Manual del equipo para Kendo

(Por favor no haga copias ilegales de este libro)

Contenido

Introducción

Para practicar el ***Kendo*** con protección....4

1. El '*Shinai*'

1-1. Los componentes del ***shinai*** (pesos y medidas) 5
Como mantener su ***shinai*** en buena condición....6
Acerca del ***shinai*** 6
1-2. Desensamblaje del ***shinai*** 8
1-3. Como mantener el ***shinai***....9
1-4. Construyendo un ***shinai*** con piezas usadas 10
1-5. Reparando la punta del ***shinai***....11
1-6. Como atar la empuñadura del ***shinai*** 12
1-7. Como atar el cordón ***nakayui*** 15
1-8. ***Tsuba*** y ***tsubadome*** 16
1-9. Como portar el ***shinai***....16
Comparación del ***shinai*** con el ***bokutou*** y la ***katana*** 17

2. La chaqueta o '*Kendogi*'

2-1. Los componentes del ***kendogi*** 18
¿Porque se tiñen la chaqueta y los pantalones con azul índigo? 18
2-2. Como usar el ***kendogi*** 19
2-3. Como lavar el ***kendogi*** 19
2-4. Como doblar el ***kendogi*** 20

3. Los pantalones '*Hakama*'

3-1. Los componentes de la ***hakama***....21
Acerca de la ***hakama*** 21
3-2. Como usar la ***hakama*** 22
3-3. Como doblar y guardar la ***hakama*** 23
3-4. Como lavar la ***hakama*** 24

4. La armadura de cinto o '*tare*'

4-1. Los componentes del ***tare***....25
La ***nafuda*** o bolso del nombre....25
4-2. Como usar el ***tare*** 26
4-3. Como mantener bien el ***tare*** 26

5. La pechera o '*do*'

5-1. Los componentes de el ***do*** 27
El ***shokkou*** 28
5-2. Colocándose el ***do*** 29
5-3. Como atar las cuerdas - método A~D 33
5-4. Como mantener bien su ***do*** 33

6. La careta o '*men*'

6-1. Los componentes del ***men*** 34
Como conectar los ***men-chikawa*** 35
Como se construye el ***men*** 35
6-2. Como colocarse el tenugui o pañoleta del ***men*** - Métodos A~C 36
6-3. Colocándose el ***men***- Métodos A~B 39
6-4. Como mantener su ***men*** 41
Como ajustar el largo de las cuerdas del ***men*** 41

7. Los guantes o '*kote*'

7-1. Los componentes del ***kote*** 42
7-2. Colocándose los ***kote*** 43
7-3. Removiéndose los ***kote*** 44
7-4. Como mantener bien sus ***kote*** 44
7-5. Como atar los cordones del ***kote*** 44

8. El bolso para el equipo

8-1. Los componentes del bolso para el equipo 47
8-2. Colocando el atuendo dentro 47
8-3. Sacando el atuendo 47
Como colgar su atuendo 48

9. Glosario 49

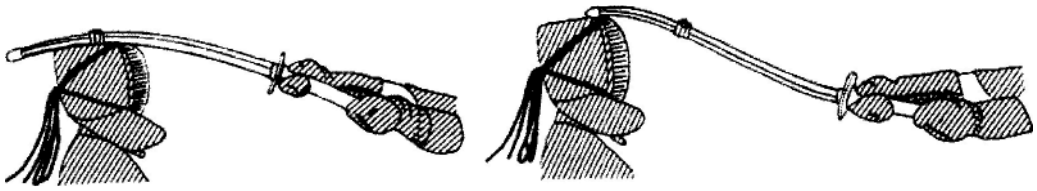
En conclusión 51

Introducción

Para practicar el Kendo de forma segura

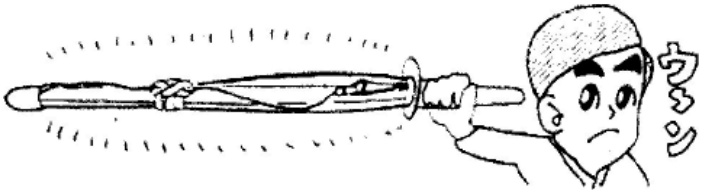
Hemos escrito un manual ilustrado fácil de entender para ayudar a los practicantes de Kendo a mantener su propio equipo.

Cuando usted golpea con el *" shinai",* éste debe verse así:

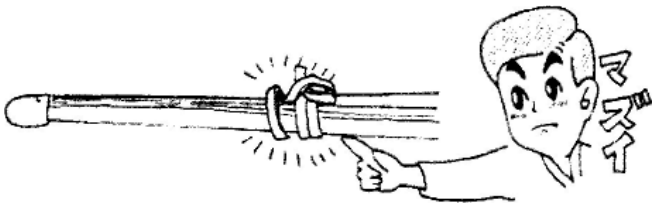


Pero si su ***shinai*** está roto,

o su ***shinai*** tiene un cordel suelto,



O el ***nakayui*** está fuera de lugar, o está suelto

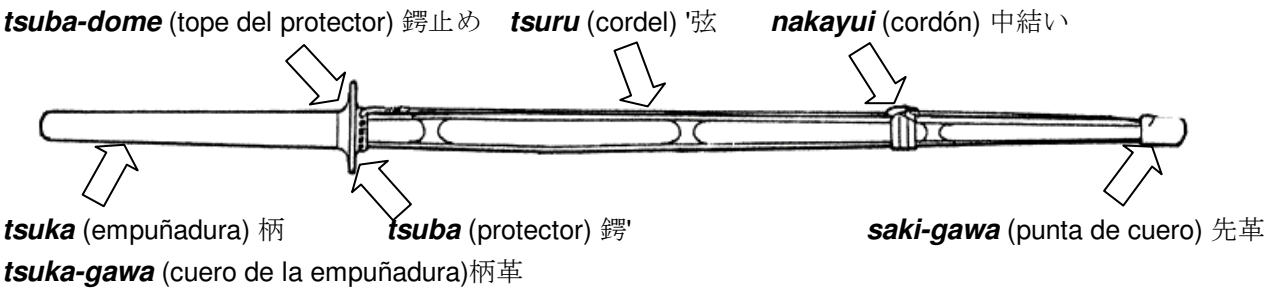


La punta de cuero puede soltarse y las varillas de bambú podrían punzar el ojo de alguien. Hay personas que han quedado ciegas de esta forma.

Por favor lea este manual y mantenga su *shinai* y su armadura en buen estado.

1. El *shinai*

1 — 1. Los componentes del *shinai*



Un bamboo de longitud **4** ***shaku*** (121 cm) es cortado a 10 cm desde la raíz. Luego se le divide verticalmente en 6-8 varillas, las cuales serán usadas para hacer ***shinais*** de diferente longitud dependiendo de su peso. Se seleccionan cuatro varillas de nudos iguales y luego se calientan y doblan para darles forma antes de lijarlas para finalmente hacer un s***hinai***. Es inusual que las cuatro varillas provengan de la misma pieza de bambú.

Cuando usted seleccione un ***shinai***, debe pensar no solamente acerca de su ① peso y longitud sino también ② balance y ③ tipos (forma de grosor, etc. variedad), después ④ ***tsuka-gawa, nakayui*** y otros detalles. Hay dos clases de cuero de las cuales están hechas las piezas pequeñas. Una variedad de cuero es el ***gintuki***, el cual es más fuerte que el otro (cuero ***toko***). El cuero ***gintuki*** tiene superficie de piel. Usted debe elegir cuero ***gintuki***.

Pesos y Medidas del *Shinai*

(Ver: IKF "Regulaciones de *Shiai* (Torneo) y Arbitraje en Kendo" (Nota del Traductor: Revisado en Diciembre7, 2006))

La longitud y el peso corresponden a un ***shinai*** totalmente construido, sin incluir el ***tsuba***.

* Indica el diámetro mínimo del ***saki-gawa*** (unidad: mm.)

	Sexo	Escuela Primaria			Escuela Intermedia	Escuela Secundaria	Adultos - Estudiantes Universitarios		
		Cuando se usa una sola espada (itto)						Usando dos espadas (nitto)	
								La Larga	La Corta
Longitud	Ambos	<=99	<=105	<=111	<=114	<=117	<=120	<=114	<=62
Peso	Masculino	No límite >=260 g	>=280 g	>=370 g	>=440 g	>=480 g	>=510 g	>=440 g	280~300
	Femenino				>=400 g	>=420 g	>=440g	>=400 g	250~280
* ***Saki-gawa***	Masculino				25	26	26	25	24
	Femenino				24	25	25	24	24
Apodo o designación		***Sabuni*** 3 "shaku" 2 "sun"	***Sabuyon*** 3 "shaku" 4 "sun"	***Saburoku*** 3 "shaku" 6 "sun"	***Sannana*** 3 "shaku" 7 "sun"	***Sanpachi*** 3 "shaku" 8 "sun"	***Sanku*** 3 "shaku" 9 "sun"	***Sannana*** 3 "shaku" 7 "sun"	

Note 1: la JKF (& IKF) no pone restricciones en el peso para estudiantes de escuelas primarias.

Note 2: ***shaku*** y ***sun*** son unidades de medida japonesas antiguas.

1 ***sun*** = 3.03 cm; 1 ***shaku*** = 10 ***sun***.

¡Usted debe mantener su shinai seguro!
Así que después de practicar KENDO, debe revisar y mantener su shinai.

Para practicar el Kendo con seguridad, es importante que su ***shinai*** y su armadura se mantengan en buenas condiciones mediante el mantenimiento regular. A menos que el practicante de Kendo (o los padres de niños pequeños) entienda como se construye el equipo y de cómo cuidarlo, puede ser peligroso. Usted necesita ser cuidadoso de modo tal que su oponente no salga lastimado, por ejemplo, debido a astillas que penetren el *men* o corten el brazo de su oponente. Algunas personas han perdido la vista e incluso la vida cuando un pedazo de bambú roto ha penetrado en sus ojos. Las personas que no se preocupan de cuidar sus ***shinais*** sino que a cambio les aplican químicos o usan ***shinais*** de fibra de carbón no desarrollarán este espíritu. Todo cuanto usted necesita hacer es empezar con un ***shinai*** bien formado y ponerle cuidado. En vez de chequear su diámetro usted en vez debe revisarlo continuamente por astillas y rajaduras.

Apuntes de Conocimiento

Acerca del shinai

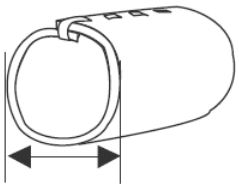
Dos tipos de bambú para shinai

La mayoría de los ***shinais*** en venta están hechos de ***keichiku***, una variedad de bambú que crece en áreas cálidas. Se cosecha bambú de 7-8 cm de diámetro durante el año. Sus fibras son más densas y rígidas, por otra parte su rigidez significa que se rompe más fácilmente que la variedad ***madake***. Por añadidura, debido a que puede calentarse y secarse rápidamente en las inspecciones aduanales, pierde su aceite y humedad natural lo cual lo hace mucho más vulnerable a rajaduras. Es mucho más barato que el bambú ***madake***, el cual se cultiva en regiones con gran variedad de temperatura en las estaciones. ***Madake*** es más denso y más flexible que el bambú ***keichiku***. Bambú de cuatro años con diámetro de 8-12 cm es cosechado de octubre a febrero. Este bambú puede astillarse pero no se rompe fácilmente. ***Mosochiku*** (la variedad más grande de bambú) parece ser fuerte pero es inflexible así que no se utiliza para hacer ***shinais***.

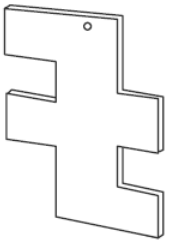
Cuando usted golpea con su ***shinai*** tan solo una vez, el bambú desafortunadamente se romperá. Así que debe cortar el filo del bambú y untarle vaselina. Debe marcarlo “bambú viejo, frágil, no usar”.

Límite del diámetro del shinai

La FJK (JKF) publicó la guía indicadora para prevenir accidentes con la espada de bambú en Noviembre 10, 1998. ① La posición del ***nakayui*** es a ¼ de la longitud total de la espada de bambú, en la parte delantera, ② la longitud del ***sakigawa*** es de 50 milímetros o más. ③ El "diámetro mínimo" del ***sakigawa*** (no a lo largo de la costura sino lateralmente, lo que permite tomar la pequeña medida) fue establecido en abril 1, 1999.
El indicador o medidor de ***shinai*** fue elaborado por la federación de ***budogu*** de todo el Japón. Está hecho de plástico y puede medir el grueso estándar del ***shinai***. Tenemos tres indicadores o medidores de shinai: 24 mm (para hombres debajo de 3.6 y mujeres debajo de 3.7), 25 mm (para hombres 3.7- mujeres 3.8 a 3.9) y26 mm (para hombres de 3.8 a 3.9.)

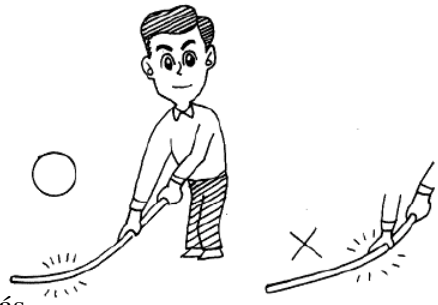


"Diámetro mínimo"



Medidor de ***shinai***

¿Que hace que un "shinai"sea bueno?



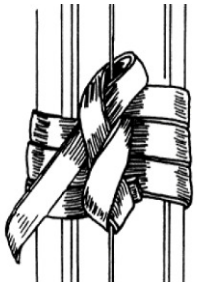
Lo más importante es que sea ambas cosas: fuerte y flexible. Si usted coloca la punta de un ***shinai*** en el piso y trata de doblarlo, este deberá doblarse a cerca de un tercio de la distancia desde la punta (cerca del ***nakayui***), en el lugar donde usted acostumbra golpear a su oponente. Usted debería sentirlo empujar hacia atrás.
Un ***shinai*** débil se doblará cerca del protector ("***tsuba***"). El lugar donde el ***shinai*** se dobla es el punto donde éste suelta el poder cuando usted golpe.
Cuando usted golpea con un ***shinai*** débil este se doblará como una vara desde el ***tsuba*** hasta la punta y entonces rebotará mas poderosamente que lo que la armadura puede proteger. También podría penetrar la rejilla del "*men*" y herir a su oponente y también usted podría lastimar sus propias muñecas y codos. Los ***shinais*** débiles tienen las siguientes características: (1) se doblan en el ***tsuba***; (2) usualmente se les ha cepillado para rebajar el grosor de la empuñadura; (3)usualmente son finos en la punta, gruesos en el medio, y nuevamente finos en la empuñadura; (4) tienden a estar hechos de un tipo de bambú menos denso.

Darle mantenimiento a su shinai cuando lo usa aumenta el `espíritu samurai ' y lo hace apreciar plenamente al bambú.

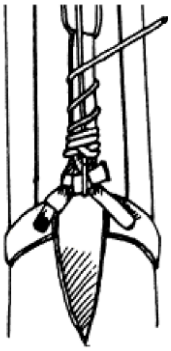
El bambú se rompe y se astilla cuando se usa y por lo tanto requiere de mantenimiento.

1 — 2. Desensamblaje del *shinai*

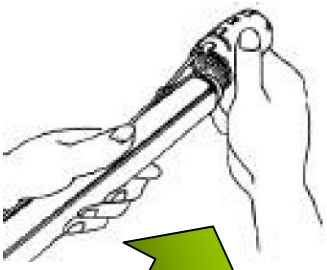
① Floje o suelte el "cordón de cuero" o ***nakayui***



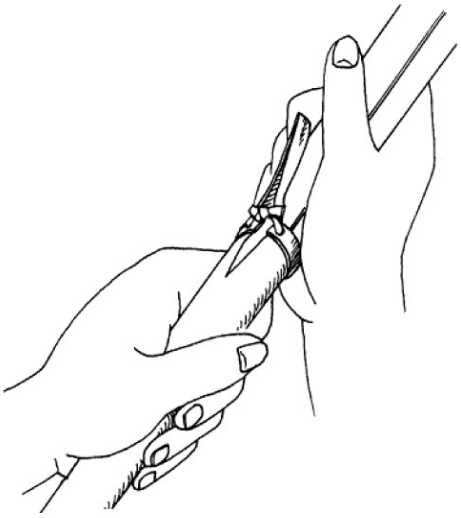
② Suelte el "cordel" o ***tsuru.***



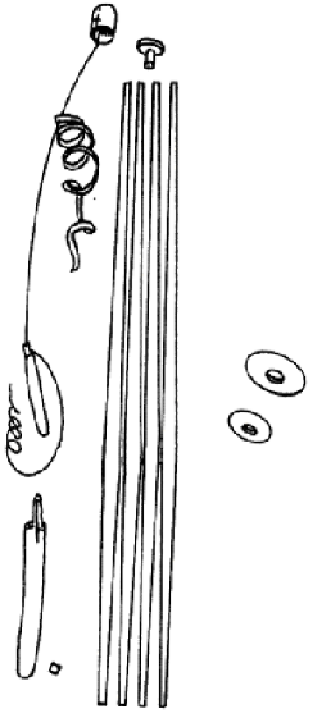
③ Quite la punta de cuero o ***saki-gawa*** con una mano, mientras agarra las varillas de bambú juntas con la otra para mantener la punta de goma ***o saki-gomu*** (先ゴム) en su lugar.



④ Quite la empuñadura de cuero o ***tsuka-gawa***



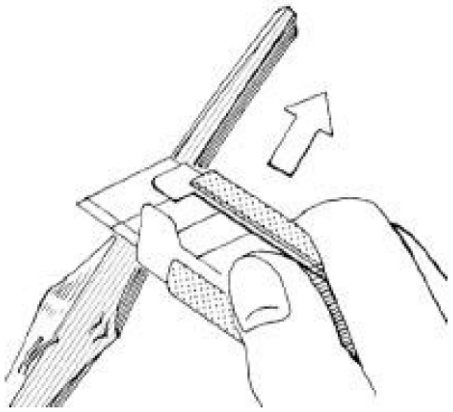
⑤ Su ***shinai*** ahora debe verse así: (normalmente usted solo necesita desensamblar el ***shinai*** para suavizar o reemplazar una varilla.)



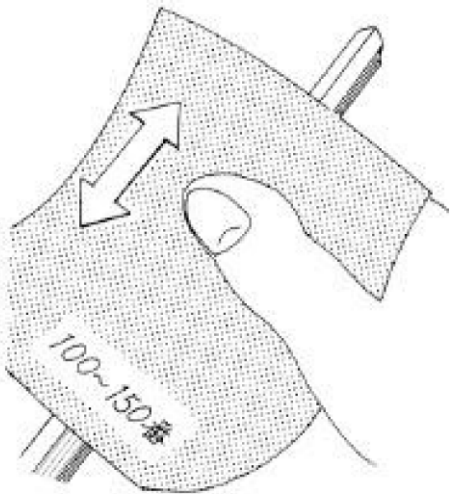
1 — 3. Mantenimiento del ***shinai*** (Removiendo astillas)

① Cuando usted tiene algunas astillas o pequeñas rajaduras, quite el ***nakayui,*** el ***tsuru*** y la punta como se describió en la sección 1-2 (es probable que tenga que desensamblar el ***shinai*** completamente.)

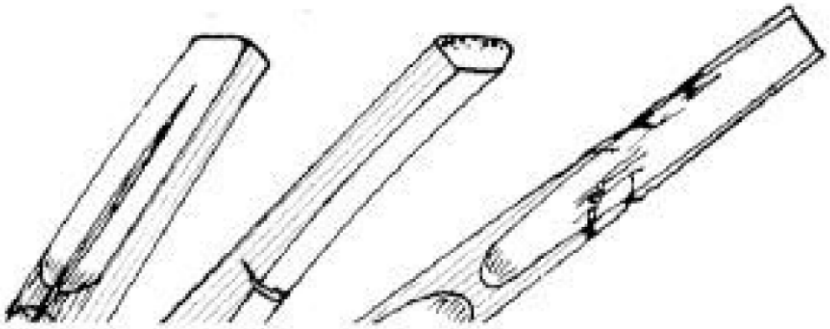
② Raspe las astillas con un movimiento firme desde la empuñadura hacia la punta, usando una navaja, una lima o un pedazo de vidrio. Si raspa desde la punta hacia la empuñadura, la navaja podría incrustarse en el bambú.



③ Próximo, use papel de lijar para suavizar la superficie. Finalmente, úntele un poco de cera, vaselina o aceite vegetal.



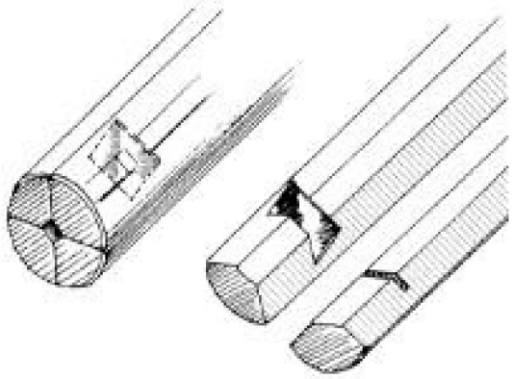
Nota: si el bambú realmente se rompe (a favor o contra las fibras) pare de usarlo. Es peligroso ponerle cinta adhesiva y seguirlo usando.



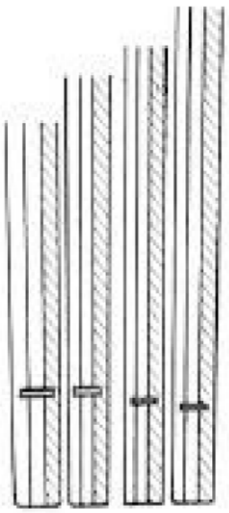
1 — 4. Haciendo un *shinai* con piezas usadas

Combinando varillas de varios ***shinais*** dañados para hacer uno nuevo.

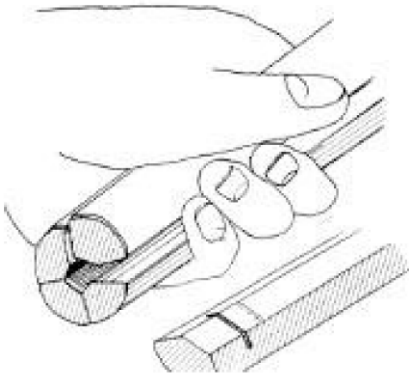
① Los ***shinais*** tienen una pequeña placa de hierro (llamada ***chigiri***) en la empuñadura que mantiene todas las piezas juntas y previene que las varillas se muevan. Esta cabe dentro de una ranura cortada en cada varilla.



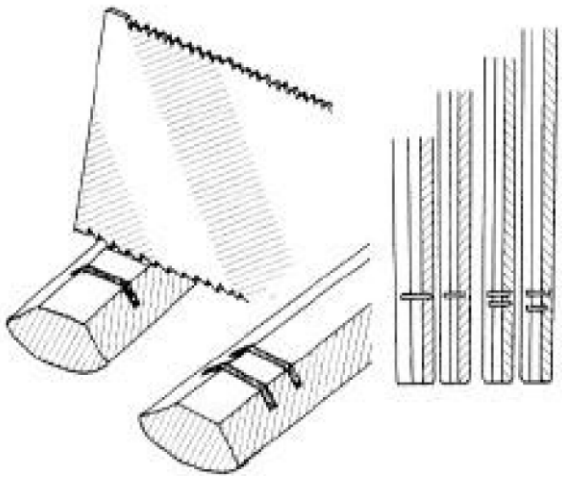
② Cuando se usan varillas de diferentes shinais las ranuras podrían estar en diferentes posiciones.



③ Por tanto es necesario cortar un nuevo grupo de ranuras. Deje la placa de hierro en las varillas donde cabe y entonces añada las varillas nuevas y apriételas firmemente. La placa debería dejar una pequeña marca.

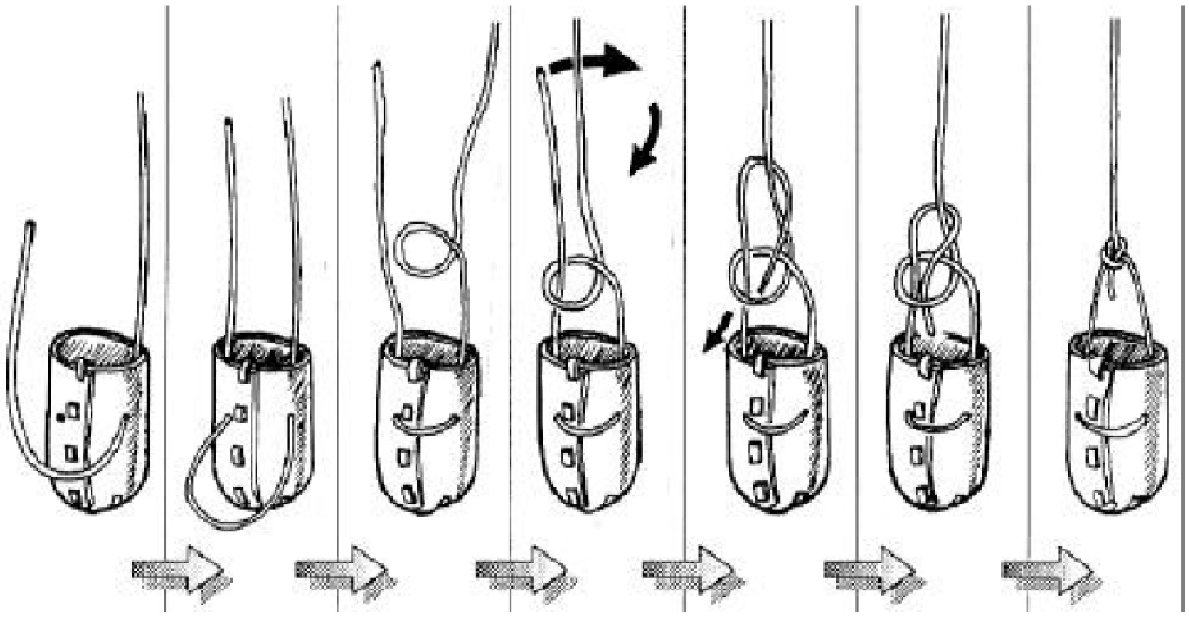


④ Use un serrucho pequeño (una sierra o segueta estaría bien) para cortar una ranura fina a lo largo de la marca.



1 — 5. Arreglando la punta del *shinai* 先革

① Ate el ***tsuru*** a la punta ***(saki-gawa)*** usando un nudo de lazo.

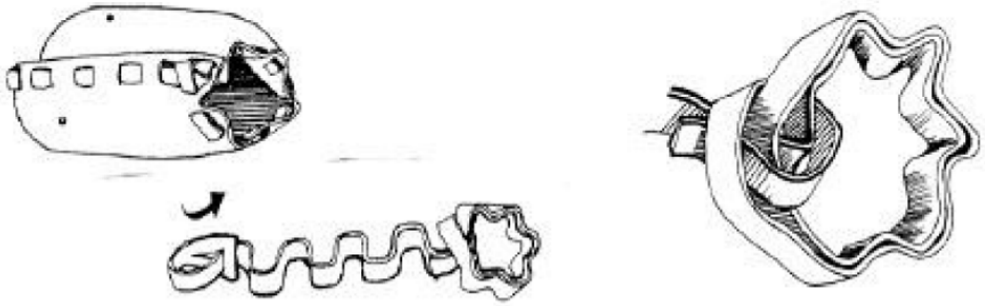


② Ponga la punta de goma (***saki-gomu***) en el final. Se venden varios diámetros de punta de goma; debe usar una que quepa justo en el espacio dejado por el bambú, puede ser peligroso si es muy pequeña. Los ***shinais*** de fibra de carbón tienen una punta de goma especial (de plástico en realidad) la cual solo debe ser usada en ellos.

③ Deslícele la punta de cuero.

La construcción del saki-gawa

La punta de cuero del ***sakigawa:*** si la punta se abre o se perfora consiga una nueva ya que no se puede repara con seguridad.

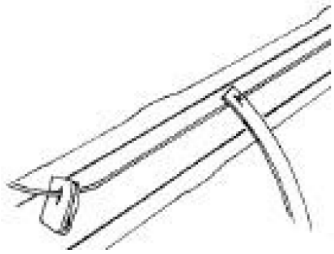


1 — 6. Tsuru: Atando la empuñadura del *shinai* 弦

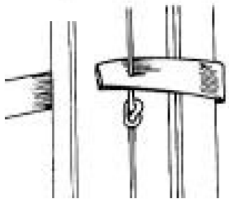
Tsuru es un cordel hecho de fibra química o fibra de seda. Debido a su suavidad, el de seda debe pasarse por los agujeros con un punzón antes de ser atado.

① Primero coloque la empuñadura de cuero (***tsuka-gawa.***) (Si el ***shinai*** es nuevo, estará atado con cordeles. Remueva esos cordeles.)

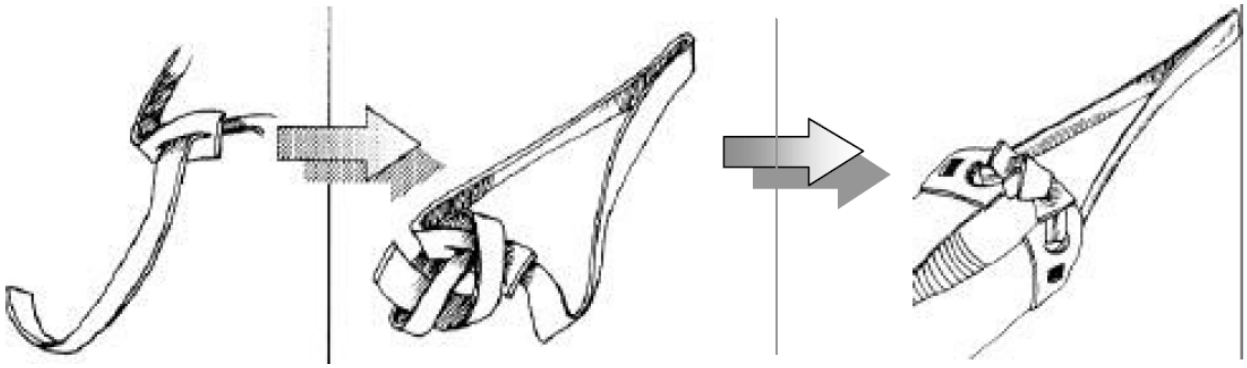
② Pase el cordel a través del ***nakayui*** o cordón de cuero (que mantiene las varillas juntas) y el bucle de cuero o ***kimono.***



Es una buena idea el atar un nudo en el ***tsuru*** para fijar el ***nakayui.***

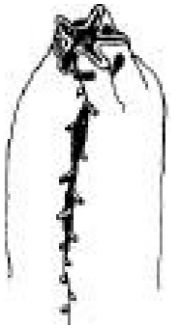


Como atar el cordón de cuero

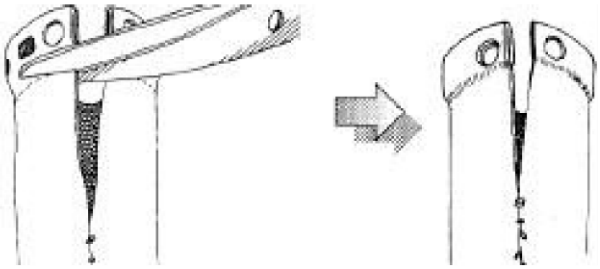


La construcción del tsuka y como acortarlo

La empuñadura (***tsuka***): arrugue el pomo (***tsuka-gashira***) y cósalo como se muestra abajo, luego voltéelo de dentro hacia fuera.



Para acortar la empuñadura corte el borde cercano al protector o corte el otro extremo y haga como está descrito a la izquierda.



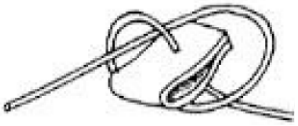
③ Ate el cordel de forma segura alrededor del ***komono***. Hay tres maneras:

A

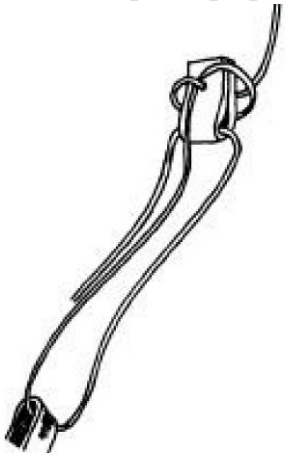
① Pase el ***tsuru*** a través del agujero de la pieza pequeña

② Déle una vuelta alrededor de la pieza pequeña

③ Páselo como se muestra en la figura



④ Luego a través del borde de la solapa del ***tsuka***, y entonces retorne a través de la pieza pequeña.

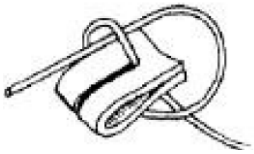


B （琴弦はこの方法で）

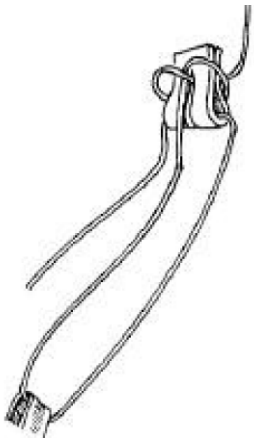
① Pase el ***tsuru*** a través de la ranura de la pieza pequeña

② Déle una vuelta alrededor de la pieza pequeña

③ Páselo como se muestra en la figura

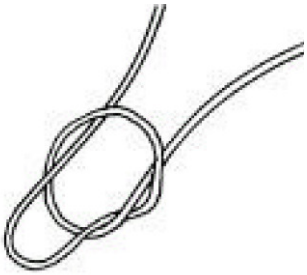


④ Luego a través del borde de la solapa del ***tsuka***, y entonces retorne a través de la pieza pequeña.

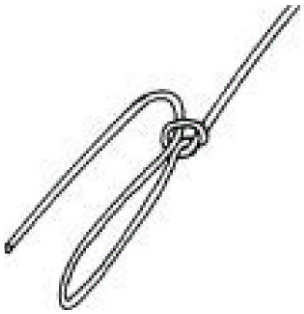


C

① Haga un círculo con el ***tsuru***

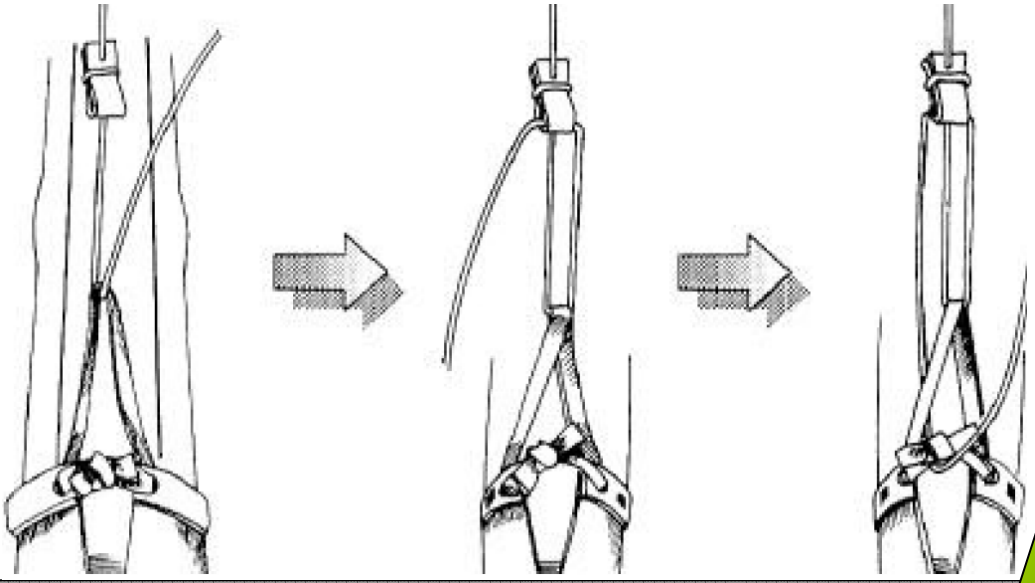


② Átelo

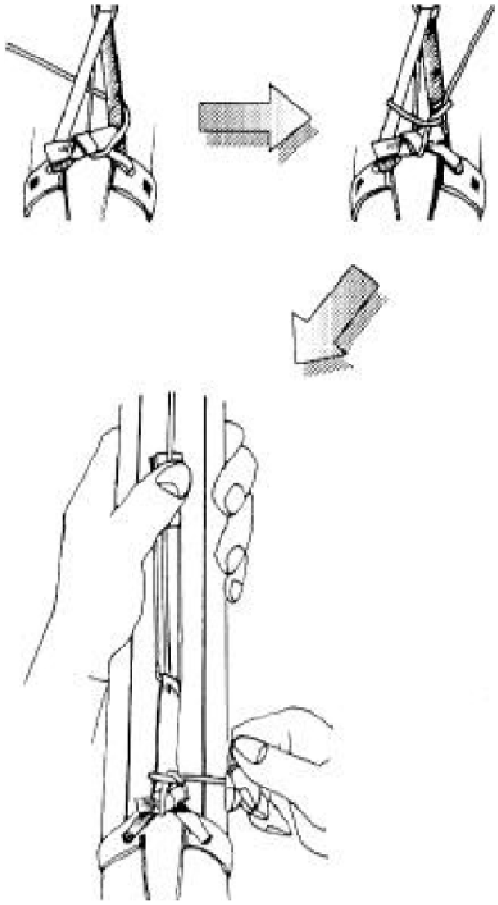


③ Luego a través del borde de la solapa del ***tsuka***, y entonces retorne a través del bucle del círculo.

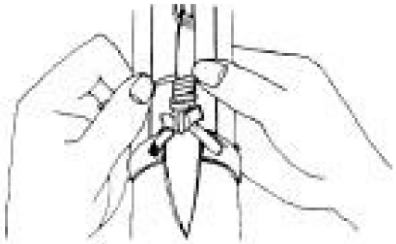
④ Pase el cordel a través del bucle o solapa de cuero de la empuñadura (***kawa-himo***); enrósquelo nuevamente a través del ***komono***. Páselo por debajo del nudo de la solapa de cuero de la empuñadura y hálelo tensamente. Hale el cordel con tensión con su mano derecha mientras retiene el ***komono*** con la izquierda.



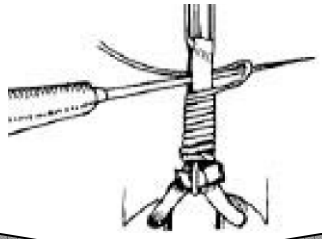
⑤ Envuélvalo alrededor de la solapa. Átelo una vez.



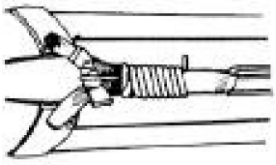
⑥ Envuélvalo alrededor de la solapa de cuero cerca de siete veces.



⑦ Finalmente use un punzón para hacer espacio entre las dos ramas de la solapa y cruce el cordel.

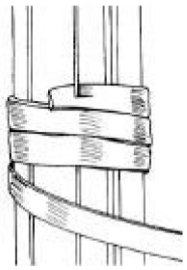


¡El resultado final!

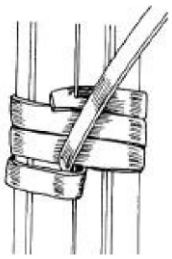


1 — 7. Atando el cordón de cuero *Nakayui* 中結い

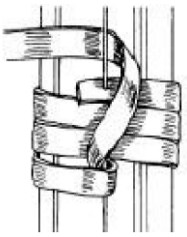
① Envuelva el cordón ***nakayui*** tres veces alrededor del ***shinai***, con el lado rugoso hacia fuera.



② Enrósquelo por debajo del cordel y crúcelo de vuelta.

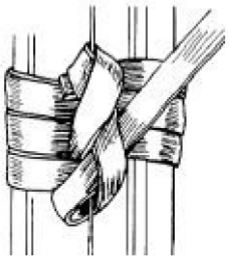


③Enrósquelo por debajo del ***tsuru*** desde el otro lado.

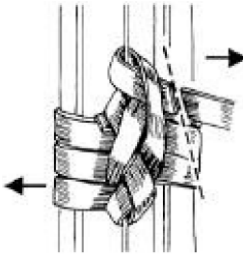


④ Enrósquelo alrededor y por debajo de la última vuelta.

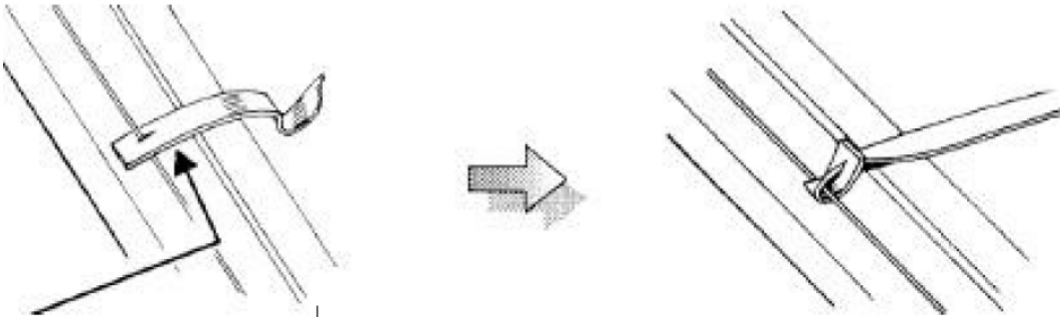
⑤ Nuevamente enrósquelo alrededor del ***tsuru***, crúcelo de vuelta y páselo por debajo del último bucle.



⑥ Repita este paso una vez más, entonces corte cualquier pedazo de cuero que sobresalga



¿Qué reparación de emergencia debo hacer si se rompe el *nakayui*?



Córtelo donde esta el agujero y quítelo.
-

Entonces haga un nuevo agujero y sujételo como se muestra y empiece de nuevo.

1 — 8. *Tsuba* 鍔 （つば）- *Tsuba-dome* 鍔止め（つばどめ）

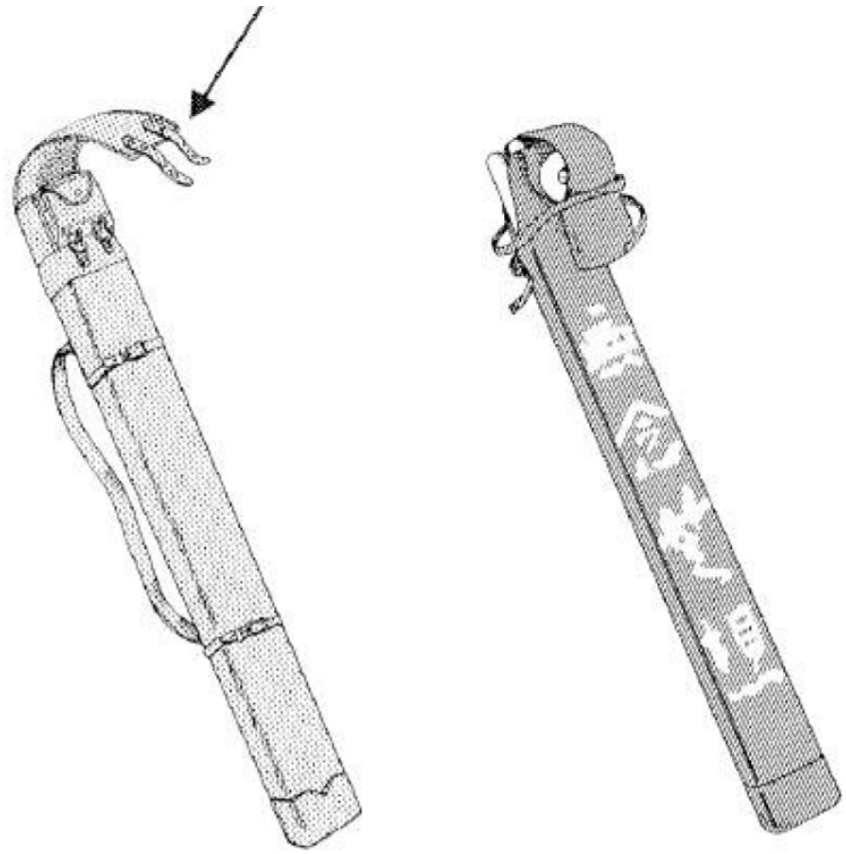
El ***tsuba*** es una pieza redonda de cuero o de un producto químico, de aproximadamente 9 cm. de diámetro. El ***tsuba*** no es solamente para proteger de golpes del oponente, sino también para atar las varillas de bambú. El agujero en las hechas de cuero se agranda con el uso
Tsuba de material sintético es mas barata. Se pueden usar de colores variados ya que la FJK (JKF) no regula el uso del color.
Prepare un tamaño apropiado para la empuñadura del ***shinai***. Si el tamaño no es apropiado o la orilla del hueco de la guarda es muy filosa, el ***tsuka*** se romperá.

Hay cerca de tres tipo de ***tsuba-dome*** en venta. Usualmente están hechas de goma.

1 — 9. Como transportar el ***shinai*** (El bolso para ***shinai***)

Los bolsos pueden contener de 1 a 3 ***shinais***. Algunos tienen correas de hombro. Los bolsos pueden estar hechos de diferentes materiales tales como algodón, cuero u otros, y vienen en diferentes colores. ¡Tenga la libertad de diseñar y personalizar el suyo!

Debido a que estas correas se desgastan fácilmente, trátelas con cuidado.



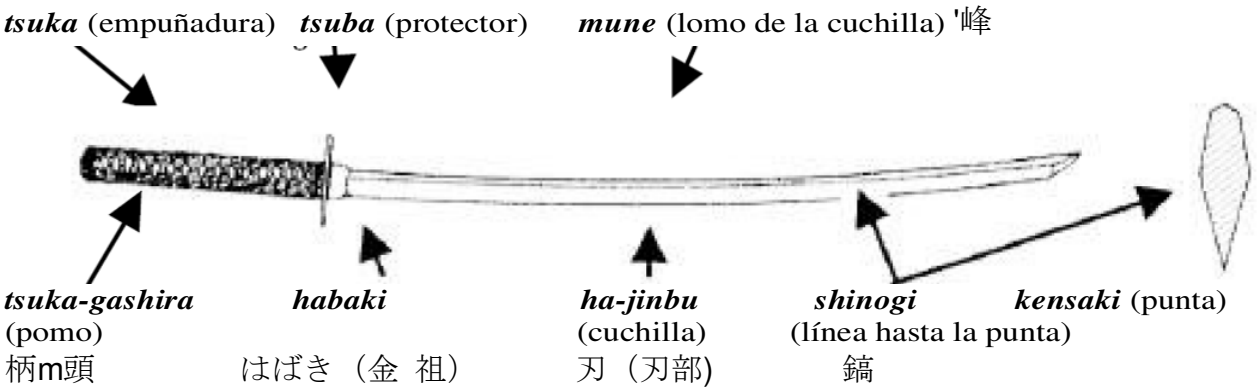
Apuntes de Conocimiento

Comparando el *bokutou* y el *mogitou* con la *katana*

Katana 日本刀、刀

La espada está hecha de hierro forjado. Es sólida y filosa. Es una de las bellas artes del Japón. En Japón la registración por el método de armas y espadas es obligatoria y el certificado de registro es necesario para poseerlas. Puede ser llamada "***honmi***" y "***shinken***".

La espada se pule bien y hay poca oxidación. Cuando se le toca debe limpiarse con polvo de cuerno de venado y papel japonés y aplicarle aceite. Es costoso afilarla. La longitud es mas corta que la espada de bambú. El peso es de cerca de 1 kilogramo. Se usa para apreciarla, para ***iai***, para ***battoujutsu***, para ***kendo-kata***, etc., y varía en longitud, peso, forma del filo y la decoración (de empuñadura y vaina.)



Mogitou 模擬刀

La espada verdadera es ocasionalmente sustituida con una espada de imitación hecha con aleación de aluminio debido a que un ***shinken*** es muy costoso. La apariencia de la forma es real. La cuchilla no está afilada y no se puede usar para cortar. Sin embargo la punta es peligrosa. A pesar de que parece fuerte es muy frágil. Si trata de cortar una mata con fuerza usando un ***mogitou***, este puede romperse fácilmente.

Bokutou 木刀

La espada de madera se usa en lugar de la espada real para imitarla y ayudar a entender la teoría del ***Nihon-Kendo-Kata***. En tamaño hay grandes para adultos, pequeñas para niños y tipo cuchillo para practicar Kendo. Adicionalmente, las hay para decoración y también de formas variadas dependiendo de las sectas o estilo de escuela.
Se utilizan maderas diferentes para ***bokutou***, pero el roble es el más apropiado debido a que rompe menos fácil.