

# Pak hok pai chega do Tibet para conquistar os pernambucanos

Pouco conhecida no Brasil, a arte marcial Pak hok pai, também conhecida como Kung Fu tibetano, está se espalhando em âmbito nacional e a sede central no País está no Recife. O sifu Argimiro Nuñez — ou mestre, para os que não estão acostumados —, representante da sede central, na Venezuela, esteve no Recife durante a semana passada para participar do 1º Festival Lohan de Artes Marciais.

A arte segue princípios da filosofia budista tibetana, aliando o equilíbrio mental com um estilo poderoso de combate. “Pode ser praticado por crianças, mulheres e idosos. No começo, existe uma evolução da parte

externa, e, aos poucos, começa a existir a preocupação com o lado interno”, declarou Argimiro.

Uma das formas de competição é bastante parecida com o catá, do caratê, como se o praticante lutasse contra um inimigo imaginário. No entanto, o Pak hok pai, também é bastante utilizado por lutadores de vale-tudo. “É um tipo de competição consigo mesmo, mas a arte não está restrita a isso”, explica

o venezuelano. Os praticantes aprendem movimentos com mãos nuas, armas curtas e longas, e com os pés.

A Academia Lo-Han — representante nacional da Escola Superior, na Venezuela — ainda não tem um espaço físico definido, tendo suas aulas realizadas no campus da UFPE com cerca de 30 alunos.

“A expectativa é que a prática cresça e seja mais conhecida”, revelou o diretor Severino da Silva Barbosa.

---

Espécie de kung fu tibetano é trazida ao Recife pelo sifu Argimiro

---



**CRESCIMENTO** Equipe recifense teve visita do mestre sul-americano Argimiro Nuñez (sentado à dir)