



Karate Club Seibukan e.V.
Osterhofen

KCSO – Information

Mitteilungen des Karate Club Seibukan e.V. Osterhofen

1. Vorsitzender Steinger Robert, **Falkensteinstraße 21**, 94469 Deggendorf Tel.: 0171- 49 54 531
E-Mail: info@kcsev.de www.kcsev.de

Kobudo-Training ab 14 Jahre.

Kobudo ist der Kampf mit aus einfachen Alltagsgegenständen, landwirtschaftlichen Geräten und Werkzeugen umfunktionierten Waffen, die die Bauern und Fischer im 15. Jahrhundert aus Okinawa zur Verteidigung gegen plündernde Samurai (Ritter) einsetzten. Da das Tragen von Schwertern und langen Messern Verboten war.

Zum Beispiel:

- Der 2. Meter lange Stock zum Tragen von Lasten wurde zum **Bo**
- Die Kurbel zum Drehen von Mühlsteinen wurde zu **Tonfa** (diese Waffe gehört zur Ausrüstung der Bundespolizei usw.
- Ein Ackergerät (Grillspieß) wurde zum **Sai**
- Der Dreschflegel wurde zum **Nunchaku** (Würgeholz) in Deutschland fällt es unter das Waffengesetz und ist auch im Training Verboten.

Das Training beginnt mit den Bo (einen etwa 2 Meter langen Holzstock)

- Zuerst Grundübungen im Stand, Grundübungen in der Bewegung, Kombinierte Übungen in der Bewegung, Partnerübungen, Kata (Kampf gegen unsichtbare Gegner)

Später wird mit dem Sai geübt. Sai ist eine Doppelgabel (siehe Geschichte Kobudo)

Kursinfo:

Wann:	an jeden Donnerstag, siehe Trainingsinfo von 20.15 - bis 21.00 Uhr
Ort:	Turnhalle der Landgraf Leuchtenberg Knaben Realschule in 94486 Osterhofen, Seewiesen 10. Der Eingang befindet sich rechts neben dem Hallenbad.
Trainer- team:	Steinger Robert Kobudotrainer, Trainer B über 20 Jahre Erfahrung im Bereich Kobudo. Schropp Josef Kobudotrainer, Trainer C
Kosten:	Abteilungsbeitrag 20€ Monat, Vereinsbeitrag 36€ Jahr Vereinsmitglieder (oder deren Eltern) erhalten einen Sonderpreis.
Info:	Info unter Telefon: 0171- 49 54 531 oder per E-Mail: info@kcsev.de siehe auch www.kcsev.de