

Por: JOSE LUIS ARNEDO
Presidente y Director Técnico de la
Asociación Argentina de Wushu Longhuquan
E-MAIL: info@wushulonghuquan.com.ar
PÁGINA WEB: www.WUSHULONGHUQUAN.com.ar

En el **Wushu** (artes marciales chinas) hay numerosos estilos que se basan en la imitación de los movimientos y golpes de animales (tigre, mono, águila, leopardo, grulla, etc.) los cuales desarrollan sus propias estrategias de combate, este es el caso de uno de los estilos más conocidos y bellos. El **Tanglang Quan o Boxeo de la Mantis**.



Se cree que este estilo fue creado durante la dinastía Qing en la provincia de Shandong, (China), por Wang Lang un artista marcial que había estudiado en el Templo Shaolin, en la provincia de Henan.

Al regresar a Shandong desarrollo el boxeo de Shaolin alcanzando gran destreza y un alto nivel. La famosa leyenda cuenta que un día, Wang estaba sentado a la sombra de un árbol, y mientras descansaba observó la lucha entre una mantis y una cigarra, ambos animales estaban en una rama de un árbol, cayeron a la piso y continuaron luchando, siendo la mantis la que venció finalmente. Wang Lang observó todo el arsenal de ataques y defensa que había utilizado la mantis para superar a su enemigo, mientras pensaba crear un estilo imitando aquel tipo de combate.

Finalizado el combate este agarró al diminuto animal y se lo llevo, haciéndolo luchar con otros

tipos de insectos, y así fue copiando y desarrollándolo con el agregado de técnicas de agarre, ataques explosivos, cortes, deslizamientos e inmovilizaciones un estilo de lucha, que llegaría a convertirse en el famoso Boxeo de la Mantis o **Tanglangquan**.

El **Tanglangquan** fue enriqueciéndose de generación en generación, y así, fue convirtiéndose en uno de los estilos de lucha más populares de china, siendo practicado por un gran número de estudiantes que fueron agregando técnicas y enriqueciéndolo todavía más, y por ende aportando al estudiante una enorme destreza en la defensa personal, habilidad, agilidad, velocidad, fuerza en sus ataques y defensas, combinando rigidez y suavidad en sus movimientos.

Hoy en día, es uno de los estilos más famosos y más practicados mundialmente, desarrollados y estudiados en las Universidades y escuelas de **Wushu**, propagándose más allá de las fronteras de China.

Este estilo se ha ramificado en diferentes escuelas, destacando cinco de ellas:

1. *"Mantis siete estrellas"*: Este estilo contiene técnicas de agarre, de patadas y hombros. Se destaca la vigorosidad de los movimientos y su velocidad en los golpes.

2. *"Flor del Ciruelo"*: En este estilo se usan pasos cortos con movimientos continuos y fluidos prevaleciendo los cambios de ritmo, así se observara una mantis tranquila y calmada, para engañar al adversario y poder atacar con rápidos y precisos golpes, saltos, patadas, técnicas de puño, codazos, golpes en puntos vitales, etc., convirtiendo esta rutina en continuos trucos para engañar al oponente.



defensa personal.

3. *"Las Seis combinaciones"*: Este estilo se resume en combinar mente y cuerpo. Así se ocultara y se esconderá la fuerza interior y la dureza de sus ataques.
4. *"Boxeo con manos que retuercen y arrancan"*: En este estilo se utilizan muchas técnicas de agarre y palancas, las cuales hacen hincapié en torcedura de brazos y manos, también agarres de piernas para luego ser desestabilizados, y un sin fin de técnicas de

5. *"El Estilo o Boxeo gemelo de la mantis"*: Es llamado así por la simetría de sus movimientos.



<http://www.WUSHULONGHUQUAN.com.ar>

Los maestros chinos dicen que para desarrollar este tipo de



estilos es necesario controlar tres aspectos:

- 1- La relajación en hombros, muñecas y cintura.
- 2- Es el jibengong (ejercicios básicos).
- 3- Es creerte el animal o el estilo que estas desarrollando, es decir el "corazón y la mente" unidos en un solo conjunto armónico de lucha.

La esencia del boxeo de la mantis es combinar la mente y el cuerpo, es decir, toda la técnica pugilística que desarrolla este estilo con la suavidad, firmeza y velocidad con que pelea la mantis religiosa.

*MÁS INFO, CV, FOTOS, ARTICULOS, VIDEOS: www.WUSHULONGHUQUAN.com.ar