

# Más vale maña que fuerza



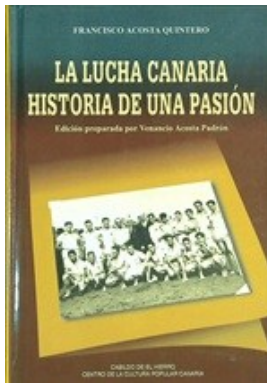
*El Centro de Documentación de Canarias y América (CEDOCAM), ubicado en La Laguna, presenta un nuevo monográfico con el título **“Más vale maña que fuerza”**. **La Lucha canaria** en relación al Día Internacional del Deporte que se celebra el 6 de abril desde el 2014, establecido por la Asamblea General de las Naciones Unidas.*

*La Lucha canaria es un deporte tradicional de las Islas Canarias que forma parte del patrimonio etnográfico del pueblo canario. Se caracteriza por la habilidad del luchador para aprovechar la fuerza del contrario en el combate y la intención de desequilibrarlo sin hacerle daño hasta que toque el suelo con cualquier parte de su cuerpo (menos con las plantas de los pies).*

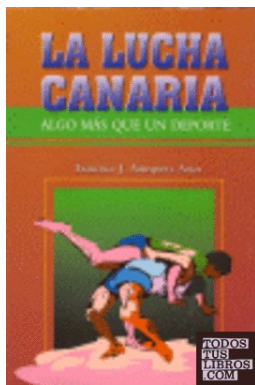
*En este monográfico podrán encontrar una selección bibliográfica y documental (monografías, artículos, separatas...) así como páginas web y vídeos sobre este deporte.*

# BIBLIOGRAFÍA DEL CEDOCAM

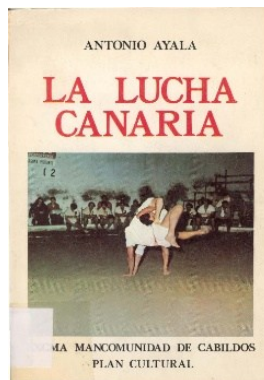
---



Acosta Quintero, F. (1999). **La lucha canaria: historia de una pasión.** (1ª ed.). Centro de la Cultura Popular Canaria.



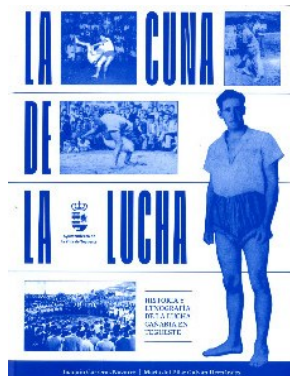
Antequera Amor, F. J. (1996). **La lucha canaria algo más que un deporte.** Centro de la Cultura Popular Canaria.



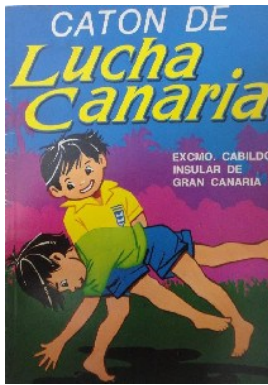
Ayala, A. (1977). **La lucha canaria: su historia, anécdotas, técnica y reglamento.** Mancomunidad de Cabildos. [Disponible en internet](#)



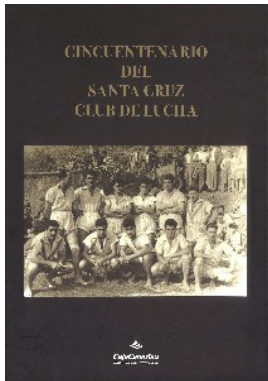
**Canarias: Las canciones de la identidad.** (1998). Centro de la Cultura Popular Canaria, [1 disco. Contiene: 3. Himno a la lucha canaria].



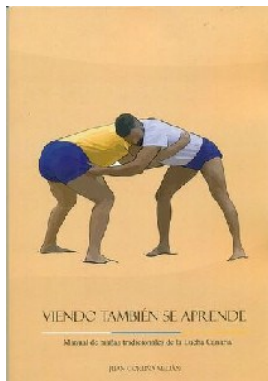
Carreras Navarro, J. y Galván Hernández, M.P. (2021). **La cuna de la lucha: historia y etnografía de la lucha canaria en Tegueste.** Ayuntamiento de Tegueste.



Catón de lucha canaria. (1976). Cabildo Insular de Gran Canaria.



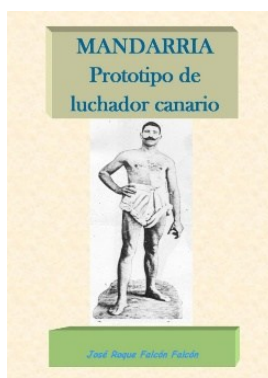
Gajate Barahona, A. (Coord.). (2008). **Cincuentenario del Santa Cruz Club de Lucha**. Obra Social y Cultural de Caja Canarias.



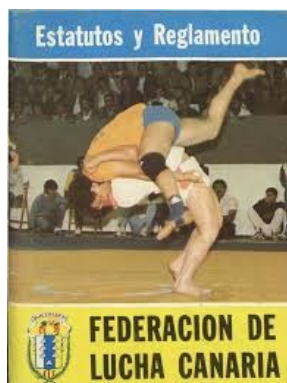
Coruña Melián, J. (2019). **Viendo también se aprende: manual de mañas tradicionales de la Lucha Canaria**. Bilenio.



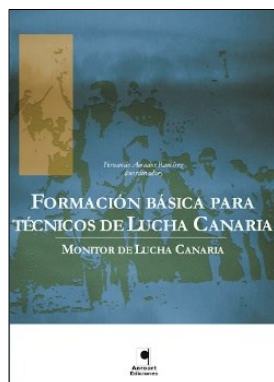
Emmerichs, L. (2009). **La lucha canaria: análisis del mercado y potencia del marketing**. [1 disco compacto (CD-ROM)]. [Trabajo de fin de carrera en el ámbito de CC. de la Actividad Física y del Deporte y Empresariales en el Instituto del Deporte de la Universidad de Göttingen (Alemania)]. Infonorte Digital.



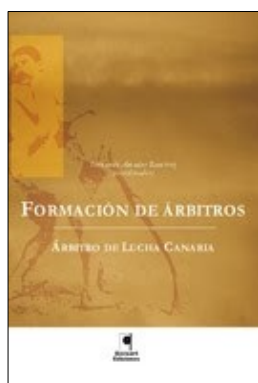
Falcón Falcón, J. R. (2009). *Mandarria*. **Prototipo del luchador canario**. InfoNorte Digital. [Disponible en internet](#)



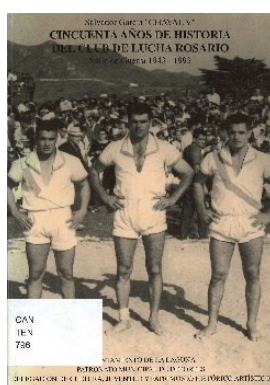
Federación de Lucha Canaria. (1986). **Estatutos y reglamento**. Consejería de Cultura y Deportes. [Disponible en internet](#)



Amador Ramírez, F. (Coord.). (2007). **Formación básica para técnicos de lucha canaria: monitor de lucha canaria**. Anroart Ediciones.



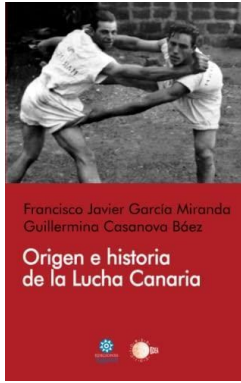
Amador Ramírez, F. (Coord.). (2007). **Formación de árbitros: árbitro de lucha canaria**. Anroart Ediciones.



García Rosales, S. (1993). **Cincuenta años de historia del Club de Lucha Rosario: Valle de Guerra 1943-1993**. Ayuntamiento de La Laguna, Patronato municipal de Deportes, Delegación de Cultura, Juventud y Patrimonio Histórico Artístico.



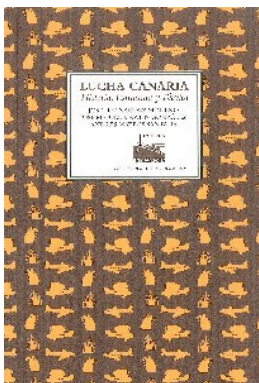
García Déniz, M. (1995). **Lanzarote, en el terrero: historias**. Historias; 1. Ediciones GardeyBus.



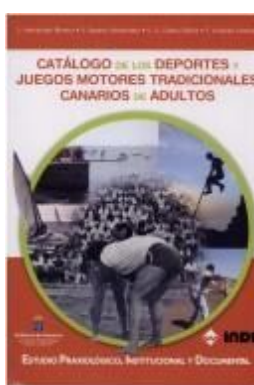
García Miranda, F. J. y Casanova Báez, G. (2014). **Origen e historia de la Lucha Canaria**. Aguerre.



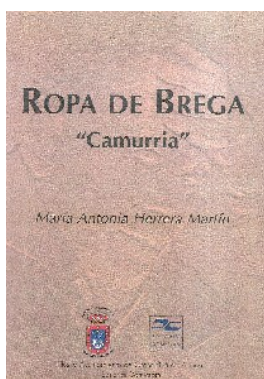
González Marrero, P. (1990). **Iniciación a la lucha canaria**. Cabildo Insular de Gran Canaria. [Disponible en internet](#)



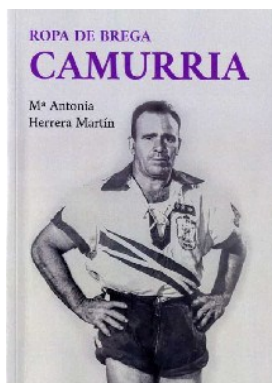
Hernández Moreno, J., Martín González, J. M. y Mateos Santana, A. (2000). **Lucha canaria: historia, estructura y técnica**. La diáspora; 8. Gobierno de Canarias. Viceconsejería de Acción Exterior y Relaciones Institucionales.



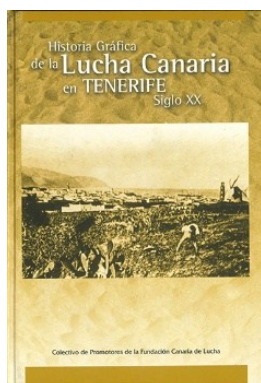
Hernández Moreno, José, Navarro Adelantado, V, Castro Núñez, U. S. y Jiménez Jiménez, S. (2007). **Catálogo de los deportes y juegos motores tradicionales canarios de adultos: estudio praxiológico, institucional y documental**. (1ª ed.). INDE Publicaciones.



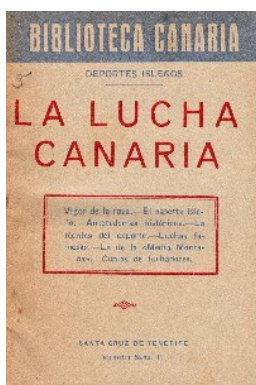
Herera Martín, M. A. (1998). **Ropa de brega "Camurria"**. Ayuntamiento de Granadilla de Abona; Domicram.



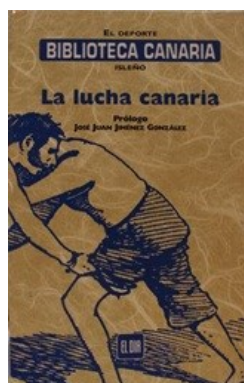
Herrera Martín, M. A. (2023). **Ropa de brega: Camurria**. (1ª ed.). Centro de la Cultura Popular Canaria.



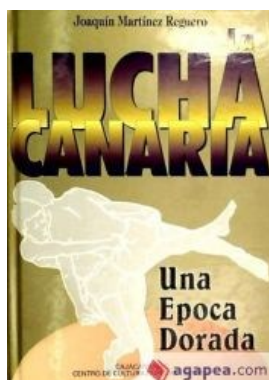
Peraza Lorenzo, J., Gutiérrez Bargas, J. J., Pérez Álvarez, C., Falcón Acosta, J. y Martín Dorta, D. (2007). **Historia gráfica de la lucha canaria en Tenerife, siglo XX**. Colectivo de Promotores de la Fundación Canaria de Lucha.



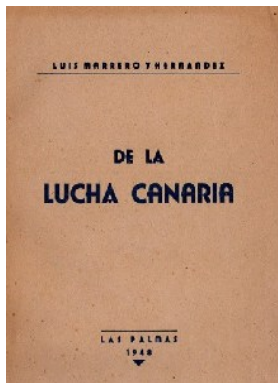
**La lucha canaria**. (194-?). Biblioteca canaria. Deportes isleños. [Contiene: Vigor de la raza. El "sport" isleño. Antecedentes históricos. La técnica del deporte. Luchas famosas. La de la "Media Montaña". Coplas de luchadores].



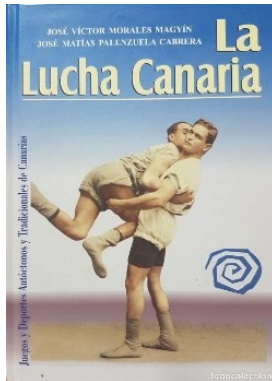
Jiménez González, J. J. (prol.). (2001). **La lucha canaria**. Colección Biblioteca canaria (5). Editora de Temas Canarios.



Martínez del Reguero, J. (1998). **La lucha canaria: una época dorada**. Centro de la Cultura Popular Canaria.



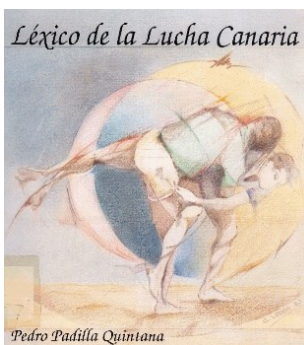
Marrero y Hernández, L. (1948). **De la lucha canaria. Comentarios, impresiones y recuerdos.** Memoria digital de Canarias. Artes Gráficas. [Disponible en internet](#)



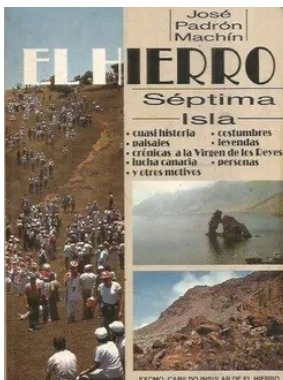
Morales Magyín, J. V. y Palenzuela Cabrera, J. M. (2004). **La lucha canaria. Juegos y deportes autóctonos y tradicionales de Canarias; 1.** Centro de la Cultura Popular Canaria.



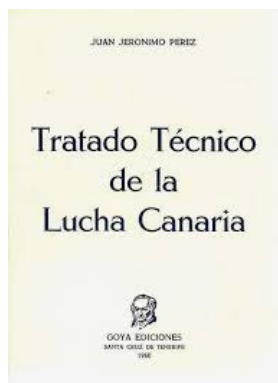
Padilla Quintana, P. M. (2004). **San José, el Adargoma y la lucha canaria.** Fundación Canaria Mapfre Guanarteme.



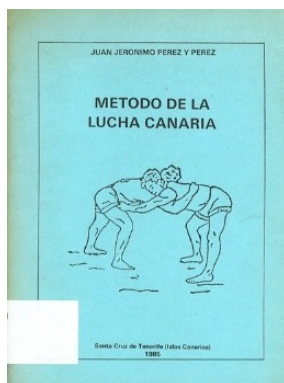
Padilla Quintana, P. M. (1991). **Léxico de la lucha canaria (Gran Canaria).** Cabildo Insular de Gran Canaria. [Disponible en internet](#)



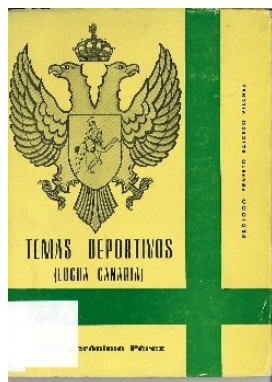
Padrón Machín, J. (1989). **El Hierro "Séptima isla": quasi historia, costumbres, paisajes, leyendas, crónicas a la Virgen de los Reyes, lucha canaria, personas y otros motivos.** Excmo. Cabildo Insular de El Hierro, Centro de la Cultura Popular Canaria.



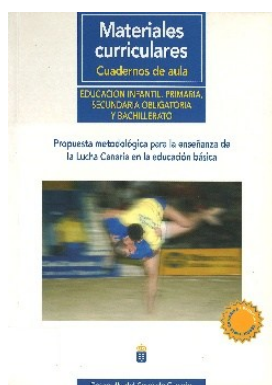
Pérez y Pérez, J. J. (1960). **Tratado técnico de la lucha canaria**. Goya Ediciones. [En la cubierta: 350 grabados, 500 luchas explicadas y un apéndice de gimnasia].



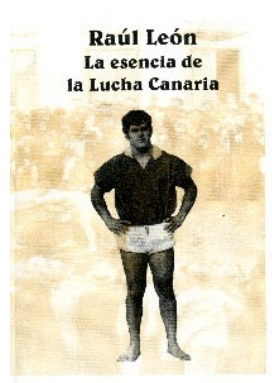
Pérez y Pérez, J. J. (1985). **Método de la lucha canaria**. Santa Cruz de Tenerife, Islas Canarias.



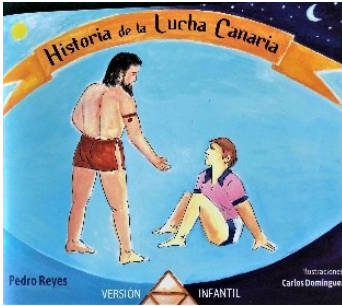
Pérez y Pérez, J. (1968). **Temas deportivos: (lucha canaria)**. Gráficas Tenerife.



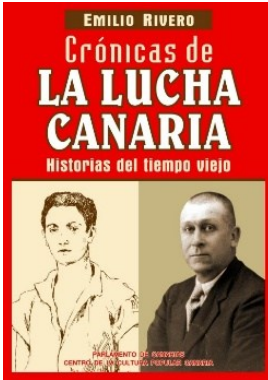
Pacheco Lara, J. J., Álvarez Pérez, A. E., Cabrera Hernández, L. T. y Díaz Díaz, F. J. (2010). **Propuesta metodológica para la enseñanza de la lucha canaria en la educación básica: Educación Infantil, Primaria, Secundaria Obligatoria y Bachillerato**. Ediciones Educativas Canarias.



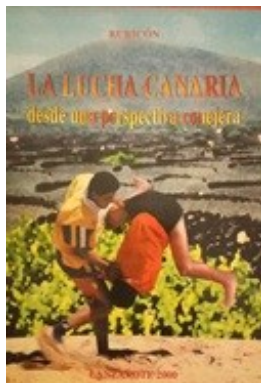
Antequera Amor, F.J. (edición coord.). **Raúl León, "la esencia de la lucha canaria"**. Ayuntamiento de la villa de Mazo (La Palma).



Reyes Moreno, P. y Domínguez, C. (ilustraciones). (2019). **Historia de la lucha canaria: versión infantil**. Litografía González.



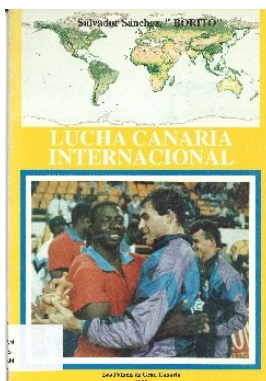
Rivero, E. (2007). **Crónicas de la lucha canaria: historias del tiempo viejo**. Centro de la Cultura Popular [Contiene: 1ª Parte: Artículos publicados en la prensa (1940-1943); 2ª Parte: Artículos inéditos].



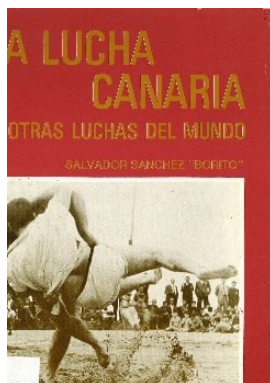
Henríquez González, J. S. (2000). **La lucha canaria: desde una perspectiva conejera**. Lanzarote: Rubicón.



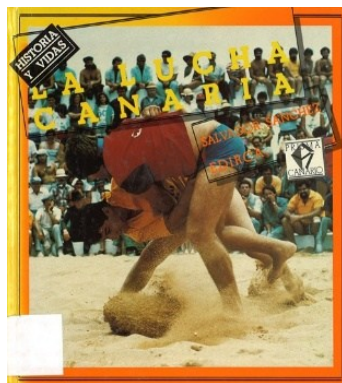
Sánchez, S. "Borito". (1991). **Canarias, Islandia**. Gobierno de Canarias.



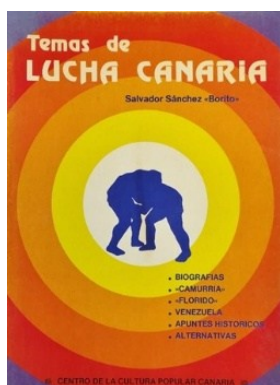
Sánchez, S. "Borito". (1995). **Lucha canaria internacional**. Consejería de Cultura y Deportes Gobierno de Canarias.



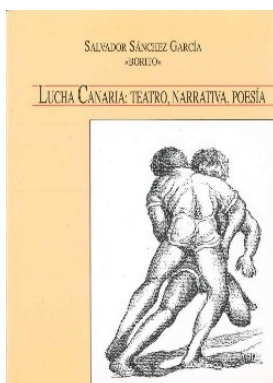
Sánchez, S "Borito". (1985). **La lucha canaria y otras luchas del mundo**. Centro de la Cultura Popular Canaria.



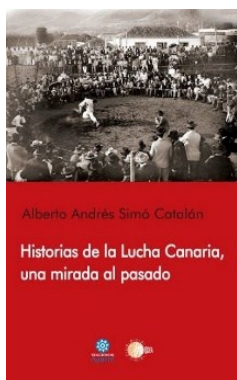
Sánchez, S. "Borito". (1988). **La lucha canaria: historia y vidas**. Colección Prisma canario. Edirca.



Sánchez, S. "Borito". (1987). **Temas de lucha canaria**. (1ª ed.). Centro de la Cultura Popular Canaria.



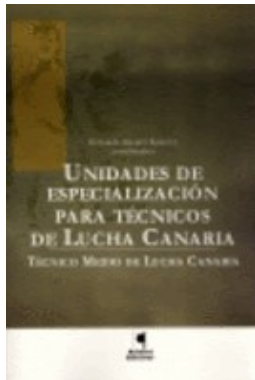
Sánchez, S. "Borito". (1995). **Lucha canaria, teatro narrativa poesía**. Las Palmas de Gran Canaria: Cabildo Insular



Simó Catalán, A. A. (2019). **Historias de la lucha canaria, una mirada al pasado**. (1ª ed.). Idea, Aguerre.



Trujillo Artiles, M. (1980). **Cacicada en la lucha canaria**. Litografía Minerva.



Amador Ramírez, Fernando (coord.). (2007). **Unidades de especialización para técnicos de lucha canaria: técnico medio de lucha canaria**. Anroart.

## **ARTÍCULOS (Selección)- Fecha de acceso 21/01/2026**

---

Alonso, V. (2016). La lucha canaria en Tenerife en el contexto de la Gran Guerra (1914-1918): las primeras sociedades luchísticas. *XXI Coloquio de Historia Canario-Americana*. [Disponible en internet](#)

Alonso, V. (2016). Esas empeñadas luchas a que son muy aficionados los naturales de este país, un acercamiento a la etnicidad a través de la lucha canaria (1840-1943). *Revista de dialectología y tradiciones populares*, 71 (1), 173-189. [Disponible en internet](#)

Alonso, V. L. y Medina Luque, F. J. (2017). La compleja relación entre los deportes étnicos y el turismo: el ejemplo de las Islas Canarias. *International journal of scientific management and tourism*. 3, (2), 237-246. [Disponible en internet](#)

Alonso Delgado, V. L. (2022). La lucha canaria femenina en Canarias durante la Transición Democrática (1972-1984). *Revista internacional de Historia de la Comunicación*, [Ejemplar dedicado a: Mujeres, deportes y medios de comunicación], (19), 73-93. [Disponible en internet](#)

Amador Ramírez, F. (1995). *Estudio praxiológico de los deportes de lucha. Análisis de la acción de brega en la lucha canaria*. [Tesis de doctorado, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria]. [Disponible en internet](#)

- de Armas Martínez, J. E. (16 de septiembre de 1979). ¿A dónde irá a parar la Lucha Canaria? *El Eco de Canarias*, 23. [Disponible en internet](#)
- de la Cruz Rodríguez, J. (1996). La indumentaria de los luchadores en Canarias: siglos XVIII-XX. *El Pajar: Cuaderno de Etnografía Canaria*, (1), 56-59.
- Chico, R. (22 de mayo de 2010). Tradiciones de nuestra tierra. Lucha Canaria. *La Prensa* (Suplemento semanal de El Día), 2ª época, (721).
- García Miranda, F. J. (21 de mayo de 2011). Nuevas evidencias sobre el origen de la lucha canaria y la danza de las cintas. *La Prensa* (Suplemento semanal de El Día), 2ª época, (771), 2-3.
- García Pérez, R. (1996). Evolución histórica de la lucha canaria. *Tenique. Revista de cultura popular canaria*, (4), 1139-2053. [Disponible en internet](#)
- Guañac. (9-16 de octubre de 1971). Lucha Canaria. Por una sola vez.... *Sansofé: revista de Canarias*, (87), 26.
- Guañac. (23-30 de octubre de 1971). Lucha Canaria. ¿Quién conoce el reglamento?". *Sansofé: revista de Canarias*, (89), 25.
- Guañac. (30 de octubre- 6 de noviembre de 1971). El tema de la semana. "Genios" maléficos en la lucha canaria". *Sansofé: revista de Canarias*, (90), 22.
- Guañac. (18-25 de diciembre de 1971). Lucha Canaria. Bienvenidos sean los hijos de la oscuridad. *Sansofé: revista de Canarias*, (97), 25.
- Gutiérrez Rebozo, R. (2018). La lucha canaria. Deporte, cultura y tradición. *Bloc de las Islas Canarias*, (8), 77-88. [Disponible en internet](#)
- Henríquez González, J. (11 de noviembre de 1983). La lucha canaria en Venezuela (I). *El Día*.
- Hernández Gutiérrez, E. (marzo 2004). La lucha canaria. El Adargoma y la lucha en Gran Canaria. *Ruta Archipiélago* (Revista mensual de promoción del mundo rural canario. Distribuida con La Opinión de Tenerife, Diario de Avisos y Canarias7), (4), 2.
- Hortensia. (13-20 de noviembre de 1971). Tic-tac deportivo. La Lucha Canaria vista por una venezolana. *Sansofé: revista de Canarias*, (92), 26.
- Inauguración del deseado Museo de la Lucha Canaria. (9 de diciembre de 2010). *BienMeSabe*, (343). [Disponible en internet](#)
- Lucha canaria: torneo de la Caja de Canarias. (1996). *Aguayro*, (218). [Disponible en internet](#)
- Lucha Canaria. Tres fechas para el recuerdo. (17-24 de julio de 1971). *Sansofé: revista de Canarias*, (75), 26.
- La lucha canaria en el "Poema" de Viana. (1975). *Aguayro*, (61), 9-11. [Disponible en internet](#)
- La lucha canaria, el salto del pastor y 'El Atlante' serán declarados Bienes de Interés Cultural. (20 de marzo de 2018). *Diario de Avisos*. [Disponible en internet](#)

- La lucha canaria, tradición y futuro del deporte vernáculo. (1 de septiembre de 1996). *La Prensa del domingo* (Revista dominical de El Día. Ciudades y Pueblo de Canarias), (4).
- La lucha canaria, valor histórico conservado por el pueblo. (1986). *Aguayro*, (165), 27-28. [Disponible en internet](#)
- Marrero Gordillo, N., Alvero Cruz, J. R., Álvarez Plaza, P. Y., Marrero Díaz, M. y González Brito, A. (2015). Respuesta fisiológica en competición simulada de lucha canaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 15 (57), 93-103. [Disponible en internet](#)
- Mendoza Santana, R. (28 de agosto de 2004). La Lucha Canaria y su Influencia en la Sociedad. *BienMeSabe*, (15). [Disponible en internet](#)
- Nino Morales: el corazón de la lucha canaria. (30 de enero de 2012). *BienMeSabe*, (403). [Disponible en internet](#)
- Nuevos materiales didácticos sobre el Juego del Palo y la Lucha Canaria. (21 de abril de 2011). *BienMeSabe*, (362). [Disponible en internet](#)
- Pic Aguilar, M., y García Díaz, P. R. (2014). Rating ELO en la lucha canaria. *Acciónmotriz*, (13), 27-34. [Disponible en internet](#)
- Ramos Benítez, J. (2017). Deporte y política. El caso de un deporte tradicional, la lucha canaria. [Tesis de doctorado, Universidad de La Laguna]. [Disponible en internet](#)
- Ramos Benítez, J. (2019). Deporte y política. La lucha canaria entre dos regímenes: II República y franquismo. *Revista Atlántida: Revista Canaria de Ciencias Sociales* [Ejemplar dedicado a: Deporte, cultura y sociedad], (10), 65-81. [Disponible en internet](#)
- Ramos Gordillo, A. S. (1997). Estudio epidemiológico del dopaje en los deportistas practicantes de lucha canaria en el periodo comprendido entre 1991 y 1996. [Tesis de doctorado, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria]. [Disponible en internet](#)
- Sánchez, S. (1984). Lucha canaria -viva siempre-. *Aguayro*, (156), 18-20. [Disponible en internet](#)
- Sánchez, S. (1974). ¿La lucha canaria a nivel internacional? *Aguayro*, (53), 26-28. [Disponible en internet](#)
- Sánchez, S. (1974). Nuestras cosas: Lucha canaria: legado indestructible. *Aguayro*, (48), 12. [Disponible en internet](#)

## PÁGINAS WEB (Selección)

---

### FEDERACIÓN CANARIA DE LUCHA CANARIA

[Página web del Gobierno de Canarias donde se recoge toda la información sobre las diferentes resoluciones en relación a este deporte, las federaciones deportivas canarias...]



### FEDERACIÓN INSULAR DE LUCHA CANARIA DE TENERIFE

La lucha canaria es un deporte tradicional en las Islas Canarias que, además de la dimensión propiamente deportiva, profundamente arraigada en el pueblo isleño, entraña una dimensión cultural, en cuanto que forma parte del patrimonio etnográfico del pueblo canario.



### FEDERACIÓN DE LUCHA CANARIA DE GRAN CANARIA

[Página web que recoge noticias de las luchadas semanales e información de actualidad de la Federación de Lucha Canaria de Gran Canaria.]



## LUCHA CANARIA. WEB OFICIAL DE TURISMO DE GRAN CANARIA

[De todos los deportes autóctonos de Canarias, sin duda el más practicado en la actualidad es la Lucha Canaria. Los más antiguos relatos sobre las islas ya hacían referencia a la práctica de este deporte vernáculo, una modalidad de lucha nacida entre los aborígenes de Canarias que se ha seguido practicando siglo tras siglo en las islas, hasta hoy.]



## FEDAC. LUCHA CANARIA

[Página web donde se realiza un recorrido histórico de la lucha canaria: origen, reglamento, características, futuro...]



## EUROPEANA. LUCHA CANARIA

[Web sobre la lucha canaria: lucha libre desde las Islas Canarias, un deporte tradicional desde tiempos prehistóricos.]



## MUSEO DE LA LUCHA CANARIA

[El Museo, ubicado en la casa de Los Callejones, es un edificio de titularidad municipal que ocupa una superficie en planta de 228,20 m<sup>2</sup>, con dos plantas de altura. Se trata de una casa rehabilitada en 2005 gracias al Plan de Infraestructura y Calidad Turística del Cabildo Insular de Tenerife que cuenta con cuatro fachadas, una de ellas da frente hacia el callejón del Cementerio con un pequeño jardín delantero y las otras presentan frente al solar.]



## [VILLA GRAN CANARIA](#)

[Web que recoge una guía sobre la lucha canaria: qué es, la historia, distintas épocas, reglas, cómo se practica, mañas de agarre, mañas de bloqueo, mañas de desvío, luchadores famosos...]



## VÍDEOS (Selección)

---

### [ASÍ LUCHAN EN CANARIAS](#)

[Vídeo en el que podrán ver cómo se practica la lucha canaria, sus orígenes y la tradición. El Hierro, Islas Canarias.]



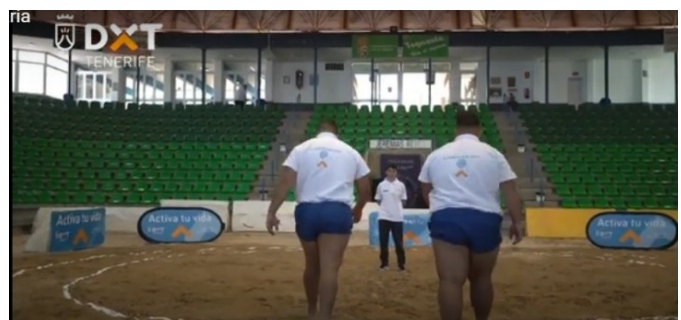
### [LA LUCHA CANARIA](#)

[Vídeo que muestra en qué consiste, la historia y curiosidades de la lucha canaria.]



### [LA LUCHA CANARIA](#)

[Vídeo sobre la lucha canaria: historia, tradiciones, origen...]



### LUCHA CANARIA FEMENINA

[Vídeo sobre la lucha canaria femenina y sus escuelas municipales.]



### LUCHA CANARIA. MOMENTOS PARA LA HISTORIA (1)

[Vídeo que muestra una recopilación de fotografías sobre la lucha canaria.]



### HIMNO A LA LUCHA CANARIA

[Vídeo del grupo Los Sabandeños cantando el himno a la lucha canaria.]

