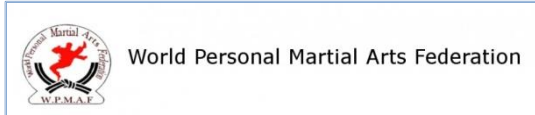


An Official Introductory course

# Acudo ryu - 2015

**Place:** Oaxaca  
**Trainer:** Nils Erik Volden, 8. Dan,  
President World Acudo Association (WAA)  
**Students:** Seminar  
**Seminar date:** 01.02.2015  
**Training time:** 09.00 – 17.00 on Sunday  
**Other:** The seminar are both WAA and WPMF approved  
2015; [www.wpmf.com](http://www.wpmf.com) and [www.acudo.org](http://www.acudo.org).

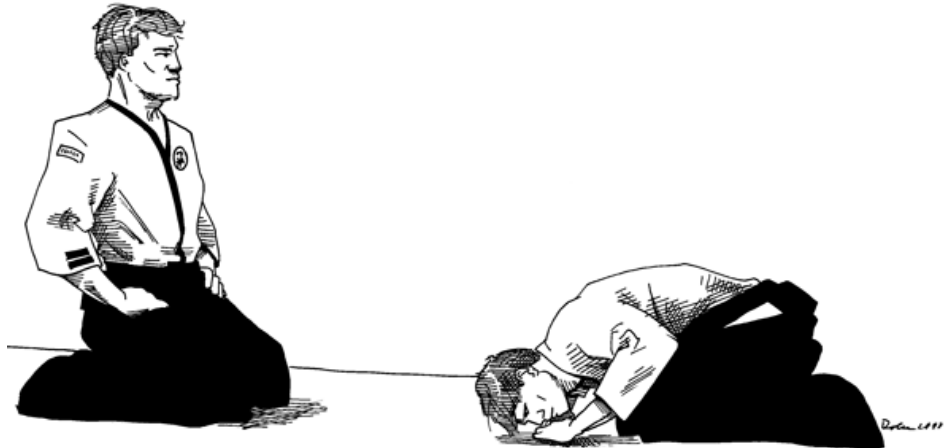


## Ritual: Inicio

- a. Saludo Shaolin
- b. 敬重Jing zhong (chino mandarin: Respeto profundo)
- c. Incarse, Inclinarsse 出发Chun fa (chino mandarin: Iniciar)

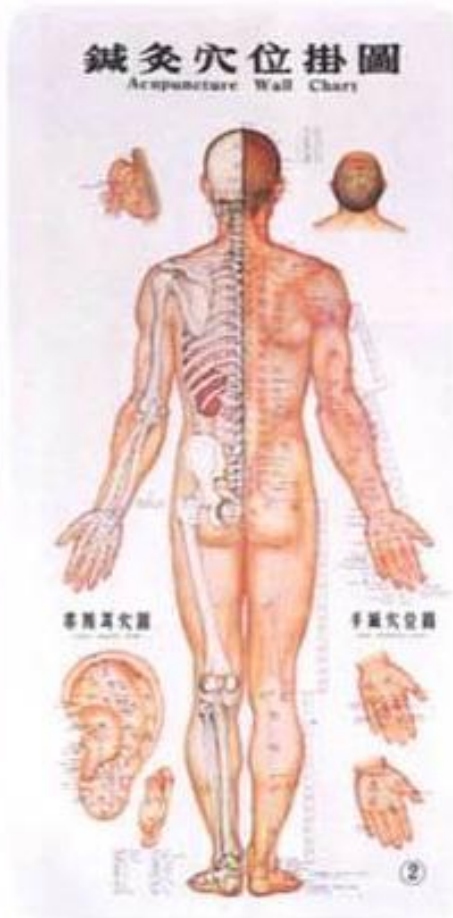
## Ritual 2: Final

- A. Incarse
- B. 歇心 Xie xin (Poner la mente en blanco)
- C. 瞑 Ming (Cerrar los ojos)
- D. Inclinarsse 竣 Jun (chino mandarin: completado)
- E. Ponerse de pie
- F. Saludo Shaolin 敬重 Jing zhong (chino mandarin: Respeto profundo)



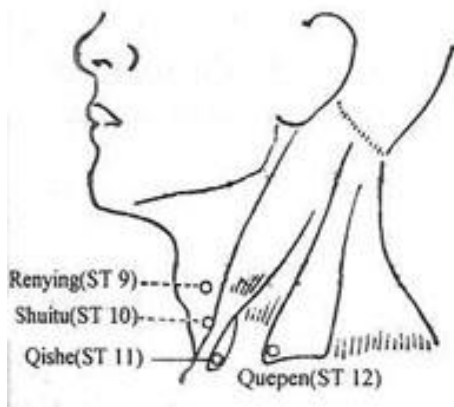
# Programa

Horario	Actividad
09.00 – 10.00	Introducción GM Volden y Acudo ryu
10.00 – 12.00	Uso general de puntos en Acudo ryu
12.00 – 13.00	Shaolin Qinna #1 - #5
13.00 – 14.00	La localización de los 11 puntos de pulmón
14.00 – 15.00	Comida
15.00 – 16.00	Defensa personal y miedo
16.00 – 17.00	Experimentar con los puntos

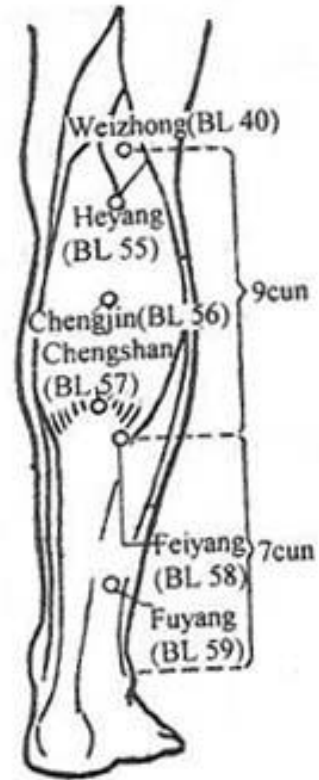


# Cinco puntos básicos:

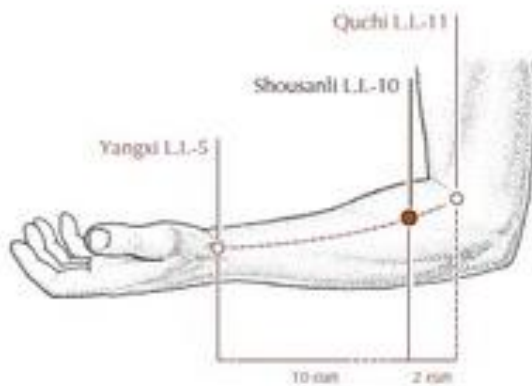
E11



V58

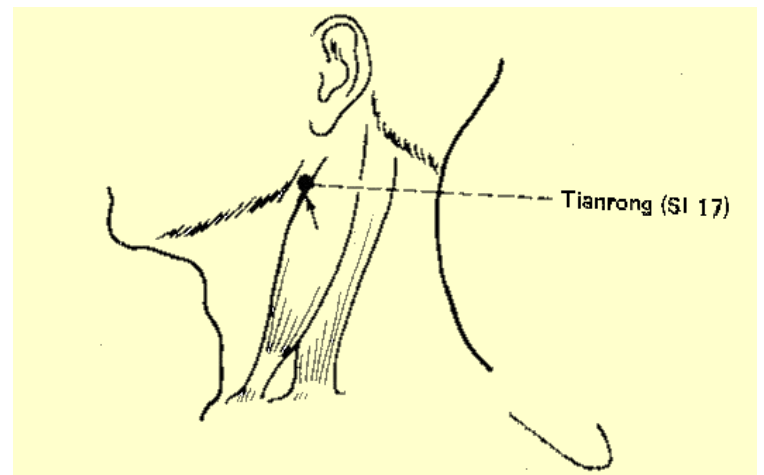
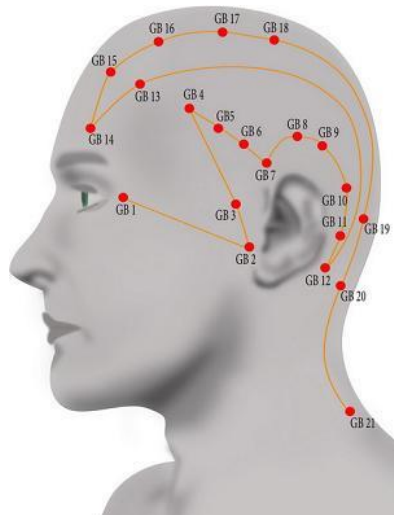


IG10



ID17

VB2



## Primeras cinco técnicas Shaolin Qinna:

Shaolin Qinna 1



Shaolin Qinna 2



Shaolin Qinna 3





Shaolin Qinna 5



## Lung meridian

ACUDO RYU



穴位道

Yunmen (LU-2) -----

Zhongfu (LU-1) -----

Tianfu (LU-3) -----

Xiabai (LU-4) -----

Chize (LU-5) -----

Kongzui (LU-6) -----

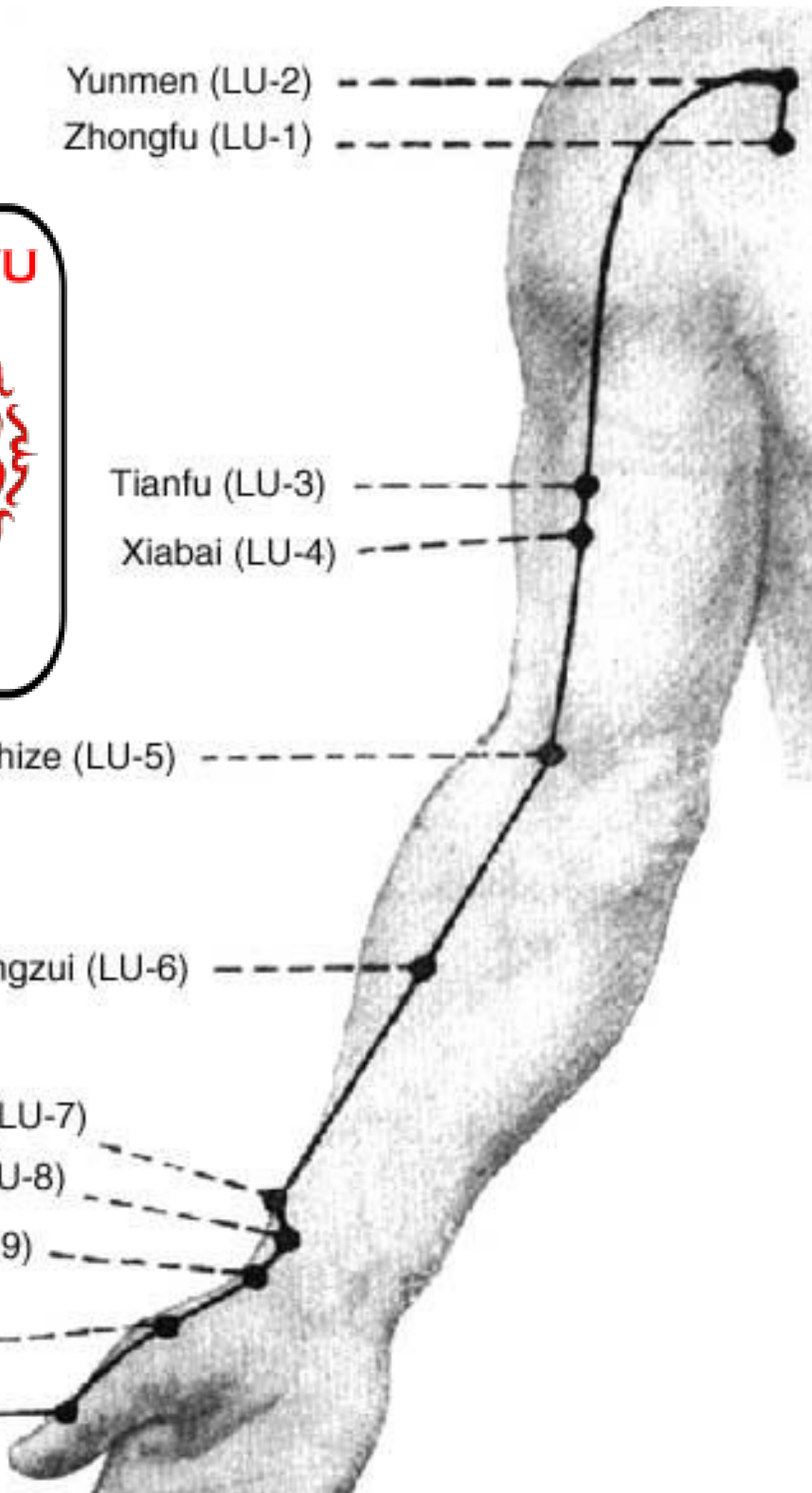
Lieque (LU-7) -----

Jingqu (LU-8) -----

Taiyuan (LU-9) -----

Yuji (LU-10) -----

Shaoshang  
(LU-11)



# Defensa personal y Miedo

## Reglas de seguridad:

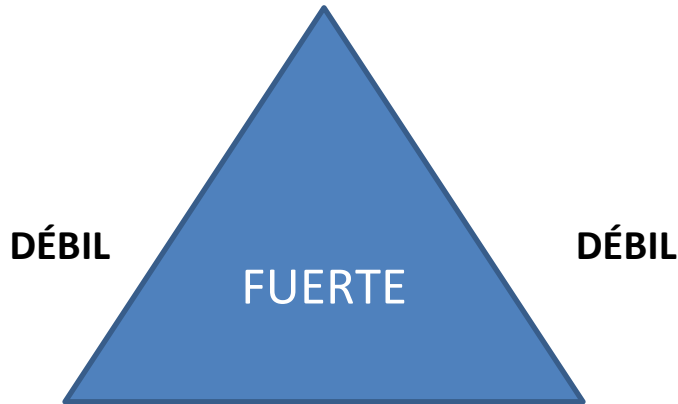
DDD: Detect (spot) – Diffuse (spread) – Defend (fight)

SEE: Search – Evaluate – Execute

Detectar – Difundir - Defender

Buscar – Evaluar - Ejecutar

## Triángulo de fuerza:



## Descarga de Adrenalina:

El cuerpo pierde control: coctel hormonal

Habilidades motóricas finas se pierden cuando se está bajo presión.

*Piensa en la Mente como Agua: reflexión: Viento causa movimiento en el Agua: Necesario tranquilizar el Viento*

## Cinco técnicas básicas de protección personal (No hay habilidades motóricas finas)

PP1: Bloquear, Codo Tai yang

PP2: Bloquear, Cuchillo ID16

PP3: Rodilla E32

PP4: Cabezazo Du25

PP5: Rodilla/ Palma R11

