

Neu – Karate im Judokai Wallisellen

Nach vierzig Jahren Judo und Ju-Jitsu erweitert der Judokai Wallisellen seine Trainingsstile um GOJU RYU Karate.



Ab dem 27. Oktober 2006 ist der Judokai Wallisellen um ein Training reicher. Peter Anliker leitet jeweils Freitags von 18:30 bis 20:00 Uhr dieses abwechslungsreiche und effektive Training. Der Einstieg lohnt sich, sind es doch alles Anfänger.

GOJU RYU Karate, das ist die Verbindung des Harten mit dem Sanften: Harte, geradlinige Bewegungen und Techniken werden mit sanften, kreis- und bogenförmigen zu einer attraktiven Kampfesweise verschmolzen, die zudem äusserst wirkungsvoll ist.

Das Training setzt sich aus verschiedenen unterstützenden (Makiwara, Krafttraining), athletischen und stiltechnischen (Kihon, Kata, Kumite) Übungen zusammen, begonnen und beendet mit Reigi (Höflichkeit, Anstand, Benehmen). Die erforderliche Disziplin beim Training hat auf der einen Seite einen (selbst)disziplinierenden Effekt, auf der anderen Seite ist sie wichtige Voraussetzung für die Sicherheit beim Training mit Partnern. Neben den „harten“ Tritt- und Schlagtechniken, werden im Gegensatz zu anderen Karate Stilen seit jeher auch vermeintlich „weiche“ Techniken, wie Würfe, Würgegriffe, Arm- und Beinhebel, Haltegriffe und Bodenkampf gelehrt. Dies macht diesen Stil zu einem abwechslungsreichen Training und stärkt das Selbstwertgefühl, wie auch die verschiedenen Körperpartien.

Der Trainer Peter Anliker betreibt Karate seit über 15 Jahren. Klassisch begann er mit dem Stil Shotokan. Nach einer Reise nach Japan wechselte er zum vielseitigen Okinawa Goju Ryu-Karate. Im Jahre 2001 absolvierte er erfolgreich die dreitägige Prüfung zum ersten Dan. Wenige Jahre später bestand er in Japan die Prüfung zum zweiten Dan. Seine regelmässigen Trainings bei japanischen Trainern garantieren auch in Zukunft ein hohes Niveau und Können.

Wagen Sie den ersten Schritt und kommen Sie ganz unverbindlich an einem Freitagabend um 18:30 Uhr in unser Trainingslokal unter dem Hallenbad Wallisellen. Sei dies nun aktiv auf den Matten oder als Zuschauerin oder Zuschauer.