

Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken

Jeff Broderick

Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken Jeff Broderick

Kendo, der »Weg des Schwertes«, zählt zu den angesehensten Kampfsportarten und ist ein sehr ästhetischer, traditionsreicher und schneller Stil. Für alle Einsteiger und Kampfsport-Interessierten ist dieses Buch der optimale Wegweiser, aber auch Fortgeschrittene können damit ihre Kenntnisse erweitern. Sie erfahren in diesem Buch alles Wissenswerte über Geschichte und Philosophie des Kendo, Ausrüstung, Etikette und Trainerwahl. Grundlegende Techniken werden ebenso vorgestellt wie spezielle Angriffs- und Verteidigungstechniken. Vervollständigt wird das Ganze durch nützliche Informationen zu Training und sportlichem Wettkampf.

 [Download Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken ...pdf](#)

 [Online lesen Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken Jeff Broderick

96 Seiten

Pressestimmen

"Ein ausgezeichnetes Buch für Einsteiger wie Fortgeschrittene. (...) Sehr empfehlenswert."

(liesmalwieder.de, Mai 2005) Kurzbeschreibung

Kendo, der »Weg des Schwertes«, zählt zu den angesehensten Kampfsportarten und ist ein sehr ästhetischer, traditionsreicher und schneller Stil. Für alle Einsteiger und Kampfsport-Interessierten ist dieses Buch der optimale Wegweiser, aber auch Fortgeschrittene können damit ihre Kenntnisse erweitern. Sie erfahren in diesem Buch alles Wissenswerte über Geschichte und Philosophie des Kendo, Ausrüstung, Etikette und Trainerwahl. Grundlegende Techniken werden ebenso vorgestellt wie spezielle Angriffs- und Verteidigungstechniken. Vervollständigt wird das Ganze durch nützliche Informationen zu Training und sportlichem Wettkampf. Klappentext

Asiatische Kampfkünste stärken Körper und Geist. Sie verbinden Werte und Traditionen mit Schnelligkeit, Kraft und harmonischen Bewegungsabläufen. Sie fördern das Selbstvertrauen, schulen das Konzentrationsvermögen und dienen vor allem der Persönlichkeitsbildung. Kendo, »der Weg des Schwertes«, stammt aus Japan und hat seine Wurzeln in der uralten Tradition der Samurai. Durch seine enge Verbindung zum Zen-Buddhismus hat sich Kendo zu einer faszinierenden Kampfkunst entwickelt, die heute weltweit ausgeübt wird. Ziel dieser Kunst ist es, durch ein harmonisches Zusammenspiel von Körper, Geist und Schwert den Gegner im Wettkampf an Schnelligkeit und Zielsicherheit zu übertreffen. Jeff Broderick beschreibt in diesem mit rund 200 farbigen Abbildungen illustrierten Buch: · Geschichte und Philosophie des Kendo · Ausrüstung und Etikette · Rangstufensystem und Prüfungsinhalte · Grundlegende Haltungen und Techniken · »Waza« - Techniken des Angriffs und des Gegenangriffs · Regeln für den Wettkampf Da beim Kendo - wie bei allen asiatischen Kampfkünsten - der Weg das Ziel ist, ist niemand zu alt oder zu jung, um diese Kunst zu entdecken. Dieses Buch weist den Weg zum richtigen Einstieg in diesen faszinierenden Sport. Download and Read Online Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken Jeff Broderick #EZQN9I05L72

Lesen Sie Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick für online ebook Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick Bücher online zu lesen. Online Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick ebook PDF herunterladen Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick Doc Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick Mobipocket Kendo: Traditionen - Grundlagen - Techniken von Jeff Broderick EPub