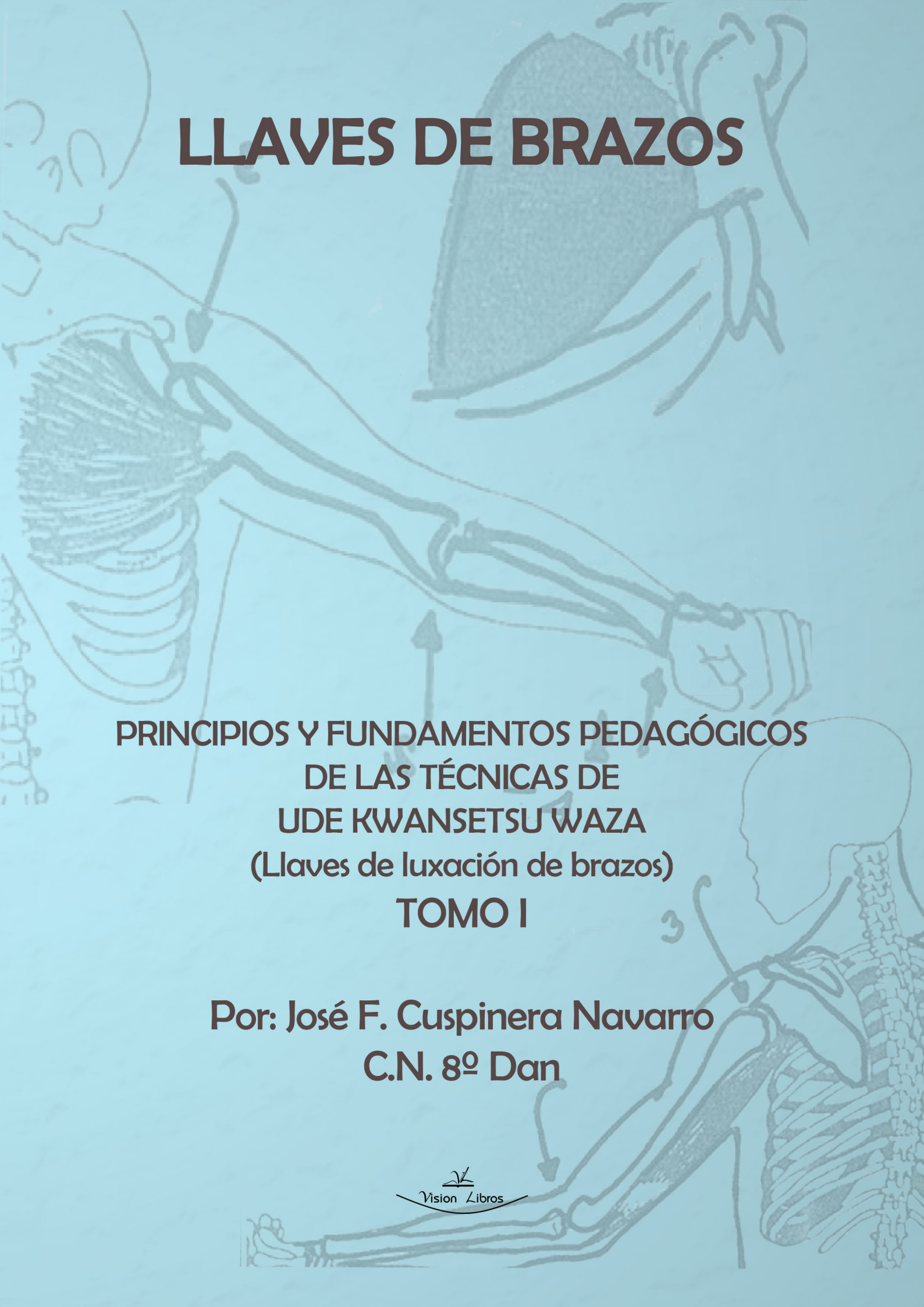


# LLAVES DE BRAZOS



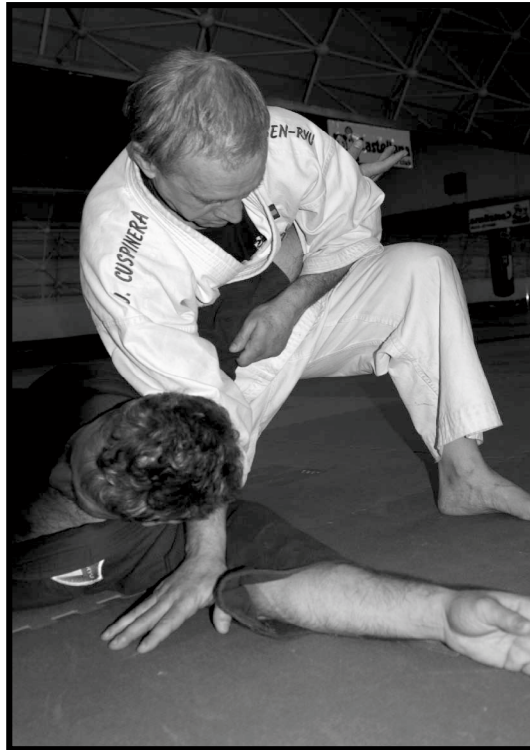
PRINCIPIOS Y FUNDAMENTOS PEDAGÓGICOS  
DE LAS TÉCNICAS DE  
UDE KWANSETSU WAZA  
(Llaves de luxación de brazos)

TOMO I

Por: José F. Cuspinera Navarro  
C.N. 8º Dan



# LLAVES DE BRAZOS



## PRINCIPIOS Y FUNDAMENTOS PEDAGÓGICOS DE LAS TÉCNICAS DE UDE KWANSETSU WAZA (Llaves de luxación de brazos)

TOMO I

Por. José F. Cuspinera Navarro  
C.N. 8º Dan

  
Vision Libros

Reservados todos los derechos. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del Copyright, bajo las sanciones establecidas de las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento incluidos la reprografía y el tratamiento informático.

© 2012 PRINCIPIOS Y FUNDAMENTOS PEDAGÓGICOS  
DE LAS TÉCNICAS DE UDE KWANSETSU WAZA  
(Llaves de luxación de brazos)

TOMO I

© José F. Cuspinera Navarro

© 2012 Editorial: Vision Libros

C/ San Ildefonso, 17, 28012 Madrid. España

Web: [www.visionlibros.com](http://www.visionlibros.com) Tel: 0034 91 3117696

ISBN: 978-84-9011-331-8

Disponible en librerías físicas y online.  
[www.visionnet-libros.com](http://www.visionnet-libros.com)

Pedidos a:  
[pedidos@visionnet.es](mailto:pedidos@visionnet.es)

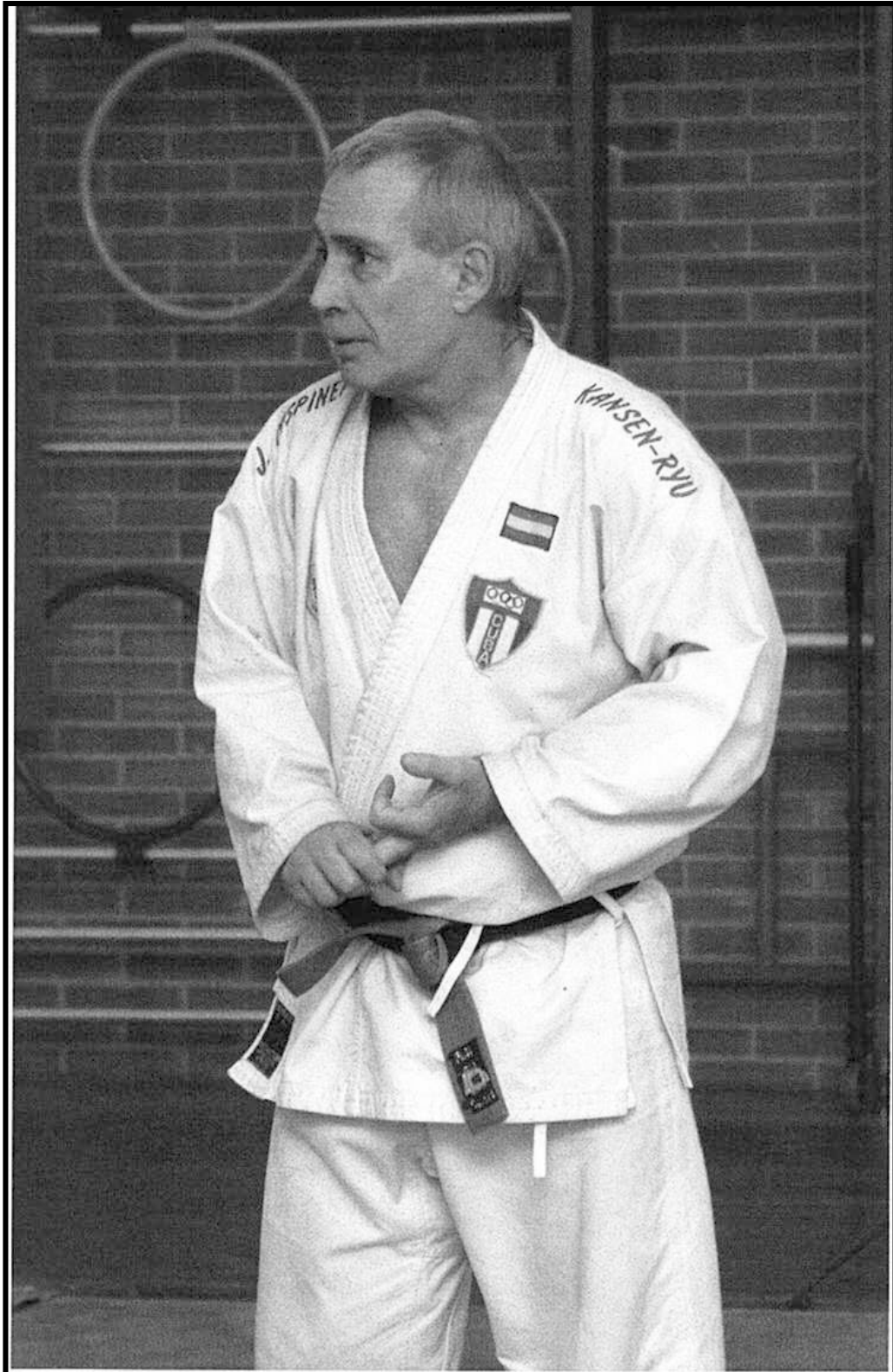
Si quiere recibir información periódica sobre las novedades de  
nuestro grupo editor envíe un correo electrónico a:  
[sac@visionnet.es](mailto:sac@visionnet.es)

**MI SINCERO  
AGRADECIMIENTO  
A LOS BUDOKAS**

***MANUEL ROJAS GARCIA***  
***C.N. 4º DAN DE JIU JITSU***  
***C.N. 4º DAN JUDO***  
***C.N. 2º DAN KANSEN RYU***

***DANIEL MARTINEZ SANCHEZ***  
***UN FORMIDABLE UKE***  
***UN GRAN AMIGO DEL KANSEN RYU***  
***C.N. 1º DAN JIU JITSU***  
***C.N. 2º DAN KANSEN RYU***

*MUCHAS DE ESTAS TECNICAS  
HAN SIDO UTILIZADAS  
POR LOS GRUPOS ESPECIALES  
DE LOS EJERCITOS  
MÁS IMPORTANTES DEL MUNDO*



**Por. José F. Cuspinera Navarro**  
**C.N. 8º Dan Jiu Jitsu**

## **JOSE F. CUSPINERA NAVARRO**

**Maestro de origen cubano**

**Representante mundial del sistema cubano de defensa personal Kanssen Ryu**

### **1º Cubano en obtener los Grados Honoríficos siguientes:**

C.N. 9º Dan Takenoushi Bunke Toshunobu Jiu Jitsu Internacional  
C.N. 9º Dan Mig Sune Do Pinoy Kendo International  
C.N. 9º Dan World Earth Life Confederation of Martial Arts and Personal Self Fedense  
C.N. 9º Dan Asociación Internacional de Jiu Jitsu SAI DO. Cuba  
C.N. 9º Dan Comité Internacional de Expertos de Artes Marciales. Univ. Cienfuegos  
C.N. 8º Dan Jiu Jitsu Asociación Internacional de Jiu Jitsu Ne Fusen Ryu  
C.N. 8º Dan Asoc. Iberoamericana de Jiu jitsu Jukai Kan Jitsu Ryu  
C.N. 8º Dan "Honorífico" World Takeda Ryu Jiu Jitsu Federation.  
C.N. 8º Dan "Honorífico" Círculo Internacional Amigo de las Artes Marciales  
C.N. 7º Dan Nipon Martial Arts  
C.N. 7º Dan European Jiu Jitsu Union  
C.N. 7º Dan International Budo Sensei  
C.N. 7º Dan Internacional Karate To De  
C.N. 7º Dan Federación Jiu Jitsu Koro Ho  
C.N. 7º Dan World Elite Black Belt Society  
C.N. 7º Dan International Tae Kwon Do Federation  
C.N. 7º Dan Asoc. Jiu Jitsu Ken Ju Jutsu Ryu.  
C.N. 6º Dan Karate Comité Sportiff Internacional  
C.N. 6º Dan Federación Portuguesa Jiu Jitsu y D.A.  
C.N. 6º Dan Karate Shotokan Karate Do Association  
C.N. 5º Dan Honorífico Chinesse Boxing Academy Sang Pu Chuan  
C.N. 4º Dan J.K.B. Professional-USA-Florida State  
C.N. 1º Dan Defensa Personal Policial. F.M.L.  
Instructor Defensa Personal acreditado Dir. Gral. Policía, nº 11154  
Instructor Defensa Personal acreditado Dir. Gral. G. Civil nº. 1506  
Profesor en Protección y Seguridad (Centros de Seguridad Privada) Acredit. 15201.  
Dirección General de la Policía  
Instructor Táctico Policial Urbano CSIT  
Instructor Sidewindter Baton Tool. Academia de Formación de Seguridad Privada  
Academia AMERISTEAD. USA. Acred. SP201110066

### **Es el primer cubano que en el exterior ha alcanzado las siguientes distinciones:**

Galardonado en España, como "Mejor Maestro" del año 2000  
Galardón con la prestigiosa distinción Intergym Oro 2000  
Seleccionado el 7º miembro de la Galería de Maestros  
Medalla de Honor de la World Yudansha Kobujitsu Karate Doh  
Miembro de Honor de la Asociación Aiki Jitsu de Méjico.  
Miembro del Hall of Fame  
Special Recognition of Judo by Fundation Judo Usa-Florida State  
Special Recognition of Personal Self Defense. Judanshakai –Florida State-  
Miembro de Honor International Tae Kwon Do Federation  
Placa de Reconocimiento Policía di Statu. Roma. Italia  
Placa de Reconocimiento Comando Generale Arma Carabinieri.Nei Secofi Fedele. Roma  
Segundo Maestro en el mundo en recibir el reconocimiento de Torite Kaizan. El primero, lo recibió el gran maestro japonés Hisakatzu en 1701.  
Doctor Honoris Causa de las Artes Marciales. Federación Asturiana Karate  
Categoría de Torite Kaizen 2011. Federación Asturiana de Karate  
Miembro de honor de la Federación Mundial de A.M.M.  
Miembro de Honor de la Federación Mundial de Jiu Jitsu Maroto Ho.  
Doctor Honoris Causa de las Artes Marciales  
Otros reconocimientos nacionales e internacionales

## Agradecimientos

- A mis compañeros de Artes Marciales, con independencia del lugar y país donde viven, de su estilo de vida, creencias y decisiones personales, a los que entrenan o están jubilados, incluyendo a los que han quedado en el camino.
- 1957- 1959** A mi hermano **Jorge Cuspinera Navarro**, fallecido, quien me inculcó la espinita del Judo en Manzanillo, provincia Granma. Cuba.
- 1963-1968** Al Profesor **Miguel Falcón** que me enseñó el dolor que generan las llaves de brazos y muñeca a partir del Tsuru Komi goshi, en Playa. Ciudad Habana.
- 1965-1968** A **Manuel Espinosa**, miembro del equipo nacional juvenil de la ESPA, que me inició en los primeros pasos del Judo táctico en el suelo y sin tatami.
- 1966-1968** A **Juan Jorge**, miembro del equipo nacional juvenil de Judo de la ESPA con su Seoi Nage; me inició la eficacia de las proyecciones de brazos en makikomi en la beca Carlos Marx y luego en la Espa Nacional.
- 1965-1968** Al Maestro **Andrés Kessel**, que desde el equipo nacional juvenil de la ESPA, me enseñó los primeros pasos de su efectivo Seoi Otoshi
- 1965-1968** A **Miguel Sendón**, un becario Santiaguero, compañero de andanzas y de visitas de tatami en tatami., en la beca Héroes de Yagüajay en Playa me enseñó proyecciones con llaves de brazos a partir del Morote Seoi Nage,
- 1968 –** A **Florido Estrada** campeón Nacional Juvenil de Judo, al que le agradezco la primera fractura de mi brazo derecho de todas las que he tenido en mi vida deportiva, por empecinarme en no tocar el tatami ante su efectivo Seoi Nage.
- 1965-1973** Al Maestro **Cristóbal Vega**, quien me hizo sufrir más de una vez en el tatami de Playa, y en otros tatamis de Marianao en Ciudad Habana. Un atleta integral.
- 1971** Al Maestro **Manuel Fu** y al **Profesor Lázaro Guillén**, quienes me introdujeron clandestinamente en el Jiu Jitsu, sobre viejas colchonetas del Instituto Pre Universitario José Martí.
- 1968-1973** Al Profesor **Pablo Escolano Vidal** (Pablito Makikomi) con su certero Uchi Mata en el I.T.M. Nunca tuve la posibilidad de neutralizar su efectivo ataque directo del Mare Uchi Mata.
- 1970-1973** A **Roberto Peñalver**, un budoka integral. Profesor de Judo y Karate del I.T.M. Un hombre integral y un gran profesional.
- 1971-1989** Mi eterno agradecimiento al Gran Maestro de Maestros **Pablo Silvente Laffita**, quien me indicó el verdadero camino a través de las artes marciales.
- 1973-1975** A los Profesores **Lázaro Sardiñas y Odalis Pedroso**, quienes me ayudaron en el perfeccionamiento de la técnica básica.
- 1973-1987** A mi amigo karateka **Julián Reina Sánchez**, eterno rival de combate y actual Presidente de la I.T.F.-Cuba.
- 1973-1987** Al Profesor **Omar Mené**, un inseparable compañero de las Artes Marciales del Fajardo.
- 1973-1987** Al Maestro **José Rodríguez, (Joseíto)**, por su innegable aporte al Karate de combate y por haberme transmitido el verdadero espíritu en el karate de guerra.
- 1974-1980** Maestro **Andrés Kolychkine** que me hizo pensar y soñar con el Judo cuando era Profesor de Judo de la Universidad de la Habana en el Abrahantes.
- 1975-1980** Al Profesor **Lázaro Villarejo**, la excelencia del Judo y del Karate y los combates en el tatami de Ayestarán y 20 de Mayo.
- 1978-1982** Al Maestro **Luis Rodríguez**, que me enseñó estrategias de lucha en Judo suelo con llaves de brazos en el Micons.

- 1978-1985** Al Maestro **José Soto Morejón**, que me extendió sus dos manos durante mi perfeccionamiento técnico en el O Soto Gari, cuando me quedé de ronín andando por toda la Habana, sin Maestro de Judo.
- 1978-1981** A mi amigo **Jorge Torroella Nodarse**, compañero de Ju Do del Micons y de la vida.
- 1975-1982** Al difunto Maestro **Agustín Rizo**, que me enseñó los secretos del Karate Operativo. Maestro sencillo y excelente persona.
- 1975-1982** Al Maestro **Miguel Angel Rodríguez**, al que nunca pude neutralizar su Koshi Guruma a pesar de haberme dado sus secretos, todo un ejemplo de voluntad, recuperado de un infarto de miocardio, se presentó como competidor independiente en el Open Nacional de Judo de Cuba y obtuvo la medalla de oro.
- 1978-1982-1992-1994** Al Maestro **Armando Palacios**, por su ayuda en mi superación técnica en Jiu Jitsu Tai Yosa Ryu.
- 1987-1994** A **Silvio García Fernández** por su oportuno Aiki Do, sin tatami, en pleno suelo. Me abrió otras puertas hacia el camino del Bu-Do.
- 1987-1992** A **Gabriel Chang Llera**, por su incondicional apoyo con el Aiki Do en el Comando Naval.
- 1987-1994** A **Leandro Montes León**, mi compañero de Jiu Jitsu de viajes, de los proyectos y de las andanzas por las artes marciales.
- 1974-1996** A **Carlos Alberto Pérez**, quien pronosticó un éxito rotundo al estilo Kansens Ryu, como asesor de artes marciales desde la azotea del Fajardo.
- 1978-1987** Al Maestro **Ronulfo Tamayo**, por su asesoría e incondicional apoyo en Judo y en Karate a través de la Mártires Internacionalistas.
- 1991-1992** A **Raul Cascaret**, campeón mundial de lucha por su apoyo y asesoría en la especialización de la Lucha con el Judo en la Academia del Mónaco.
- 1988-1992** A los Profesores **Martín Gascón Muñoz** y **Julio Mendieta Cuéllar** por haberme convencido de que la lucha y el Judo van de la mano.
- 1973 -2009** Al gran Maestro y amigo de toda una vida **José Plumas Lugo**, con quien anduve más de 30 años en el camino de las artes marciales, un paradigma de las artes marciales cubanas.
- 1988-1994** Al Profesor **Luis Chaviano Valdés** por su compañerismo en el desarrollo de las artes marciales vinculada a la defensa personal.
- 1991-1996** Al Maestro **Braulio Incencio**, experto en Ne waza. Campeón Nacional de Judo de peso completo. Un excelente compañero dentro y fuera del tatami.
- 1991-1994** Al Maestro **Gustavo Reigosa**, por su excelencia en las Katas del Judo.
- 1990-1994** Al Profesor **Alejandro Baez** y **Pablito Silvente Surí**, por su incondicional apoyo en mi iniciación a las prácticas del Tae Kwon Do
- 1987-1992** Al Profesor **Juan Saez Vera**, por sus excelentes cursos de boxeo en la tercera unidad de la PNR en el municipio Plaza.
- 1991-1994** Al Profesor **Hely Paredes** por el estímulo a las prácticas del Kick boxing
- 1989-1996** A los Profesores y cinturones negros del Mónaco especialmente a **Pedrito Kolychkine, Dexter Reyes, Santos Guilarte**, etc
- 1963-2010** - A todos los Budokas que me faltan por mencionar, pido disculpas, pues son muchos.

A todos aquellos Instructores y alumnos cubanos que semanalmente dedican decenas de horas de su descanso personal para mantener el espíritu heredado del legendario **Maestro Pablo Silvente**, las tradiciones de la **Escuela Fajardo** y del Mónaco.

## Reconocimiento

Dice un Maestro y amigo personal, **que solo los que se arriesgan y se atreven a ir demasiado lejos, comprobarán que tan lejos se podía llegar...**

Los alumnos del Fajardo, así lo han demostrado, es la escuela tradicional por excelencia, cuna de las artes marciales cubanas pura y dura, de la convivencia de diferentes artes marciales y estilos, el crisol del sacrificio, de la voluntad y el amor por las artes marciales, es la cuna del Budoka cubano del siglo XX, donde coinciden la humildad, el sacrificio, la perseverancia, el dolor, la sencillez, la paz, el respeto mutuo y sobre todo el beneficio social de un sistema genuinamente cubano.

Nunca podrán arrepentirse de lo que no han hecho, porque realmente hicieron lo correcto, ser fieles seguidores del espíritu y de las tradiciones guerreras de las artes marciales cubanas al servicio de la sociedad y de la seguridad ciudadana.

Al legendario Maestro C.N. 8º Dan de Judo, **Andrés Kolychkine**, me reveló una de sus grandes enseñanzas: **Las dificultades constituyen un gran estímulo para vivir y para ver paisajes bonitos hay que subir altas montañas** y perdón a los que no he podido mencionar.

Al samurai del siglo XX, **Gabriel Chang Llera**, un alumno, un hijo, un ejemplo, recientemente dejó la vida en el tatami, fue el único combate que no pudo ganar, la última batalla que le arrebató su joven vida. Mis respeto y admiración.

Decidí aprender de ellos, observando, preguntando, respetando y entrenando, cada uno aportó la gran riqueza que llevan dentro, no solo técnicas sino amistad, respeto admiración, cariño y humildad.

En las artes marciales, nunca llegamos al final del camino, incluso llegamos primero al final de nuestra vida antes que llegar a dominar las técnicas y sus secretos, por eso no debemos esforzarnos por ser el más grande de los grandes, porque siempre nos encontraremos otro mucho más grande y con más méritos que nos haga ser y parecer pequeños.

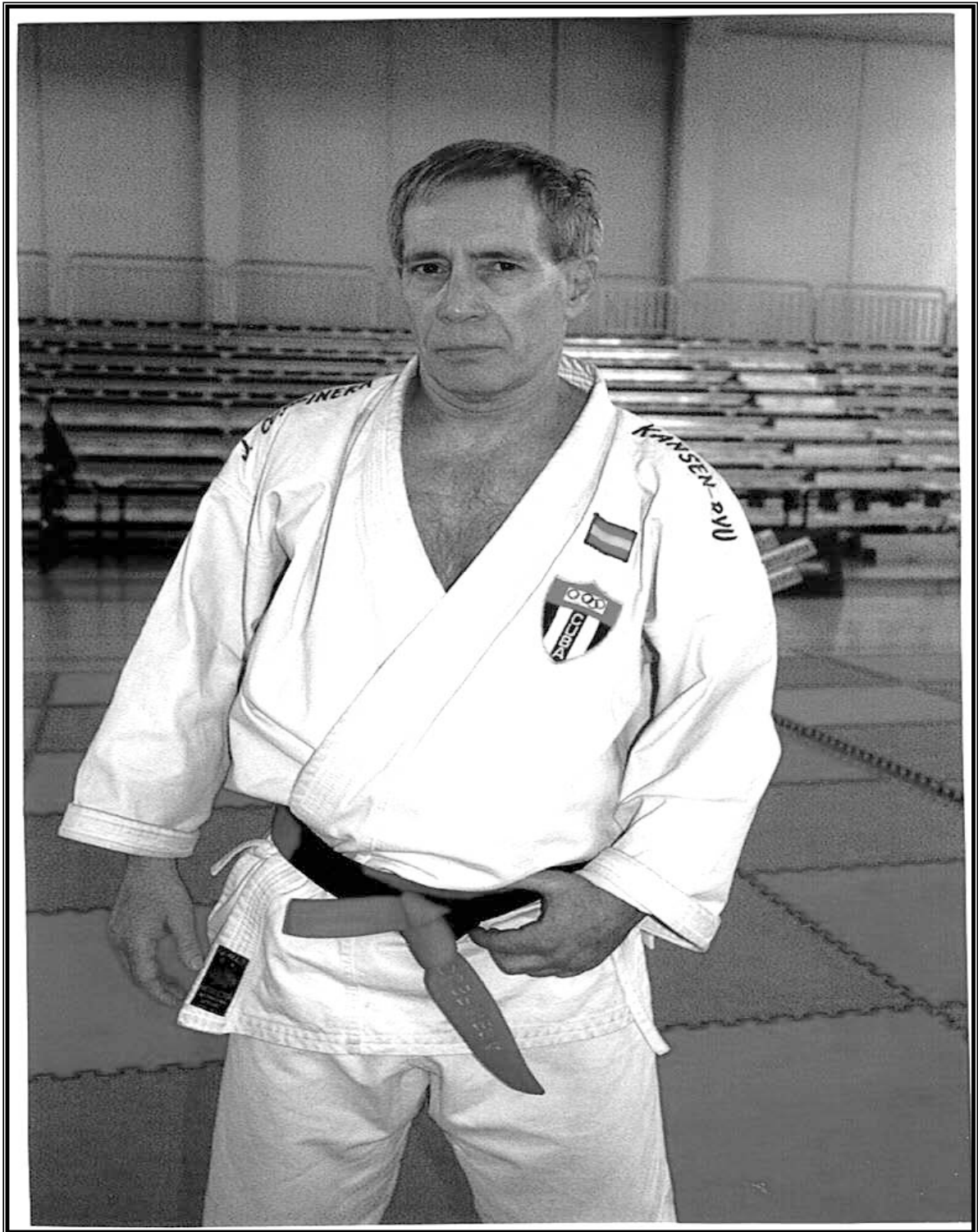
El secreto estriba en hacer una sola técnica hoy, pero hacerla bien, mañana hacer otra y hacerla bien, al cabo de un año hemos aprendido 365 cosas bien.

La filosofía del Kanshen Ryu, trata del perfeccionamiento continuo del hombre en la sociedad y de ella aprendemos a buscar las cosas positivas de las dificultades.

Nunca nos desesperamos por las dificultades de la vida, pues hasta de las nubes más negras en medio de una tarde oscura, cae agua limpia y fecunda.

El Maestro Cuspinera, Director y Fundador de dicha academia expresó:

**El problema no radica en las piedras que encontramos en el camino, sino en el provecho que de cada piedra podamos hacer para construir nuestro propio camino.**



**José F. Cuspinera Navarro**  
**Maestro C.N. 8º Dan**

## INTRODUCCIÓN

Con esta visión actualizada de la metodología de las llaves de brazos, pretendemos ampliar y reforzar el conocimiento sobre los principios y fundamentos pedagógicos así como profundizar en los aspectos técnicos que rigen el principio de las *Ude Kansetsu waza*, (Llaves de brazos), desde la óptica pedagógica y particular del sistema cubano de defensa personal *Kansen Ryu* y tomando como referencia los fundamentos científicos de la nueva didáctica del Judo del Gran Maestro 8º Dan de Judo **Andrés Kolychkin Thomson**.

En este primer tomo, se exponen las llaves de brazos combinadas con otras técnicas para lograr, control, dolor, neutralización, esguince, dislocación, luxación, estrangulación y remate, seleccionando alrededor de 250 técnicas rectoras de las 600 existentes en el programa.

### ¿Qué es la Defensa Personal?

*La Defensa Personal*, no es un arte marcial específico, tampoco es un deporte de combate; es simplemente una disciplina que expresa la "**forma**" en que cada persona se defiende ante una agresión.

Tampoco son trucos ni mañas; la defensa personal integral *Kansen Ryu*, es un sistema enriquecido por principios físicos aplicados conveniente y oportunamente a cada "**forma de agresión**" y "**tipo de agresor**" y se nutre del arsenal técnico de las artes marciales cuyos principios refuerzan su carácter sistémico.

*Su principal concepción*: establece genéricamente que a cada tipo de ataque le corresponde uno o varios tipos de respuestas de diferentes niveles de intensidad: proporcional, intensa, mesurada, racional y extrema que le otorga el carácter sistémico Y consecuente con las normativas legales vigentes.

La moderna concepción define la defensa personal integral *Kansen Ryu*, como un sistema de combate cuerpo a cuerpo, que se nutre de la selección rigurosa de técnicas de artes marciales y sistemas de combate, sin que ello implique, que necesariamente haya que dominar un arsenal de técnicas y combinaciones, ni dominar cada arte marcial por separado.

Es **integral** porque trabaja las cinco dimensiones de la defensa personal. Tampoco es la suma aritmética de las técnicas de artes marciales, aunque hereda sus principios filosóficos, éticos, psicológicos, físicos y técnicos.

El sistema de defensa personal integral *Kansen Ryu*, es un método de combate cuerpo a cuerpo, sin el uso de armas, orientado exclusivamente al desarrollo sistemático y técnico de la defensa personal, aplicando de forma

coordinada, técnicas de golpes de manos, piernas, cabeza y codos, derribos, proyecciones, llaves de control con dolor, llaves de luxaciones de brazos, de piernas y de cuello, estrangulaciones, pellizcos y en menor medida, técnicas de sacrificio, sobre las Leyes y Principios que rigen este sistema.

Desde el punto de vista sistémico y metodológico, la Defensa Personal Cubana *Kansen Ryu*, se estudia pedagógicamente en base a principios técnicos y no por programas estructurados ni por técnicas aisladas, aplicándose en cinco dimensiones:

- a) **Tachi waza:** Cuando los contendientes están de pie
- b) **Ne waza:** Cuando uno de los combatientes está en el suelo
- c) **Antachi waza:** Los combatientes están en diferentes posiciones y al menos uno de ellos está en suwari waza.
- d) **Suwari waza:** Cuando al menos uno de los combatientes está sentado
- e) **Sanku goroshi:** Cuando al menos uno de los combatientes está en el aire

### ¿Utilidad de la Defensa Personal?

No sólo sirve para defenderse de una simple agresión y neutralizar a un agresor, también contribuye al perfeccionamiento físico y mental del hombre como ser social, al desarrollo de su auto confianza, reforzar los valores esenciales y éticos de la persona con independencia del entorno social donde viva, reforzando la perseverancia, la voluntad, el espíritu de esfuerzo y sacrificio, la capacidad al dolor, etc

La defensa personal integral, es una actividad vinculada a la ley, relacionada a las normas sociales de conducta, al comportamiento del individuo, al entorno social, respondiendo a los diferentes niveles de agresión y de agresores y a las diferentes situaciones de la vida real, aplicándose en el momento y dentro del marco de la ilegitimidad del ataque; tampoco se rige por un reglamento deportivo ni persigue entre sus objetivos vencer al contrario por una medalla, porque la filosofía se basa en el beneficio mutuo.

### ¿Porqué estudiar principios y no técnicas aisladas?

La moderna pedagogía cubana sobre la defensa personal, contempla el estudio de "**Principios**" y "**Técnicas rectoras**" con el fin de crear ó fortalecer la base a partir del cual, el experto deberá crear sus propias combinaciones, técnicas afines y variantes adaptadas a su morfología, preparación física y dominio técnico, de acuerdo a la influencia del escenario, del entorno, del tipo de agresión muy diferente a las condiciones del tatami, del momento en que ocurre la agresión, de las infinitas formas en que puede darse una agresión y la probabilidad para la defensa.

La experiencia de muchos maestros, ha demostrado, que no alcanza la vida entera para dominar las miles de técnicas, combinaciones y variantes existentes en las artes marciales, sobre todo si el objetivo es que el alumno

aplique creativamente la mejor y más eficiente respuesta a un determinado ataque y evite la aplicación mecánica y dogmática de las técnicas aprendidas en el tatami de acuerdo al programa estructurado y establecido.

El método de aprendizaje, no es precisamente aplicar mecánicamente las técnicas aprendidas en el tatami a la realidad de la calle, ni adaptarlas al entorno real, sino llevar el entorno real de la calle y sus diferentes situaciones al entorno del tatami, es como acercar la academia de estudio a las reales necesidades de la vida por lo tanto el método a aplicar es diferente, es más creativo que estructurado.

Por lo que la metodología de la defensa personal integral, expresa un principio similar al ajedrez, se aprende el movimiento de las piezas, las tácticas y combinaciones fundamentales y luego los contendientes realizan durante el enfrentamiento infinitas combinaciones de técnicas y tácticas de juego de forma creativa teniendo en cuenta que las posibles combinaciones son infinitas.

Cada juego entre dos ajedrecistas, no se desarrolla de igual forma, similarmente sucede con dos contendientes en la vida real.

En este aspecto, influye mucho la iniciativa, la oportunidad, la creatividad y sobre todo el dominio de los principios técnicos en que se sustenta la defensa personal integral, el autocontrol y la forma de responder a la agresión.

Tampoco se trata de aprender determinadas técnicas para luego aplicarlas en la calle, sino aprender lo que realmente es necesario y efectivo para contrarrestar una agresión ilegítima y neutralizar al agresor con respuesta racional y proporcionada.

### **¿Cómo aprender Defensa Personal?**

La defensa personal, requiere de esfuerzo y de tiempo; el alumno solo tiene que asimilar los principios, fundamentos básicos y las técnicas rectoras de las cuales se desprenden muchas formas y variantes posibles - *kusure* - que refuerza el estudio de casos y de variantes, estimulando a que piensen en la respuesta técnico-táctica y no a la repetición mecánica y dogmática de los ejercicios, porque el objetivo es que trabajen, suden el kimono y además que piensen en diferentes alternativas de respuesta ante un mismo tipo de agresión, sobre la base de principios y técnicas rectoras.

Por eso, lo más importante es la interiorización y asimilación de los principios que rigen cada **“familia de técnicas”** en sí, para la aplicación de las mismas en los distintos escenarios de la vida real, sobre la base de la creatividad, de acuerdo a la forma del ataque y morfología del agresor, pero sobre todo, adaptando la técnica a las reales condiciones físicas del practicante y del entorno, ya que no todo el mundo goza de excepcionales condiciones físicas al nivel de un deportista de alto rendimiento, por lo que el método y la