



ANFÄNGERKURS AIKIDO

Der Kurs gibt eine Einführung in die Techniken des Takemusu Aikido:

- Fallschule
- Hebeltechniken
- Wurftechniken
- Waffentechniken

04.05.11
11.05.11
18.05.11
25.05.11
01.06.11
08.06.11



- Zeit: 20.00 bis 21.30
- Kosten: 20 €

Bei Interesse bitte anmelden oder einfach zum ersten Termin mit bequemen Sportsachen vorbeikommen

Aiki-Dojo Augsburg e. V.
Depotstrasse 3
86199 Augsburg
0821/584407
info@aiki-dojo.de

ÜBER AIKIDO

Aikido ist eine moderne japanische Kampfkunst. Obwohl sie erst nach dem 2. Weltkrieg entwickelt wurde, reichen ihre Wurzeln dennoch zurück bis ins alte China. Ihr Begründer war Morihei Ueshiba (1883-1969), der in lebenslangem Training die Techniken des Aikido aus den traditionellen Kampfkünsten der Samurai (Jujitsu) entwickelte.

Das Takemusu Aikido, wie es im Aiki-Dojo Augsburg e.V. unterrichtet wird, steht in der Tradition von Morihiro Saito (1928-2002), einem langjährigen Schüler Morihei Ueshibas.

Aikido unterscheidet sich von anderen traditionellen asiatischen Kampfkünsten insbesondere darin, dass es keine Wettkämpfe gibt und das Ziel nicht die Überwindung und Zerstörung des Angreifers, sondern die Aufnahme und wirksame Kontrolle seiner Angriffenergie ist. In einer Atmosphäre der Zusammenarbeit, nicht des Konflikts, wird dabei Koordination, Selbstbehauptung sowie die Aufmerksamkeit von Körper und Geist geschult.

Die einzigartige Verbindung von hocheffizienten Techniken mit einer

friedvollen und verantwortungsbewussten Grundhaltung gegenüber dem Angreifer macht Aikido zu einer Lebensphilosophie, deren Ausübung nicht allein auf den Trainingsraum (Dojo) beschränkt ist.

Trainiert werden sowohl waffenlose Techniken (Taijutsu) als auch Techniken mit und gegen Waffen (Bukiwaza). Die verwendeten Waffen sind Bokken (Holzschwert), Jo (Stab) und Tanto (Holzmesser). Techniken mit und ohne Waffen ergänzen sich zu einem harmonischen Ganzen.

