

**FMS-Alliance News
APRIL**

Portugal

Training with Sa Bum Nim Nelson Pinto, in the ZEN Garden, of Quinta dos Louridos-Bombarral-Portugal, with the Instructors and old Students of Modern Farang Mu Sul Portugal

This training, was the last one, with Chief. Inst. Nelson Pinto, days before we move to Huntigton Beach-California-EUA.



Left to Right- Bruno Franco, Carlos Contâncio, Inst. Sérgio Anes, Pedro Silva, Inst. Chefe Nelson Pinto, Joaquim Daniel, Inst. Tiago Silva, Alexandre Soares, Inst. Tiago Soares.





Some pictures and diversion, after a good training.



Farang Warriors in Fighting Stance.



The Amazing Towers, with Inst. Sérgio Anes, Chief Inst. Nelson Pinto, Bruno Franco and Pedro Silva... and off corse, our photographer of service, Carlos Constâncio.



Chief Inst. Nelson Pinto and is Wife, in the great cenário of the wonderful Zen Garden.



Picture of the SURPRISE Dinner, made to Chief Inst. Nelson Pinto. This dinner was organized by his loyal friends and students of FMS, in the restaurant of the Village of Serra D'el Rei.

5 years passed from the first structuring of FMS in Portugal, with dedication, sacrifice, courage, some tears and a lot of pledge, Chief Inst. Nelson Pinto, make possible, one of his dreams, a structure, that allowed FMS in Portugal, walk by itself, always with the help and backup of his Founder in Portugal, SBN Nelson Pinto and with the whole support, of the Founder of the Art, Grand Master Michael De Alba.

3 main responsables, was selected, for Modern FMS-Portugal



**Instructor Representant of Chief Inst. Nelson Pinto,
Instructor Sérgio Anes- City of Bragança**

See, this new vídeo clip of Instructor Sérgio Anes, in the You Tube, is disponsible too, in the Multimédia Gallery-Videos, of the Website.

<http://www.youtube.com/watch?v=tzB0ycl1aEw>



Instructor Tiago Soares – City of Caldas da Rainha



Instructor Tiago Silva- Village of Cadaval

For more info, of this Instructors, just go and click in the Link, Schools and Countrys of FMS-Alliance, click in Portugal.

SBN Nelson Pinto, wish and desire the Best for his Instructors, Good Luck, represent with Dignity and Honor, the name of our Martial Art and Teachers, the Modern Farang Mu Sul, in the way, like was teach to you. Today, you are part of the important History of FMS.

2 new Articles, about Chief Inst. Nelson Pinto, about his life, objectives and FMS History. National Journal Correio da Manhã (24 of April 2007) and other Article in the Journal of Caldas (25 of April de 2007)
If you want to see and read, in detail, this Articles or others, of Chief Inst. Nelson Pinto, just go to the Link, Multimédia Gallery- Articles.

[Journal Correio da Manhã](#)

CALDAS ■ AULAS PAGAS PELOS AGENTES

Ensina 'karaté' aos polícias

Mestre em arte marcial coreana mostra aos elementos da PJ, PSP e GNR como deter e se defender de agressores

DEFESA.
 A principal vantagem dos ensinamentos de Nelson Pinto é a capacidade que qualquer cidadão adquire para se defender, por exemplo, durante um assalto. No caso das forças policiais, acresce uma maior facilidade para proceder à detenção de um agressor.

FRANCISCO GOMES
 ■ *Caldas da Rainha*

Foi a personagem do 'mestre Miyagi', no filme 'Karate Kid', que despertou em Nelson Pinto, aos 16 anos, a vontade de conhecer o mundo das artes marciais, que explorou até ensinar e ser reconhecido pela GNR pelo contributo dado na formação dos militares. "Sempre sonhei um dia atingir a calma e a sabedoria daquele mestre e o filme demonstra bem a filosofia em que acredito: a relação entre aluno e mestre", explica.

Da ficção à realidade, as artes marciais têm sido decisivas na detenção e defesa de indivíduos agressivos com os agentes da autoridade, que aplicam os ensinamentos ministrados pelo mestre português de Farang Mu Sul – uma arte de combate de origem coreana, usada no treino de unidades da polícia e do exército americanos e forças especiais como os Navy Seals e os Rangers.

Em Portugal, o comandante da GNR das Caldas da Rainha entregou a Nelson Pinto uma declaração de reconhecimento pelo serviço que prestou à GNR-FIAPQ (Força de Intervenção de Apoio às Patrulhas de Ocorrência), entre Janeiro de 2006 e Abril deste ano.

O ensino do Farang Mu Sul aos militares da GNR "contribuiu significativamente para a preparação da força, para lidar com situações de ordem pública, detenção e todas as acções que impliquem contacto físico com o adversário", refere o major Adérito Santos. As aulas de defesa pessoal "possibilitaram, por diversas vezes, proceder à detenção de indivíduos violentos, garantindo a integridade física dos agentes de autoridade, bem como a dos indivíduos a deter".

A aprendizagem, de quatro horas semanais, aconteceu num ginásio nas Caldas da Rainha e foi custeada pelos alunos. "Foram os agentes que pagaram, o Estado não pagou nada. Foram 30 euros mensais", disse Nelson Pinto.

O instrutor também já treinou alguns elementos da PJ e do COE (Companhia de Operações Especiais da GNR) e tem realizado seminários com agentes da GNR e PSP, vigilantes, seguranças e alunos de várias artes marciais. Os seminários visam o treino de técnicas de imobilização, defesa contra facas e armas de fogo. As técnicas são usadas em situações de perigo e incluem treinos com armas de fogo e combate corpo a corpo, camuflagem e mesmo sobrevivência em meios hostis.

"O objectivo do Modern Farang Mu Sul reside em agir com firmeza, eficácia rápida e prática, perante a agressividade física, mas, principalmente, vencer a agressividade psicológica da sociedade dos dias de hoje", define Nelson Pinto. "Tem o lado espiritual, mas também é extremamente eficiente no combate e no desarme", porque "foi desenvolvido com dois propósitos principais – perfeição de carácter e defesa pessoal efectiva."

O Modern Farang Mu Sul é um sistema moderno de artes marciais, com raízes há 1500 anos e uma filosofia baseada nos antigos guerreiros Farang. Enquanto arte marcial, pode ser aplicada a situações de defesa pessoal e de combate, mas os seus benefícios sentem-se igualmente ao nível da autoconfiança,

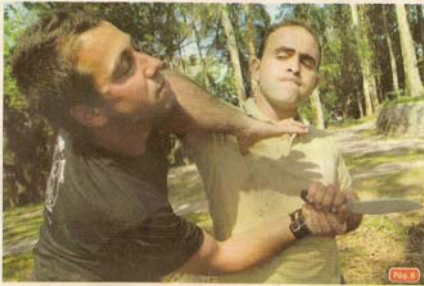
do corpo saudável, da coordenação motora e disciplina e do desenvolvimento pessoal.

No Farang Mu Sul é possível encontrar elementos do Kick Boxing, combate no solo, mestria de artes tradicionais e modernas, o estudo dos pontos de pressão, projecções e quedas, técnicas de respiração, meditação e artes de cura, numa das mais multifacetadas artes marciais. ■

PERFIL
 Nelson Castanheira Pinto, de 29 anos, nasceu em Nova Iorque, EUA. Começou a praticar artes marciais aos 16 anos, em Karaté-Do Shotokan. Treinou com o grande mestre Michael De Alba. Tem o cinto negro e tornou-se instrutor. Em 2002 abriu a primeira escola em Portugal, em Vilar, Cadaval. Tem um vasto currículo em artes marciais.



ARTE MARCIAL AJUDA GNR



Picture of the Cover, of Journal das Caldas

Militares da GNR das Caldas aprendem artes marciais

A utilização de artes marciais tem sido decisiva para a detenção de indivíduos agressivos para com os militares da GNR das Caldas da Rainha, que também se têm protegido aplicando os ensinamentos ministrados por um instrutor de Farang Mu Sul, arte de combate de origem coreana.

Title do Jornal de Caldas

Foi a personagem de "mestre Miyagi", do filme "Karate Kid", que aos 16 anos despertou em Nelson Pinto uma imensa vontade de conhecer o mundo das artes marciais, que explorou intensamente para saber ensinar, ao ponto de lhe valer um reconhecimento da GNR pelo contributo que tem dado na formação dos militares.

"Eu sempre sonhei um dia atingir a calma e a sabedoria daquele mestre e o filme demonstra bem a filosofia em que eu acredito, a relação entre aluno e mestre", explica.

Da ficção à realidade, a utilização de artes marciais tem sido decisiva para a detenção de indivíduos agressivos para com os militares da GNR das Caldas da Rainha, que também se têm protegido aplicando os ensinamentos ministrados pelo mestre português de Farang Mu Sul, arte de combate de origem coreana, que é usada para treinar várias unidades da polícia e do exército americano e forças especiais como os Navy Seals e os Rangers.

O comandante do Destacamento Territorial de Caldas da Rainha da GNR distribuiu ao instrutor de Farang Mu Sul uma declaração de reconhecimento pelo serviço que prestou à GNR-FIAPQ (Força de Intervenção de Apoio às Patrulhas de Ocorrência), entre Janeiro de 2006 e Abril de 2007.

O ensino do Farang Mu Sul aos militares da GNR "contribuiu significativamente para a preparação daquela força, para lidarem com situações de ordem pública, detenção e todas as acções que impliquem contacto físico com o adversário", refere o major Adérito Santos.

De acordo com este responsável, as aulas de defesa pessoal "possibilitaram por diversas vezes proceder à detenção de indivíduos violentos, garantindo a integridade física dos agentes de autoridade, bem como a dos indivíduos a deter".

As aulas, cerca de quatro horas semanais, foram dadas num pequeno ginásio nas Caldas da Rainha e foram custeadas exclusivamente pelos alunos. "Foram os agentes que pagaram, o Estado não pagou nada. Eram 30 euros mensais", disse ao JORNAL DAS CALDAS Nelson Pinto.

O instrutor também já treinou alguns elementos da PJ e do COE (Companhia de Operações Especiais da GNR) e tem realizado seminários em diversos pontos do país, reunindo agentes da GNR e PSP, vigilantes, seguranças e alunos de várias artes marciais. Os seminários visam o treino de técnicas de imobilização, defesas contra faca e armas de fogo, entre ou-



Carlos Barros

O instrutor Nelson Pinto ensinou Farang Mu Sul

tros aspectos.

As técnicas ensinadas têm em vista serem utilizadas em situações de perigo e incluem treinos com armas de fogo e combate corpo a corpo, camuflagem e mesmo sobrevivência em meios hostis.

"O objectivo do Modern Farang Mu Sul reside no agir com firmeza, eficácia rápida e prática, perante a agressividade física, mas, principalmente, vencer a agressividade psicológica da sociedade dos dias de hoje", define Nelson Pinto. "Tem o lado espiritual mas também é extremamente eficiente no combate e no desarme", refere, apontando que a arte marcial "foi desenvolvida com dois propósitos principais - perfeição de carácter e defesa pessoal efectiva".

"É melhor ter o conhecimento e não ser preciso do que ter a necessidade dele e não o ter", sustenta o instrutor, que ensina dezenas de formas de bloquear os ataques de um potencial agressor, imobilizando-o com um encaadamento de ataques a velocidade estonteantes, seguindo as principais regras da defesa pessoal: monitorizar o adversário e a distância a que se encontra e sair do seu ângulo de ataque.

Filosofia guerreira

O Modern Farang Mu Sul é um sistema moderno de artes marciais, mas com raízes muito antigas, com cerca de 1500 anos de existência, e uma filosofia baseada nos antigos guerreiros, os Farang.

Enquanto arte marcial, pode ser aplicada a situações de defesa pessoal e de combate, mas os seus benefícios sentem-se igualmente ao nível da auto-confiança, corpo saudável, coordenação motora e disciplina e desenvolvimento pessoal.

No Farang Mu Sul é possível encontrar elementos do Kick Boxing, combate no solo, mestria de artes tradicionais e modernas, o estudo dos pontos de pressão, projecções e quedas, técnicas de

respiração, meditação, artes de cura, entre outras disciplinas marciais, tomando-se numa das mais multifacetadas artes marciais.

Viver na América

Nascido a 2 de Setembro de 1977, na ilha de Manhattan, na cidade de Nova Iorque, nos Estados Unidos, Nelson Castanheira Pinto, filhos de emigrantes portugueses, começou a praticar artes marciais aos 15 anos, em Torres Vedras, iniciando no Karaté-Do Shotokan, experimentando depois outros estilos.

O seu interesse pela cultura oriental fez com que enveredasse no estudo das artes marciais e optou por aprofundar os seus conhecimentos na América, para onde foi viver e treinar com o Grande Mestre Michael De Alba, fundador do Alba System Modern Farang Mu Sul.

Obteve o cinto negro e tornou-se instrutor em várias escolas americanas. Em Dezembro de 2002 abriu a primeira escola em Portugal, no Vilar, concelho do Cadaval, fundando nos anos seguintes outras escolas nas Caldas da Rainha e em Bragança.

Constituindo o principal impulsionador desta arte marcial em Portugal, Nelson Pinto é fundador e presidente da Associação Portuguesa de Modern Farang Mu Sul, criada em Fevereiro de 2005, ajudando também a fundar a Associação Brasileira de Modern Farang Mu Sul, da qual é o responsável pela orientação técnica. E igualmente conselheiro do Grande Mestre De Alba.

Recentemente tirou um curso de guarda-costas e, seguindo a filosofia tradicional dos guerreiros coreanos, de quem sabe lutar e quebrar, deve também saber ajudar e curar, Nelson Pinto adquiriu o 2º nível em Reiki e um curso de socorismo.

Tendo no seu palmarés diversos títulos em estilos diferentes, é actualmente instrutor chefe 3º Dan, e vai agora leccionar na Califórnia, onde passará a viver.

Journal of Caldas



News- FMS Brazil



**From Brazil, we have news, of SBN Edmilsson Macário, Chief Inst. of the Brazilian Association of Modern Farang Mu Sul.
Chief Inst. Edmilsson, recently organized id first FMS Seminar.
In this Seminar, he teach FMS techniques, to several others martial arts systems in the State of São Paulo-Brasil.
The Way of the Warrior is dificult, but in the end it 's worthwhile,....all Farang Warriors, desire good luck, with the FMS Spread in the Brazilian Lands.
Farang!**