

Budo-Kampfsportschule-Starzach e.V.

Kampfkunst-Lehrgang mit anschließendem Grillfest

Am 04.07.2026 veranstalteten wir unser traditionelles Sommer-Spezial, einen internen Kampfkunst Lehrgang mit anschließendem Grillfest. Insgesamt 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzten die Gelegenheit, sich gemeinsam fortzubilden und sich auszutauschen.

Den Auftakt gestaltete Christina Schweizer mit einer ruhigen Tai-Chi-Einheit. Durch konzentrierte Bewegungen und bewusstes Atmen sorgte sie für eine gelungene Einstimmung auf den Lehrgang.

Anschließend vermittelte Frank Jähne im Bereich Arnis verschiedene Techniken mit dem Einzelstock. Mit der Übung „Single Sinawali“ standen Koordination, Technik und vor allem der Spaß am gemeinsamen Training im Mittelpunkt.



Kurzfristig sprang Hans-Joachim Schaffrinna für unseren Meister Volker Hipp ein, der aus privaten Gründen, sehr spontan verhindert war und übernahm die nächste Einheit zum Thema Kyusho. Dabei ging es um den Umgang mit dem Kubotan sowie um das richtige Körperausweichen bei Drucksituationen. Diese Inhalte bildeten zugleich den Übergang zur abschließenden Kobudo-Einheit. Dort vertiefte Joachim die Arbeit mit dem Kubotan und erläuterte die Lehre der fünf Elemente, insbesondere im Zusammenhang mit dem Holzstock.



Im Anschluss ließ die Gruppe den gelungenen Lehrgang bei einem gemeinsamen Grillfest im traumhaften Garten von Klaus Mayer ausklingen. In gemütlicher Atmosphäre standen gute Gespräche, kameradschaftliches Beisammensein und der Austausch über das Erlernte im Mittelpunkt.

Die Budo-Kampfsportschule Starzach e.V. bedankt sich herzlich bei allen Referenten, Helferinnen und Helfern sowie allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die zum erfolgreichen Gelingen dieses schönen Tages beigetragen haben.

Hier findet Ihr die Fotogalerien der Veranstaltungen:

<https://bujukai.com/fotos-2/>

Volker Hipp (BKS-Starzach)

Hier bekommst Du alles über unseren Verein beantwortet.
volker.hipp@bujukai.de / www.bujukai.com