

Energetisch

Wahrnehmen Empfinden Handeln

KI im Karate
Karate mit KI

04.03.2023

in Dormagen

geleitet und begleitet von
Rego Preisendörfer

das KI

Mit dem Thema Ki¹ sind viele Aspekte verbunden. Im Laufe der Zeit haben sich dadurch besondere Themen in meiner Arbeit herauskristallisiert, welche in enger Verbindung miteinander stehen.



Das sich selbst Erfahren und Erkennen durch Karate, ist eine der spannendsten Angelegenheiten auf dem Weg zur Ki-Erfahrung. Gleichermäßen ist es auch die größte Herausforderung. Im Ki geht es nicht um Technik. Ki ist keine neue, bessere Technik, die es zu erlernen gilt.

Es geht um das Erleben und Erfahren seiner eigenen Energien und derer meines Gegenübers. Das Bewusstwerden über die damit verbundenen Möglichkeiten und der dahinter stehenden Potentiale jedes einzelnen.

Karate ist ein tolles Medium, indem diese Dinge sehr deutlich zu Tage treten und es zeigt sich dadurch, das Karate mehr ist als Sport.

1: jap. Ausdruck der die Energie beschreibt die alles Leben durchfließt; vitale Lebensenergie.

das Seminar

Um dem Thema „Ki im Karate“ in seiner Tiefe gerecht zu werden und einen Zugang zur Ki-Erfahrung zu ermöglichen, setzt sich das Seminar aus folgenden Inhalten zusammen:

Atmung als Quelle der Energie

- Entdecken des vollen Potentials
- Bewusstes Atmen. Wohin Atme ich??
- Harmonisierung Atmung - Bewegung
- Verbindung der Aspekte Atmung - Bewegung - Empfindung
- Entdeckung des inneren Impulses und Freisetzung in Bewegung

Fixierung und Wahrnehmung - Der Weg zum lebendigen Zanchin.

- Fixierung und Wahrnehmung sind zwei gegenüberliegende Pole.
- Dort wo Fixierung statt findet ist Wahrnehmung nicht möglich.
- Dies wird gerade im Karate sehr deutlich
- Es geht um das erleben beider Zustände
- Am Ende steht die Erkenntnis von Zanchin

Ursache und Wirkung - die innere Beteiligung des Handelns

- Tue was Du empfindest, empfinde was Du tust
- Die Veränderung der Handlung steht im Vordergrund und wird erfahrbar
- Was bedeutet dies für mein Karate???
- Was bedeutet dies darüber hinaus???

Ki im Karate, Karate mit Ki

- Unvoreingenommenheit in der Handlung
- Bewusstsein im Hier und Jetzt
- Erkennen des „wahren“ Gegners

Für alle interessierten Karatekas.

zur Person

- Rego Preisendörfer betreibt seit 1987 traditionelles Shotokan-Karate, 1992-1998 Mitglied des Landeskaders NRW
1997 Ausbildung in energetischer Arbeit unter der Leitung von Johanna Helga Mildenerger.
2001 erster Zugang zur KI-Schule (N.E.T.) von Karl Grunick.
Leitet seit 2004 Seminare und Lehrgänge zum Thema Ki im Karate
Autor veröffentlichter Texte zum Thema Energiearbeit im Karate.
2008 Ausbildung Präventionstrainer DOSB.
2010 Schüler der Bonsaiwerkstatt Düsseldorf unter der Leitung von Werner M.Busch.

Ort und Zeit

Karateakademie Shirai, Weilerstr.15,
41540 Dormagen

Samstag: 11⁰⁰ - 18⁰⁰ h

Teilnehmerzahl ist begrenzt

Preis: die Gebühr für das Seminar ist an dem jeweiligen Wochenende zu entrichten, die Höhe liegt im eigenen Ermessen des Teilnehmers

Anmeldung: Rego Preisendörfer
tel.: 01577 1416464
www.sumkum.de
e-mail: sumkum@t-online.de

Bitte mitbringen:
Gi-Hose und ein weißes, neutrales T-Shirt
Evtl. Verpflegung und Getränke.