

---

## Genbukan\'s Woman

Publicado por kimura - 21-03-2008 13:59:59

---

Hace bastante tiempo Kioshi escribió un artículo sobre las mujeres en las artes marciales, en el se hablaba de este tema y lo aclaraba bastante pero, hoy yo quiero proponeros algo; os invito a que deis vuestra opinión, no se trata de quien es el mejor, si no de cuales son nuestras diferencias, como entrenamos los unos y las otras, como rendimos en clase,... como hacemos las técnicas, en fin no se..... lo que queráis decir estará bien ..., como lo veis vosotros?, que os parece entrenar con alguien de otro sexo?

Pero os tengo que pedir varias cosas:

1-sed sinceros, no vale decir lo que sea por "quedar bien".

2-estar abiertos a cualquier respuesta, sin miedo de represalias por parte de nadie. La sinceridad es muy importante.

3-sed objetivos y lógicos. Todos sabemos las limitaciones que podemos tener...

Este tema se que tal vez es un poco espinoso pero me gustaría que todos participásemos, siempre somos los mismos los que estamos escribiendo en el foro y ha llegado el momento que toda la familia Genbukan " se moje" así que no tenéis excusa, espero impaciente vuestras conclusiones y haber que pasa.....

=====

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por JIBravo - 24-03-2008 18:00:09

---

Hola Kimura,

Respecto al tema que propones, no creo que sea tanto, el tema : -como entrenan los hombres respecto a las mujeres o como os vemos.

Sino que el tema se reduciría a depende que hombre y como entrene, y depende que mujer y como entrene.

Si bien es cierto, que en el aspecto puramente físico (no técnico), todos/as sabemos que la capacidad muscular del hombre es mayor, por otro lado, la elasticidad y la capacidad de soportar de la mujer es superior.

Así que en conclusión, aparte de los temas generales que ya te he comentado, habría que hablar de cada persona en particular, o solamente hablar de gente con la que hemos entrenado. Y en ese caso no entrare a hablar de nadie ,ya que esto es mejor hacerlo en persona y relajadamente.

Los textos son muy fríos y tienden a crear malas interpretaciones.

Es solamente un punto de vista.

Tratar este tema me parece muy interesante.

Muchas gracias,

=====

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por mixa - 26-03-2008 05:08:43

---

Buenos días,

sobre este tema pienso que depende mas de la persona en sí que del propio sexo, es cierto que el hombre físicamente es mucho mejor, pero la mujer tiene otras cualidades, por ejemplo la elasticidad.

También se ha de ver si se entrena con ganas o solamente te dejas llevar por 4 ejercicios, la mentalidad de cada uno.

Pienso que en nuestras artes marciales se necesita fuerza pero ¿que hace la fuerza si no tienes técnica? Te puedes hacer mucho daño si no la ejecutas bien.

Creo que todo esta en la forma de entrenar y de plantearse el entreno.

Un saludo,

=====

---

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por Karlito - 26-03-2008 05:50:13

---

Hola Kimura,

Respecto al tema de reflexión que propones, empezare por algo que me ocurre al entrenar con mujeres, que seguro le pasa a mas de uno: me cuesta entrenar duro con una mujer. En efecto, me "aflojo" ante una mujer cuando me parece que debería entrenar igual que con un hombre para que mi compañera de dojo pueda entrenar correctamente, o no?

Sin embargo, creo que esta reacción psicológica es una ventaja para una mujer en situación de defensa personal ya que le resulta mas fácil "ponerse" en un nivel inferior al oponente para que baje su guardia.

Después al nivel de efectividad, creo que las mujeres deberían trabajar más la técnica cuando el hombre confía (demasiado) en su fuerza. En efecto, creo que las técnicas, basadas en leyes físicas y en el conocimiento del cuerpo humano y de la mente humana, no necesitan mucha fuerza "bruta" para ser efectivas. Por lo cual, a pesar de que la fuerza bruta ayuda bastante en la aplicación de la técnica, esta no es imprescindible. En efecto, esta fuerza disminuye con el tiempo y creo que las artes marciales son una inversión a largo plazo...

Por lo demás, con lo complicado que me resulta entender a las mujeres, no podré aportar mas sobre el tema :laugh:

Un saludo,

Karl  
9º kyu de Genbukan Ninpo Bugei  
Dojo de Barcelona

=====

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por Edenia - 26-03-2008 08:34:56

---

Hola,

Este es un tema bastante profundo y me parece tan complicado como a otros sencillo. Se le podrían dar mil vueltas al tema o ninguna, tan solo quiero dar una pincelada. No creo que debamos pensar en dos grupos diferentes: hombres y mujeres, pues habría entrenos específicos para mujeres y otro para hombres. Lo que quiero decir es que en el dojo actuamos (o deberíamos) iguales y así se nos entrena. Si es verdad que en un grupo donde predominen los hombres las mujeres tenderán a ser "las diferentes" y viceversa, pero entrando en el tema entreno creo que cada persona es un mundo, y ya no es si es mujer o hombre sino lo que esta persona es, transmite, busca...

Normalmente los prejuicios (tanto positivos como negativos) hacen que nos comportemos de primeras de una forma u otra con una persona. Es curioso, pero la persona, sea hombre o sea mujer, te pide inconscientemente una actuación u otra hacia ella en el entreno. Creo que es más la actitud que el género en si, lo que pasa es que nacer mujer o hombre en esta sociedad ya nos evoca a una actitud u otra....

también creo que cuanto más tiempo pasa (entrenos) menos diferencias hay, aunque hay muchas que son inevitables :) como el físico.

Voy escribiendo y se me van ocurriendo mil cosas, la cultura, la educación, la misma naturaleza de la mujer, las hormonas... jeje

Bueno y si alguien tiene dificultades yo creo que debería hablarlo con la persona en cuestión. Por si se prejuzga equivocadamente, antes de actuar, consultar con aquella persona.

En definitiva la diferencia radica en la persona no sólo en el género.

De todas formas entiendo perfectamente el planteamiento y el porque de éste. El cual sería idóneo hablarlo a nivel individual y no pasarlo por alto.

Saludos,

=====

---

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por Ireneu - 28-03-2008 04:17:21

---

Hola,

Vi este post el mismo dia que se inicio y no me atrevi a decir nada...queria pensar bien lo que decia ya que como dicen mis compañeros no es un tema facil.

Estoy de acuerdo con todos ellos que gran parte de la diferencia esta en la persona, no obstante creo que la diferencia, y aunque no quede socialmente correcto decirlo, tambien reside en el sexo a todos niveles. Me explico, des del nivel de entreno hasta el nivel social. Un par de reflexiones (socialmente hablando), ¿un azafato o una azafata? ¿Un jugador de futbol o una jugadora de futbol? (digo socialmente hablando porque si fuera por mi...veria las competiciones de futbol femenino :D)

Ayer precisamente estaba hablando con una amiga que practica un deporte de contacto. Me decia que ahora, despues de 10 años de entrenar, se da cuenta que con ese deporte de contacto que solo dan puñetazos y patadas jamás podra ganar a un hombre de más peso que ella, porque cuando ella pega 4 puñetazos hace menos daño que cuando le pegan 1 a ella.

En nuestra arte marcial eso no es así, ya que como comentan mis compañeros, las tecnicas sin fuerza salen y GNB/KJJR tiene la gran virtud de que cada uno pueda sacar lo mejor de uno mismo.

En definitiva, creo que hay diferencias obvias, impuestas por la naturaleza o por la sociedad. Nuestra arte marcial se encarga de neutralizar al máximo las de la naturaleza, creo que nosotros debemos encargarnos de neutralizar las de la sociedad.

Saludos

=====

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por Joseph\_pep - 28-03-2008 08:40:09

---

A menudo se dice que las diferencias principales entre el hombre y la mujer son físicas (el hombre tiene más fuerza que la mujer, por ejemplo). No obstante esto es menos cierto que nunca. La mezcla de pueblos, familias y razas ha dado lugar a unas diferencias en morfología muy grandes. De este modo, hay diversas morfologías para el hombre, altos, bajos, gordos, blandos, fuertes, fibrados... en casi ningún caso se sucede la morfología del hombre cazador con espalda en forma de V, propio de casi todos los pueblos, en mayor o menor medida. Del mismo modo sucede en las mujeres. Y creo firmemente que hoy podemos encontrar mujeres con cuerpos más fuertes que los de muchos hombres.

Las diferencias principales de hecho son otras. Lo que es común globalmente casi en cualquier pueblo de raza humana, son las diferencias físicas en los cerebros hombre-mujer. El simple hecho de la hormonación del feto en su generación da lugar a dos cerebros con diferencias evidentes en su morfología y funcionamiento. Desgraciadamente no es algo que guste a los discursos absurdamente progresistas y feministas de hoy, pero si es algo que la comunidad científica ha probado con creces.

Estas diferencias se reflejan en lo social (y no viceversa, como se da a entender). Y en mi opinión, las cualidades innatas de la mujer le dan una actitud mental que tambien se refleja en el entreno. La actitud mental del hombre y la mujer son diferentes y creo que pueden apreciarse en su forma de entrenar. Poseen grandes virtudes y tambien carencias ambos. No voy a poner ejemplos para no extenderme, pero es algo que me resulta evidente. No obstante, no hace esto mejores a unos que otros, sino que estan mejor preparados o menos para afrontar unas tareas o situaciones en concreto "de serie".

Para mi esto no implica nada. Por qué nuestra ascensión en las artes marciales tiene un mismo objetivo. Tiende a configurar y a entregar unas virtudes, actitudes y capacidades, que ni el hombre ni la mujer desarrolla de forma "natural". Estas capacidades las podemos desarrollar seamos lo que seamos y completan nuestra naturaleza y nuestra personalidad. Por eso no importa qué carencias tengamos por nuestra naturaleza sexual, pues tarde o temprano si entrenamos y seguimos el camino, acabaremos por superarlas. Digamos que quizás los recorridos pueden ser ligeramente diferentes, pero la meta la misma.

Entrenar con mujeres no me importa, en mi caso, las trato como si fueran cualquier compañero, y aprendo de sus reacciones como aprendo de cualquier compañero. (todas las diferenciaciones hechas anteriormente son

generalizaciones).

Josep Oriol Ragués i Juni - Barcelona Dojo

---

## Re: Genbukan's Woman

Publicado por Ajaloureiro - 29-03-2008 09:27:25

---

Hola!

Para mim é uma mais valia os homens treinarem com mulheres,

pois obriga a terem mais controlo na execução das técnicas sem descurar a eficácia das mesmas.

Por outro lado penso que cada caso é um caso, todos nós (homens e mulheres) somos melhores numas coisas e piores noutras. Durante um treino é importante conhecermos as limitações do nosso companheiro (homem ou mulher) e ajuda-lo a superá-las.

Abraço.

---

## Re: Genbukan's Woman

Publicado por Bronson - 01-04-2008 16:30:09

---

Buenas noches,

Pienso como muy bien ya se ha dicho, que más que diherencias entre hombre-mujer, entraríamos más a hablar de con que espíritu entrenamos cada uno.

Esta claro que las mujeres són más luchadoras en muchos aspectos, y los hombres disponen de una ligera ventaja muscular.

Las mujeres tienen una energia que parece no agotarse en toda la jornada, y hay muchos hombres que se levantan a las 10 de la mañana y a las 12 ya estan agotados..) No se si me explico.

Lo importante y algo muy positivo para nuestro entrenamiento és muy importante poder entrenar con personas del sexo opuesto.

Borja Maiques

9º KYU G.N.B Dojo Barcelona

---

## Re: Genbukan's Woman

Publicado por washu - 02-04-2008 14:23:15

---

Hola a todos!

La verdad es que me negaba escribir sobre este tema porque no queria entrar en generalizaciones. Que si los hombres son más fuertes... que si las mujeres son más emocionales...

Es indudable que cada sexo tiene sus características propias, pero considero que estos roles se puede entrecruzar, pues no negareis que hay chicos muy emocionales y poco fuertes, y mujeres que viceversa.

Considero, llamarme ingenua, que todos somos iguales, pero nuestros genes y lo que la educacion nos va forjando (pues nunca dejamos de educarnos a lo largo de la vida), es lo que nos hacer llegar a ser una persona única.

Nuestra igualdad reside en eso, que todos somos únicos, que no nos puede copiar, pues tenemos características propias, y por tanto todos somos diferentes a la vez.

Vale que las mujeres normalmente tenemos mas miedos y que los hombres tal vez tienen menos elasticidad, pero todo esto desaparecería si dejáramos de lado esos roles y pensáramos: "si el puede hacerlo yo también".

La verdad es que sería mucho mejor si no pensáramos tanto en estas diferencias que nos imponemos, pues así no existirían en nuestra mente en los momentos que queremos hacer algo que no nos marca nuestro rol de hombre o de mujer.

No pensar nos ayudaría a hacer todo aquello que queremos y eliminaría las diferencias.

Ahora toca aplicarme lo dicho y así conseguir llegar más allá de lo que mi mente me limita.

Siento el tostón:P

Saludos a todos,

---

---

## Re: Genbukan\'s Woman

Publicado por admin - 02-04-2008 16:06:14

---

La verdad es que seria mucho mejor si no pensaramos tanto en estas diferencias que nos imponemos, pues asi no existirian en nuestra mente en los momentos que queremos hacer algo que no nos marca nuestro rol de hombre o de mujer.

No pensar nos ayudaria a hacer todo aquello que queremos y eliminaria las diferencias.

hai, completamente de acuerdo

=====