro del mundo del Vovinam Vietvodao, y que a día de hoy siguen entrenándose, comenzaron la práctica de este arte marcial vietnamita de la mano del maestro Levet en la ciudad de Puerto de la Cruz. De ese modo, a título de ejemplo, podemos destacar al Maestro **Juan Cid Argilles**, actual vicepresidente de la Federación Europea de Vovinam Vietvodao (EVVF) y Consejero y miembro del Comité de Inspección de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF). Igualmente, podemos poner de relieve a personas como los profesores **Gerardo Gutiérrez**, **Enrique Mora**, **Carmelo Abrante** o **José Carmelo Acosta**, entre otros muchos.

Pero su labor no se limitó únicamente a la formación de alumnos y profesores en la ciudad de Puerto de la Cruz, sino que también convirtió a dicho municipio en referente del Vovinam Vietvodao a nivel mundial. De ese modo, en 1997 organizó el primer viaje del Gran Maestro **Nguyen Van Chieu** a la ciudad, quien impartió un curso y, además, presidió la primera sesión de examen internacional en España, que tuvo lugar en el Parque San Francisco de la mencionada ciudad turística. En ella se examinaron muchos de los alumnos del Maestro Patrick Levet y que hoy en día se han convertido en la columna vertebral de la Asociación Vovinam Vietvodao España y, por tanto, de la implantación y desarrollo del Vovinam en dicho país.



Ese mismo año, organizó la primera expedición española a Vietnam, pero no fue hasta el año siguiente, 1998, cuando atletas españoles compitieron por primera vez en eventos internacionales. Así, en primer lugar, de su mano lo hicieron en la ciudad de Ginebra (Suiza), el maestro **Pedro González**, quien como cinturón negro entonces, consiguió alzarse con una medalla de oro y otra de plata, sorprendiendo al resto de países ya que era la primera vez que España competía a nivel internacional. También ese mismo año, concretamente en julio junto al referido maestro González y con el maestro **Sergio Mora**, viajó a Vietnam, concretamente a la ciudad de ...

## De bien nacidos es ser agradecidos (continuación)

... Ho Chi Minh, participando como miembro de la selección española, junto con Pedro González y Sergio Mora, en el Campeonato del Mundo de Vovinam Vietvodao, obteniendo unos resultados magníficos, tanto él a título individual, como sus alumnos. Ya por esa época el Maestro Patrick Levet lucía su cinturón de maestro 4º dang que había obtenido en sesión de examen en el To Duong ante un tribunal presidido por el Maestro Patriarca **Le Sang** (que en Paz descanse), lo que da buena muestra de la consideración que a nivel nacional ya gozaba el maestro Patrick Levet.



En noviembre de 1998, logró que se realizara en el Pabellón Municipal de Deportes “Miguel Ángel Díaz Molina” de Puerto de la Cruz, el I Trofeo Isla de Tenerife, siendo la primera vez que la selección nacional de Vietnam viajaba a Europa para participar en una competición internacional. Este evento demostró, no sólo el nivel técnico de los alumnos del Maestro Patrick Levet, sino también la capacidad de organización de los mismos a la hora de realizar eventos internacionales. A esta competición acudieron practicantes de Alemania, Francia, Italia, Vietnam y, por supuesto, de distintos lugares de la geografía española, siendo desde entonces un punto de inflexión que colocó, como decíamos anteriormente, a la ciudad del Puerto de la Cruz como un referente mundial del Vovinam Vietvodao.

Ya en el año 2002, el Maestro Patrick Levet deja su residencia en el Puerto de la Cruz, quedándose a sus alumnos a cargo de la enseñanza del Vovinam Vietvodao en España, y dejando a la mencionada ciudad turística y, en concreto, la Sala de entrenamientos del Instituto Canario de Artes Marciales, fundado por el Maestro Patrick Levet, como sede nacional de este arte marcial vietnamita.

Sin embargo, desde que marchó de la ciudad, no podemos decir que olvidara la misma y a sus alumnos, con los que ha mantenido un contacto permanente e ininterrumpido. Tal es así, que siempre ha estado velando para que el camino que él había iniciado no se desviase, no sólo proporcionando sus sabios consejos desde el exterior a sus antiguos alumnos españoles, sino también realizando constantes visitas que se han traducido tanto en cursos y seminarios impartidos como participación en sesiones de exámenes de grado.



Por todo ello, y por otras muchas cosas más, creemos que el reconocimiento público que, mediante el Alcalde, ha hecho la ciudad de Puerto de la Cruz al Maestro Patrick Levet es justo, correspondiendo con el trabajo realizado por



éste a aquella, en lo que al Vovinam Vietvodao se refiere, haciéndola más grande, y además, realizando una importante labor social, siendo prueba de ello el gran número de alumnos formados en la ciudad. Como consecuencia de ello, queremos aprovechar la ocasión para, de forma pública, agradecer al Maestro Patrick Levet su trabajo realizado, así como su amistad y lealtad mostrada a todos los miembros de la Asociación Vovinam Vietvodao España. Sinceramente, muchas gracias maestro.

# PROFUNDIZANDO EN EL VOVINAM

El Vovinam Vietvodao, como estilo marcial que es, utiliza los puños para impactar en el adversario en el desarrollo del combate, en la mayoría de los casos con los nudillos de las falanges índice y corazón, contabilizándose un total de siete tipos de puñetazos en el programa técnico, siendo estos los siguientes:

## ESTUDIAMOS LA IMPORTANCIA DE LOS PUÑOS

intentando golpearlo en las partes más vulnerables del mismo, tales como el mentón o la nariz. Se golpea indistintamente con una mano o con la otra, pero existiendo una diferencia sustancial en el resultado si se golpea con la mano adelantada o la retrasada. El puñetazo con la mano adelantada (generalmente la izquierda) sirve para mantener al adversario a distancia, o abrir hueco para entrar en la distancia de combate, ya que este puñetazo es más rápido que el de la mano retrasada (por lo general, la derecha). Este puño es conocido en boxeo como "jab" y es muy útil. Por otro lado, en el golpeo con la mano retrasada (conocido en boxeo como "cross") hay que aplicar la inercia de la rotación de la cadera, ya que de este modo se consigue aumentar la potencia del impacto, a lo que hay que sumarle la rotación del antebrazo y la muñeca, justo antes de producirse el contacto. Dicha rotación es necesaria en el golpeo con ambas manos, independientemente que si se trata del brazo adelantado o del retrasado en el momento del inicio del golpeo.



**Dam Thap** (puño frontal bajo). Este puño va dirigido por lo general a la zona abdominal, aunque también puede utilizarse para golpear zonas blandas situadas debajo del estómago, produciéndose el contacto con los nudillos de las falanges índice y corazón. Este puñetazo tiene en común con el anterior que, dependiendo con la mano con la que se realice el golpeo, adelantada o retrasada, el efecto obtenido también varía.



**Dam Móc** (puño semicircular, conocido en boxeo como "crochet"). En este golpe, el brazo que lo ejecuta, forma un ángulo entre el antebrazo y el bíceps, siendo dicho ángulo variable en función de la distancia a la que se encuentre el adversario. Este golpe se aplica sobre el rostro, lateral de la cabeza y sobre los costados de la zona abdominal, buscando el hígado o los riñones. En este golpe es fundamental acompañar el brazo con la inercia del giro de la cadera, ya que imprime más potencia. La superficie de golpeo del puño es la formada nuevamente por los nudillos de las falanges índice y corazón. Del mismo modo que en los casos anteriores, el golpeo con la mano adelantada o retrasada irá en función de lo que se quiera conseguir en el momento del impacto.



**Dam Bùa** (puño de martillo). Se ejecuta con la parte externa del puño, a modo de maza o martillo, lo que supone el origen de su nombre. No tiene un patrón marcado a la hora de realizar el golpeo, siendo lo más frecuente de forma descendente (de arriba a abajo) y el circular, ambos con el objetivo de impactar en el rostro o resto de la cabeza del oponente. Este puño suele aplicarse tras realizar un giro, lo que le añade aun mucha más potencia. Para ejecutar este golpeo de manera satisfactoria, del mismo modo que con todos los demás, precisa de un entrenamiento concienzudo en el que se trabaje el cuidado de mantener la guardia, puesto que la persona que realiza este golpe, sobre todo cuando le añade un giro, se expone bastante a un contra ataque por parte de su rival. Ahora bien, si logra impactar de lleno con este puñetazo, probablemente conseguirá muy buenos resultados.



## PROFUNDIZANDO EN EL VOVINAM (2)



**Dam Lao** (puño de jabalina). Se realiza lanzando el puño sobre el rostro (o el resto de la cabeza, en lugares permitidos por el reglamento), con la intención que contacte con los nudillos de las falanges índice y corazón, como si se intentase “cortar” con dichos nudillos. Es un golpeo quizás menos frecuente, pero lo cierto es que bien articulado, daña bastante a la persona que sufre su impacto.



**Dam Tat** Se realiza a corta distancia, y sobre el rostro del contrincante. En ocasiones, también es utilizado para atacar la guardia del oponente, existiendo peleadores que lo realizan con mucha frecuencia y de manera muy efectiva.



**Dam Múc** . Puño de gancho vertical. También es muy útil, pero debe utilizarse siempre en distancias cortas. Ahora bien, sirve tanto para golpear al adversario en el rostro como en el cuerpo. En la cara suele aplicarse cuando el contrario se encuentra inclinado hacia delante, aunque no es siempre necesario, pues muchas veces con este puño se puede sorprender atacando al rostro, combinándolo con una serie, siendo éste muy efectivo si logra impactar. Por otro lado, cuando tratamos de golpear el cuerpo, pueden concurrir dos objetivos. Uno que logremos dejar sin aire al oponente, y otro que, al golpearlo en el abdomen, hagamos que nuestro contrincante baje la guardia para poder protegerse y, así, poder posteriormente impactar en la cabeza. De cualquiera de las formas, es un golpe muy útil

lleno con este puñetazo, probablemente conseguirá muy buenos resultados.

Los golpes anteriormente enumerados y descritos, se encadenan entre sí de una manera lógica, es decir, que exista concordancia con el puño que se utiliza y la distancia a la que se encuentra el oponente, pudiendo existir infinidad de variantes.

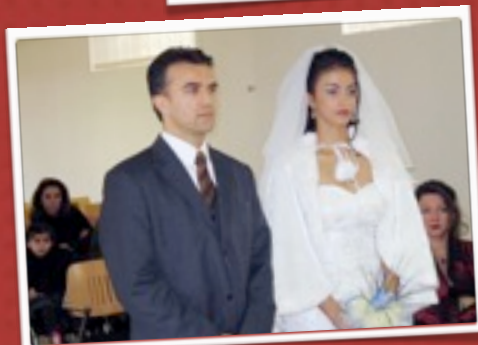
### **Guardia.-**

Aunque no se trate de ningún tipo de puñetazo, es de obligada mención nombrar lo que se conoce como “guardia”, ya que su función es evitar el impacto limpio de los golpes del oponente. La guardia consiste en situar los puños cerrados en cada mentón, para que en caso que el adversario nos golpee, su puño en encuentre con el nuestro, en lugar de con nuestro rostro. Es básico que cada vez que se ejecute un golpe, la mano que ha golpeado o realizado el golpe, vuelva a la posición de guardia, puesto que es en ese preciso momento cuando se desprotege ante un eventual ataque del contrincante.



# FOTOS PARA EL RECUERDO

Como quiera que en esta edición de esta revista hemos realizado un artículo relativo a la implantación del Vovinam en la ciudad de Puerto de la Cruz por Patrick Level, y aprovechando que el pasado mes de enero ha cumplido años, queremos hacer un brevísimo recorrido por algunos momentos de su trayectoria dentro del Vovinam, y de la que hemos sido partícipes todos.



# ARTÍCULOS PARA EL RECUERDO

REVISTA EL BUDOKA.-



En mayo de 1997, la revista de tirada nacional EL BUDOKA, sacaba en portada una fotografía del Maestro **Patrick Levet** y el maestro **Pedro González**, en el que el primero le aplica una palanca al codo ante un agarre tipo Nam t'oc truoc. Era la primera vez que una revista de nivel nacional en España publicaba en su portada una fotografía de Vovinam Vietvodao, lo que supuso un impulso importantísimo para el conocimiento general de este arte marcial en dicho país. Hasta entonces, el Vovinam no era muy conocido, pero las distintas publicaciones que desde la Asociación Vovinam Vietvodao España se iban realizando, coordinadas por el Maestro Levet, iban haciendo que, poco a poco, el público en general fuera conociendo cada vez más esta disciplina marcial. Así, además de salir en portada, en este nº 260 de la mencionada revista de artes marciales EL BUDOKA, que editaba la editoria Alas, se recogía una entrevista realizada por **Bartolomé Egea Melián** al mencionado Maestro Levet, y que tituló "Vovinam Vietvodao: el verdadero arte marcial vietnamita".

La entrevista que ocupó páginas centrales de la revista, tuvo una gran acogida y, además, fue muy esclarecedora para los amantes de las artes marciales vietnamitas que, hasta entonces, no tenían un especial conocimiento

del verdadero origen y desarrollo de estas en Vietnam. De ese modo, el Maestro Patrick Levet explicaba que *en Vietnam sólo existe Viet Vo Dao de trajes azules, (...) fundado en el año 1938, a veces llamado solamente Vovinam*. A su vez, el Maestro Levet en al ser cuestionado sobre los proyectos que con respecto al Vovinam Vietvodao tenía para España, responde que *de momento me han encargado entrenar a mis alumnos más avanzados para prepararlos para el cursillo que dará el Maestro Nguyen Van Chieu, del 20 de abril al 5 de mayo de 1997 en Canarias, resaltando que su tarea es ahora la de trabajar en la difusión del arte marcial Vovinam Vietvodao en España con la colaboración y el reconocimiento de la Federación Vietnamita, destacando también que en Canarias tenemos la mayor preparación y el mayor número de alumnos en artes marciales vietnamitas. La proyección para el futuro del Vovinam es muy grande.*

Y no le faltaba razón, pues como hemos podido observar en páginas anteriores, el crecimiento del Vovinam Vietvodao en España fue espectacular, pues en poco tiempo no sólo comenzó con la participación en

Campeonatos internacionales, sino también a organizarlos, así como distintos cursos y seminarios que también fueron objeto de distintos artículos en diversas publicaciones que, como es natural, iremos conociendo en futuras ediciones de esta sección.

Finaliza la entrevista, publicando el curriculum deportivo que hasta la fecha tenía el Maestro Patrick Levet, del que podemos destacar la obtención de la superación de su examen de maestro, en el año 1996, celebrado en la ciudad de Ho Chi Minh ante el Consejo Superior de Maestros.



# Consejos para el entrenamiento

Una cosa muy importante en el entrenamiento, y que quizás suele olvidarse con demasiada frecuencia, es el paso denominado “vuelta a la calma”. Sin embargo, esta parte del entrenamiento es igual de importante que el resto, tal es así que, del mismo modo que en esta sección ya hemos puesto de relieve la importancia del calentamiento al inicio de todo entrenamiento, debemos ahora también resaltar la importancia de esta parte del entreno, que tiene la misma que la del calentamiento.

La “vuelta a la calma” es aquella parte del entrenamiento, realizada al final del mismo, que tiene como objetivo que la persona que ha entrenado salga del entrenamiento de forma relajada y con sensación de calma, y no acelerado, intranquilo o en tensión. Y es que no se debe olvidar que quien ha entrenado, sobre todo si lo ha hecho como se debe, esto es, con la suficiente intensidad, durante el entreno ha procedido a aumentar el ritmo cardíaco, así como a exigir más rendimiento tanto a sus músculos como a sus articulaciones, por lo que no puede salir del entrenamiento en ese mismo estado, sino que debe volver a un estado de normalidad, terminando la sesión de entrenamiento de forma tranquila.

Hay varias forma de volver a la calma que, según si estamos tratando de una clase de niños o una de adultos varía. Cuando se trata de los primeros, es aconsejable realizar juegos, que hagan que el niño de forma natural asimile la necesidad de relajarse.



Cuando se trata de adultos, las principales formas de “vuelta a la calma” son a través de los estiramientos y de la relajación. Con respecto a los primeros, ya hemos tenido una especial dedicación en esta sección, principalmente en las ediciones números 19, 20 y 21. Por ello, en esta edición, trataremos con más atención la segunda forma expuesta, esto es, la de la relajación. De ese modo, en primer lugar, no debemos confundir relajación con meditación, que son cosas totalmente distintas, ya que la relajación se refiere al grado o nivel de tensión, sobre todo, muscular, que se ha adquirido en la sesión de entrenamiento realizada, y no a nada más allá.

Durante la relajación, es importante mantener una correcta respiración, pues ésta forma parte integral de cada ejercicio, siendo siempre coordinada con cada ejercicio, por lo que es necesario llevar un ritmo de inspiraciones y expiraciones completas adecuado durante el desarrollo del ejercicio, consiguiendo de esta forma expulsar aire viciado del organismo y restablecerlo de aire fresco, revitalizando así todo el sistema. Además, es evidente que una buena respiración, ayuda a controlar los movimientos de la columna vertebral y las extremidades, que unida a una buena concentración a la hora de realizar los ejercicios de relajación, ayudará a conectar cuerpo y mente.



# APERTURA DEL CONSULADO GENERAL DE VIETNAM EN CANARIAS



## Acto de inauguración.-

El pasado miércoles 26 de enero, se procedió a la apertura del Consulado General de Vietnam en la Comunidad Autónoma de Canarias, y que tiene su sede en el Paseo de las Milicias de Garachico, número 5, Primer Pisco, Oficina 4, de la Isla de Tenerife. El acto de corte de cinta contó con la presencia del Embajador de Vietnam en España el Excmo. Sr. don **Truong Trieu Duong**, así como del

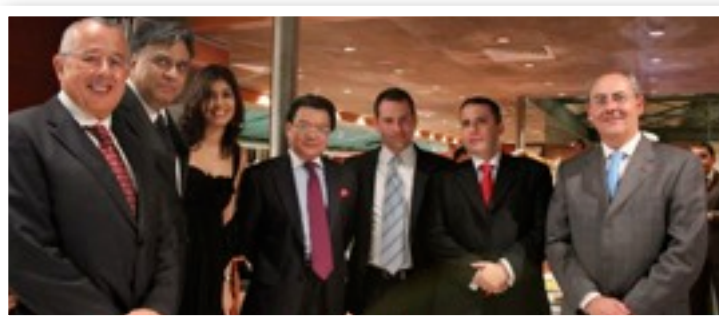
Presidente del Gobierno de Canarias **Paulino Rivero Baute**, del Cónsul General de Canarias **Kumar T. Bharwani**, y del Jefe del Mando Militar de Canarias **José Ignacio Medina**. Posteriormente, se procedió a un cóctel en el que se pronunciaron diversos discursos en los que se destacaba la importancia para las Islas Canarias de la apertura de esta oficina consular en dicha región. Al acto se fueron incorporando distintas

autoridades, además de los dignatarios del cuerpo consular de Tenerife que tienen oficina abierta en la Isla, pudiendo destacar la presencia del presidente del Cabildo Insular de Tenerife **Ricardo Melchior Navarro**, del Alcalde de la ciudad de Santa Cruz de Tenerife **Miguel Zerolo**, del Senador y Vicepresidente del Cabildo Insular de Tenerife **Antonio Alarcó**, o del ex Secretario de Estado de Justicia **Julio Pérez**, entre otras muchas personalidades.



## El Vovinam Vietvodoa estuvo presente.-

La **Asociación Vovinam Vietvodoa España** estuvo debidamente representada por el maestro **Juan Cid Argilles** en su calidad de Vicepresidente de la Federación Europea de Vovinam Vietvodoa (EVVF) y consejero de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodoa (WVVF), y del maestro **Pedro González**, como presidente de la indicada Asociación, quienes fueron previamente invitados a acudir al acto, para representar al Vovinam Vietvodoa, como arte marcial originario de Vietnam, por el cónsul de Vietnam en Canarias, el anteriormente mencionado Kumar Bhawani. De ese modo, tanto Juan Cid como Pedro González, pudieron saludar y charlar amistosamente, tanto con el Embajador de Vietnam, como con el Cónsul del



país asiático en Canarias, así como con el agregado militar de la Embajada de Vietnam en España, **Vu The Trung**, con quienes mantienen unas magníficas relaciones.



# CLUB VOVINAM

## Sorteo de la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas

Con el fin de colaborar con la recaudación de fondos para poder ayudar a costear los desplazamientos que los practicantes de Vovinam tienen que realizar a lo largo del año, la Asociación Vovinam Vietvodao Las Dehesas pone a la venta rifas con el indicado fin. De ese modo, pretende lograr financiación para que sus asociados, los practicantes de Vovinam de la ciudad de Puerto de la Cruz (Tenerife), puedan desplazarse en masa a varios eventos deportivos, principalmente al curso que el maestro Patrick Levet impartirá en Cataluña durante los días 4 y 5 del próximo mes de junio, y al Campeonato del Mundo de Vovinam Vietvodao que tendrá lugar el 27 de julio en la ciudad de Ho Chi Minh en Vietnam.

De esa forma, al precio de un 1 € por papeleta, los que las adquieran podrán ganar una cena para dos personas en el **Centro de Celebraciones y Congresos Bahía Playa** o, si lo prefieren, un descuento del 10 % en la contratación de un banquete de boda, bautizo o comunión. Asimismo, también serán ganadores de un mes de práctica de cualquier modalidad del Pack I, que incluye clases de TRX, 1 mes para la práctica de Pilates Máquina, 1 sesión de masaje completo y 1 mes de Vovinam Vietvodao en las instalaciones del **Gimnasio Bahía Beach** de Puerto de la Cruz, así como de un almuerzo o una cena para dos personas en el **Restaurante No sólo café y vino** (la cocina de Dolores), situado en la zona de La Cuesta de la Villa, del término municipal de Santa Úrsula.

Las mencionadas rifas podrán adquirirse en el Gimnasio Bahía Beach, en los estudios de **Mi Tierra Televisión**, en el **Auto Bar González**, sito en la playa de Martiánez de Puerto de la Cruz, o en **Bokata Café** que se encuentra en la Avenida Familia Bethencourt y Molina (antigua Avenida Generalísimo) de la mencionada ciudad. También podrán ser solicitadas a los distintos practicantes de Vovinam Vietvodao de Puerto de la Cruz.



## Noticias

### EL VOVINAM EN LA TELEVISIÓN ITALIANA.-

Con motivo del pasado Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodoa celebrado en la ciudad de Puerto de la Cruz en noviembre de 2010, la televisión italiana **Rai Sport 1** ha realizado un reportaje sobre la participación de la selección italiana en dicho evento deportivo, y en la que se realizaron entrevistas a los profesores **Stefano Riva** e **Iris de Nardi**, lo que supone no sólo una promoción del Vovinam sino también de la isla de Tenerife. Dicho reportaje se puede visionar en la página web [www.vovinamvietvodoa.it](http://www.vovinamvietvodoa.it)



### TRES MONITORES DEL GIMNASIO BAHÍA REALIZAN UN CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS.-

El Maestro **Pedro González** (4º dang), y los profesores **Juan Pedro González** y **Carmelo Abrante** (ambos 1º dang), realizaron el pasado mes de enero un curso de primeros auxilios en las instalaciones del **Gimnasio Bahía Beach** de Puerto de la Cruz (Tenerife). Este curso de Primeros Auxilios y RCP para Instalaciones Deportivas estuvo organizado por la Asociación Canaria de Empresarios de Instalaciones Deportivas (ACEID) y la Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID), subvencionado por la Fundación Tripartita para la Formación en el Empleo, con financiación del Fondo Social Europeo y el Ministerio de Trabajo e Inmigración. Más información en la página web [www.vovinamcanarias.es](http://www.vovinamcanarias.es).



### CURSOS NACIONALES EN MARRUECOS.-

El Director Técnico Nacional para Marruecos, el maestro 4º dang, **Hassa Abillat**, impartirá 4 cursos nacionales durante ese mes de febrero, en distintas ciudades del país del Norte de África. Así, el primero de ellos se celebrará en la ciudad de Kenitra, durante el día 6 de febrero, al que le seguirá otro el día 13 del mismo mes en Temara, continuando otro el día 20 en Agadir y, finalmente, un cuarto curso nacional el 27 del indicado mes de febrero en Casablanca.



### CUMPLEAÑOS DEL MES DE ENERO

Además del maestro Levet y la maestra Danka, el pasado mes de enero, otras personas vinculadas al Vovinam Vietvodoa cumplieron años. Así, la primera en hacerlo fue la profesora cinturón negro **Inmaculada López**, seguida inmediatamente por los también profesores cinturón negro **Ovidio Pérez** y **Xavier Monge**. Por supuesto, no nos podemos olvidar del profesor 1º dang **Carmelo Abrante** y del Director Técnico Regional para Madrid, el también profesor **Mikel Hermosa**, quienes a su vez también cumplieron un año más durante el pasado mes de enero. En Bélgica, el profesor **Christophe Dufour** también tuvo su aniversario, cumpliendo años, mientras que **Paco Montalbán** en el País Vasco también hacía lo propio. Por último, no queremos dejar en el olvido el cumpleaños de **Salvador González De la Cruz**, Jefe de Prensa del Ayuntamiento de San Juan de la Rambla (Tenerife), por el gran y constante apoyo que siempre ha mostrado con el Vovinam Vietvodoa. A todos ellos, muchas felicidades.

# NOTICIAS DEL MUNDO

## Campeonato regional en Italia.-

Durante los días 22 y 23 de enero (sábado y domingo), se celebró el 1º Campeonato Regional de Vovinam Vietvodao de la región de Venecia, tanto en categorías infantiles como adultas.

Este evento deportivo estuvo organizado por el Maestro **Claudio Zilio** (5º dang), quien es el responsable para Vovinam de la indicada zona de Italia, comenzando el mismo el sábado con la competición infantil, así como con una exhibición realizada en la tarde noche, para dar paso el domingo a la competición adulta, tanto de técnica como de combate, desarrollándose toda la competición en el Palacio de Deportes “A Casoni di Mussolente”. Más información en la página web [www.vovinamvietvodao.it](http://www.vovinamvietvodao.it)



## Examen de grados para principiantes.-

El pasado 23 de enero se celebró en el Distrito Binh Tan de la ciudad de Ho Chi Minh (Vietnam) una sesión de examen para principiantes. En ella participaron más de 200 alumnos. El tribunal examinador estuvo presidido por el Gran Maestro **Nguyen Van Chieu**, presidente del Consejo de Maestros y Director Técnico de la Federación Mundial de Vovinam Vietvodao (WVVF), que como podemos observar, una vez más, está desarrollando un trabajo muy importante de desarrollo del Vovinam Vietvodao, tanto en Vietnam como fuera de él. Tal es así que, en las últimas ediciones, del mismo modo que ocurre con ésta, se puede apreciar que las sesiones de examen de grados son muy numerosas, lo que evidencia que el Vovinam Vietvodao no está haciendo más que crecer y crecer y, además, de una forma ordenada.



## Copa de Francia de Vovinam Vietvodao.-

Los días 15 y 16 del pasado mes de enero, tuvo lugar en el Centro de Deportes “Georges Chanu” de la localidad francesa de Roissy en Brie. Dicha competición incluía tanto categorías técnicas como de combate, divididas a su vez en cadetes, juniors y seniors, y estuvo organizada por el departamento de artes marciales vietnamitas de la Federación Francesa de Karate y Disciplinas Asociadas que, como y hemos explicado en alguna que otra ocasión, es la Federación que por Orden Ministerial tiene encomendado

los asuntos federativos del Vovinam Vietvodao para el país galo.

De esta forma comienza el año 2011 en Francia, realizando una competición que motiva a los practicantes en el inicio del Año Nuevo.

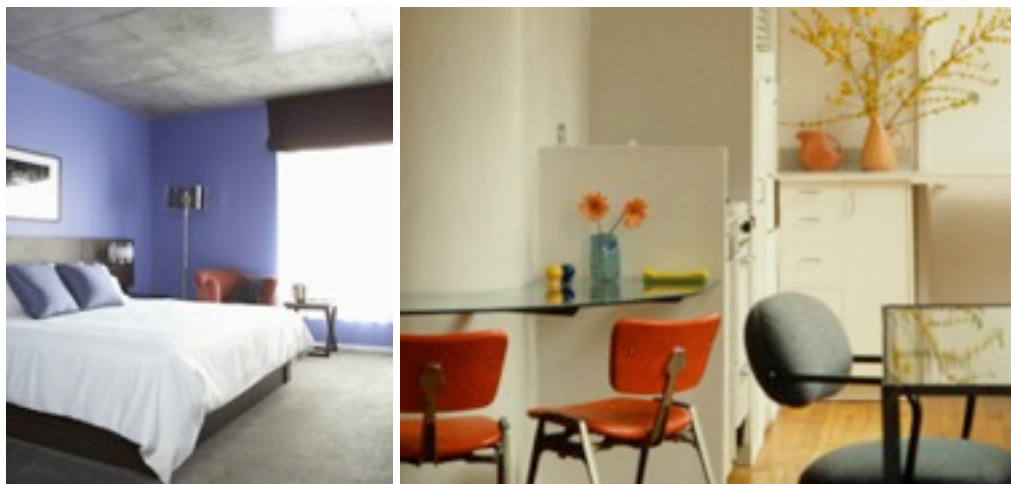




# TABLÓN DE ANUNCIOS

**Nueva sección.-** Todos aquellos socios de la Asociación Vovinam Vietvodoao España que quieran poner sus anuncios en esta revista, podrán hacerlo en esta nueva sección, siempre y cuando el mismo tenga relación con el arte marcial. Para ello, no tendrán más que ponerse en contacto con la Asociación en la siguiente dirección de correo electrónico:

[pre-espana@vovinam.es](mailto:pre-espana@vovinam.es)



Asimismo, todos aquellos que quieran dirigir sus preguntas, sugerencias e incluso ruegos a esta revista, podrán hacerlo en la indicada dirección de correo electrónico, ya que en este año 2011 pretendemos hacer que esta revista tenga ediciones más participativas, confiando que a partir de este momento los lectores nos hagan llegar sus correos en ese sentido.

# KUMAR T. BHARWANI

## Cónsul Honorario de Vietnam en Canarias

**VOVINAM.- Recientemente ha sido publicado en el Boletín Oficial su nombramiento como Cónsul Honorario de Vietnam en Canarias, ¿cómo asume esta nueva responsabilidad en su vida?.-**

**Kumar Bharwani.-** Asumo esta responsabilidad con gran ánimo e ilusión. Me honro en ocupar este puesto, estando dispuesto a defenderlo con orgullo, respeto y con suma humildad, esperando ser digno representante de la Embajada de Vietnam en España, y desde este Consulado me permito invitar a todos a conocer mejor Vietnam, un país lleno de múltiples posibilidades y muy rico turísticamente. Por ello, deseo tener un papel relevante en las relaciones entre nuestras comunidades, asumiendo de ese modo este nuevo reto con muchas esperanzas.

**V.- ¿Qué funciones tendrá este Consulado General de Vietnam en Canarias?.-**

**KB.-** Este Consulado será una ventana abierta para todos aquellos ciudadanos canarios interesados por conocer mejor las posibilidades que Vietnam ofrece como destino para la inversión, para el comercio, y como escenario para un florecimiento de la actividad turística en la que tanto

tenemos que aportar los canarios. En sí, ofrecemos servicios consulares tales como información, documentación y visados para los ciudadanos de España.

**V.- Como Cónsul asistió al Campeonato de Europa de Vovinam Vietvodao celebrado en el Puerto de la Cruz el pasado 27 de noviembre,**



**¿qué le pareció el evento en general?.-**

**KB.-** He de reconocer que había oído hablar de este deporte, pero no había podido disfrutar del mismo hasta el momento. Culturalmente, creo que se trata de un gran deporte que sin duda irá sumando adeptos. Fue un evento realmente impresionante, con un gran despliegue que superó mis expectativas, resultando bastante curioso. Fue un honor asistir al

Campeonato Europeo de Vovinam, acompañados de grandes maestros de este arte marcial, quienes acapararon toda la atención del evento en el Puerto de la Cruz como ciudad elegida como sede europea para el Campeonato.

**V.- ¿Cree que el Vovinam Vietvodao como arte marcial puede reforzar los lazos de unión entre Vietnam y Canarias?.-**

**KB.-** No lo pongo en duda ni un solo momento. Vietnam es hoy un factor importante para la Paz, la estabilidad y el desarrollo del Sudeste Asiático. Es un país y un pueblo amigo de España y Canarias y, sin duda, el Vovinam juega deportiva y culturalmente un papel importante en el fortalecimiento de las relaciones entre nuestros pueblos.

**V.- ¿Qué le parece la publicación de la revista VOVINAM?.-**

**KB.-** Esta revista nos ayuda a conocer mejor este arte marcial y todo lo que en sí conlleva el mismo, además de otros aspectos de Vietnam y sus costumbres que no distan mucho de las nuestras. Aplaudo esta iniciativa y confío en esta revista, agradeciendo su existencia, porque nos acerca aun más.

**Muchas 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](mailto: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](http://www.vovinam.es)