



Spezialseminar mit Thomas Willhöft

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



Ki (Energie), Kokyu (Atemkraft) und Atemi (Treffen / Berührung / Beeinflussung)

Samstag 24.5.2025 16.00 - ca. 20.00 Uhr mit 2 Pausen

Ort : Aikidodojo vom VSC Donauwörth, Zirgesheimerstr. 4

Ki - Arbeit besteht aus fließenden, weichen, eleganten Bewegungen.



Es wird an Haltung Atmung und Stimme gearbeitet, sodass man zu einem harmonischen Stimmeinsatz und zum Fluß seiner eigenen Bewegungen findet.

Es geht insbesondere darum seinen eigenen Weg zum Ki (Energie) zu Kokyu und Kiai zu finden.



Im zweiten Teil beschäftigen wir uns mit der Integration des Ki - des Kiai bzw. des Atemis in unsere Aikidobewegungen.



Mit dem Kiai und Atemi machen wir uns die Angriffslinien- und punkte deutlicher. Es geht schwerpunktmäßig um das Annehmen des „Angriffs“ in einer gelassenen Haltung, die es ermöglicht „entspannt“ als Nage vor Vollendung von Ukes Angriff „in“ Uke zu sein und ihn mit verschiedenen Kiai und Atemis zu führen.

Das Seminar ist geeignet für Fortgeschrittene und Anfänger.

Anmeldung bis Montag 19.5.2025

begrenzt auf 16 Teilnehmer / Teilnahme nach Anmeldeeingang

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

Teilnahme auf eigene Verantwortung

Übernachtung für Auswärtige bei Thomas möglich



Sunshine Deer, der Gauklervogel



info@thomas-willhoeft.de

Gartenstr. 26 86663 Asbach – Bäumenheim

Tel: 0906 / 9800999