

IAIDO-TRAININGSREIHE IM BUDO-CLUB KARLSRUHE

Der Budo-Club Karlsruhe bietet im Oktober einen Workshop im I A I D O an. Anfänger und Wiedereinsteiger haben dort die Möglichkeit, die japanische Schwertkunst kennen zu lernen.

Iaido – authentische japanische Schwertkunst

Das Iaido ist kein Sport im herkömmlichen Sinne. Es handelt sich um eine überlieferte Bewegungskunst, die vor ca. 450 Jahren begründet wurde. Damit ist Iaido die zweitälteste Kriegskunst Japans, die noch geübt wird. Ihr Begründer war Hayashizaki Shigenobu (1546-1621).

Ursprünglich diente das Iaido militärischen Zwecken. Heute können wir die Kampftechniken vor allem dazu nutzen, unseren Körper besser wahrzunehmen und gesund zu erhalten. Iaido vermittelt als "Weg" im taoistischen Sinne auch die kulturelle und spirituelle Tradition Japans, die über die reine Schwerttechnik hinaus alle Lebensbereiche erfüllt.

Warum Iaido?

Im Iaido wird das Ziehen des Schwertes aus dem Sitzen und dem Gehen heraus geübt. Neben der Bedeutung der eigentlichen Schnitttechnik kommen dabei Körper- und Blickhaltung, sowie die mentale Kontrolle der Situation und formelle Etikette zum Tragen. Iaido ist damit Körperschule par excellence.

Die präzisen Bewegungen des Iaido schulen das Körpergefühl – gleichzeitig wirkt sich zielgerichtete Entspannung beruhigend auf den Geist aus. Mit dieser Einheit von Körper und Geist können wir dem täglichen Stress ebenso begegnen wie chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates. Spezielle Übungen aus der Körperarbeit bereiten auf das Training vor.

Dies erfolgt unabhängig von Alter oder der körperlichen Fitness. Iaido greift die individuellen Fähig- und Fertigkeiten auf und ermöglicht eine Vertiefung. Wir verzichten daher bewußt auf ein rein leistungsbezogenes Training für Wettkämpfe und konzentrieren uns statt dessen auf authentische Inhalte. Der Schwerpunkt unseres Workshops liegt in der Vermittlung einer lebendigen, bewegungsorientierten Kampfkunst.

Iaido und andere Kampfkünste

Wer sich bereits mit einer der japanischen Budo-Künste wie dem Aikido, Judo, Kendo oder Kyudo befasst, kann vom Training im Iaido profitieren. Fußarbeit, Timing, Distanzgefühl oder einfach die Ergänzung des eigenen Trainings um die Formen mit einer Klingenwaffe schaffen ein tieferes Verständnis der eigenen Kampfkunst.

Wann und wo?

Termin: am 6., 13. und 27. Oktober 2013
Zeit: 9:00 bis 12:00 Uhr (mit Frühstückspause)
Ort: in den Räumen des Budo-Club Karlsruhe:
Wißmannstraße 1, 76185 Karlsruhe (Daxlanden)
Straßenbahn-Haltestelle "Rheinhafenstraße" (Linie S2)
Kosten: 15,- Euro pro Tag und Teilnehmer (40,- für den gesamten Workshop im Voraus)
Ausrüstung: T-Shirt, lange Trainingshose, Budo-Gürtel, ggf. weiche Knieschoner.
(Übungsschwerter werden gestellt)
Referent: Stephan Yamamoto, Trainer für japanische Kampfkunst und Bewegung
3. Dan Iaido, Kenshinkan Okayama (Japan)

Interesse?

Weitere Infos sowie die verbindliche Anmeldung sind hier möglich:

Stephan Yamamoto
Tel. 06227-3849540
E-Mail: yamamoto@shushukan.com