Kenko Kempo Karate

GESUNDHEIT · KAMPFKUNST · PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

WORKSHOP & EINSTUFUNGSSEMINARE

MIT INTEGRIERTER DAN-PRÜFUNG

Samstag, 30. Januar 2027
10:00 – 17:00 Uhr – Stufe I
Sonntag, 31. Januar 2027
10:00 – 17:00 Uhr – Stufe II

im Honbu-Dojo des VaK e.V. in Teugn

WAS IST KENKO KEMPO KARATE?

„Kenko Kempo Karate (übersetzt: ‚Weg der Faust für die Gesundheit') ist eine von Erich B. Ries entwickelte gesundheitsorientierte und altersgerechte Kampfkunst. Geschaffen wurde sie für Späteinsteiger (ab etwa 35), Senioren, Menschen mit Handicaps, ehemalige Kampfkünstler, … sowie für Menschen ohne Wettkampfambitionen, die sich fit halten und verteidigen können möchten. …"

Zitat von der Internetseite der Kenko Kempo Karate Organisation (http://kenkokempokarate.de/)

THEMEN (u. a.)

- Die „Methode" Kenko Kempo Karate
- Die 10 essenziellen Qi Gong Übungen
- Kampfsport, Kampfkunst oder Selbstverteidigung?
- Praktische Überlegungen zur gesundheitsgerechten Ausführung von Budo- bzw. SV-Techniken
- Wie könnte sinnvolle Senioren-Selbstverteidigung aussehen?

VORAUSSETZUNGEN

Eine einschlägige Dan-Graduierung (oder gleichwertiges) in einer beliebigen Kampfkunst, ernsthaftes Interesse an altersgerechtem Training sowie ein offenes, sozialverträgliches Wesen. :-)

ABLAUF

1. Aufwärmen, gemeinsames Lernen und Üben der wichtigsten Qigong-Atem-Meditationsübungen des Kenko Kempo Karate.
2. Infos über gesundheitsorientierten Kampfsport/Kampfkunst, klassische Probleme bei der Kampfkunstausbildung.

PRÜFUNGSTEIL

Stufe I: Nachweis der Kampfkunst-Kompetenz (bereits mit eingereichter Graduierung) – nur stichprobenartiger kurzer Test der Selbstschutzkompetenz.

Stufe II: Der Anwärter sollte sich in etwa ein Jahr vorbereitet haben. Es wird zusätzlich die KKK-Kurz-Kata erarbeitet.

FÜR SPÄTEINSTEIGER, SENIOREN & INTERESSIERTE · GESUNDHEITSORIENTIERT · PRAXISNAH · OFFEN FÜR ALLE KAMPFKÜNSTE · SELBSTVERTEIDIGUNG MIT SINN UND VERSTAND

SEMINARGEBÜHREN
Stufe I: 50 € Tagesseminar (inkl. Prüfungsgebühr DAN)
Stufe II: 50 € Tagesseminar (inkl. Prüfungsgebühr DAN, bei nochmaliger Teilnahme Stufe I zzgl. 10 € = 60 €)

ANMELDUNG
Bitte bis zum **05.01.2027** an:
Vorsitzender1@verband-asiatischer-kampfkuenste.de

MITBRINGEN
Die gewohnte Trainingskleidung wie **Gi** und Mattenschuhe.

Teilnahme auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Jede Haftung von Seiten des Veranstalters wird ausgeschlossen.

GEMEINSCHAFT
Am Samstagabend gemütliches Beisammensein (Ort wird noch bekanntgegeben), während des Lehrgangs gibt es Kaffee und Kuchen.

Der VaK e.V. und die KKKO werden bei dieser Veranstaltung einen Kooperationsvertrag zwischen den Verbänden abschließen, daher ist keine Mitgliedschaft in der KKKO mehr erforderlich, aber natürlich gerne gesehen.

Kursleitung: Matthias Dülp 6. Dan Kenko Kempo Karate, Shihan, Vizepräsident Kenko Kempo Karate Organisation

Tradition trifft Lebensfreude.