



Turnerschaft 1860 Frankfurt am Main-Heddernheim

Habelstraße 11, 60439 Frankfurt / Main

Neues Angebot

ab dem 14. April 2018

Aikido

Der Ursprung von Aikido:

Aikido ist eine japanische Kampfkunstdisziplin, entwickelt von Morihei Ueshiba (1883-1969), der Meister in mehreren Kampfkünsten der alten Samurai-Tradition war. Aikido bedeutet in etwa „Der Weg der harmonisch koordinierten Energie“.



Das mittlerweile weltweit verbreitete Aikido ist zwar beliebt, aber noch längst nicht so bekannt wie die beiden japanischen Kampfsportdisziplinen Judo oder Karate. Das Aikido Training wirkt nicht nur auf sportlicher Ebene und ist nicht allein auf den Zweck der Selbstverteidigung beschränkt. Es ermöglicht vielmehr ganzheitliche neue Erfahrungen für Körper und Geist.

Für wen eignet sich Aikido?

Aikido richtet sich an alle Menschen, die von Kampfkünsten angezogen werden und wahrnehmen, dass diese mehr zu bieten haben, als Selbstbestätigung im Wettkampf oder das reine Erlernen von einzelnen Selbstverteidigungselementen. Aikido kann von Menschen jeden Alters geübt werden. Wettkämpfe sind im Aikido nicht vorgesehen.

Die Trainingspartner arbeiten zusammen, damit jeder einzelne seine Technik perfektionieren kann; sie fördern und unterstützen sich gegenseitig. Es wird ohne Trennung nach Geschlecht oder Gewichtsklasse geübt. Rücksichtnahme und Kooperation sind zum Erlernen ebenso wichtig, wie Aufmerksamkeit und Konzentration, Disziplin und Durchhaltevermögen.

Was lernt man im Aikido?

Das Ziel beim Aikido ist zum Einen, die Kraft eines gegnerischen Angriffs abzuleiten und zum Anderen, diese Kraft so zu nutzen, um den Gegner vorübergehend angriffsunfähig zu machen. Dies geschieht in der Regel durch Wurf- und Halte-techniken.

Das Besondere im Aikido ist, dass keine offensiven Angriffstechniken, sondern nur Abwehr- und Sicherungstechniken und dadurch vermittelnd eine entsprechend defensive und verantwortungsbetonte geistige Haltung, gelehrt werden.

Aikido ist keine Schwertschule, basiert jedoch grundlegend auf Formen der Bewegung, die in diesen zu finden sind. Zusätzlich zu den waffenlosen Techniken werden auch Aiki-Ken (Schwert) und Aiki-Jo (Stab) geübt. Begleitet und ergänzt wird die physische Übung durch spezifische Formen der Etikette. Diese sind ein wesentlicher Bestandteil des Aikido.

Aikido bei der Turnerschaft:

Aikido wird in vielfältiger Weise unterrichtet. Trotz des gemeinsamen Bezugs auf den Gründer des Aikido und gemeinsamer Grundelemente, bestehen in Interpretation und Ausführung erhebliche Unterschiede. Im Budo, das die persönliche Entwicklung in den Vordergrund stellt, ist dies sogar erwünscht, ohne jedoch beliebig zu sein. Die Weitergabe durch einen Lehrer ist daher wesentlich und erfolgt nach überlieferten Prinzipien. In unserem Dojo folgen wir der Linie der Weitergabe durch Nobuyoshi Tamura (1933-2010).

Wann: regelmäßig samstags ab dem 14.04.2018

Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr

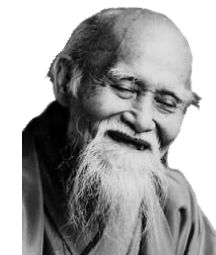
Wo: in der Turnhalle der Turnerschaft

Zielgruppe: Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene

Leitung: Georg Schuster

„Ich lerne euch keine Kampftechniken sondern Gewaltlosigkeit.“

„Aikido kultiviert positive Kräfte. Aikido ist keine kontrollierende oder zerstörende Kraft, sondern die Kraft zu lieben, zu helfen und harmonisch zu sein.“



Morihei Ueshiba

Quelle Bild links:
pixers.de
Quelle Bild rechts & Text:
wikipedia.de