

ENLACE INSTITUCIONAL

PINO DURAN MEDINA

kendo@ipn.mx

pduranm@ipn.mx

UBICACIÓN

A un costado de las oficinas de
la alberca en Zacatenco
5557296000 ext. 54676

SEDES Y HORARIOS

KENDO

Dojo de Judo, Zacatenco
Martes, miércoles y jueves
14-16 h

IAIDO

Dojo de Judo, Zacatenco
Lunes
14-16 h
Martes

16-17:30 h REQUISITOS

Documentos de identificación:

- Acta de nacimiento
- CURP
- Credencial que lo acredite
como alumno del IPN

3 fotografías tamaño infantil color o
blanco y negro

Hoja de vigencia IMSS, ISSSTE

Descargar, leer, firmar y entregar:

- FORMATO UNIVERSAL
- AVISO DE PRIVACIDAD
- LINEAMIENTOS

DESCRIPCION DE LA DISCIPLINA

- ¿Qué es?
El kendo es un arte marcial japonés que se traduce como "el camino de la espada". Deriva de las antiguas técnicas de combate de los samuráis y se practica con espadas de bambú llamadas shinai y una armadura protectora llamada bogu. El kendo es tanto un deporte de combate como una disciplina espiritual y filosófica.
- ¿Para qué sirve?
El kendo busca fortalecer la mente y el espíritu a través de la práctica disciplinada. Aunque no se enfoca tanto en la defensa personal como otras artes marciales, el kendo enseña a reaccionar rápidamente y a mantener la calma bajo presión. Es una disciplina deportiva con torneos y competiciones en todo el mundo. Mantiene viva la tradición de las técnicas de espada de los samuráis y los valores asociados.
- Beneficios:
Mejora física
Disciplina mental
Desarrollo espiritual
Autocontrol y calma bajo presión
Mejora de la postura y la coordinación
Fomento del respeto y la etiqueta