

KARATEDO DOSHINKAN

Dojo Culiacán, Mx

¡Descubre el poder del Karatedo!

- ◆ Defensa personal
- ◆ Disciplina
- ◆ Condición física
- ◆ Autoconfianza
- ◆ Equilibrio y bienestar

¡Inscríbete vive la experiencia!

Clases de pruebas

Lunes, Miércoles y Jueves

De 6:30am a 8:00am 1 semana

Lugar: Dojo en Parque Culiacán 87
(Ave. México 68, Culiacán, Mx)

Que el costo no te detenga.

Opciones de patrocinio (caso por caso).

Más información: doshinkan.mx

DOJO CULIACAN

Bajo la dirección de

Renshi Eduardo Nieto P. Arce

sionxxi@hotmail.com

Tel. 6679968196

Parque EME (Parque Culiacán 87) Ave. México 68, Culiacán, Sin. Mx
80147



KARATEDO DOSHINKAN

空手道 道心館

¿Qué es Karatedo Doshinkan?

Karatedo Doshinkan es un arte marcial tradicional originado en Okinawa, enfocado en la **defensa personal**, el **acondicionamiento físico** y el **entrenamiento consciente del cuerpo y la mente**.

Es una práctica **abierta a niñas, niños, jóvenes y adultos**, donde cada persona entrena conforme a su experiencia, condición física y momento de vida. A través del movimiento, la respiración y la disciplina, el Karatedo se vive como un **camino de aprendizaje y desarrollo personal**, no sólo como deporte o como una actividad competitiva.

En Karatedo Doshinkan se busca la **armonía entre mente, técnica y cuerpo**, favoreciendo la energía personal, salud, la autodefensa consciente y el fortalecimiento del carácter.

¿Cómo se vive el entrenamiento?

El Karatedo se aprende practicando.

Durante el entrenamiento, el practicante adquiere reflejos condicionados, conoce mejor su cuerpo, mejora movilidad, coordinación y respiración, y desarrolla atención, calma y presencia.

Las clases incluyen:

- **Técnicas fundamentales de Karatedo**
- **Kata**, secuencias tradicionales que transmiten principios de movimiento y respiración, defensas y ataques.
- **Ejercicios** orientados a la defensa personal y al autocontrol. Sin confrontación ni competencia. Estilo ortodoxo de Okinawa

No se trata de fuerza bruta ni de demostrar, sino de **aprender a moverse mejor, con mayor consciencia, seguridad y efectividad**.

El entrenamiento es guiado por un **Maestro (de alto grado con muchos años de práctica)** quien imparte la clase, y **guía, acompaña y practica a la vez convirtiéndose** en una enseñanza **clara, cuidadosa y firme**, enfocada en la salud y el desarrollo personal.

“No tengo condición física... ¿puedo entrenar?”

Es una duda frecuente.

No necesita tener condición física para empezar Karatedo o límite de edad o movilidad completa.

El entrenamiento está diseñado para **ayudarte a desarrollarla**, de forma progresiva y respetuosa con cada quién.

En Karatedo Doshinkan:

- **Los ejercicios permiten ajustar la intensidad** según las posibilidades reales de cada practicante
- **No hay competencias ni torneos**, pero sí una **exigencia constante de mejora individual**
- Se prioriza **aprender a moverse correctamente, fortalecer el cuerpo y evitar lesiones**
- Desde el inicio se practican **formas seguras de desplazarse y ubicándose**, generando confianza

Muchas personas llegan con temor a lastimarse o a “no aguantar”. Con el tiempo descubren que **el Karatedo no exige juventud ni fuerza previa**, pero sí **compromiso, atención y disposición a mejorar**.

La fuerza y la resistencia **se construyen con la práctica**, constancia y **aumenta de forma natural con el tiempo**.

El dojo y la comunidad

Un dojo es un **lugar donde se aprende el camino (el Do)**, pero también es una comunidad.

Aquí se cultivan el **respeto, la cortesía y la gratitud**, y se crean vínculos humanos a través del entrenamiento compartido.

Lo adquirido en el dojo **se queda más allá de la clase**; se refleja en la vida cotidiana, en la forma de moverse, relacionarse y fortalecer para enfrentar dificultades.

Tradición y enseñanza

Karatedo Doshinkan se rige por la filosofía del **Budo**, el “camino del guerrero”, entendida como una **vía de formación humana**. El progreso se mide en relación con el **propio crecimiento personal**.

La enseñanza pone especial atención en lo **fundamental** y en la **actitud de mente abierta**, acompañando al practicante de forma directa y consciente para que el aprendizaje sostenido y quede en cada quién.

Karatedo Doshinkan mantiene un **linaje directo del Karatedo de Okinawa** y opera bajo la dirección ahora de **Hanshi 10° Dan Masako Fujimoto-Stock**, sucesora designada del fallecido **Hanshi 10° Dan Ichikawa Nobuo**. Esto garantiza una **práctica auténtica, legítima y tradicional**.

Si se quiere conocer más acerca de Karatedo Doshinkan: doshinkan.mx