

## 242-K30160 Japanische Kampfkunst

Beginn Samstag, 07.12.2024, 10:00 - 12:00 Uhr

Kursgebühr 20,00 €

Dauer 1 Termin

Kursleitung Matthias Stettler

Kursort G 4, Langgasse 17, 97753 Karlstadt

### Einführung in japanisches Bojutsu / Langstock

Der japanische Langstock (Bo, 182 cm) gehört zu den Waffen, an denen der Samurai geschult wurde. Für uns heute ist er ein vortreffliches Übungsmittel zur Körper-, Bewegungs- und Koordinationsschulung. Bei der Handhabung des Langstocks erschließt sich unmittelbar die Bedeutung von Atmung, Bewegungszentrum, Kraftübertragung, Dynamik und rechter Haltung.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.12.2024	10:00 - 12:00 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG

[zur Kursdetail-Seite](#)