



Spezialseminar mit Thomas Willhöft

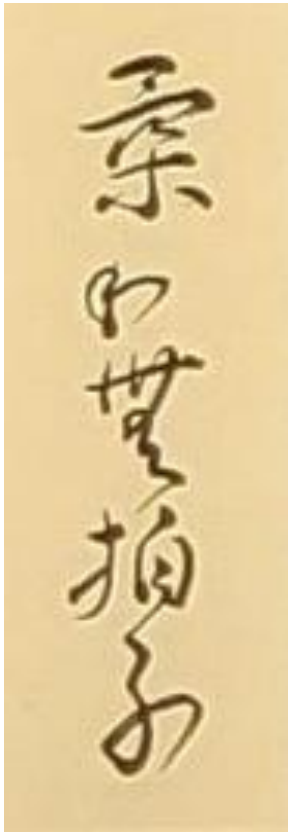
seit 1986 Stock-Schwert-Aikido (4. Dan) / Shizen-taido (1.Kyu).



Der Geist (die Vor-ein-stellungskraft), für irimi, kuzushi und ukashi im Aikido

Samstag 22.3.2025 16.00 – ca. 20.00 Uhr 3 Einh.

Ort : Dojo VSC Donauwörth / Zirgesheimerstr. 4



In diesem Lehrgang dreht sich alles um die innere (Vor-) Einstellung, die kraftvoll mit dem Prinzip von „sanft und ansatzlos“ aus dem eigenen Zentrum nach außen strömt und die Führung des Uke ermöglicht. Dieses sanfte und ansatzlose Geschehen ist irimi gerichtet und bewirkt im ersten Moment der Kontaktaufnahme, im Annehmen des Angriffs beim Uke kuzushi und ukashi.



Wir werden die meiste Zeit sehr ruhig und auf Präzision hinarbeiten. Es ist eher ein Arbeiten an kleinen Bewegungen mit dem Focus auf das eigene Erfühlen und Empfinden der Führungsübernahme von Nage /Tori über Uke bzw. das eigene Erfühlen und Empfinden bei der Führungsübernahme von Nage / Tori als Uke.

Wir werden natürlich auch schnellere Aktionen üben, aber immer im Focus auf irimi, kuzushi und ukashi.



Dieses Spezialseminar richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Da wir eine kleine Gruppe sein werden werden wir auch sehr individuell arbeiten.

Bitte mitbringen : normales – oder kampfkunstübliches Trainingszeug

verbindliche Anmeldung bis 15.3.2025

Preis pro Termin nach Geldbeutel : 25,-- € bis 40,-- €

Teilnahme auf eigene Verantwortung

auf 12 Leute begrenzt / Übernachtung bei Thomas möglich



Anmeldung und Infos bei : Sunshine Deer, der Gauklervogel

info@thomas-willhoeft.de / www.thomas-willhoeft.de

oder Gartenstr. 26 86663 Asbach - Bäumenheim oder Tel: 0906 / 98 00 999

