

PEQUENO DICIONÁRIO DAS ARTES MARCIAIS

José Augusto Maciel Torres

Terceira Edição

NOVA EDIÇÃO

A primeira edição deste PEQUENO DICIONÁRIO DAS ARTES MARCIAIS foi em 1995, publicada pela EDITORA SAMPA / M.F. EDITORA, em São Paulo, capital, com distribuição nacional, em bancas de revistas. rapidamente a tiragem de cinqüenta mil exemplares desta edição, foi esgotada. Em 1997, através da EDITORA KIAI, sediada em Salvador, capital baiana, foi feita uma segunda edição desta obra, com uma tiragem de somente cinco mil exemplares, mais uma vez o sucesso de vendas foi muito grande.

Finalmente conseguimos colocar no mercado editorial a terceira edição desta obra já consagrada no meio marcial e acreditamos que esta obra , com uma nova roupagem, facilmente será consumida pelos marcialistas sedentos de informações conceituais de caráter objetivo e prático, que podem ser facilmente adquiridas nesta obra.

José Augusto Maciel Torres

A

AGORODAIYU – Respeitado mestre do século XVIII da escola TAISHA RYU.

ABE RYU – Famosa escola japonesa de KEN JUTSU do século XVII

ACUPUNTURA – técnica medicinal de origem chinesa que se baseia no princípio de que o homem é um plágio do universo. Daí somente ter-se-á saúde quando este estiver em harmonia com o universo. Suas bases terapêuticas se fundamenta na caminhada de energia CHI ou KI por determinados caminhos denominados de MERIDIANOS. Existindo nestes uma enormidade de pontos que ao serem trabalhados criarão boas condições psicobioenergéticas ao ser humano. O uso das agulhas é uma das partes de terapia na acupuntura. Visto que esta arte medicinal engloba uma enormidade de outras técnicas.

ADA – (japonês) adversário

AGE – palavra japonesa que pode significar ERGUER ou LEVANTAR

AGE-EMPI – termo nipônico que se refere a um golpe feito com o cotovelo no queixo do adversário.

AGE-OSHI – (japonês) ato de empurrar o queixo pra baixo

AGE-UKE – defesa feita com o antebraço e é muito usado no KARATÊ

AGURA - (japonês) se manter sentado, porém com completo estado de relaxamento e destesionado.

AI – (japonês) o princípio da união de toda a harmonização do universo; HARMONIA.

AIAME – (Japonês) tem o sentido de colocar uma distância simétrica do adversário.

AIDA – (japonês) distância; posição.

AI-IRE-SO-KUATSU – conjunto de técnicas japonesas de reanimação.

AIKIDO – (japonês) estilo de luta fundada pelo Mestre MORIHEI UYESHIBA. Tendo o seguinte significado: AI = HARMONIA / KI = ENERGIA VITAL / DO = CAMINHO.

AIKIDO HOMBURU DOJO – grande DOJO em Tóquio onde se mantém firme a tradição do AIKIDO tradicional.

AIKIDOKA – (japonês) aquele que pratica o aikido.

AIKI-HO – (japonês) técnica usada para impedir a força do adversário tomando como vantagem a sua própria força desferida neste ataque.

AIKI-IN-YO-HO – (japonês) a doutrina que visa a harmonia espiritual por meio dos princípios do Confucionismo de CHU HSI.

AIKI-JITSU – (japonês) arte marcial da antiguidade nipônica que se baseava na aplicação de chaves e múltiplas torções dos punhos; criada pelo mestre MINAMOTO YOSHIMITSU, na época KAMAKURA, objetivando usar os princípios do uso da força do adversário contra ele mesmo.

AIKIKAI – (japonês) grande centro de AIKIDO em Tóquio, Japão.

AIKI-KEN – (japonês) manejo da espada.

AIKI-KUATSU – (japonês) método de reanimação cujos princípios são o uso das massagens cardíacas e da respiração boca a boca.

AIKI-OTOSHI – (japonês) método muito usado no aikido com o objetivo de erguer o adversário do chão.

AIKITAISO – (japonês) exercícios feitos com o objetivo de se ter obtenção de calejamentos corporais e completa união do corpo com o espírito, fundamentando-se na respiração, concentração e relaxamento psicossomático.

AINU – (japonês) raça que habitava o Japão antigo, tendo língua particular.

AISHA - (japonês) método usado pelos ninjas para dominar seus prisioneiros.

AITE - (japonês) parceiro ou oponente em competições.

AI-UCHI - (japonês) para o kendo é quando ambos os adversários atingem o alvo ao mesmo tempo; ataques simultâneo de dois contedores.

AKA - (japonês) vermelho

AKA-OBI - (japonês) faixa vermelha, refere-se ao nono e décimo graus no judô.

AKA(SHIRO)-NO-KASHI - (japonês) expressões usadas em competições para designar a vitória do lutador com as faixas de identificação em cores vermelha e branca.

AKIYAMA-SHIROBEI YOSHITOKI - (japonês) nome de um dos codificadores de um dos estilos do jiu-jitsu durante o período feudal nipônico.

AKAIRESUKEN - (japonês) ponto vital existente na parte posterior da perna

ALAYA - (sânscrito) local onde se deposita a consciência.

ALL JAPAN KARATE DO FEDERATION – Federação Japonesa que tem mais de 60 universidades filiadas.

AMAKUNI – mestre japonês que foi considerado como o melhor produtor de KATANAS (espadas) dos anos 70.

AMASHI - (japonês) esquivar de um golpe retrocedendo.

AMIUCHI - (japonês) enrolar pelo interior do braço do adversário e protegê-lo.

ANAZAWA RYU - (japonês) escola de BUJUTSU.

AN PALMOK GECHIO MAKQUI – (coreano) defesa com o antebraço mantendo os punhos cerrados.

AO ANH BI PHAB – (Vietnã) estilo de VIET VO DÃO – luta do Vietnã.

AORI - (japonês) traje para a prática das artes marciais.

ARAKI MUNJISAI MATAEMON MINAMOTO NO HIDETSUNA – mestre japonês que nasceu em 1584 e faleceu em 1637. Tendo sido o criador do ARAKI RYU.

ARAKI RYU - (japonês) escola de Kama, Kusarigama, torite e kogusoku, também chamada de MOROBUDO ARAKIRYU KEMPO. ARAKI RYU **TOORIBE KOGUSOKA** – primeiro nome japonês para o Araki Ryu.

ARASHI - (japonês) forte tempestade.

ARATA - (japonês) escola de Jiu-Jitsu surgida no século XVII.

ARIGATO - (japonês) designação para agradecimentos.

ARIMA SUMITO – conceituado mestre japonês de judô.

ARTE MARCIAL – designação para todas as artes de lutas> Baseado no nome de MARTE o mitológico DEUS DA GUERRA.

ARTISTA MARCIAL – referência a todos os mestres que ensinam as artes marciais.

ASAHI - (japonês) o sol levante, que simboliza o Japão.

ASHI - (japonês) pé.

ASHI-ATE-WAZA - (japonês) termo usado para o ajuntamento técnico de todas as técnicas com os pés feitas no KARATÊ e no JIU-JITSU.

ASHI-BARAI - (japonês) rasteira; varredura com os pés no judô e também, algumas vezes, usada no KARATÊ.

ASHI-GARAMI - (japonês) chaves de pernas do JUDÔ.

ASHI-GATAME - (japonês) golpe de estiramento na posição sentada no JUDÔ; também compreende uma técnica com agarramentos e chaves usando como auxiliar o enganchamento dos pés.

ASHI-GURUMA - (japonês) golpe no judô que tem uma aplicação circular desferida com a perna.

ASHI-KUBI - (japonês) maléolo.

ASHI-NOTACHI - (japonês) posições onde é de suma importância a colocação dos pés.

ASHI-NOURA - (japonês) sola dos pés.

ASHI-NO-YUBI - (japonês) artelho.

ASHI-UKE-WAZA - (japonês) temos técnico do karatê que reúne as diversas manobras de bloqueios feito com os pés.

ASARI MATASHICHIRO - (japonês) mestre de NAKANISHI-HÁ ITTO RYU.

ASAYAMA ICHIDEN RYU - (japonês) escola de kendo.

ASURA – (sânscrito) luta hindu.

ATE - (japonês) golpe.

ATEMI-WAZA - (japonês) conjunto de técnicas usadas nas artes marciais japonesas que visam paralisar ou tirar os sentidos dos adversários por meios de técnicas traumáticas.

ATERU - (japonês) acertar.

ATMA - (japonês) vértice ou cume.

ATO-SHIBARAKU - (japonês) tempo de trinta segundos dado antes de terminado um campeonato.

AU - (japonês) ficar frente a frente com o adversário.

AWASETE - (japonês) compor.

AWASETE-IPOM - (japonês) composição em ponto.

AYUMI-ASHI - (japonês) caminhada em marcha. Termo usado para designar os judokas em treinamento nas neves do Japão. Significando ainda o fato de se lutar bravamente sem dar espaço ao adversário.

B

BANDO – arte marcial que tem muita semelhança com o Kung Fu.

BARSILAT – arte marcial da Malásia.

BASAMI - (japonês) tesoura.

BASSAI - (japonês) kata superior no karatê.

BEK-SONG – comando dos bandeirinhas nas artes marciais coreanas.

BI-KIM – (coreano) sinônimo de empate nos campeonatos de taekwondo.

BIL-JI (chinês) golpe com as pontas dos dedos muito usado no estilo wing chung.

BI-JONG – (chinês) posição inicial nas artes marciais chinesas.

BIMYAKU – ponto vital existente na região glútea.

BITEI - (japonês) ponto mortal que se localiza na parte baixa da coluna vertebral.

BO - (japonês) vara comprida.

BODHIDARMA – foi o 28º patriarca do budismo e viveu no templo Shaolin, mais ou menos no ano de 525 d.C.; neste templo ensinou as técnicas de marcialidades aos monges, criando então as concepções marciais em Shaolin. Possibilitando o surgimento do Kung fu que posteriormente originou as demais artes marciais orientais.

BO-JITSU - (japonês) técnica marcial da origem japonesa que tem como princípio o uso dos bastões como arma.

BOKKEN - (japonês) espada feita de madeira que é muito usada no kendo e no aikido

BOTOKUDEN – sala dos valores marciais criada em 1899 em Kyoto, no Japão.

BRUCE LEE – famoso ator de artes marciais que ajudou em muito, através dos seus filmes, a divulgação do Kung fu no mundo ocidental.

BUDOKA – seguidor dos princípios do Budo.

BU - (japonês) guerreiro.

BUDO - (japonês) filosofia das artes marciais; inclui ainda no Budo a arte da infantaria, cavalaria e uso das armas.

BUDOGI - (japonês) uniforme do Budo.

BUDOKAN - (japonês) uma das famosas escolas de judô no Japão.

BUDOKWAI - (japonês) centro de judô em Londres na Inglaterra.

BUGEI - (japonês) está familiarizado com a marcialidade.

BUJIN - (japonês) cavaleiro.

BUSHIDO - (japonês) caminho ético e filosófico do guerreiro. Representa o código de honra seguido pelos samurais no passado japonês.

BUTSUKARI – forma de treinamento no judô.

C

CANNE – método marcial de origem ocidental que faz uso de bastões e de muitos ataques, esquivas, etc.

CASSOL ROBERT – criador do TAI DO.

CHABI – nome que se dava a uma antiga arte de luta coreana.

CHAI – (chinês) posições básicas dos movimentos do TAI CHI CHUAN.

CHA KUEN PAI – estilo de Kung fu pouco conhecido fora da China.

CHA KUSEN JITSU – (japonesa) para os métodos ninjas para se esconder nos telhados.

CHAN TÃO CHUAN – (chinês) é um estilo de Kung fu e significa: “A ARTE DOS PUNHOS DO CAMINHO DA MEDITAÇÃO”.

CHANG MENN – (Chinês) ponto mortal localizado na extremidade das costelas.

CHANG SAN FENG – mestre e lenda foi o fundador do TAI CHI CHUAN.

CHA RYOT – (coreano) palavra usada no início dos campeonatos e treinamentos de TaeKwondo para que os lutadores fiquem em posição de SENTIDO.

CHAYA TAERYON – (coreano) termo usado no Taekwondo para monge chinês que segundo nos conta a designar combate.

CHEN CHIN DAO – (chinês) espada para uso nas guerras.

CHEN HSUEH – antigo método chinês de aprendizagem dos ataques nos pontos mortais.

CHEN YUAN PIN – famoso mestre chinês que nasceu em 1587 e faleceu em 1674. Segundo alguns historiadores foi o introdutor do kung fu e jiu-jitsu, no Japão.

CHENG CHANG HSING – (chinês) antigo estilo de Tai Chi Chuan que se encontra em extinção.

CHENG CHU – (chinês) série de golpes dos dragões gêmeos.

CHI – termo chinês para designar ENERGIA VITAL. Sendo que todas as técnicas terapêuticas chinesas centram seu trabalho no equilíbrio desta energia. Como exemplo citamos: Acupuntura, Moxaterapia, Chi Kung, Do-In etc.

CHI CHI SAN – (chinês) método antigo de Kung fu que se estendeu pelo século VI a.C.

CHI CHUAN CHÃO – (chinês) termo que denomina uma técnica usado no Kung fu.

CHI CHUNG CHÃO – (chinês) o mesmo que CHI CHUAN CHAO.

CHIAO LI – (chinês) termo que significa ARTE DA LUTA LIVRE.

CHIAO TI – antigo método de luta muito antigo usado pelos soldados chineses.

CHIEN CHAN – (chinês) é a referência ao mestre de Kung fu que preocupa-se em ensinar não somente as técnicas somáticas, bem como a essência espiritual e a meditação aos seus discípulos.

CHIH YU – personagem chinês que, segundo alguns historiadores, foi o inventor da espada.

CHIHO GEIKO – (japonês) visitas alternativas de membros de DOJO com finalidades de treinamento.

CHIKAI RI JITSU - (japonês) arte marcial dos ninjas.

CHIKARA - (japonês) uso da força.

CHIKARA KURABE - (japonês) medir força por meio de competições.

CHIKUJO JITSU – arte marcial que foi muito usada pelos japoneses durante as invasões dos mongóis ao solo nipônico.

CHI KUNG – método chinês de controle de respiração e da concentração, onde a essência está no equilíbrio da energia CHI.

CHILLO – (coreano) golpe ou soco.

CHIN NA – (chinês) técnica de agarramento do kung fu; em alguns lugares este termo é usado para designar o método de defesa pessoal chinesa contra armas brancas.

CHI RUGI – (coreano) golpe desferido com os punhos.

CHOI HONG TI – (coreano) general coreano que nasceu em 1918, na Coreia e foi criador do TAEKWONDO.

CHOKKI – (coreano) técnica desferida com os pés.

CHOY LAY FUT – (chinês) termo que significa honradez e é muito usado no kendo.

CHUAN – termo que em chinês denomina a arte dos punhos.

CHUAN FA – termo que tem o mesmo significado que KUNG FU.

CHUAN SU – (chinês) o mesmo que CHUAN FA.

CHUDAM - (japonês) região que abrange o ombro até a faixa; muito usada para os ataques no karatê e no aikido.

CHUDAM NO KAMAE - (japonês) prontidão para a prática no kendo.

CHUI - (japonês) termo usado para advertir um competidor quando este quebra as regras da competição.

CHUK YOU – (coreano) posição de luta.

CHUNG KUO CHUAN (chinês) estilo de kung fu.

CHUN YUAN YUN – monge chinês também conhecido pelo nome de TSI GEN BIN SHIN JEN IN, responsável, segundo as lendas, pelas técnicas básicas originárias do jiu-jitsu.

CHUCK NORRIS – famoso ator e artista marcial americano.

CAPOEIRA – arte marcial brasileira que teve raiz com os escravos negros. Diversos livros foram escritos sobre esta arte marcial, porém coloco em destaque para o aprendizado didático desta arte marcial o livro CAPOEIRA NA ESCOLA, de autoria do professor HÉLIO CAMPOS da UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA (UFBA).

D

DAÍ NIPPON BUTOKUKA – Sociedade Japonesa para os esportes militares.

DAÍ SENSEI – título que significa em japonês: GRANDE MESTRE.

DAN – Em japonês significa grau. É usado para designar os graus dos faixas pretas.

DAN INOSANTO – aluno de BRUCE LEE que foi seu sócio em uma academia nos Estados Unidos.

DAN RYON DAE – (coreano) o mesmo que MAKIWARA em japonês.

DATOTSU - (japonês) golpe do kendo.

DE ASHI BARAI - (japonês) rasteira muito usada no judô e no karatê.

DO – em japonês DO tem dois significados. Um é CAMINHO ESPIRITUAL e o outro é o nome da couraça que se usa no kendo para se ter a proteção do peito; em chinês DO é o termo usado para designar uma espada do Tai Chi Chuan.

DO BOK – (coreano) uniforme de luta do taekwondo.

DOGU - (japonês) equipamento para a prática do kendo.

DOJANG – (coreano) local de treinamento.

DOJO – local de treinamento em língua japonesa.

DO JUDÔ – também chamado de DOJÔ.

F

FANG SAO – este termo também é conhecido em chinês por FONG SAO e tem o significado de MÃO DO VENTO. Foi um estilo de Kung Fu da antiguidade chinesa.

FEY HOK PAI – (chinês) estilo de Kung Fu.

FUKUKOSA - (japonês) designa o PLEXO SOLAR.

FUKU SHIKI KUMITE - (japonês) reunião de juízes.

FUNAKOSHI GICHIN – Japonês fundador do Karate Shotokan; nasceu em 1871 e morreu em 1957.

FUSEN SHO - (japonês) vencer sem lutar, fazendo uso dos estatutos de competição.

FUKUDA HACHINOSUKE – famoso mestre de jiu-jitsu que teve como discípulo o mestre JIGORO KANO, fundador do judô.

G

GAESHI WAZA – termo nipônico que significa o conjunto de todas as técnicas de contra ataques e de reações.

GAKKO - (japonês) escola.

GAKUSEI KENDO RENMEI – congregação de todas as escolas estudantis de kendo.

GANKAKU – (chinês) kata de karatê.

GAO TAN MA – (chinês) movimento do tai chi chuan.

GASSHO NO KAMAE - (japonês) posição usada pelos ninjas.

GATAME WAZA - (japonês) aglomeração de todos os golpes de chão no judô.

GEDAN BARAI – defesa para baixo no karatê.

GEDAN NO KAMAE - (japonês) posição do shinai.

GEKKEN - (japonês) a arte de lutar.

GERI - (japonês) pontapé.

GI - (japonês) indumentária para a prática marcial. Ex.: judogi, karategi, aikidogi etc.

GO DO - (japonês) caminho da guerra.

GOMEM - (japonês) desculpa muito usada no Japão para atitudes feitas dentro do dojô.

GO NO KATA – método antigo de exercícios para fortalecimento físico e domesticação mental.

GO RI NO SHO - (japonês) significa “TRATADO DOS CINCO ANÉIS”. Sendo o conjunto de instruções marciais.

GOSHIN JITSU - (japonês) método criado baseado no judô, aikido, karatê e jiu-jitsu. Tendo como objetivo a defesa pessoal. Este método foi criado pelo saudoso mestre JIGORO KANO.

GO TI - (japonês) o mesmo que SUMO em japonês.

GOTO TAMAUEMON TADAYOSHI – Mestre japonês que nasceu em 1664 e morreu em 1736 e foi o fundador do DAIDO RYU.

H

HACHI DAN – grau oito em se tratando de faixa preta nas marcialidade nipônica.

HACHI MAKI – termo japonês usado para designar um pano que é usado na cabeça para a prática marcial.

HA-DAN – é o termo coreano usado para a parte baixa que serve como ataque.

HADAKA JIME – técnica do judô usada para estrangular.

HAI DI ZHEN – termo chinês para designar um movimento do tai chi chuan.

HAIRI KATA – refere-se ao termo nipônico que significa conjuntos de métodos que são usados em posições sentadas ou deitadas.

HAKKO RYU – termo japonês que designa uma arte marcial criada no Japão pelo Mestre OBA SACHIYUKI.

HÃO WEI CHE – estilo de TAI CHI CHUAN criado por KUOWEL JIN.

HAJIME – palavra japonesa que significa: INÍCIO DA LUTA.

HAKAMA – (japonês) uniforme que se parece com saia; muito usado na prática do aikido.

HAKUDA - (japonês) que designava um antigo método de luta que tinha semelhanças com o jiu-jitsu.

HAPKIDO – arte marcial coreana.

HARA – termo nipônico que se refere a Barriga. Porém com uma conotação mais psicobioenergética.

HARA KIRI – designação japonesa para o ATO DE CORTAR A ENERGIA DA BARRIGA. No passado foi muito usado pelos samurais objetivando a morte para preservação da honra.

HARA KUATSU – método japonês de massagem de reanimação, muito usada nas artes marciais.

HATA – termo nipônico que designa as bandeiras usadas pelos árbitros laterais.

HEARN, LAFCADIO – renomado escritor e jornalista que escreveu muito sobre o judô e cultura japonesa para língua inglesa.

HEIHO – termo nipônico que se refere ao MÉTODO DO GUERREIRO.

HEYA – escola japonesa dos lutadores de sumo.

HIA HSUBEH – termo chinês que denomina o conjunto de PONTOS VITAIS que ao serem atingidos resultam em paralisação total ou parcial.

HI HON KATANA – método do kendo que faz uso de duas espadas.

HIJUTSU - (japonês) que significa Artes Ocultas.

HIKITATE – (japonesa) treinamento especial nas marcialidades.

HIROI TSUEN – Mestre de KEIJO JUTSU da polícia nipônica.

HISHIRYO - (japonês) dado ao ato de não ser cartesiano; não deixar a mente raciocinar dentro dos padrões mentais onde procuramos lógica para tudo.

HOGEN MONOGATARI – obra literária denominada HISTÓRIA DA GUERRA DE HOGEN, que coloca em evidência as guerras no período KAMAKURA.

HONCHO GU GEI SHODEN – escritos nipônicos sobre a marcialidade no Japão. Tendo estes sido feitos por SHIGETAKA HITAKI, durante o período SHOTUKO (1711-1715).

HOUBU DOJO – Centro Mundial do Aikido que é sediado em Tóquio, no Japão.

HSING I – estilo interno de Kung Fu.

HUNG GAR – estilo de Kung Fu.

HYONG – (coreano) forma de luta. Em japonês é chamado de KATA.

!

IAIDO – treinamento do kendo, onde existem diversos movimentos com a espada, mesclando de filosofias e essências espirituais.

IAIJITSU – luta japonesa que faz uso da espada semelhante ao kendo.

IAITO - (japonês) uma espada que não corta e é usada para a prática do iaido.

IGA RYU – uma escola japonesa de formação de ninjas.

I HO CHUAN – estilo de Kung Fu.

IKAKU RYU – escola marcial criada no século XVII pelo Mestre SHIMIZU TAKAJI.

ILBO TAE RYON –luta em que se usa somente os pés.

IPPON - (japonês) significa PONTO EM COMPETIÇÃO.

IRISTIMA - (japonês) significa Grito Mortal.

IRON PALM – termo inglês para a PALMA DE FERRO do Kung Fu.

ISOKU RYU – escola japonesa de arte marcial

ISSO MATAEMON – Mestre japonês que fundou o TONSHIN SHINYO RYU.

ISSHIN RYU - (japonês) da escola difusora do KUSARIGAMA JUTSU durante o século XV.

ITATSU RYU – escola marcial de origem japonesa criada no século XVII.

ITO KAGEHISA – Mestre japonês que fundou o estilo ITTO RYU.

ITOSU KAI – estilo de karatê.

ITOSU YASUSUNE – famosa Mestre de artes marciais de OKINAWA que foi um dos mestres de FUNAKOSHI.

ITTO SHODEN MUTO RYU – termo japonês para designar um estilo de kendo criado pelo Mestre YAMAOKA TESSHU.

J

JARAKU-JI – templo japonês onde se desenvolveram as regras atuais do SUMO.

JEET KUNE DO – (chinês) estilo criado pelo famoso artista marcial BRUCE LEE.

JESS YAI BOK – termo chinês para denominar LUTA LIVRE.

JIK CHUNG – técnica do Kung Fu.

JIME WAZA – conjunto de golpes de estrangulamento usado no judô.

JITSU – termo japonês que significa TÉCNICA ou MÉTODO.

JITTE - (japonês) para armas de metal com alças.

JIU-JITSU – este termo também é conhecido como JIU JITSU e é uma antiga arte marcial que deu origem ao judô. Sendo esta arte marcial usada no passado pelos famosos guerreiros nipônicos denominados de SAMURAI.

JONG SAO – é um termo chinês que também é denominado de DJONG SAO e significa o conjunto de 108 técnicas praticadas no estilo de Kung Fu, WING CHUN, fazendo uso de um boneco de madeira.

JOSEKI – denominação japonesa para o LUGAR DE HONRA nas competições marciais.

JOTORI – nome nipônico do atacante que usa bengala ou bastão curto na prática do aikido.

JU – tem o mesmo sentido em japonês da palavra JIU, ou seja: Suave.

JU DAN - (japonês) décimo grau de faixa preta.

JUDIGI - (japonês) roupa de prática no judô. Erradamente chamada de QUIMONO, haja vista que QUIMONO quer dizer em japonês ROUPA DE CASA.

JUDÔ – arte marcial que foi criada no Japão pelo Mestre JIGORO KANO e tem o significado de CAMINHO SUAVE.

JUDÔ-DO – arte marcial criada em 1947 pelo austríaco JULIUS FLECK, baseado no judô, porém sem lutas.

JUTSU – o mesmo que JIU-JITSU.

JUDOKA – o praticante do judô.

JUDÔ JÔ – termo nipônico para denominar LOCAL DE TREINAMENTO.

JU-NO-KATA – conjunto de formas (kata) existentes no judô.

JIKISHIN RYU – antigo estilo de jiu-jitsu que foi estudado pelo Mestre JIGORO KANO, fundador do judô.

JEE SHIH – um dos monges sobreviventes da destruição do templo de Shaolin na China.

JIEI - (japonês) que significa DEFESA PESSOAL.

JIGORO KANO – fundador do judô; nascido em Kobe, Japão em 28 de outubro de 1860 e falecido em 04 de maio de 1938.

JIKISHINM-KAGE-YU – escola de NAGINATA que foi criada no Japão durante o século XVI pelo Mestre YAMADA HEIZAEMON.

JO SI - (japonês) qualquer fundador de um estilo de Kung Fu.

JU JITSU KYOUSHO – livro de Jiu Jitsu que foi publicado em 1913.

JU-GO AWASE – termo nipônico para denominar a dureza e a leveza nas marcialidades.

JYU KUMITE – nome japonês para COMBATE LIVRE.

K

KAESHI-WAZA – conjunto de todas as espécies de defesas.

KAGAMI BIRAKI – nome japonês que é dado a cerimônia do ANO NOVO realizada em Tóquio na sede da KODOKAN.

KAIBARA EKKEN – Mestre japonês que nasceu em 1630 e morreu em 1714; defendia que o KIAI (grito marcial) era a força maior da vida humana.

KA JUTSU – arte marcial japonesa que fazia uso de explosivos e de pistolas.

KAKUSHI – termo japonês usado denominar uma pequena arma que é facilmente escondida.

KAKUSHI JUTSU – arte marcial japonesa em que as lutas são feitas com o uso de pequenas armas que são facilmente escondidas.

KAKATOA ATEWAZA – conjunto de golpes feitos com os calcanhares muito usado no jiu-jitsu.

KAKE-WAZA – conjunto de técnicas do karatê-do.

KALKUTEIJITSU – nome em japonês de um antigo estilo de jiu-jitsu.

KAMA – termo nipônico usado para designar uma arma chinesa que tem muita semelhança com uma foice.

KAMI - (japonês) a parte superior do corpo (linguagem esportiva).

KAMIKAZE - (japonês) que significa HERÓI DE DEUS. Estes ficaram famosos durante a segunda guerra mundial por se tratarem de guerreiros japonesas que se suicidavam em nome do Japão. Descendo em aviões em cima de navios inimigos.

KAMIZA-REI – nome nipônico para denominar a saudação a bandeira pelos participantes em uma competição marcial.

KANO, RISEI – filho do Mestre Jigoro Kano que durante anos preside a FEDERAÇÃO MUNDIAL DE JUDÔ E A ESCOLA KADOKAN.

KANCHI-NUKI – nome dado a uma seqüência de lutas do kendo no qual os combates são feitos em fila, onde os adversários lutam até ter um vencedor final.

KAN GEIKO – Treinamento especial feito pelos praticantes de judô da Kodokan, durante o período de inverno no Japão.

KAN GYAKU – nome dado aos que assistem uma apresentação ou campeonato marcial.

KANSETSU WAZA – conjunto das chaves de braços usadas no judô.

KARATÊ – termo nipônico que significa MÃOS VAZIAS. Consiste em uma arte marcial muito popular em todo o mundo.

KARATÊ-GI – roupa usada pelo praticante de karatê.

KARATEKA – praticante de karatê.

KATA – termo japonês para denominar formas características de um estilo.

KATAM WAZA – reunião de todas as técnicas de chão no judô.

KATANA - (japonês) espada comprida usada no passado pelos samurais e na atualidade usada no kendo.

KATASUGI-WAZA – técnica de defesa do kendô.

KAWAISHI, MIKINOSUKE – um dos introdutores do judô na França.

KE - (japonês) usado para determinar a DECISÃO FINAL DO JUIZ EM UMA LUTA.

KEI – nome nipônico de MÉTODO.

KEIKOGI – uniforme para prática de exercícios marciais.

KEMPO – nome que também pode ser chamado de KENPO. Este termo japonês significa KUNG FU CHINÊS.

KENDO – arte japonesa que tem como essência marcial o uso da espada.

KENDOGI – uniforme do kendo.

KENDOKA – praticante de kendo.

KEN JITSU – método originário do kendo; muito usado no passado pelos samurais.

KEN KARU – termo nipônico para denominar o campeão espadachim.

KERI-WAZA - (japonês) todos os ataques feitos com os pés no karatê.

KESA - (japonês) faixa que é usada pelos monges budistas enroladas no corpo.

KI - (japonês) designa energia vital. Tem o mesmo significado de PRANA para os indianos e CHI para os chineses.

KIAI - (japonês) denomina o GRITO MARCIAL.

KIAIJITSU – nome nipônico de uma antiga arte marcial dos monges budistas japoneses e dos ninjas; esta tinha a finalidade de matar ou paralisar o adversário através da emissão de determinados sons.

KIHAP – termo coreano que tem o mesmo sentido que KIAI.

KIHON – nome coreano que representa os movimentos formais do Taekwondo.

KIME – nome japonês que significa ter plena força no final do golpe.

KIME NO KATA – kata de faixa preta no judô.

KIMONO – nome japonês para ROUPA DE CASA. Sendo erradamente denominada como roupa de luta na marcialidade.

KIRI GAESHI – nome japonês para os exercícios preliminares com o uso da espada no kendo.

KISSAKI – refere-se a ponta da espada no kendo.

KOBUDO – nome japonês que foidado as diversas técnicas de uso das armas nativas em Okinawa.

KODOKAN – escola central do judô, localizada em Tóquio no Japão. Teve sua fundação feita pelo mestre JIGORO KANO.

KOGUSOKO – antigo método de jiu-jitsu.

KO KYU – exercício respiratório japonês que objetiva equilibrar a energia vital.

KONTEI – nome japonês dado as pontas do nunchaku.

KONTOH – nome dado a extremidade do nunchaku onde são prendidas as cordas ou correntes.

KOSHI WAZA – conjunto dos golpes de quadris do judô.

KOTE – nome japonês para proteção de mão do kendo.

KOTE GAESHI – técnica fundamental do aikido que se baseia na torcedura da munheca, seguindo a direção articular.

KRAV-MAGÁ – arte de defesa marcial israelense.

KUBON SURYON – (coreano) técnicas básicas no taekwondo.

KUMAN – (coreano) que também pode ser GUMAN e tem o significado de FIM DA LUTA.

KUMI KATA - (japonês) cerimonial de dobramento e carregamento das roupas marciais.

KUMITÊ – luta livre no karatê.

KUNG CHIA – subdivisão do Kung Fu na China.

KUNG FU – (chinês) significa TEMPO DE HABILIDADE. Este termo é erroneamente usado no ocidente para designar arte marcial chinesa.

KUSARIGAMA - (japonês) arma branca marcial que é uma foice pequena ligada a uma corrente comprida.

KWON – (coreano) diversas técnicas de punho no taekwondo.

KWOON – (chinês) local de treinamento.

KYEK-PA – (coreano) usado para denominar o poder do soco no momento do impacto final.

KYOKUSHINKAI - (japonês) designa um estilo de karatê criado pelo famoso mestre OYAMA; este estilo também é conhecido mundialmente como: KYOKUSHIN e KYOKUSHINKAIKAN.

KYONG-LE – (coreano) saudação.

KYU - (japonês) usada para designar as faixas inferiores a preta.

KYUDO – arte japonesa que faz um completo uso do arco e flecha. Esta arte tem toda uma essência filosófica e espiritual. Onde o burilamento espiritual é de suma importância.

KYU SHO - (japonês) pontos mortais existentes no corpo humano.

LANG KOANN – nome chinês do ponto vital localizado entre a quarta e a quinta vértebra lombar.

LAO KONG – termo chinês que designa um ponto mortal que se localiza na palma da mão.

LASU HONG KUEN PAI – estilo de Kung Fu.

LEWIS, JOE – famoso Mestre e artista marcial.

LEX SAN PAI KUNG FU – moderna escola de kung que mesclou o karatê e o aikido.

LIN WAN KUNE – termo chinês que é utilizado para denominar uma das técnicas do Kung Fu Shaolin.

LU – nome chinês que representa uma posição e movimentação do tai chi chuan.

LUNG – nome chinês de DRAGÃO.

LI TEI FENG – Mestre chinês que segundo a lenda observou durante uma tempestade que uma palmeira cedia ao impacto das gotas da chuva. Permitindo que a chuva não a destruísse. Notando entretanto que as demais árvores ao seu redor ficavam rígidas ao receberem o impacto das gotas da chuva. Daí eram destruídas. Baseado nisso, foi originada a lenda do nascimento do jiu-jitsu.

LI GAR – estilo de Kung Fu do mosteiro de Shaolin.

LI JUN FAN – nome verdadeiro do famoso artista marcial BRUCE LEE.

LIU GAR – Estilo de Kung Fu.

LONG LIÃO – nome vietnamita de nunchaku usado no VIET VO DAO.

LUNG HO PAI – estilo de Kung Fu.

LUNG HUA CHUAN – luta chinesa que surgiu na China no século XIII.

M

MÃE GERI - (japonês) significa: CHUTE FRONTAL.

MÃE TOBI GERI - (japonês) denomina um pontapé frontal saltando.

MAGARI YAKI – lança que tem uma barra cruzada na ponta que serve para o ataque com armas dos adversários.

MA HSUEH – (chinês) conjunto de PONTOS VITAIS do corpo humano.

MAH – (chinês) posições do Kung Fu.

MAKI KOMI WAZA - (japonês) conjunto de todos os golpes de rolar utilizados no judô.

MAKIWARA - (japonês) poste envolto com palha usado para dar pontapés e golpes com as mãos no karatê.

MAKKO HO – (chinês) método de auto-massagem e ginástica que tem o objetivo de equilibrar a energia vital do corpo humano. Desenvolvendo um pleno equilíbrio psicobioenergético no ser humano.

MANIWA NEN RYU – escola marcial criada no século XVII.

MANRIKI GUSARI - (japonês) arma usada para combater as espadas dos samurais. É uma corrente manejada semelhante ao nunchaku.

MARCO NATALI – famoso escritor brasileiro de artes marciais e filosofias orientais. Escreveu diversas obras sobre Kung Fu, yoga, acupuntura e massagem oriental, muitas delas editadas pela Edições de Ouro (Editora Tecnoprint).

MASATOSHI NAKAYAMA – famoso Mestre japonês de karatê que fundou a FEDERAÇÃO JAPONESA DE KARATÊ”.

MATSHUMAE, SHIGEYOSHI – nascido em 1901 no Japão. Foi co-fundador do BUDOKAN.

MINAMOTO YOSHIMITSU – Mestre japonês criador de AIKJUTSU.

MO HAY – nome chinês de uma arma do Kung u.

MON TSUKI – termo japonês para designar um quimono preto.

MORAE TONG – nome coreano para saco de areia.

MUAY THAI – arte marcial tailandesa que faz uso de golpes com as mãos semelhantes ao boxe, tem diversos golpes com as pernas e os cotovelos.

MUDJONG – termo chinês que caracteriza um boneco de madeira com alguns braços que é muito usado no treinamento de alguns estilos do Kung Fu.

MYAMOTO MUSASHI – considerado o Mestre dos mestres dos espadachins japoneses. Diz os historiadores que ele foi o responsável pela criação do BUSHIDO, o famoso CÓDIGO DE HONRA DOS SAMURAI.

N

NAGE-WAZA – conjunto das técnicas de arremesso no judô.

NAGINATA – nome dado a arma usada pelas mulheres nipônicas durante o período medieval. Esta arma se constitui de uma haste de madeira com um prolongamento curvo metálico em forma de lâmina.

NATSU-GEIKO – nome japonês para o tradicional treino do verão no KODOKAN, em Tóquio.

NE WAZA – conjunto de todas as técnicas aplicadas no chão.

NIHON - (japonês) nome do Japão.

NIKIDA BUNGORO – Mestre fundador do HIKIDA KAGE RYU (1537-1606). Considerado o introdutor da SHINAI em treinamento.

NNJA – praticante do ninjutsu (ninjitsu).

NIN-JITSU - (japonês) arte marcial dos ninjas que eram uma classe que não seguia o Código de Honra dos Samurais. O surgimento dos ninjas se deu no Japão na era do SHOGUNTOKUGAWA.

NIPPON – nome japonês para o Japão.

NISHIYAMA, HIDETAKA – famoso mestre de karatê nascido em Tóquio, no Japão.

NITOBE, INAZO – conceituado autor japonês que ficou famoso no ocidente pelas suas excelentes obras sobre os samurais.

NOMI-NO-SUKUNE – fundador do antigo método de JIU JITSU.

NOY MOON CHUIE – técnica do Kung Fu.

NUIE-TOE – termo chinês para denominar a mulher que pratica o Kung Fu.

NUNCHAKU - (japonês) arma marcial que se tornou popular no mundo ocidental graças aos filmes do famoso artista marcial BRUCE LEE. É composta de dois ou mais bastões de madeira ligados por uma corrente, cordões de nylon etc. Em chinês o seu nome é LIANG TIEH GUN ou LAN THI KUAN, enquanto em coreano este chama de YON BOAN.

O

OBI – nome japonês da faixa usada no quimono tradicional do Japão.

OH DO KWAN – Instituto de Ensino do Taekwondo localizado na Coreia.

OKINAWA-TE – (chinês) nome da luta que posteriormente tornou-se o karatê.

ON – (chinês) posição básica do tai chi chuan.

OSAE-KOMI-TOKETA - (japonês) usado para suspender um golpe de imobilização.

OYAMA, MASUTATSU – nome japonês do coreano YONGI CHOI, nascido em KINJE na Coreia, em 1923, que foi o fundador do estilo Kiokushinkai de karatê.

P

PA-KUA – estilo interno do Kung Fu.

PA KUA CHANG – estilo marcial chinês que literalmente significa: A ARTE DOS PUNHOS DOS OITO TRIGRAMAS.

PA-TUAN-CHI – (Chinês) significa os oito exercícios básicos praticados para manter a saúde e o bem estar físico feitos no Tai Chin Chuan.

PAHN TAN BIEN PHAP – escola vietnamita de artes marciais que tem como características as esquivas semelhantes ao aikido.

PAI HAO (CHUAN) – estilo do kung fu que tem como características a imitação do grou branco. Também chamado de HOKO-PAI ou HAO-PAI.

PAK MEI TÔO JUNG – monge chinês que sobreviveu a destruição do Templo Shaolin.

PENG – (chinês) posição básica do Tai Chi Chuan.

PENG-CHUAN – nome chinês de uma das cinco formas do boxe HISING-I

PENT JAK-SILAT – luta marcial surgida na ilha de Java e que é muito praticada na Indonésia. Caracteriza-se pelo uso de golpes com os pés e mãos desferindo técnicas traumáticas.

PON-SAO – exercícios de defesa e ataque do estilo Wing Chun de Kung Fu.

Q

QI-GONG – arte que pretende dominar a energia vital proporcionando daí um pleno equilíbrio psicobioenergético ao homem. Trata-se de um estilo marcial interno onde a fundamentação básica está na respiração correta

QUING – (chinês) meridianos da acupuntura.

R

RAHN, ERICH – nome de um famoso lutador de jiu-jitsu que recebeu o título de CAMPEÃO DOS MIL GOLPES DO JIU JITSU. Foi o introdutor do Jiu Jitsu na Alemanha.

RANDORI - (japonês) forma de treinamento no judô.

RENMEI - (japonês) designa FEDERAÇÃO OU ASSOCIAÇÃO.

RENSOKU WAZA – conjunto das técnicas de contra golpes no judô.

RHEE, JOHN – artista marcial coreano que emigrou para os Estados Unidos e neste país tornou-se amigo e companheiro de treinos de Bruce Lee, além de participar de vários filmes e ter escrito alguns livros sobre artes marciais.

RYU – termo nipônico que significa: ESCOLA OU ESTILO.

S

SHOTOKAN - (japonês) que denomina uma escola de karatê que foi fundada pelo Mestre FUNAKOSHI GINCHIN.

SHUAI-CHIAO – (chinês) luta.

SHURIKEN - (japonês) arma que tem um formato de estrela. Existe uma arte marcial nipônica que tem a denominação de SHURIKEN-JITSU, caracterizando-se por ser uma antiga modalidade marcial japonesa que fazia usos dos arremessos de faca, pontas de flechas e das SHURIKENS.

SI-DAÍ – (chinesa) significa discípulos.

SIFU - (chinês) significa PROFESSOR. Também pode ser SIFUH ou SI BAK FU.

SI-GUNG – (chinesa) mestre do mestre.

SIHAP – termo coreano que significa LUTA

SIHAP-KYUCH IK – (coreano) significa AS REGRAS PARA CAMPEONATO.

SI-JO (chinês) usado para designar o criador de um estilo marcial especial.

SIKARAN – nome de uma luta Filipina.

SIL-LUM – denominação cantonesa do termo chinês SHAOLIN.

SIWI – demonstraco em coreano.

SOKU – (japonês) para designar a PRESTEZA DA MENTE E DA AO.

SORI – (coreano) doutrina filosófica em essência espiritual.

SUBURI – (japonesa) designa os exercícios do kendo cuja prática são feitas com o SHINAI, a fim de aprender a exatidão dos lances.

SUM –  uma tradicional arte marcial japonesa que se caracteriza por ser o esporte nacional do Japão.

SUMO-TORI - (japonês) lutadores de sumo.

SUN – (coreano) concepo religiosa originária na China que caracteriza a essência do código de honra das artes militares.

I

TACHI-WAZA – nome nipônico que designa o conjunto de todas as técnicas em p, no judô, bem como designa todas as posies básicas no KARATÊ.

TAEKWONDO – arte marcial coreana, que tem a base dos seus golpes nos ps.

TA-HSIN-CHUAN – (chinês) estilo de KUNG FU do macaco.

TAI CHI CHUAN - (chinês) usada para designar um estilo interno do KUNG FU chinês.

TAI-I (japonês) espada.

TAI-JITSU – termo nipônico que denominou uma arte marcial semelhante ao JIU JITSU existente no passado japonês.

TAI-KAI – (japonês) torneio do KENDO.

TAIZA – nome nipônico do barco usado nas artes marciais japonesas para concentrao. O praticante se senta em ZAZEN e coloca as pernas e os ps debaixo do assento.

TAMASHIWARI – (japonês) diversas técnicas de quebraamentos de telhas, tijolos, madeiras, etc.

TA MO – nome chinês de BODHIDHARMA.

TAN – (coreano) significa o mesmo que DAN em japonês, ou seja, grau de faixa preta.

TANDEN – (japonês) ponto onde se localiza toda a energia vital (Chi ou ki) do seu humano. Sua localização é dois dedos abaixo do umbigo. O nome em chinês é TAI-TIEN.

TANG-SU-DO – antiga arte marcial coreana.

TANTO-JITSU – uma arte marcial do passado japonês que era uma derivação do JIU-JITSU. Porém tinha como especialidade os golpes com diversas armas brancas orientais.

TATAME – esteiras japonesas confeccionadas com palha de arroz muito usadas nas práticas das artes marciais que tem combates no solo, inclusive o judô.

TCHIA-DSU - (chinês) designa a mesma coisa que KATA, em japonês, ou seja, FORMA DE LUTAS.

TERROR – (alemão) designa o método francês de ataque e de defesa – CLOSE COMBAT.

TE WAZA – (japonês) designa o conjunto de todos os golpes de mãos, de braços, de ombros no judô moderno.

TIEN HSUEH - (chinês) designa o método de atacar os pontos vitais do corpo humano. Em japonês o termo é ATEMI-WAZA.

TI FANG - (chinês) para denominar técnica do TAI CHI CHUAN.

TOBOK – (coreano) para roupa de atividade física.

TOE-DAI - (chinês) nome dado ao discípulo no KUNG FU.

TOKIU-KATA – (japonês) nome do kata personalizado.

TOKIU-WAZA – termo que designa o conjunto das técnicas mais favoritas.

TONFA – (japonês) é usado para denominar uma arma branca nipônica.

TORITE – antiga arte japonesa que era primitiva do JIU-JITSU.

TOSHAO - (chinês) designa uma modalidade do KUNG FU chinês, onde as fundamentações básicas vão dar ao praticante reflexos rápidos e noções de distância, condicionando-o para um combate real.

TSUKI-NAMI-SHIAI – (japonês) designa uma série de lutas que são realizadas mensalmente na KODOKAN.

TUI-SOU – prática a dois do tai chi chuan.

U

UCHI-WAZA – termo nipônico que representa todo o conjunto de técnicas de defesa do karatê-dô.

UKEMI – nome japonês para arte de cair. Exercícios de rolamento usados muito no judô e aikido.

UYESHIBA; MORIHEI – famoso mestre japonês que criou a arte marcial denominada de aikido.

V

VIET-VO-DAO - (chinês) serve para designar o método de luta marcial vietnamita, que possui muita semelhança com o KUNG FU.

VJARAMUSHTI – nome sânscrito de uma antiga arte marcial indiana. Literalmente significa: PUNHO DIREITO ou PUNHO REAL.

W

WADO-RYU – o nome WADO-RYU é a designação de um estilo de KARATÊ criado no Japão por HIRONORI OTSUBA.

WA-JITSU – (japonês) diversos estilos do JIU-JITSU antigo.

WA-JUTSU – termo nipônico para designar o processo onde duas pessoas em demonstração se combinam com movimentos harmoniosos e concentrados.

WAKARU - (japonês) a separação no combate de duas pessoas no kendo.

WAZA-ARI - (japonês) meio ponto. Termo usado em campeonatos.

WAZA-ARI-AWASETE-IPPON - (japonês) duas qualificações formadoras de um ponto em campeonatos.

WHU-SHU – (chinês) designa o conjunto de todas as ARTES MARCIAIS CHINESAS. Em alguns lugares vem escrito: WU-SHU.

WING-CHUN – (chinês) literalmente significa: LINDA PRIMAVERA. É o nome de um eficiente estilo de KUNG FU chinês. Também aparece escrito como VING TSUN.

WU – um dos estilos do tai chi chuan, este termo é chinês.

WU-TANG- (chinês) de uma antiga escola de boxe chinês.

Y

YA - (japonês) flecha de de madeira ou bambu.

YABUSAME – designação para o arco e flecha japonês, cuja prática é feito em cima de cavalos.

YAMA-ARASHI – nome nipônico da famosa técnica de judô utilizada pelo Mestre SUGATA SANSHIRO para vencer o KARATÊ.

YAMAGUCHI, GOGEN – nome do famoso lutador de KARATÊ, o “gato”, responsável pela fundação do estilo GOJU-RYU de karatê-dô.

YARI – dardo de arremesso dos antigos samurais. A arte marcial de arremessos dos dardos dos samurais no passado era denominada de YARI-DO.

YIN E YANG – termos chineses para designar a representatividade das dualidades do universo. Sendo que a soma desses dois sigmóides forma um símbolo denominado TAI CHI.

YOSEIKAN - (japonês) escola de KARATÊ.

YUDANSHA - (japonês) designa a categoria dos FAIXAS-PRETAS nas artes marciais japonesas.

YUKA – local de madeira usado para guardar os tatames.

YUKO-UCHI – meio ponto em japonês.

YUSEI-GACHI - (japonês) ser vencedor por superioridade em competição.

Z

ZA-HO - (japonês) sede do kendô.

ZOKO - (japonês) recomeçar a luta.

ZUR KHANEH – arte marcial iraniana.

BIBLIOGRAFIA

- Dicionário de Lãs Artes Marciales; M.Y.J.B. Ory; Ediciones Obelisco.
- Dicionário de Termos Técnicos de Judô; Herbert Velte; Edições de Ouro (EDIOURO).
- Dicionário Ilustrado de Budô; Herbert Velet (Revisado por Marco Natali); Edições de Ouro (EDIOURO).
- Martial Arts-Traditions, History, People; John Corcoran and Emil Farkas: Gallery Books; New York (U.S.A)

Contatos com o autor:

José Augusto Maciel Torres

e-mail: josemtorres@ig.com.br

site: www.escolapaozhelin.com.br