



SANUK

Sanuk Bienestar y Salud Natural.

## **INFORMACIÓN PARA PUBLICAR EN LA WEB DE SALESIANOS POLIDEPORTIVO**

### **Paseo de Extremadura.**

SANUK C.D. es una escuela fundada en 1996 con el objetivo de investigar, estudiar y divulgar las Artes Marciales Chinas y su cultura para mejorar la salud integral de las personas y de la sociedad.

En el tatami de Salesianos enseñamos KUNG FU estilo Choy Lee Fut.

Es un estilo tradicional nacido en el sur de China en 1836, al que aplicamos moderna metodología.

### **PROMOCIÓN.**

Solicita una **clase de prueba** contactando con nosotros. Puedes venir solo o acompañado.

Envía mensaje por WhatsApp al teléfono 649 58 29 35 Julio Alonso.

### **¿Qué enseñamos?**

Trabajamos el Kung Fu en todas sus facetas.

Estos son algunos de nuestros contenidos:

- Taos o patrones de movimiento.
- Desarrollo de cualidades físicas y motrices.
- Técnicas de autodefensa integral.
- Combate en sus diferentes modalidades (de estudio, continuado, semilibre, libre, ...)
- Trabajo con implementos: bastones, espadas, sables, etc.
- Entrenamiento con aparatos: saco de pared, saco pesado, escudos, raquetas de precisión, bandas elásticas, "muñecos", etc.
- Kung Fu tradicional y deportivo de competición.
- Danza del León.
- Meditación y respiración.
- Chi Kung y Tai Chi Chuan (Kung Fu interno).
- Medicina Tradicional China. Recuperación funcional, autocuidados, primeros auxilios.

### **¿Qué valores y actitudes trabajamos a través del Kung Fu?**

- Respeto hacia uno mismo y hacia los demás.
- Solidaridad y generosidad.
- Audacia y superación.
- Perseverancia y compromiso.
- Autodisciplina y responsabilidad.
- Concentración y determinación.



SANUK

Sanuk Bienestar y Salud Natural.

- Honestidad.
- Tolerancia y cortesía.
- Vitalidad y seguridad.
- Talento y creatividad.
- Propósito y contribución.

A lo largo del curso ofrecemos diferentes **actividades** para desarrollar nuestros objetivos.

- Clases regulares.
- Monográficos e intensivos.
- Seminarios nacionales e internacionales, con diferentes profesores.
- Viajes de estudios y culturales.
- Salidas a espacios naturales.
- Conferencias divulgativas.
- Exhibiciones y demostraciones.
- Torneos y competiciones.
- Exámenes de paso de grado (cinturones).
- Entrenamientos específicos.
  - Equipo de competición.
  - Equipo de exhibición.
  - Danza del León.
- Actividades solidarias.
- Formación profesional para instructores.

### **¿Quiénes somos?**

Estamos afiliados a la Federación Gallega de Kung Fu, única territorial exclusivamente dedicada a nuestras especialidades. Trabajamos para crear en un futuro una federación española. Somos miembros fundadores del proyecto de la Federación Española de Wu Shu / Kung Fu.

Socios activos de diferentes entidades nacionales e internacionales, que nos dan soporte organizativo y formación.

Escuela Sanuk es delegación en Madrid de Choy Lee Fut WST Spain Familia Chan (5ª generación del estilo).

Inscritos en la Asociación Daoyin-Liang Gong España, Federación Internacional de Choy Lee Fut (HSG International Chan Family), Asociación Internacional de Shaolin Luohan Qi Gong Terapéutico, Federación Pan Europea de Sociedades de Medicina Tradicional China (PEFOTS), entre otras entidades.

### **Profesores.**

#### **Julio A. Alonso Latorre**

Director y fundador de Sanuk. Desde siempre me sentí atraído por el ejercicio físico, la investigación y la enseñanza, los sistemas activos de salud y el



desarrollo personal. De ello hice mi profesión. Practico Artes Marciales desde los seis años y Kung Fu desde los años ochenta.

Socio fundador y directivo del proyecto de la Federación Española de Wu-Shu/ Kung-Fu (F.E.W.K). Desde 1999 hasta el 2003 fui su vicepresidente.

He elaborado campañas de divulgación de la salud por medios naturales y a través del ejercicio físico en ruedas de prensa, artículos en publicaciones, e intervenido en emisoras de radio y televisión de ámbito nacional y regional. He formado a más de un centenar de instructores e instructoras. He enseñado a miles de personas de diferentes edades y condiciones. Por méritos deportivos he sido distinguido con diversos galardones y premios. En los últimos treinta años he clasificado a deportistas y equipos en primeros puestos en campeonatos nacionales e internacionales.

Estoy formado como:

- Maestro Nacional de Kung Fu (Técnico Deportivo Superior) Federación Española de Kárate (F.E.K.) Departamento Nacional de Kung Fu 1993.
- Experto Universitario en Tai Chi y Qi Gong. INEF UPM Universidad Politécnica de Madrid. Primera promoción.
- Cinturón Negro de Kung Fu 7º Nivel. Federación Gallega de Kung Fu.
- Árbitro Nacional de Kung-Fu (Nivel III) Federación Gallega de Kung Fu.
- Juez de Tribunal de Examen Nivel III. Federación Gallega de Kung-Fu.
- Técnico con Grado de 3º Duan en Qi Gong de Salud de la Chinese Health Qi Gong Association.
- Instructor Formador de Qi Gong de Salud Asociación Española de Qi Gong de Salud.
- Instructor Formador Avanzado (Nivel III) de Lian Gong Shi Ba Fa© L.G.S.B.F. de Shanghai (China) y Asociación Española Qi Gong Salud.
- Profesor de Qi Gong. Instituto Internacional de Qi Gong. Dr. Yves Rèquena. Madrid. 1994-97. Primera promoción.
- Curso de Profesor de Qi Gong. Asociación Española de Qi Gong. Dr. Gaspar García. Málaga. 1989-90. Primera promoción.

Me he formado en otras disciplinas como: Fitness y Forma Física, Aerobic, Actividad Física para Personas Mayores, Gestión y Administración de Entidades y Clubes Deportivos, Primeros Auxilios.

He cursado distintos estudios en relación con la salud natural, medicina tradicional china y gestión de grupos:

Miembro de PEFOTS (Pan European Federation of TCM Societies) y Practitioner´s Register. Medicina Tradicional China, Acupuntura y Moxibustión. Tui Na (Masaje Chino). Naturopatía y Nutrición. Hipnosis Clínica y Psicoterapia Integral. Cromoterapia y Sofrología. Quiromasaje Terapéutico. Graduado Nivel Superior del Método Silva de Relajación y Control Mental.

Diplomado en Animación Socio Cultural. Ayuntamiento de Burgos y Universidad Pontificia de Salamanca.

### Fco. Javier Gómez Ordóñez

Soy practicante de Artes Marciales desde niño.  
Grado en Física, programador y diseñador informático.

En el campo de las Artes Marciales:

- Cinturón negro de Kung Fu 3º Nivel por la Federación Gallega de Kung Fu (F.G.K.F.)
- Instructor colegiado de Kung Fu Nivel I por la F.G.K.F.
- Miembro asociado del Wing Sing Tong España.
- Monitor de Qi Gong con Sanuk Escuela y la Asociación Española de Qi Gong de Salud.

En Artes Coreanas soy Cinturón Negro 4º Dan de Hapkido (Defensa Personal Coreana) y Técnico Deportivo Superior (Nivel III) Instructor de Haidong Gumdo (esgrima coreana con sable) rango de 2º DAN.

Titulado como de Juez de Mesa y Juez Calificador Nacional para competiciones de Hapkido.

Instructor de Kung Fu en Escuela Sanuk desde 2014.

### CONTACTO

Web en [www.sanuksalud.es](http://www.sanuksalud.es)

Síguenos en Facebook, Instagram Julio Alberto Alonso Latorre, Sanuk Salud y Choyleeftmadrid [www.kungfuenmadrid.es](http://www.kungfuenmadrid.es), [www.facebook.com/kungfuchoyleeftmadrid](https://www.facebook.com/kungfuchoyleeftmadrid)

### Teléfonos

649 58 29 35 Julio Alonso

695 51 17 71 Javier Gómez

Correo electrónico: [sanuksalud@gmail.com](mailto:sanuksalud@gmail.com)



*Julio A. Alonso Latorre  
Dom, 17-10-2023*