

SHUNGEIKO 2023

5-7 MAYO 2023 - TALAVERA (ESPAÑA)

SENSEI LUIS NUNES

MORE THAN 50 YEARS OF TEACHING AND SPREADING KARATE-DO
MAS DE 50 AÑOS DE ENSENANZA Y DIVULGACIÓN DEL KARATE-DO



El entrenamiento duro construye tu cuerpo.

El esfuerzo constante desarrolla y fortalece tu mente, pero solo cuando el egoísmo se convierte en humildad o modestia y la lucha por el poder se convierte en aprecio y sinceridad, se puede comprender el arte de los Maestros y se mostrará el camino del Karate dentro de un corazón verdadero.

Al perseguir lo imposible, se puede lograr lo posible.



Las Artes Marciales se basan en: El aprendizaje de la integración del sentido del ritmo, del sentido del espacio-tiempo y, por lo tanto, del sentido, casi alquímico, de energías complejas. Cuando la respiración se convierte en aliento, cuando el movimiento es una armonía resplandeciente, cuando no somos ni rápidos ni lentos, cuando la concentración se siente como un sexto sentido, entonces se puede entender el significado de las Artes Marciales.



Hard training builds your body.

Constant effort develops and strengthens your mind, but only when selfishness becomes humbleness or modesty and striving for power turns into appreciation and sincerity, the Masters' Art can be understood and the path of Karate will be shown within a true heart



By chasing the impossible, the possible can be achieved.



*Martial Arts are based:
On the learning of the
integration of the sense of
rhythm, the sense of space-time
and, therefore, on the, almost
alchemical, sense of complex
energies.*

*When breathing becomes
breath, when movement is a
shining harmony, when we
are neither fast nor slow, when
concentration feels like a sixth
sense, then, the meaning of the
Martial Arts can be understood.*

Sensei Luis Nunes

1960 - Cómo comenzó todo....



Mi primera cartilla

Nací en Luanda, la capital de Angola, el 20 de enero de 1960. Mi entrenamiento en las artes marciales comenzó con el judo a los ocho años, el cual practiqué durante dos años.

En 1970, mi padre cambió de trabajo y fue más difícil asistir a las clases de judo. Pero al mismo tiempo, mi padre conoció a un amigo suyo que hablaba de un nuevo arte llamado karate y que, en su opinión, era mejor que el judo. Me interesé tanto en estas artes marciales que empecé a entrenar en el estilo Shotokan en la escuela. Esto fue en abril de 1970.

En 1974, hubo una terrible guerra civil debido a problemas políticos relacionados con la independencia de Angola. Como resultado, mi familia y muchas otras tuvieron

que abandonar el país y mudarse a Lisboa, Portugal. En ese momento, mi instructor Jaime Pereira fue a Japón para hacer una prueba para Shodan. Por indicación de un amigo instructor suyo, visitó el Dojo Yoyogi, donde conoció al Sensei Morio Higaonna y decidió cambiar del estilo Shotokan al estilo Goju-Ryu de Karate. Pereira regresó de Japón directamente a Portugal, primero a Lisboa pero luego a Oporto (aproximadamente a 300 km de Lisboa). Así que tenía que viajar cada fin de semana para entrenar y estudiar con Pereira en el estilo Goju-Ryu. Desde el principio, quedé muy impresionado por el estilo Goju-Ryu de karate.



En el nuevo Dojo 1973

1976 - Vivir y aprender con su Sensei japonés....

Después de un mes, decidí hablar con mis padres y, con su aprobación, fui a vivir a Oporto y viví como estudiante en el dojo. Por la mañana, iba a la escuela y por las tardes y noches, entrenaba y ayudaba en las clases en el dojo. Había casi cada mes un nuevo grupo con entre 10-15 nuevos estudiantes. Yo enseñaba a los nuevos estudiantes antes de que se integraran en el grupo de kyus. Jaime Pereira tenía el dojo de

karate más grande de Portugal y probablemente de Europa y necesitaba ayuda para continuar la enseñanza. En 1977, dimos la bienvenida al Sensei Masao Shimizu, quien fue enviado a Portugal por el Sensei Higaonna para ayudar y desarrollar el estilo Goju-Ryu de karate en ese país. Viví con él en el dojo y aprendí mucho sobre la mentalidad japonesa, la forma de vivir y respetarnos mutuamente. Limpiaaba y ayudaba en la cocina.



Sensei Onaga - Sensei Jaime Pereira - Sensei Luis Nunes 1977

Antes de que llegara el Sensei Mazao, ya había conocido y entrenado con el Sensei Hiromi Suzuki de Suecia,

Rioichi Onaga de España y más tarde también con el Sensei Bernard Cousin de Francia.

El Sensei Teruo Chinen también vino a Portugal y España varias veces para enseñar y más tarde, cuando visité Spoken, entrené y lo ayudé en diferentes actividades, exhibiciones, entrevistas, enseñanza en la universidad y entrenamiento en el departamento de policía, etc.

Entrenamiento - Escuela - Entrenamiento

A partir de ese momento, mi entrenamiento en Goju-Ryu se volvió muy intenso. Entrenaba desde las cinco de la mañana hasta las nueve. Luego iba a la escuela y entrenaba de nuevo desde las tres de la tarde hasta las diez de la noche. Seguí este sistema durante un año.

Sensei Luis Nunes



Mi primer libro de karate

political problems related to Angola's independence. As a result, my family and many others had to leave the country and move to Lisbon, Portugal. At that time, my instructor Jaime Pereira, went to Japan for grading for Shodan. By indication from a friend instructor of him, he visited Yoyogi Dojo, where he met Sensei Morio Higaonna and decided to change from the Shotokan style to the Goju-Ryu style of Karate. Pereira returned from Japan directly to Portugal, first Lisbon but later to Oporto (approximately 300 km from Lisbon). So, I had to travel each weekend to train and study with Pereira Goju-Ryu style. From the beginning, I was very impressed by the Goju-Ryu style of karate.



Sensei Hiromi Suzuki

to Portugal by Sensei Higaonna to help and develop the Goju-Ryu style of karate in that country. I lived with him together in the dojo and I learned a lot about Japanese mentality, the way of living and respect each other. I cleaned and helped cooking.

Before Sensei Mazao arrived I had met and trained already with Sensei Hiromi Suzuki from Sweden, Rioichi Onaga from Spain and later also with Sensei Bernard Cousin from France.

Teruo Chinen Sensei also came to Portugal and Spain several times to teach and later when I visited Spain I trained and helped him in different activities, exhibitions, interviews, teaching in the University and training in the Police department, etc.

1960 - How things started

I was born in Luanda, the capital of Angola, on 20 January 1960. My training in the martial arts began with judo at the age of eight and which I practiced for two years.

In 1970, my father moved his working place and it was more difficult to come at Judo class. But at same time my father meet a friend of him that talk about a new art called Karate and that it is better than Judo in his opinion. I became so interested in these martial arts that I started training in the Shotokan style at the school. This was in April 1970.

In 1974, there was a terrible civil war due to po-

1976 - Living and Learning with his Japanese Sensei....

After a month, I decided to speak with my parents and, with their approval, I went to live in Oporto and lived as a student in the dojo. In the morning, I went to school and in the afternoons and evenings, I trained and helped with the classes in the dojo. There were. Almost every month a new group with between 10 - 15 news students. I was teaching the new students before they were integrated in the kyus group. Jaime Pereira had the biggest Karate Dojo in Portugal and probably in Europa and he needed help to continue the teaching.

In 1977, we welcomed Sensei Mazao Shimizu, who was sent



Sensei Bernard Cousin

Training - School - Training

From that moment on, my training in Goju-Ryu became very intense. I trained from five o'clock in the morning until nine. Then I went to school and trained again from three in the afternoon until ten o'clock at night. He followed this system for one year.



Sensei Teruo Chinen (D)-Sensei Nunes (I)



Sensei Mazao - Sensei Pereira - Sensei Higaonna - Sensei Nunes 1977



Curso Sensei James Rousseau Lisboa 1978

Durante ese año, conocí al Sensei Morio Higaonna por primera vez. Quedé muy impresionado por su fuerza en el entrenamiento, así como por su simplicidad y modestia, que siempre formaron parte de él. A partir de entonces, siempre asistí y participé en todos los Gasshukus con la intención particular de entrenar con el Sensei Morio Higaonna.

1978 - Inicio de IOGKF y el primer dojo propio



Sensei James Rousseau - Sensei Nunes - Sensei Higaonna. 1981. Alicante

En 1978, me encontré de nuevo con el Sensei Higaonna mientras participaba en una sesión especial de entrenamiento con todos los instructores principales en Bournemouth (Inglaterra) preparando la fundación de la I.O.G.K.F. Durante ese año, dejé Oporto y regresé a Lisboa, donde establecí el primer dojo de Okinawan Goju-Ryu Karate-Do en el área metropolitana. Organicé el primer Goju-Ryu Week-End Gasshuku en el área de Lisboa con el Sensei James Rousseau.

Ya en 1979 se suponía que tenía que graduarme ya a shodan por Higaonna Sensei, pero Jaime Pereira obstaculizó mi desarrollo en Karate de

muchas maneras. Así que finalmente en 1980, en el primer Gasshuku europeo de IOGKF recibí mi Shodan del Sensei Higaonna en el Gasshuku europeo que tuvo lugar en Alicante, España.

Después de recibir mi Shodan, el Sensei Pereira comenzó a prohibirme la participación en cualquier gasshuku o entrenamiento y no me dio mi certificado de Shodan.



Final Kataz Okinawa 1981

Pero obtuve el permiso para continuar enseñando en el área de Lisboa de forma independiente de Jaime Pereira.



Perfeccionando Kárate con Sensei Onaga 1980

En 1979 se fundó la IOGKF en Pool, en esta reunión recuerdo que el Sensei Pervez Mistry fue quien escribió los reglamentos (A finales de 1980, fui por primera vez al Dojo del Sensei Onaga en Murcia (sur de España) para entrenar

y hablar sobre el problema y la actitud que el Sensei Pereira tenía contra mí. A partir de entonces, visité Murcia con regularidad para seguir su enseñanza.

En 1981 es el segundo Gasshuku internacional de IOGKF en Okinawa de nuevo no se me permitió participar por Pereira. Pero recibí una invitación directa del Sensei Higaonna para participar en el Gasshuku y el Torneo y entrenar y dormir en el dojo de Ko Uehara.

Aquí también conocí al Sensei Kokubo, que junto con Onaga me preparó para el Torneo.

Por las mañanas entrenaba con el Sensei Nakamoto Sejin, el Sensei Kina Seiko, el Sensei Aragaki o Anichi Miyagi Sensei, en la tarde Ko Uehara Sensei, Yonekazu Uehara Sensei y Kaimimura Sensei estaban enseñando. Es aquí donde recuerdo que Yonekazu Uehara y Kaimimura Senseis cuidaron de mí (foto con Uehara). 26



Sensei Yonekazu Uehara-Sensei Nunes-Sensei Kaimimura

Anichi Miyagi Sensei me llevó a visitar a algunos viejos Senseis después del entrenamiento en Ko Uehara Dojo en la mañana tardía.



Sensei Teruo Chinen - Sensei Nunes



Visita Sensei Hiagonna a Portugal 1977



Curso Sensei James Rousseau Lisboa 1978

During that year, I met Sensei Morio Higaonna for the first time. I was very impressed by his power in training, as well as by his simplicity and modesty, which were always a part of him. From then on, I always attended and took part in all the Gasshukus with the particular intention of training with Sensei Morio Higaonna.

1978 - Start of IOGKF and the first own dojo



Examen Shadom. 1980. Alicante

In 1978, I met up with Sensei Higaonna again while taking part in a special training session with all the Chief instructors in Bournemouth (England) preparing the founding of the I.O.G.K.F. During that year, I left Oporto and returned to Lisbon, where I set up the first dojo of Okinawan Goju-Ryu Karate-Do in the metropolitan area. I organised the first Goju-Ryu Week-End Gasshuku in the Lisbon Area with Sensei James Rousseau.

Already in 1979 I was suppo-

sed t grade already to shodan by Higaonna Sensei, but Jaime Pereira hindered my Karate development in many ways. So finally in 1980, in the first European Gasshuku from IOGKF I received my Shodan from Sensei Higaonna at the European Gasshuku that took place in Alicante, Spain.

After receiving my Shodan, Sensei Pereira started to prohibit me the participation at any gasshuku or training and didn't give me my certificate of Shodan.

But I got the permission to continue to teach in Lisbon Area independent from Jaime Pereira.



Perfeccionando Kárate con Sensei Onaga 1980



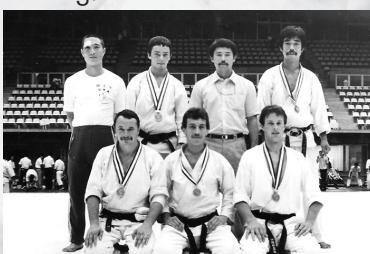
Perfeccionando Kárate con Sensei Onaga 1980

1979 was the founding of IOGKF

in Pool, in this meeting I remember Sensei Pervez Mistry was the one writing the regulations (Foto , Luis y Mistry training (in front <Henrik Larssen and Monteiro in the back!!

At the end of 1980, I went the first time to Sensei Onaga Dojo in Murcia (Southern Spain) to train and talking about the problem and attitude that Sensei Pereira had against me. From then on, I visited Murcia on a regular basis to follow his teaching.

In 1981 is the second international, Gasshuku of IOGKF in Okinawa again I was not allowed by Pereira to participate. But I got a direct invitation from Higaonna Sensei to participate at the Gasshuku and Tournament and to trained and sleep in the Ko Uehara dojo.



Equipo de España en Okinawa 1981



Final Kumite Okinawa 1981

Here I met also Sensei Kokubo, who together with Onaga prepared me for the Tournament. In the mornings I trained with Nakamoto Sejin Sensei, Kina Seiko Sensei, Aragaki Sensei or Anichi Miyagi Sensei, in the afternoon Ko Uehara Sensei, Yonekazu Uehara Sensei and Kamimura Sensei were teaching. This is where I remember Yonekazo Uehara and Kamimura Senseis took care of me (foto with Uehara). 26

Anichi Miyagi Sensei took me in the late morning after training in Ko Uehara Dojo to visit some old Senseis.

After the travel Okinawa 81 Higaonna Sensei gave me the permission to continue to teach in Lisbon Area independent from Jaime Pereira.



Sensei Luis Nunes en Ko Uehara Dojo



Sensei Seisuka Nakamoto 1981 Sensei Ko Uehara 1981



Después del viaje a Okinawa en 1981, Higaonna Sensei me dio permiso para continuar enseñando en el área de Lisboa de manera independiente de Jaime Pereira.

Durante el tiempo de 1981 a 1982, fui al ejército durante la semana y enseñé los fines de semana, pero también enseñé paralelamente. En ese tiempo, los estudiantes eran Emidio Isaias (que ya estaba entrenando en Angola) y Alvaro da Silva me apoyó en el dojo en Lisboa.

En 1982, después del segundo Gasshuku Europeo en Bélgica, volví a encontrarme con Sensei Kokubo y él me llevó como su asistente para enseñar en diferentes dojos en Europa (Suecia, Inglaterra, Liverpool, Francia, Bélgica). Obtuve mucho apoyo de Sensei Kokubo durante este viaje.



Sensei Masuyama

Conocí a Masuyama Sensei en 1978 en uno de mis viajes a Inglaterra antes de la fundación de la IOGKF, vino junto con Hiromi Suzuki Sensei que era instructor para Suecia en ese momento. Pero también Masuyama Sensei era un buen amigo de Onaga Sensei.

Convirtiéndose en Instructor para Portugal

Durante ese tiempo, el Karate en Portugal era un Arte Marcial bajo el Ministerio de Defensa. Pero al convertirse en un deporte popular, fue promovido y se trasladó al Ministerio de Educación para considerarlo un deporte, y se inauguró la Federación Portuguesa de Karate. Fundamos la Asociación APOGK en 82 y el padre de Jorge Monteiro apoyó económicamente el desarrollo de la asociación y su posicionamiento dentro de la federación.

Finalmente, durante el Gasshuku en 1983 en Spoken, Sensei George Andrews presenció a Jaime Pereira atacándome físicamente y me ayudó. Esto fue seguido por la decisión de sacar a Jaime Pereira de la IOGKF y Higaonna Sensei me nombró como el Instructor responsable para Portugal.

En Spoken 83 estaba entrenando Kumite con Sensei Bakies, me llamó (Speedy González) y me envió esta foto después como saludo.

Durante este tiempo, participé en varios torneos nacionales y en el equipo portugués en el torneo europeo de la federación de Karate.



Sensei Bakkies Laubscher - Sensei Luis 1983

1984 - El traslado a España...

En 1984, dejé Portugal para vivir en España y aprender más de Onaga Sensei, que es un gran maestro. Empecé a trabajar como Instructor Asistente en su Dojo en Murcia.

Cuando decidí irme a España, había tres posibles instructores para asumir esta responsabilidad, recomendé a Jorge Monteiro a Alanna y Higaonna Sensei para que liderara IOGKF en Portugal debido a las circunstancias y requisitos de ese momento, ya que José Wilson y Emidio Isaias ya estaban entrenando en Angola y el joven Jorge Monteiro también estaba entrenando.

En octubre de 1989, participé en el Festival de Artes Marciales Miyagi Chojun Memorial celebrado en San Diego, California, donde obtuve el primer lugar en el torneo de Kata Goju-Ryu para cinturón negro masculino. Recuerdo que fue entonces cuando empecé a entrenar más intensamente con Yamashiro Sensei, los entrenamientos eran duros e intensos, pero muy respetuosos, me gustaba mucho entrenar con él.



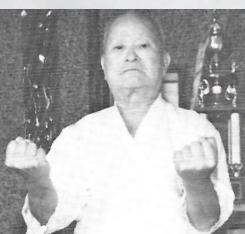
Visita a Murcia con Sensei Onaga.



Sensei Anichi Miyagi-Sensei Nunes



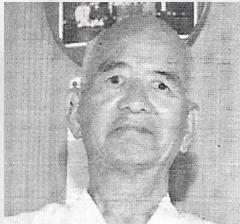
Sensei Seiko Kina 1981



Sensei Seibun Nakamoto 1981

During the time of 1981 to 82 I went to the army during the week and teached at the weekend but teach parallel, in that time the students were Emidio Isaias (already training in Angola) and Alvaro da Silva supported me in the dojo in Lisbon.

In 82 after the second European Gasshuku in Belgium I met Sensei Kokubo again and he took me as his assistant for a round trip teaching in different dojos in Europe (Sweden, England, Liverpool, France, Belgium) I got a lot of support from Sensei Kokubo during this travel.



Sensei Soki Ura 1981

I met Masuyama Sensei in 1978 in one of my travels to England before founding of the IOGKF, he came together with Hiromi Suzuki Sensei that is a instructor for Sweden in that time. But also Masuyama Sensei was a good friend of Onaga Sensei

Becoming Instructor for Portugal

During that time the Karate in Portugal was a Martial Art under the Defense Ministry. But getting a popular Sport it was promoted and was moved to ministry of education to consider a sport. and the Portuguese Karate Federation was inaugurated. We founded the Association APOGK in 82 and the father of Jorge Monteiro supported economically the development of the association and its positioning within the federation

Finally, during the Gasshuku in 1983 in Spoken Sensei George Andrews witnessed Jaime Pereira attacking me physically and helped me. This was followed by the decision to take Jaime Pereira out of IOGKF and Higaonna Sensei named me as the responsible Instructor for Portugal.

In Spoken 83 I was training Kumite with Sensei Bakkies, He called me (Speedy Gonzalez) and he sent me this foto afterwards as a greeting.

During this time, I participated in several national tournaments and in the Portuguese team in the European tournament of the Karate federation.



Sensei Teruo Chinen - Sensei Luis 1983

1984 - The Move to Spain...

In 1984, I left Portugal to live in Spain and to learn more from Onaga Sensei who is a very great master. I started to work as an Assistant Instructor his Dojo in Murcia.



Sensei Luis - Sensei Bakkies

When I decided to leave for Spain there were three possible instructors to take over this responsibility; Jose Wilson and Emidio Isaias who were also already training in Angola and the younger Jorge Monteiro.

By the circumstances and requirements in that time I recommended Jorge Monteiro to Alanna and Higaonna Sensei to take over the lead for IOGKF in Portugal.

In October 1989 I participated in the Miyagi Chojun Memorial Martial Arts Festival Held in San Diego – California where I awarded first position in the Tournament Men's Black Belt Goju-Ryu Kata. As I remember this was when I started to train more intensively with Yamashiro Sensei, train with him was hard and intensive but respectful. I like quite train with Yamashiro Sensei.

1992 - Un nuevo comienzo

Cuando Onaga Sensei abandonó IOGKF en 1992 por razones personales, me encontré en una situación difícil, pero decidí continuar con Higaonna Sensei.

Tenía en mente el conocimiento y la experiencia que Higaonna Sensei me había transmitido, su poder, modestia y honestidad. Todas estas cualidades son las que trato de transmitir a mis estudiantes de la misma manera que se me enseñaron a mí.

A partir de entonces, me convertí en el Instructor Jefe de España para IOGKF, pero después de la separación de Onaga Sensei, comencé con alrededor de 20 estudiantes y tuve que luchar



Sensei Luis Nunes

para desarrollar IOGKF frente a la federación con su política difícil y de ignorancia, por un lado, y la fuerte organización de Goju Ryu por parte de Onaga Sensei, por otro lado. Pero logré desarrollar una red creciente de más de 15 dojos en España y cada vez se unen más estudiantes. La mayoría de los primeros estudiantes todavía entran conmigo. Siempre he tratado de construir una gran familia, en el respeto mutuo, que integre a todos incluso en actividades fuera del dojo en una convicción conjunta.

Fue un desafío viajar a Gasshukus o entrenar durante más tiempo, ya que siempre tuve dos o más trabajos, enseñando, cuidando de los dos hijos (Alberto nacido en 89, Sonia nacida en 92).

Como muestra de respeto hacia mi Sensei, siempre esperé a que Higaonna Sensei me invitara a presentarme para la graduación. Por lo tanto, estoy muy agradecido de haber recibido el 8º Dan en 2015.



Sensei Tetsuji Nakamura - Sensei Luis Nunes
2006



Dojo Sensei Nakamura 2006

El primer Gasshuku europeo en España fue en 1980, seguido por 1987, 1995, 2005, 2015.

Siempre disfruté entrenando duro y de forma seria, pero para mí fue muy importante comprender y analizar qué y por qué estaba haciendo lo que hacía. Estoy contento de haber tenido instructores que pudieron enseñarme los detalles técnicos y el respeto humano.

Siempre aprecio a los instructores

y compañeros de entrenamiento que han comprendido e implementado lo que Higaonna Sensei nos da en el camino: Nosotros, como miembros de IOGKF, seremos defensores de la paz y la armonía en nuestras relaciones con los demás.



1992 - A new start



Sensei Luis Nunes

When Onaga Sensei left the IOGKF in 1992 by personal reasons I was in a difficult situation but decided to continue with Higaonna Sensei. I bore in mind the knowledge and experience which was given by Higaonna Sensei, his power, modesty and honesty. All these qualities which I try to transmit to my students in the same way that it was given to me. From then I became Chief Instructor of Spain for IOGKF, but starting with around 20 students after the separation from Onaga Sensei I was fighting for

the development of IOGKF against the federation with its difficult and ignoring policy on one hand and the strong organization of Goju Ryu by Onaga Sensei. But I managed to develop an increasing net of more than 15 dojos in Spain and more and more students are joining. Most of the first students still (or again) train with me. I always tried to build up a family and to integrate families or stay in the Karate family even for other activities where we join together.

It was a challenge to travel to Gasshukus or training for longer time as I had always two or more jobs, teaching, taking care of the two children (Alberto born in 89, Sonia born in 92).

As my understanding of respect towards my Sensei I always waited until Higaonna Sensei invited me to present for grading. Whereas I am very thankful to receive the 8 Dan in 2015.

In 1980 was the first European Gasshuku in Spain followed by 1987, 1995, 2005, 2015.

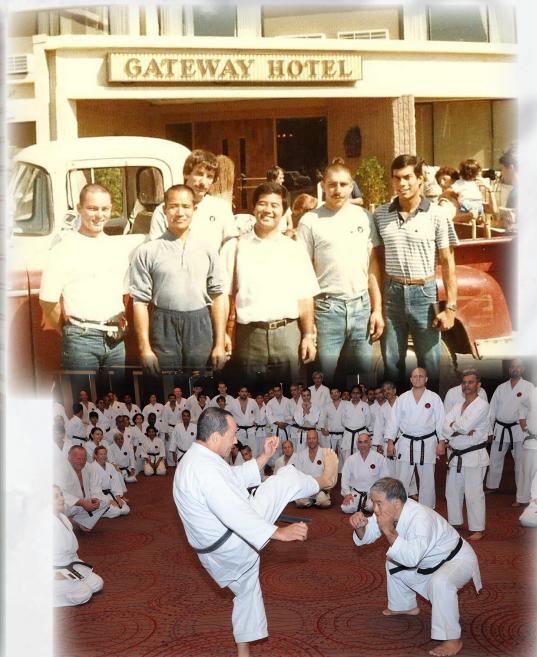


Sensei Yamashiro - Sensei Luis



Sensei Tetsuji Nakamura - Sensei Luis Nunes
2006

I always enjoined to train hard and serious, but very important for me was to understand and analyze what and why am I doing. I am happy for having instructors who could teach you the technical details and the human respect. I always appreciate the Instructors and training partners who have understood and implemented what Higaonna Sensei is giving us on the way: "We as IOGKF members will be advocates of peace and harmony in our dealings with others".



PEPE PÉREZ GARCÍA



¿Cuándo conociste a sensei Luis Nunes?

Cuando tenía yo unos veinte años, después de practicar muchos deportes diferentes empecé a entrenar karate con sensei Onaga. Fue entonces cuando Luís llegó a España y le conocí.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Cuando Luís llegó a España era un chaval. Recuerdo, con lo joven que era, las formas que tenía, su carácter y ese corazón. Me gustó mucho su manera de hacer y entender el karate. Desde entonces entrené con él y nos hicimos amigos. Recuerdo el primer gimnasio suyo que tuvo, en Vistalegre. El primer local de Ichiban Dōjō.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Hace más de 10 años sufrí un ictus y después de recuperarme, aunque iba a trabajar y hacía vida normal, me hice más sedentario, ya no volví a hacer deporte. En esa época, físicamente estaba hundido. Luís me llamaba de vez en cuando, estaba pendiente de mí, pero me daba miedo volver a hacer ejercicio intenso. Mi retorno a los entrenamientos fue de la siguiente manera: Luís me engañó. Hace unos años, me dijo que necesitaba hablar conmigo y quedamos un sábado en el Dōjō. En realidad era un entrenamiento de cintos negros y me reencontré con mis amigos, Luís me dedicó también unas palabras tras la sesión y fue muy bonito y emotivo. Desde entonces volvía a entrenar y mi vida ha cambiado completamente. He recuperado la salud.

¿Qué has aprendido de sensei Luís?

En cuanto al karate, todo. En él vi lo que es ser una persona honesta, humilde y eso es muy difícil, por eso lo respeto y lo quiero.

¿Quéquieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

Yo no he practicado otro estilo que no sea Goju Ryu, pero he visto cómo ha ido cambiando con los años. Hace tiempo, cuando yo empecé era un estilo mucho más duro. Recuerdo asistir a unos exámenes de Dan en un cursillo en Valencia o Alicante, con sensei Higaonna. Yo por entonces sería un cinturón verde. Aquello sí que era de una exigencia y una dureza impresionante.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

No he podido ir por circunstancias de la vida y del trabajo, y ahora ya me veo mayor para un viaje tan largo.

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

Sobre todo tengo muchos recuerdos con sensei Higaonna. También tengo muchas fotos, pero hace tantos años y mudanzas que no sé donde estarán.

PACO BELMONTE

¿Cuándo conociste a Sensei Luis Nunes?

En el año 1985. Él daba clases en el gimnasio Age-arashi, detrás del Hotel Siete Coronas.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Los entrenamientos en aquella época eran muy duros e intensos. Todo eran técnicas base hasta acabar exhaustos.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Ahora no estoy entrenando por motivos de trabajo, pero volveré cuando pueda.

¿Qué has aprendido de Sensei Luís?

De Luís he aprendido el significado de trabajo, esfuerzo, lealtad, constancia, compromiso, amistad, compañerismo...

PEPE PÉREZ GARCÍA

When did you meet Sensei Luis Nunes?

"When I was around twenty years old, after practicing many different sports, I started training karate with Sensei Onaga. It was then that Luis came to Spain and I met him.

What are your crucial memories?

When Luis arrived in Spain, he was a young guy. I remember, despite his youth, his manners, his character, and that heart. I really liked his way of doing and understanding karate. Since then, I trained with him and we became friends. I remember the first gym he had, in Vistalegre. The first Ichiban Dōjō location.

What are the factors that keep you training?

More than ten years ago, I suffered a stroke, and after recovering, although I went to work and had a normal life, I became more sedentary and stopped doing sports. At that time, physically, I was sunk. Luis called me from time to time, he was concerned about me, but I was afraid to return to intense exercise. My return to training was as follows: Luis tricked me. A few years ago, he said he needed to talk to me and we arranged to meet on a Saturday at the Dōjō. It turned out to be a black belt training session, and I was reunited with my friends. Luis also dedicated some words to me after the session, and it was very beautiful and emotional. Since then, I have been training again, and my life has completely changed. I have regained my health.

What have you learned from Sensei Luis?

Regarding karate, everything. In him, I saw what it means to be an honest, humble person, and that is very difficult, which is why I respect and love him.

What do you want to contribute or say about Goju Ryu?

I have not practiced any other style other than Goju Ryu, but I have seen how it has changed over the years. Long ago, when I started, it was a much tougher style. I remember attending Dan exams at a course in Valencia or Alicante with Sensei Higaonna. At that time, I was probably a green belt. That was truly impressive in terms of demands and toughness.

Have you been to Okinawa? Why?

I have not been able to go due to life and work circumstances, and now I feel too old for such a long trip.

Do you have any memories or experiences with the upcoming instructors?

Above all, I have many memories with Sensei Higaonna. I also have many photos, but so many years and moves have passed that I don't know where they are."



PACO BELMONTE

When did you meet Sensei Luis Nunes?

In 1985. He was teaching classes at the Age-arashi gym, behind the Siete Coronas Hotel.

What are your crucial memories?

The training back then was very tough and intense. It was all basic techniques until we were completely exhausted.

What factors keep you training?

I'm not currently training due to work reasons, but I will return when I can.

What have you learned from Sensei Luis?

From Luis, I have learned the meaning of work, effort, loyalty, perseverance, commitment, friendship, camaraderie...

¿Qué quieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

El Goju Ryu y otros estilos de karate tienen muchas similitudes. Todas las escuelas portan la esencia de este arte marcial maravilloso.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Sí, a Okinawa he ido dos veces. Una en 1998 y otra en el año 2004, y volveré.

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

He entrenado con todos, pero en especial con el Sensei Kokubo, gran persona y maestro.

JUAN JOSÉ MORA SÁNCHEZ



¿Cuándo conociste a Sensei Luis Nunes?

Fue en Marzo de 1985. Por entonces yo jugaba al fútbol pero por mi trabajo no podía compatibilizar los horarios de ambas cosas, así que fui al gimnasio Age-arashi buscando alguna actividad que practicar para estar en forma. Me enseñaron las diferentes salas y actividades y en ese momento en el tatami de

Judo Luís estaba dando una clase. En ese momento no sentía ninguna predilección especial por el karate, sólo quería hacer un poco de deporte, así que en ese mismo momento me apunté, me compré el karategi y me uní a la sesión. Recuerdo perfectamente ese día como si fuera ayer. Era viernes, y el entrenamiento fue durísimo, todo el rato trabajando base: Mae geri, Jodan tsuki y sentadillas en la pared. Durante ese fin de semana tuve unas agujetas terribles y pensé en no volver. Tenía que trabajar y me dolía todo el cuerpo! Pero las agujetas pasaron, llegó el lunes y volví a repetir. Entonces las clases duraban dos horas y media y eran muy exigentes.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

El acento tan exótico de Luís hacía que de vez en cuando bromeáramos. Cuando decía de hacer flexiones, pronunciaba "vinte" en vez de veinte (por su mezcla entre el portugués y el español) y él entonces, con una sonrisa de pillo, decía: pues si preferís, mejor hacemos treinta! Le encanta gastar bromas y siempre ha tenido un gran sentido del humor.

Recuerdo también cómo nos enseñó a hacer flexiones con dos nudillos. Como el tatami del Age-arashi era de Judo y por lo tanto blando, a varios de la clase nos sacó un día a hacer las flexiones en el pasillo, que tenía el suelo de terrazo. Después de hacer unas cuantas flexiones allí, nos pidió que le mostrásemos los nudillos, que se habían quedado enrojecidos del contacto con la superficie dura y rugosa. Ahí se veía perfectamente que teníamos los cuatro nudillos rojos, y no solo dos, lo que demostraba que lo estábamos haciendo mal.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

La vitalidad que consigo con el entrenamiento, las amistades que haces en el Dôjô. Luís es la máquina del tren. Ha creado un grupo que es como una familia, y él es la llama que lo mantiene vivo y en movimiento.

¿Qué has aprendido de Sensei Luis?

El respeto. Le admiro por su humildad, su gran valía humana. Es una persona muy inteligente, que piensa con el corazón y nunca quiere hacer daño. Antepone el bienestar de las personas a todo lo demás. Es una persona íntegra y completa.

También el sentido y el valor de la amistad. Luís ha tenido conmigo detalles que son dignos de un hermano. Juntos hemos vivido cosas muy bonitas y especiales.

¿Qué quieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

Goju Ryu es el estilo que siempre he entrenado. Por mi vivencia, lo encuentro muy interesante y completo tanto por su disciplina como también por la filosofía que desprende. Es un estilo duro, exigente, fuerte, de técnicas contundentes y eficaces pero que por el contrario no fomenta la agresividad y en donde se piensa mucho en la persona y en la salud de uno mismo y en la de los compañeros de entrenamiento. No se enfoca todo en la pelea, es algo que tiene estilo. Ver trabajar a Luís es elegancia, armonía y a la vez es efectivo! Otros estilos son para mí menos realistas, más flojos y en el otro lado de la balanza encuentro ciertos estilos demasiado agresivos y lesivos,

What do you want to contribute or say about Goju Ryu?

Goju Ryu and other karate styles have many similarities. All schools carry the essence of this wonderful martial art.

Have you been to Okinawa? Why?

Yes, I have been to Okinawa twice. Once in 1998 and again in 2004, and I will return.

Do you have any memories or experiences with the instructors who will come?

I have trained with all of them, but especially with Sensei Kokubo, a great person and master.

JUAN JOSÉ MORA SÁNCHEZ

When did you meet Sensei Luis Nunes?

It was in March, 1985. At that time, I used to play football, but because of my work I could not coordinate the schedules of both things, so I went to the Age-arashi gym looking for some activity to practice to keep fit. They showed me around the different rooms and events, and at that moment on the Judo tatami Luís was teaching a lesson. At that time, I didn't feel any particular preference for karate, I just wanted to do some sport, so at that moment, I signed up, bought a karategi and joined the session. I remember that day so vividly as if it were yesterday. It was Friday, and the training was very hard, all the time we were doing base work: Mae geri, Jodan tsuki and squats against the wall. That weekend all my body was very sore and I considered the idea of not going back. I had to work, and my whole body ached! But the soreness passed, then Monday arrived, and I went back again. Back then, the lessons lasted two and a half hours and were very demanding.

What are your most significant or special memories?

Luís's exotic accent made us laugh from time to time. When he asked us to do push-ups, he pronounced "vinte" instead of 'veinte' (twenty) (because of his mixture between Portuguese and Spanish) and he then, with a grin, said: well, if you prefer, we'll do thirty instead! He loves playing around and making jokes; he's always had a great sense of humour. I also remember how he taught us how to do push-ups with two knuckles. The tatami of Age-arashi was for Judo and therefore softly padded, so one day he took some of us to do the push-ups in the aisle, which had a terrazzo floor. After doing a few push-ups there, he asked us to show him our knuckles, which had become red from contact with the hard and rough surface. Having done them on the hard surface, we could see that we had four red knuckles, and not just two, which meant that we were doing it in the wrong way.

What are the factors that keep you training?

The vitality that I get when training and the friends you make in the Dōjō. Luis is the driving force. He has created a group that is like a family, and he is the flame that keeps that keeps it alive and flowing.

What have you learnt from Sensei Luis?

Respect. I admire him for his humbleness, his excellent humanity. He is a wise person who thinks with his heart and never wants to hurt others. He puts people's wellbeing before everything else. He is an upright and complete person. I've also learnt the meaning and value of friendship. Luis has been as close as a brother to me at times. We've been able to share some exceptional and unique experiences.

Would you like to say something about Goju Ryu?

I have always trained Goju Ryu style. From my experience, I find it very interesting and fulfilling both for its discipline and also for the philosophy it provides. It is a hard, demanding, strong style of powerful and effective techniques, but, on the other hand, it does not encourage aggressiveness, and it makes you think a lot about the self, your own health and that of the training partners. It's not all about the combat, it's something with style. Seeing Luis at work is like seeing a combination of elegance, harmony and at the same time effectiveness! For me, other styles are less realistic, weaker and on the other side ... I believe that certain styles are too much aggressive and harmful, which are not suitable for children, as they encourage impulsivity. However, Okinawan Goju Ryu style has the right balance between these two opposite poles.

que fomentan la impulsividad y que no veo apropiados para edades infantiles. El estilo Goju Ryu de Okinawa, en cambio, creo que es el equilibrio justo entre estos dos polos opuestos.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

No he podido viajar aún a Okinawa ya que las circunstancias no me lo han permitido. Es mi ilusión ir algún día con Luís al gimnasio de Sensei Higaonna, estar allí.

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

Sí. En el gasshuku de San Javier, en 1995, nos encargábamos de recoger a los cursillistas en autobuses hasta el polideportivo, también a los Senseis del curso. Me acuerdo de los entrenamientos con ellos, y recuerdo especialmente a Sensei Bakkies y a Sensei Kokubo, que era un atleta total.

MARÍA DEL CARMEN NAVARRO MADRID

¿Cuándo conociste a sensei Luis Nunes?

Lo conocí entrenando en el gimnasio de sensei Onaga, y Luís daba clase en el Agarashi.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Cuando fue papá, tanto de Sonia, de la que soy madrina, como de Alberto. Esos recuerdos en familia son los más bonitos que tengo de él.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Cuando era joven entrenaba para ser la mejor. Trabajaba duro para tener la mejor técnica y era muy competitiva. Con los años, mi motivación ha cambiado y ahora mi ilusión es el ambiente que hay en el Dōjō, estar con mis compañeros y con Luís.

¿Qué has aprendido de sensei Luís?

Muchas cosas. Dentro del deporte y del karate, no hay otro maestro para mí, el me ha enseñado todo el karate que sé. Como persona y dentro del Dōjō, cortesía, cariño, amabilidad y respeto.

¿Quéquieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

El Goju Ryu es una de los mejores estilos que existen. En mi opinión, tiene las mejores técnicas, aunque sean muy duras. Es un estilo fuerte, exigente, que te hace una persona completa como karateka.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Sí, fui a Okinawa para conocer la cuna del karate. Si se puede, como karateka hay que ir aunque sea una vez en la vida.

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

Tengo un recuerdo muy bonito de sensei Nakamura, cuando nos recibió en su casa en Canadá con sus hijas y su mujer. Estuvimos cenando y fue muy atento y cariñoso con nosotros.



ARANTXA FERRE LEZA

¿Cuándo conociste a Sensei Luis Nunes?

Cuando tenía alrededor de 15 años quise retomar las clases de karate, ya que había practicado durante mi infancia en Madrid, y me propuse buscar una escuela de este arte marcial en Murcia. Empecé visitando el Dōjō de Luís por casualidad, ya que estaba cerca de casa, y cuando ví un entrenamiento quedé impresionada, pues era algo totalmente diferente de lo que había practicado y supe al instante que era el maestro que me encantaría tener y el estilo de karate que quería aprender. Sería el año 1993, y por aquel entonces Luís tenía su Dōjō en el Judo Club Murcia, en la calle Cartagena. También daba clase en otro gimnasio, el Age-arashi, cerca del Palacio de Justicia, en el que entrenábamos también de vez en cuando.

Have you ever been to Okinawa? Why?

I have not been able to travel to Okinawa as the circumstances have not allowed me to. It is my dream to go with Luis to Sensei Higaonna's gym, to be there one day.

Do you have any memories or experiences with the instructors that are going to attend the course?

Yes, I do. In the Gasshuku of San Javier, in 1995, we were in charge of picking up the trainees and the Senseis in buses to take them to the sports centre. I remember training with them, and I especially remember Sensei Bakkies and Sensei Kokubo, who was a genuine athlete.



MARÍA DEL CARMEN NAVARRO MADRID

When did you meet Sensei Luis Nunes?

I met him while training at Sensei Onaga's gym, and Luis was teaching at Agarashi.

What are your crucial memories?

When he became a father, both of Sonia, of whom I am the godmother, and of Alberto. Those family memories are the most beautiful ones I have of him.

What are the factors that keep you training?

When I was young, I trained to be the best. I worked hard to have the best technique and was very competitive. Over the years, my motivation has changed and now my enthusiasm is for the atmosphere in the Dōjō, being with my classmates and with Luis.

What have you learned from Sensei Luis?

Many things. Within sports and karate, there is no other master for me. He has taught me all the karate I know. As a person and within the Dōjō, courtesy, affection, kindness and respect.

What do you want to contribute or say about Goju Ryu?

Goju Ryu is one of the best styles that exists. In my opinion, it has the best techniques, even if they are very tough. It is a strong, demanding style that makes you a complete person as a karateka.

Have you been to Okinawa? Why?

Yes, I went to Okinawa to see the birthplace of karate. If possible, as a karateka, you should go at least once in your life.

Do you have any memories or experiences with the instructors who will come?

I have a very nice memory of Sensei Nakamura, when he welcomed us to his home in Canada with his daughters and his wife. We had dinner and he was very attentive and affectionate with us.

ARANTXA FERRE LEZA

When did you meet Sensei Luis Nunes?

When I was about 15 years old, I wanted to resume karate lessons which I had practised during my childhood in Madrid, and I set out to look for a school of this kind of martial art in Murcia. So I started visiting Luis's Dōjō by chance since it was close to my home, and when I saw a training session, I was impressed as it was something totally different from what I had practised before, at that very moment I knew that he was the master that I would love to have to teach me and the style of Karate I wanted to learn. It would be the year 1993, and at that time Luis had his Dōjō at The Judo Club Murcia, in Cartagena Street. He also taught at another gym, the Age-arashi, near the Courthouse, where we would also train from time to time.

What are your most significant or special memories?

From that time, I remember that we trained at any time and every day we could, in our Dōjō as well as in Age-arashi. There was always a sempai willing to correct you and stay

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

De aquella época recuerdo que entrenábamos a todas horas y todos los días que podíamos, tanto en nuestro Dōjō como en el Age-arashi. Siempre había un sempai dispuesto a corregirte y a quedarse después de clase para seguir practicando. Notabas en el ambiente de aquel lugar que el karate era mucho más que un deporte, era una forma de vida que te iba atrapando, moldeándote no sólo como karateka, sino también como persona. Recuerdo con especial cariño las veces que Sensei, durante el calentamiento, mientras corríamos en fila detrás de él, salía por la puerta del Dōjō sin previo aviso y acabábamos todos corriendo por la ciudad descalzos. Era una sensación de libertad maravillosa. Cuando el entrenamiento era por la mañana, nos amanecía así y era precioso. Luís tenía una dedicación física y mental hacia el karate completa, que nos transmitía a l@s demás.

Otro de los momentos más importantes para mí fueron los primeros cursos con Sensei Higaonna a los que asistí en Portugal a finales de los años noventa. Para mí fue muy especial vivir esos entrenamientos, acompañar a Luís a visitar a sus padres, ir a recoger con él a Sensei Higaonna al aeropuerto, dormir en el Dōjō de Amadora...

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Afortunadamente el camino del Goju Ryu no se acaba nunca, me queda tanto por aprender... y cada vez descubro más detalles que mejorar y en los que profundizar en todos sus aspectos: kata, kihon, bunkai, kakie, kumite, hojo undo, Dōjō Kun, filosofía, historia... que además son muchos, puesto que nuestro estilo es muy rico y completo. Con el tiempo además vas descubriendo el karate desde otras perspectivas y se convierte en algo más profundo.

Sigo entrenando porque es un camino que me apasiona recorrer, al igual que poder compartirlo después con mis alumnos y alumnas, de la manera más sincera y parecida posible a como yo recibo este tesoro cultural de mi Sensei, pues tenemos también la responsabilidad de transmitirlo y preservarlo.

Pero sobretodo, sigo entrenando porque me ocurre una cosa desde que empecé a practicar karate con Luís, que es muy sencilla y simple: me llena de felicidad! Ir a entrenar y encontrarme con Luís y mis compañer@s de Dōjō cada día de entrenamiento me da alegría, me proporciona equilibrio y vitalidad. Después de tantos años compartidos, nos une algo más que la amistad, somos una familia.

¿Qué has aprendido de Sensei Luís?

Muchísimas cosas, por supuesto, a nivel deportivo, docente y humano. Luís es un libro abierto que no se acaba nunca, pues sus conocimientos del karate son enormes y muy profundos, los cuales sabe transmitir con enorme cercanía, transparencia, humildad y una paciencia infinita. Pero también es una persona excepcional que ha conseguido hacer que personas tan diferentes como las que conformamos la I.O.G.K.F. España nos sintamos y seamos una gran familia.

Luís también nos ha enseñado que aprender karate no sólo es copiar los movimientos de las técnicas, sino copiar también el modelo de conducta virtuoso y perseguir ser impecables también como personas.

Vivir con sentido del humor. Cuidar a través del humor. Hasta en las adversidades de la vida, tener sentido del humor y alegría es siempre mucho mejor.

¿Quéquieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

Pienso que dentro del Goju Ryū se encuentran todos los ingredientes que se necesitan para llevar una vida plena y saludable. De entre todos ellos, me gustaría recalcar la importancia práctica de las enseñanzas recogidas en el Dōjō Kun. Debemos trabajar diariamente y con sinceridad cada precepto, igual que trabajamos y pulimos las técnicas básicas haciendo kihon.

Las habilidades humanas que nos enseña el Dōjō Kun, no sólo son imprescindibles para situaciones de conflicto o violentas, sino que también las debemos poner en práctica todos los días de nuestra vida, con nosotr@s mism@s y con l@s demás.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Sí, he estado en Okinawa en dos ocasiones y me gustaría poder viajar allí muchas veces más, pues soy una amante de la cultura Uchidani, de sus tradiciones, su arquitectura, su lengua, su gastronomía, su naturaleza... Estar allí es una experiencia

after class to continue practising. You could fell in the atmosphere of that place that karate was much more than a sport. It was a way of life that was getting into you, not only was it shaping you as karateka, but also as a person. I remember with particular affection when, during the warm-up, we were running in line behind Sensei and he would step out of the dōjō without warning and we would end up running along the town barefoot. It was an incredible feeling of freedom. When the training session was in the morning, dawn would break through and it was beautiful. Luis had a total physical and mental commitment to karate, which he passed down to us.

Another of the most important moments for me it was attending the first courses with Sensei Higaonna in Portugal in the late 90s. For me, it was something special going through all those training sessions, going with Luis to visit his parents, picking up Sensei Higaonna at the airport and sleeping in the Amadora Dōjō...

What are the factors that keep you training?

Fortunately, Goju Ryu path never ends, I have so much to learn ... and as time goes by I discover more details to improve and in which to deepen my knowledge in all aspects of this artform: kata, kihon, bunkai, kakie, kumite, hojo undo, Dōjō Kun , philosophy, history ... and many more, since our style is very rich and complete. Over time you also discover karate from other perspectives, and it turns into something more profound.

I keep on training because it is a path that I love to walk along and afterwards to be able to share it with my students, in most honest and similar way in which I also get this cultural treasure from my Sensei. After all, we have the responsibility to both transmit and preserve it.

But above all, I keep on training because something has happened to me since I started practising karate with Luís, which is very simple and straightforward: it fills me up with happiness! Going to train and meeting Luís and my Dōjō classmates every training day gives me joy. It gives me balance and vitality. After so many shared years, something stronger than friendship joins us together; we are a family!

What have you learnt from Sensei Luis?

A lot of things, of course, in the sporting, teaching and human side. Luis is a never-ending open book as he has large and deep knowledge of karate and he knows how to convey it with great intimacy, transparency, humbleness and endless patience. But he is also an exceptional person who has managed to make every single person, as different as they may be the ones that make up the I.O.G.K.F., feel part of such a great family.

Not only has Luis taught us that learning karate is not only about copying the movements of techniques, but also copying a blameless behaviour and being impeccable as a person. Living with a sense of humour. Caring through humour. Even in the face of adversity, having a sense of humour and being joyful is always much better.

Would you like to say something about Goju Ryu?

I think that within the Goju Ryū you will find all you need to lead a full and healthy life. Above all, I would like to emphasize the importance of the lessons contained in the Dōjō Kun. We should practice daily and sincerely every lesson of Dōjō Kun, just as we practise each basic technique and better them training kihon.

The social skills we learn in Dōjō Kun not only are they necessary in conflict or violent situations, but they also should be put into practice every day of our life with ourselves and the others.

Have you ever been to Okinawa? Why?

Yes, I have been to Okinawa twice, and I would like to travel there many more times because I am a lover of the Uchidani culture, its traditions, its architecture, its language, its gastronomy its nature... Being there is an unforgettable and enriching experience as a karateka. It is a magical experience to be able to train in Sensei Higaonna's Dōjō, visit the places where the history of karate has been written and share unique moments with karateka friends from all over the world.

Do you have any memories or experiences with the instructors that are going to attend the course?

I have excellent memories of all of them, of their lessons and more informal moments and experiences. One of them happened in the Budosai of 2012. I was stretching a little on the floor between lessons in the central Dōjō of Budokan, when I saw Sensei Mistry getting closer to me. With a smile, he asked me for permission to help me, and then he made me do a series of guided stretches, setting my back, arms, legs and neck in such a

inolvidable y enriquecedora como karateka. Es mágico poder entrenar en el Dōjō de Sensei Higaonna, visitar los lugares en los que se ha escrito la historia del karate y compartir momentos únicos con amigos karatekas de todo el mundo.

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

Guardo muy buenos recuerdos de todos ellos, de sus clases y de momentos y vivencias más informales. Una de ellas ocurrió en el Budosai de 2012. Yo estaba aprovechando para estirar un poco en el suelo entre clase y clase en el Dōjō central del Budokan, cuando vi acercarse a Sensei Mistry. Con una sonrisa me pidió permiso para ayudarme y entonces me realizó una serie de estiramientos guiados colocándome bien la espalda, los brazos, las piernas y el cuello que me dejaron como nueva. Cuando terminó le expresé como pude mi agradecimiento (me hallaba en una nube de felicidad y bienestar) y con la misma sonrisa y naturalidad, se despidió y prosiguió su camino.

También recuerdo con especial cariño las clases de Sanchin Kata de Sensei Matsuyama. Él hace que la batalla ocurra en nuestro interior, en lo más profundo de nuestros corazones. Consigue que demos un paso más allá, hasta romper nuestros propios límites para que descubramos y saquemos lo mejor de nosotr@s mism@s.

JOSÉ DÍAZ LÓPEZ

¿Cómo conocí al Sensei Luis?



Pues como las cosas importantes en la vida, conocía al Sensei Luis por azar.

Yo estaba dando clases de karate y de Nihon Tai Jitsu en La Unión unos diez años, asistiendo a cursos, pero de forma autodidacta.

Por 1996 una alumna, hoy en día mi mujer, se trasladó a Murcia a cursar sus estudios universitarios y dado el tiempo que pasaba allí decidió buscar clases de karate.

Ese azar del que hablábamos antes, hizo que muy cerca de su piso de estudiante, no solo encontrara un gimnasio sino un Dojo con un gran maestro al frente.

Y así un jueves fui a conocer a Luis y desde entonces me gustaron sus clases, su trato y su técnica, pasando a ser uno de sus alumnos y el Dojo Miyagi entrar a formar parte de la IOGKF España, tan solo hace ya 24 años.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Son varios mis recuerdos cruciales pero fundamental son los recuerdos de mi primer viaje a Okinawa en 2004. Fue fantástico estar en la cuna del karate y conocer y practicar con el Sensei Morio Higaonna y el grupo de instructores que lo rodeaban. Guardo gratos recuerdos de aquel grupo de compañeros y familiares que viajamos juntos. Compartir esa experiencia nos hizo estrechar lazos y crear una amistad duradera. A día de hoy sigue siendo uno de mis mejores viajes a Japón.

Y por supuesto, un recuerdo esencial fue la celebración en 2005 del XXII Europeo en la ciudad de La Unión.

Una semana intensa y llena de emociones, precedida de un gran trabajo de organización y que culminó en un gran curso con más de 500 karatecas procedentes de más de 30 países, 1500 personas trasladadas. Donde pudimos disfrutar del Sensei Morio Higaonna, Sensei Nakamura, Sensei Bekkies y los instructores europeos coordinados por nuestro instructor Sensei Luis Nunes.

Todavía me emociona recordar el inicio del curso cuando Morio Higaonna ordenó formar para iniciar el saludo.

Es espectacular como con un simple shugo trasforma un pabellón repleto y desordenado, en un grupo ordenado y sincronizado practicando al unísono.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Después de 35 años practicando, el karate forma parte de mí. Solo puedo expresar que el trabajo duro, el entrenamiento diario, el sacrificio y el esfuerzo junto al respeto por mantener las tradiciones me aportan recompensa diaria, desde haber adquirido unas muy buenas condiciones físicas a proporcionar un gran enriquecimiento mental.

Pero también hay que remarcar el carácter social del karate. La cantidad y calidad

way that left me feeling as good as new. When he finished, I expressed him my gratitude the best I could (I was in a cloud of happiness and well-being), and with the same smile and naturalness, he said goodbye and went on his way. I also remember with particular affection the Sanchin Kata of Sensei Matsuyama. He does it in a way that battle takes place deep inside us, at the bottom of our hearts. He gets us to take it a step further, to break our limits so that we can discover one's best and make the most of it.

JOSÉ DÍAZ LÓPEZ

How and when I met Sensei Luis?

Well, like the essential things in life, I knew Sensei Luis by chance.

I had been attending karate and Nihon Tai Jitsu self-taught courses in La Unión for about ten years.

In 1996, a student, nowadays my wife, moved to Murcia to study at university and given the time she spent there, she decided to look for karate classes.

That chance we mentioned before made it that very close to her student floor, not only did she find a gym, but also there was a Dojo with a great master leading it.

And so, one Thursday, I went to meet Luis, and since then I've been enjoying his lessons, his personality and his technique. I became one of his students, and the Dojo Miyagi joined the IOGKF Spain, only 24 years ago.

What are your crucial memories?

I have several crucial memories, but those of my first trip to Okinawa in 2004 are essential. It was fantastic to be in the cradle of karate and meet and train with Sensei Morio Higaonna and the group of instructors that surrounded him.

I keep fond memories of that group of colleagues and family members that travelled together. Sharing that experience made us strengthen our bonds and create a lasting friendship. So far today, it still remains one of my best trips to Japan.

And of course, an essential memory was the celebration of the XXIInd European Meeting in the city of La Unión in 2005.

An intense and emotional week, preceded by great organizational work which culminate in a great course with more than 500 karatekas from more than 30 countries. 1,500 people transferred. A course where we could enjoy Sensei Morio Higaonna, Sensei Nakamura, Sensei Bakkies and the European instructors who were coordinated by our instructor Sensei Luis Nunes.

I am still thrilled to remember the beginning of the course when Morio Higaonna ordered to form up to start the salute.

It is impressive how a simple shugo transforms a fully and disordered pavilion, into an completely ordered and synchronized group practising in unison.

What are the factors that keep you training?

After 35 years of practising karate, it has become part of me. I can only say that hard work, daily training, sacrifice and effort along with the respect for keeping traditions give me the daily reward of the excellent physical conditions which provide me with exceptional mental enrichment.

However, it is also necessary to emphasize the social character of karate. The amount and quality of people you meet, the cultural diversity and the open mind that it gives you. We mustn't forget that we love to finish training by having a "Estrella de Levante".

What have you learned from Sensei Luis?

It is well known how excellent Sensei Luis Nunes's technique is.

But if there is one thing I would like to highlight from Luis's teaching method is how patient and respectful to the students he is. He is keen to care and preserve the traditions without contradicting them with the new trends and enriching himself with the contribution of other karate styles and even other martial arts.

What do you want to contribute or say about Goju Ryu?

I think that the softness and hardness of our karate style represent me.

That feeling of seeking calm, but being ready for the storm, perfectly defines my way of understanding karate. A martial art that you must practice daily and at the same time, be prepared never to have to use it.

de gente que conoces, la diversidad cultural y la apertura de mente que genera. No podemos olvidarnos que nos encanta terminar los entrenamientos tomando una "Estrella de Levante".

¿Qué has aprendido de Sensei Luis?

Todos conocemos lo excelente que es técnicamente nuestro Sensei Luis Nunes. Pero si algo me gustaría destacar de lo aprendido de Luis es a ser paciente y respetuoso con los alumnos. A cuidar y preservar la tradición sin que se contradiga con las nuevas aplicaciones y se enriquezca con la aportación de otros estilos de karate e incluso de otras artes marciales.

¿Quéquieres aportar o decir sobre Goju Ryu?

La suavidad y dureza de nuestro estilo de karate creo que me representa. Esa sensación de buscar la calma, pero estar preparado para la tormenta, define a la perfección mi forma de entender el karate. Un arte marcial que debes practicar a diario y a la vez estar preparado para no tener que utilizarlo nunca.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Son 6 veces las que he podido viajar a Okinawa y poder practicar con Sensei Morio Higaomna en su dojo o en Budokan. Tengo que reconocer que he disfrutado cada minuto que he practicado y recibido sus enseñanzas y la del resto de instructores jefes, pero también me han enriquecido cada uno de los compañeros con los que he compartido entrenamiento.

Por último, decir que han sido varias las ocasiones que he practicado con los instructores que vienen en marzo al Gassuku 50 aniversario. Pero en cada encuentro, en cada curso siempre recibo y aprendo algo nuevo.

ANTONIO ÁVILA SÁNCHEZ

¿Cuándo conociste al Sensei Luís Nunes?

En un curso de Kobudo hice amistad con Manuel Delgado, alumno del Sensei Luís, quién me habló muy bien de él. Yo estaba interesado en el Goju Ryu de Okinawa, tras muchos años de entrenamiento en la Goju Kai, así que en cuanto tuve la oportunidad fui a conocerle a Murcia.

Fue con motivo del campeonato y posterior cena de Navidad del año 2002, que fui presentado y expliqué el porqué de mis intenciones de integrarme en la escuela del maestro Higaonna bajo su dirección y un pequeño grupo de mis alumnos. En seguida me sorprendió su trato cordial y llano, invitándome a entrenar con él en cuanto pudiera. A comienzos del año siguiente comencé a frecuentar el Ichiban dojo y a asistir a los cursos que iba convocando Sensei Luís. Sus conocimientos y buen hacer en seguida me engancharon, y por mi parte siempre quise corresponder a su generosidad con un entrenamiento sincero al margen de grados o conocimientos previos.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Es cierto que en el tatami uno demuestra lo que es, tanto a nivel técnico como persona, y Sensei Luis es un claro ejemplo a imitar. Su seguridad en lo que ha aprendido y en lo que enseña se transmite también fuera del tatami, junto a los valores del Karate-do.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Casi no me recuerdo sin practicar Karate. Ya no es una práctica o afición que uno hace en unos momentos concretos de la semana, sino que impregna toda mi vida; mi comportamiento, mis relaciones con los demás, mi forma de ver el mundo...

La conocida frase de que "el Karate es para toda la vida", solo puede ser comprendida desde el cambio y la constante evolución de nuestra práctica, aprendiendo y desaprendiendo según nuestra edad y nivel de conocimientos. Esto es mucho más complicado cuando no se tienen guías y modelos a seguir, cuando no se tiene un Sensei. Este proceso por ser dinámico es un gran estímulo para una práctica siempre interesante, en la que continuamente se aprende algo nuevo.

¿Qué has aprendido del Sensei Luis Nunes?

Yo destacaría mas lo que transmite con su ejemplo que lo que enseña en una clase, que no es poco. La constancia en superar las adversidades, el ser humilde y respetuoso a la vez que firme en la convicción de lo aprendido de los maestros, la constante preo-

Have you ever been to Okinawa? Why?

So far, I have been able to travel six times to Okinawa to practice with Sensei Morio Hi-gaonna in his dojo or in Budokan. I have to admit that I have enjoyed every minute that I have practiced and received his teachings and those of the other chief instructors, but I have also been enriched by each of the colleagues with whom I have shared training.

Finally, I'd like to say that I have practised in several occasions with the instructors who will attend in March the Gassuku 50th anniversary. But at every meeting, in every course, I always receive and learn something new.



ANTONIO ÁVILA SÁNCHEZ

When did you meet Sensei Luis Nunes?

I met him in a Kobudo course. I made friends with Manuel Delgado, a Sensei Luís's student, who told me great things of him. After many years training in the Goju Kai, I was interested in the Okinawa Goju Ryu so as soon as I had the opportunity, I went to meet him in Murcia.

The championship of the year 2002 and the subsequent Christmas dinner of that year was the perfect occasion to be introduced to him and I explained him why I and small group of my students wanted to be part of Master Higaonna's school under his direction. I was immediately impressed by his warm and humble manners, inviting me to train with him as soon as I could.

At the beginning of the following year, I began to regularly visit the Ichiban dojo and to attend the courses that Sensei Luís was calling. His knowledge and good work immediately got me hooked and, from my side, I always wanted to correspond to his generosity with sincere training regardless of previous degrees or experience.

What are your most significant or special memories?

It is true that in the tatami one shows his true self, both technically and personally, and Sensei Luis is a clear example to copy. His confidence in what he has learned and what he teaches is also transmitted outside the tatami, along with the values of the Karate-do.

What are the factors that keep you training?

I hardly remember myself before practising Karate. It is no longer a routine or hobby that one does at specific times of the week, but it permeates all my life; my behaviour, my relationships with others, my way of seeing the world ...

The well-known sentence "Karate is for life" can only be understood from the change and the constant evolution of our training, learning and forgetting according to our age and level of knowledge. This is much more complicated when you don't have guides and role models to follow, when you don't have a Sensei. In this dynamic process, where something can be constantly learnt, there is proof of an excellent stimulus for an always-exciting practice.

What have you learnt from Sensei Luis Nunes?

I would highlight what he conveys with his example rather than what he teaches in a lesson, which is nothing much. The perseverance in overcoming adversity, being humble and respectful while at the same time being firm in the conviction of what he's learnt from the masters, the constant concern for his students and his uneasiness to study in depth an increasingly complete and, at the same time, subtle technique.

Would you like to say something about Goju Ryu?

I think that the school set up by Master Chojun Miyagi still imbued bears his character. He never got to name it as Goju-Ryu, and I think the reason was that he felt it was something growing, not a monolithic school. Throughout his life, he learnt as much as he could from his master as solid pillars are necessary. Then he continued researching and experimenting, while also training in other subjects related to ethics and the philosophy of the practice. His evolution was so significant throughout his life that the students who followed him focused their systems according to the time when they were with the master. For me, this spirit of evolution on a solid basis transmitted by the masters is essential for a lively and dynamic practice giving the Goju-Ryu a very motivating character.

cupación por sus alumnos y la inquietud por profundizar en una técnica cada vez más completa y a la vez sutil.

¿Qué quieres aportar o decir sobre el Goju-Ryu?

Yo pienso que la escuela conformada por el Maestro Chojun Miyagi aún sigue impregnada de su carácter. El nunca llegó a nombrarla como Goju-Ryu y creo que el motivo era que pensaba que era algo en formación no una monólica escuela. A lo largo de su vida aprendió todo lo que pudo de su maestro, pues es necesaria una sólida base, y después siguió investigando y experimentando, a la vez que formándose en otras materias relacionadas con la ética y la filosofía de la práctica. Su evolución fue tan marcada a lo largo de su vida que los alumnos que le sucedieron enfocaron sus sistemas en función de la época que estuvieron con el maestro. Para mí, este espíritu de evolución sobre una sólida base transmitida por los maestros es fundamental para una práctica viva y dinámica dándole al Goju-Ryu un carácter muy motivador.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Sí, he estado en varias ocasiones, y es una experiencia no imprescindible pero altamente gratificante. El Karate tiene un importante sustrato cultural y su comprensión más profunda depende algunas veces de la propia experiencia. De sentir el ambiente, de compartir con alumnos y maestros, de visitar lugares y monumentos o de conocer in situ su Historia.

¿Tienes algún recuerdo o experiencia con los instructores que vendrán?

He tenido la suerte de recibir clases de todos ellos en más de una ocasión. Y sin menospreciar a otros excelentes instructores de I.O.G.K.F., y a falta de alguno, se han reunido en este curso muchos de mis favoritos y siempre es un placer aprender de la excelente técnica de los Sensei Nakamura, Yamashiro y Uehara, de la profundidad de conocimientos de Masuyama y Mistry, de la concepción del combate del Sensei Bakkies o de la estricta práctica del Sensei Kokubo.

ROBERTO GIL MARTÍN

¿Cuándo conociste a Sensei Luis Nunes?



En el año 92, cuando aún era un adolescente, tuve la oportunidad de conocer y entrenar por primera vez con Sensei Luis Nunes. Fue en un curso que se celebró en Talavera de la Reina, ciudad donde nací y actualmente resido. En este curso también fue mi primer contacto con Sensei Morio Higaonna.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Aunque han pasado muchos años de aquel encuentro, aún conservo en mi memoria gratos recuerdos y muy buenas sensaciones. Me impresionó ver a Sensei Luis mostrar el Kata Sepai y Kata Sanchin. También, realizar varias demostraciones y aplicaciones de los katas junto con Sensei Higaonna, fue impresionante...

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Podría enumerar muchos factores tanto desde el punto de vista físico, como psicológico, social, etc., pero lo que más valoro en estos momentos son las sensaciones que me aporta el practicar a diario Karate Tradicional. Practicar Karate me hace sentir bien conmigo mismo. Es importante para mí porque cuando estoy bien conmigo mismo estoy bien con la gente que me rodea. Eso me aporta equilibrio y armonía con mi entorno más cercano. A través del karate he conocido a gente de diferentes partes del mundo con las que mantengo muy buenas relaciones. Otro factor a destacar es que disfruto entrenando y disfruto enseñando. Tengo la suerte de compartir entrenamientos y enseñar a personas de todas las edades. Este hecho hace que hoy haya adquirido un compromiso con el Karate que va mucho más allá de la parte física y técnica. Mantengo un compromiso, por supuesto, con el entrenamiento y sobre todo con Sensei Luis Nunes y con la IOGKF España que desde siempre me ha inspirado y me ha apoyado tanto en la práctica como en la enseñanza y aprendizaje del Karate.

¿Qué has aprendido de Sensei Luis Nunes?

Humildad, respeto, compromiso, y a no rendirse ante las situaciones difíciles. Considero a Sensei Luis Nunes un maestro de Karate Tradicional auténtico. Es una guía y un referente para las personas que pertenecemos a IOGKF España. Obviamente, he

Have you ever been to Okinawa? Why?

Yes, I have been there on several occasions. Although it is a highly rewarding experience, it is not essential. Karate has a primary cultural substrate, and its deeper understanding sometimes depends on the experience itself. Feeling the atmosphere, sharing with students and masters, visiting places and monuments or knowing about their History in situ.

Do you have any memories or experiences with the instructors who are going to attend the course?

I have been fortunate to receive lessons from all of them on more than one occasion. And without neglecting other excellent IOGKF instructors, and in the absence of some, many of my favourite ones have gathered in this course, and it is always a pleasure to learn from the excellent technique of the Sensei Nakamura, Yamashiro and Uehara, from the depth of knowledge of Masuyama and Mistry, of the conception of the combat of Sensei Bakkies or the strict practice of Sensei Kokubo.

ROBERTO GIL MARTÍN

When did you meet Sensei Luis Nunes?

In 1992, when I was still a teenager, I had the opportunity to meet and train for the first time with Sensei Luis Nunes. It was in a course held in Talavera de la Reina, the city where I was born and I am currently living. During this course I also had the opportunity to have my first contact with Sensei Morio Higaonna.

What are your crucial memories?

Although many years have passed since that first encounter, I still have pleasant memories and excellent sensations. I was impressed to see Sensei Luis show the Sepai Kata and Sanchin Kata. He also together with Sensei Higaonna performed various demonstrations and applications of the kata which was impressive.

What are the factors that keep you training?

I could list a lot of factors from the physical point of view as well as the psychological, social, etc., but nowadays what I value most are the sensations that traditional Karate practice brings to me every day. Practising Karate makes me feel good about myself. It is essential for me because when I feel good about myself, I feel good about the people around me. That brings me balance and harmony with my closest environment. Through karate I have met people from different parts of the world with whom I have excellent relationships. Another factor to note is that I either enjoy training and teaching. I am lucky to share trainings and teach people of all ages. This fact means that, nowadays, I have acquired a commitment to Karate that goes far beyond the physical and technical part. I have a responsibility, of course, with the training, and particularly with Sensei Luis Nunes and with the IOGKF Spain. They have always inspired me and supported me either in the practice as well as in the teaching or the learning of Karate.

What have you learnt from Sensei Luis Nunes?

I have learnt such essential values as humbleness, respect, commitment, and not to give up in stressful situations.

I consider Sensei Luis Nunes an authentic Traditional Karate master. He is a guide and a beacon for the people who belong to IOGKF Spain. Obviously, I have learnt a lot of technique from him: how to do, how to teach and how to apply the technical concepts of Goju Ryu, but the greatest teaching tip I have learnt from him has been his way of behaving both inside and outside the Dojo. For me, he is an example to follow, he always shows us his best side, even in the most challenging moments, and he does it through humbleness, simplicity and closeness. I think this is the real value of traditional Karate and one of the best qualities Sensei Luis has.

What do you want to contribute or say about Goju Ryu?

Goju Ryu is one of the most practised styles in Okinawa. Thanks to the work of Sensei Morio Higaonna, Okinawa Goju Ryu karate has crossed the borders of its birthplace, and today we can enjoy the benefits that this Traditional practice brings to us. I think the value of Goju Ryu transcends its technique. Currently, the IOGKF is one of the most widespread and important organizations in the world, that fact makes our way of doing karate to be practised in the five continents, which can be considered a great tool to promote human

aprendido mucha técnica de él: cómo hacer, cómo enseñar y cómo aplicar los conceptos técnicos del Goju Ryu, pero la mayor enseñanza que he adquirido de él ha sido su forma de comportarse tanto dentro como fuera del Dojo. Para mí es un ejemplo a seguir, siempre nos muestra su mejor cara, hasta en los momentos más difíciles, y lo hace a través de la humildad, la sencillez y la cercanía. Creo que esto es el auténtico valor del Karate tradicional y de las mejores cualidades que posee Sensei Luis.

¿Quéquieres aportar o decir sobre el Goju Ryu?

Goju Ryu es uno de los estilos más practicado en Okinawa. Gracias a la labor de Sensei Morio Higaonna, el Okinawa Goju Ryu karate ha traspasado las fronteras de su lugar de nacimiento y hoy en día podemos disfrutar de los beneficios que esta práctica Tradicional nos aporta. Creo que el valor del Goju Ryu trasciende de la técnica. Actualmente, la IOGKF es una de las organizaciones más extendidas e importantes del mundo. Eso hace que nuestra forma de hacer karate se practique en los cinco continentes por lo que es una gran herramienta para fomentar las relaciones humanas. Esta circunstancia hace que personas de diferentes razas, religiones, idiomas, formas de pensar e incluso de entender la vida mantengamos unos vínculos a través del karate que traspasen nuestras diferencias.

¿Has estado en Okinawa alguna vez?

He estado en Okinawa en seis ocasiones, lo que me ha permitido entrenar y recibir instrucciones y consejos de manera directa del Sensei Morio Higaonna. Considero que esta experiencia la deberían tener todas las personas que practican y/o enseñan karate de Goju Ryu. Mi percepción del Karate ha cambiado a raíz de estos viajes a Okinawa y, en estos últimos años, también mi forma de entrenar y enseñar.

El entrenamiento en Okinawa es diferente. Cuando entrenas con Sensei Higaonna en su Dojo, el nivel de exigencia es muy alto...

¿Tienes algunos recuerdos o experiencias con los instructores que vendrán?

Tengo muy buenos recuerdos y experiencias con la mayoría de los instructores que vendrán al curso, e incluso anécdotas con alguno de ellos que extenderían mucho estas líneas. Tengo gran admiración y respeto por todos, considero que son grandes referentes a nivel internacional dentro de nuestra asociación. Además de entrenar en muchas ocasiones con ellos y de recibir sus consejos, he de destacar que he compartido entrenamientos en el Hombu Dojo bajo la guía de Sensei Morio Higaonna, lo que ha hecho que mi admiración y respeto hacia él haya aumentado.

Este grupo de instructores forman parte de la historia de la IOGKF y estoy totalmente convencido que este evento va a ser todo un éxito.

Animo a toda la gente a que participe y disfrute de este gran evento.

¡¡Mis felicitaciones a Sensei Luis Nunes!!

ÁNGEL LUIS PALENCIA CONGREGADO

¿Cuándo conociste a Sensei Luis Nunes?

Con veinticuatro años yo trabajaba en la ciudad de Ceuta, desde donde viajaba a mi ciudad natal dos o tres veces al año, ocasión que aprovechaba para visitar y entrenar en el dojo de mi Sensei Andrés Congregado. En el año 1987 me sugiere viajar a Murcia para conocer y entrenar con Sensei Ryoichi Onaga, es cuando conozco a un joven Luis Nunes, y descubro que ha dejado su país Portugal, ya hacía unos años, para venir a vivir a España y entrenar en Murcia en el dojo de Sensei Onaga. Esto me impresiona al descubrir el nivel de compromiso que tiene con el karate.

A ese primer contacto le siguieron frecuentes viajes a Murcia y puedo decir que siempre quedé impresionado por sus atenciones, amabilidad y cercanía.

Desde entonces hasta hoy, el devenir de los acontecimientos ha cambiado muchas circunstancias y relaciones interpersonales, pero siempre he estado y sigo estando muy cercano a Sensei Luis Nunes.

¿Cuáles son tus recuerdos cruciales?

Con Sensei Luis Nunes he compartido muchos momentos entrenando, algunos de ellos inolvidables. Me ha facilitado poder entrenar con grandes maestros, como Sensei Morio Higaonna, y conocer a karatecas de todo el mundo. Pero los recuerdos más importantes con Sensei Luis han sido aquellos fuera del dojo, su trato cercano, su capacidad de comunicación, su perseverancia para superar situaciones difíciles en la vida y su liderazgo impregnado de humildad.

relationships. This circumstance makes people of different races, religions, languages, ways of thinking or even understanding life maintain bonds through karate that transcend our differences.

Have you ever been to Okinawa?

I have been to Okinawa six times which has allowed me to train and receive direct instructions and advice from Sensei Morio Higaonna. I think that this experience should be had by all the people who practise and/or teach Goju Ryu karate. My perception of Karate has changed as a result of these trips to Okinawa, and, in the last years, my way of training and teaching has also changed.

Training in Okinawa is different. When you train with Sensei Higaonna's Dojo, the level of demand is very high.

Do you have any memories or experiences with the instructors who are going to attend the course?

I have very good memories and experiences with most of the instructors who are going to attend the course, and even anecdotes with some of them which would greatly extend these lines. I have great admiration and respect for all of them, I think that they are great international beacons within our association. In addition to have trained with them on many occasions and to have received their advice, I must emphasize that I have shared training at the Hombu Dojo under the guidance of Sensei Morio Higaonna, which has increased my admiration and respect towards him.

This group of instructors are part of the history of the IOGKF, and I am totally convinced that this event will be a complete success.

I encourage everybody to take part in it and enjoy this great event.

My congratulations to Sensei Luis Nunes!!



ÁNGEL LUIS PALENCIA CONGREGADO

When did you meet Sensei Luis Nunes?

When I was twenty-four, I was working in the city of Ceuta, from where I travelled to my hometown two or three times a year, an occasion I used to visit and train in my Sensei Andrés Congregado's dojo. In 1987 he suggested I should travel to Murcia to meet and train with Sensei Ryoichi Onaga, it is then when I met a young Luis Nunes. I found out that he had left his country, Portugal, a few years ago, to come to live in Spain and train in Murcia in Sensei Onaga's dojo.

Discovering the level of commitment to karate impresses me.

Frequent trips to Murcia followed that first contact, and I can say that I was always impressed by his attention, kindness and closeness.

From then until today, the evolution of events has changed many circumstances and interpersonal relationships, but I have always been and continue to be very close to Sensei Luis Nunes.

What are your crucial memories?

With Sensei Luis Nunes I have shared many training moments, some of them unforgettable. It has made it easier for me to train with great masters, such as Sensei Morio Higaonna, and meet karatekas from all over the world. But the most important memories of Sensei Luis have been those outside the dojo, his closeness, his skill to communicate, his perseverance to overcome difficult situations in life and his leadership full of humbleness.

What are the factors that keep you training?

Although it may seem somewhat pretentious, I do not understand my life without the practice of karate. Daily training has allowed me to realize that traditional karate-do is constantly evolving; the body is the vehicle we have for the practice of karate. Day after day it changes and transforms. A strong and constant training allows me to keep body and mind in shape and this improves my relationships with others and makes me feel better, being an important motivational factor.

Besides, I think that the human being, in general, always looks for references. In my case, Sensei Luis Nunes is a reference and source of motivation to continue improving my karate-do practice.

I wouldn't like to forget to mention here the people who train with me daily, they are always a source of inspiration and motivation in order to not stop training.

¿Cuáles son los factores que te mantienen entrenando?

Aunque pueda parecer algo pretencioso, no entiendo mi vida sin la práctica del karate. El entrenamiento continuo me ha permitido darme cuenta que el karate-do tradicional está en constante evolución, el cuerpo es el vehículo que tenemos para la práctica de karate, día a día cambia y se transforma, un entrenamiento serio y constante me permite mantener cuerpo y mente en forma y esto mejora mis relaciones con los demás y me hace sentir mejor, siendo un importante factor motivacional.

Además, considero que el ser humano en general siempre busca referentes, en mi caso, Sensei Luis Nunes, es un referente y fuente de motivación para seguir mejorando mi práctica de karate-do.

Tampoco quiero dejar de mencionar aquí a las personas que entran conmigo de manera cotidiana, siempre son una fuente de inspiración y motivación para no dejar de entrenar.

¿Qué has aprendido de Sensei Luis Nunes?

Como he mencionado anteriormente, para mí es un referente no solo en su forma de practicar y entender el karate, sino también en su capacidad para aplicarlo en las relaciones interpersonales. La importancia de ser una persona cercana, respetuosa con los demás y extremadamente generoso. Son aspectos que me motivan y me inspiran para seguir aprendiendo.

¿Quéquieres aportar sobre el Goju Ryu?

La escuela Goju Ryu, como estilo de karate tradicional, es tremadamente exigente y en este sentido nos reta constantemente a seguir entrenando y, como consecuencia, mejorando física, mental y espiritualmente. Si somos capaces de retornos a nosotros mismos perseverando en esta disciplina, veremos moldeado nuestro cuerpo y carácter y quizás lleguemos a alcanzar el gokui.

¿Has estado en Okinawa? ¿Por qué?

Sí, varias veces. Todos sabemos que Okinawa es cuna del karate-do tradicional, por supuesto que se puede ser un gran karateka sin haber pisado nunca las islas de Okinawa, sin embargo, es muy difícil encontrar el ambiente, la atmósfera, la cultura y la idiosincrasia de sus gentes en otro lugar. Por tanto, viajar a Okinawa me ha permitido conocer la cultura y el carácter del pueblo Okinawense. He podido conocer personas que, sin haber practicado nunca karate, aplicaban la filosofía y el espíritu de este arte a su vida cotidiana y esto ha sido una lección muy reveladora de cómo debe ser mi actitud para llevar la práctica del karate a un nivel superior.

Y existe un motivo evidente, desde hace unos años, allí podemos entrenar bajo la atenta mirada de Sensei Morio Higaonna.

¿Tienes algún recuerdo o experiencia con los instructores que vendrán?

He entrenado con todos en diferentes Gasshuku, he comprobado como cada uno tiene su personalidad mostrando y transmitiendo su arte, aunque, hay un denominador común en todos ellos, la convicción en lo que enseñan tras años de práctica y experiencia acumulada, el entusiasmo y la energía en la transmisión de sus conocimientos. Fuera del tatami son personas con un comportamiento exquisito, un trato cercano y cordial. Auténticos maestros de karate-do que ha conseguido reunir en torno a esta fiesta del 50º aniversario Sensei Luis Nunes.



What have you learned from Sensei Luis Nunes?

As I mentioned here above, for me he is a beacon not only in his way of practising and understanding karate, but also in his ability to apply it in interpersonal relationships. The importance of being a close person, respectful for others and extremely generous. These aspects motivate and inspire me to continue learning.

Would you like to say something about Goju Ryu?

The Goju Ryu school, as a traditional karate style, is extremely demanding and in this sense, constantly challenges us never to give up training and, consequently, improving physically, mentally and spiritually. If we can challenge ourselves by persevering in this discipline, we will see our body and character shaped, and we might reach the gokui.

Have you ever been to Okinawa? Why?

Yes, several times. All we know that Okinawa is the cradle of traditional karate-do; of course, you can be a great karateka without having ever stepped on the Okinawa Islands. However, it is complicated to find the environment, the atmosphere, the culture and the idiosyncrasy of its people elsewhere. Therefore, travelling to Okinawa has allowed me to know the culture and character of the Okinawan people. I have met people who have never practised karate, however, they apply the philosophy and soul of this art in their daily lives. This lesson has showed me what my attitude should be like to take karate practice to a higher level.

And there is an apparent reason, long since, we can train there under Sensei Morio Higaonna's watchful eye.

Do you have any memories or experience with the instructors who are going to attend the course?

I have trained with everyone in different Gasshuku. I have checked how each one has their own personality showing and transmitting their art. Nevertheless, there is something common in all of them, the belief in what they teach after years of practice and gathered experience and the enthusiasm and energy in spreading their knowledge. Outside the tatami, they are close and cordial people of exquisite manners. Authentic karate-do masters who Sensei Luis Nunes has managed to gather around this 50th-anniversary party.



SANCHIN DOJO



2023