

合気道

AIKIDO IM JUDO CLUB KANO

TRAINING: WARTBERGSCHULE
74076 HEILBRONN
WWW.AIKIDO-IN-HEILBRONN.DE

INTERESSENTEN (M/W/D) AB 17 J.
SIND HERZLICH WILLKOMMEN!
DAS KOSTENFREIE PROBETRAINING
IST MÖGLICH MONTAGS (WÄHREND
DER SCHULZEITEN) AB 19:30 UHR.

AIKIDO IN HEILBRONN



„Das Ziel des Weges der Kampfkunst ist die Freundschaft.“

(Morihei Ueshiba, 14.12.1883 - 26.04.1969)

AIKIDO

eine durch Morihei Ueshiba nach dem 2. Weltkrieg in Japan begründete Kampfkunst - hat zum Ziel, einem Angriff so zu begegnen, dass keinem der Beteiligten ernsthaft Schaden zugefügt wird.

Neben den waffenlosen Techniken: Hebel-, Halte- und Wurftechniken, beinhaltet AIKIDO auch das Üben mit Bokken (Holzschwert), Jo (Stab) und Tanto (Holzmesser). Auch wenn der Aspekt der Selbstverteidigung nicht das erste Anliegen ist und nicht im Vordergrund steht, lassen sich AIKIDO-Techniken und Prinzipien ab einem gewissen Niveau effektiv zur Abwehr von Angriffen einsetzen.

Darüber hinaus spiegeln sich im AIKIDO auch gesundheitliche und auf die Lebensführung bezogene Gesichtspunkte wider. Neben der allgemeinen Beweglichkeit fördert das regelmäßige Training durch Anregung innerer Energiebahnen und Akupressurpunkte das Gleichgewicht von Körper und Geist. Die Lebensenergie (Ki) kann besser zirkulieren, was als Steigerung des Wohlbefindens spürbar ist.

Das Miteinander und eine gute Atmosphäre beim Training, gemäß des Ziels der Harmonie (Ai), sind wichtige Bezugspunkte im AIKIDO. Wettkämpfe und Meisterschaften gibt es nicht. Jeder übt mit jedem, der Anfänger mit dem Fortgeschrittenen, der Jüngere mit dem Älteren. Es gibt im AIKIDO keine Sieger und keine Verlierer. Stimmen Geist und Einstellung, gewinnen alle.

Im Stil orientiert sich unsere Gruppe an dem im Jahr 1998 verstorbenen japanischen AIKIDO-Meister Hirokazu Kobayashi.