



**Turnverein Germania**

**1892 St. Ilgen e.V.** ... wir sorgen für Bewegung

# JAPANISCHE SCHWERTKUNST – „IAIDO“

in Kooperation mit dem Momiji-Dojo

Das Iaido [iaido:] (auch „Batto“) entstand vor ca. 450 Jahren und ist damit eine der ältesten Kriegskünste Japans, die bis heute fast unverändert geübt wird. Im Iaido wird das Führen des Schwertes aus dem Sitzen und dem Gehen heraus erlernt.

Die Ansprüche an die Bewegungen ähneln denen des Qi Gong oder Taiji. Iaido trainiert die Schultern, den Rücken und die tiefen Muskeln des Beckens gleichermaßen und ist damit Körperschule par excellence. Der Schwerpunkt des Trainings liegt auf der Vermittlung funktionaler Bewegung, dem damit verbundenen Erhalt von Lebensqualität sowie der Tradierung klassischer japanischer Kampfkünste.

Im Momiji-Dojo wird die *Muso Jikiden Eishin*-Schule (ZNIR) des Iaido gepflegt.

**Dienstag 19:00-20:30 Uhr** (April-September)

**Kurpfalzhalle, Teil 2**

**20:00-21:30 Uhr** (Oktober bis März)

(Eingang neben der Ägidius-Halle)

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Ein unverbindlicher Probemonat kostet 20,- Euro. Für das Probetraining und für Einsteiger werden Übungswaffen gestellt.

Bitte weiche Knieschützer mitbringen!

Die Teilnehmer zahlen den Mitgliedsbeitrag an den Verein und an das Momiji-Dojo eine monatliche Teilnahmegebühr von 40,- Euro.



Bei Interesse nehmen Sie bitte vorher Kontakt auf:

Stephan Yamamoto  
info@momiji-dojo.de  
Tel. 0172-6776277

Ausführliche Infos finden Sie auf unserer Webseite:  
[www.momiji-dojo.de](http://www.momiji-dojo.de)