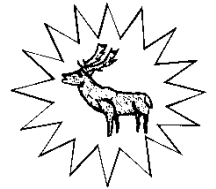




Spezialseminar mit Thomas Willhöft

seit 1986 Stock-Schwert-Aikido (4. Dan) / Shizen-taido (1.Kyu)



Bokken im Aikido

Samstag 4.3.2023 16.00 – 20.00 Uhr 3 Einh. + Pausen

Ort : Aikidodojo vom VSC Donauwörth, Zirgesheimerstr. 4



I. Der Umgang mit dem Bokken als Katanaersatz !

Wie halte ich das Bokken ?

Wie bewege ich es vom Hara aus ?

Wieso sind es die Füße und Hüfte, die Bokken führen ?

Die Bedeutung von den Frontal und - Halbprofilachsen !

Was ist der Unterschied von Schlag / Schnitt und Stoß / Stich ?

Was bewirkt ein „sauberes Stoppen können“ ?

Was sind fließende Blöcke ?

Welche Teile am Bokken sind wofür geeignet ?

Welche Bedeutung haben verschiedene Kamaehaltungen ?



II. Kumi - Tachi Schwert gegen Schwert

III. Tachi - Dori - Schwertabnahme mittels Wurf und - Hebeltechniken



Seminar ist für Fortgeschrittene und Anfänger gleichermaßen geeignet.

Anmeldung bis Mo. 27.2.2023

Gebühr pro Termin nach eigenem Geldbeutel : 25,-- - 40,--€

begrenzt auf 12 Teilnehmer / Teilnahme nach Anmeldeeingang

Teilnahme auf eigene Verantwortung

Übernachtung für Auswärtige bei Thomas möglich

Wenn eigenes Bokken vorhanden - bitte mitbringen



Sunshine Deer, der Gauklervogel



info@thomas-willhoeft.de

Gartenstr. 26 86663 Asbach – Bäumenheim

Tel: 0906 / 9800999