

Karate und Ki-Training bei Petra Schmidt



Im April fand in Berlin-Charlottenburg zum dritten Mal ein Karate und Ki-Lehrgang mit Petra Schmidt statt. Wieder waren alle Teilnehmenden von dieser ungewohnten Art, Karate zu trainieren, sehr begeistert. Petra Schmidt macht seit 20 Jahren Karate und trainiert seit vielen Jahren im Hombu Dojo von Osamu Aoki in Alicante, Spanien.

Sie verbindet die von Osamu Aoki entwickelten Übungen der AOKI BIO ENERGY mit der uns

bekannteren Art Karate zu trainieren. Hier ein kurzer Auszug aus dem noch unveröffentlichten Manuskript ihres wahrscheinlich Mitte nächsten Jahres erscheinenden Buches:

"Die AOKI BIO-ENERGY & KARATE SCHOOL von Osamu Aoki lehrt ein Trainingssystem, mit dem das Nutzen unseres KIs sowohl für die Weiterentwicklung unseres Karates als auch für andere Zwecke, z.B. für unsere Gesundheit oder unser Wohlbefinden, erlernt werden kann. Osamu Aoki hat sich eingehend mit verschiedenen Kampfkünsten, Zen-Meditation, diversen Körper-Schulen und medizinischen Richtungen beschäftigt, hat jahrelang in Selbststudien Bewegungen ausprobiert und hat so bestimmte Übungen sowohl als Vorbereitung für das Karatetraining als auch zur Erhaltung, Wiedererlangung oder Stabilisierung der Gesundheit entwickelt. Als Karateka galt und gilt seine Suche den Möglichkeiten, bestimmte Übungen für die Verbesserung unseres Karatetrainings einsetzen zu können. Und "Verbesserung des Karatetrainings" heißt für ihn primär: "Steigerung der Effektivität der Karate-Techniken" und zwar "unabhängig vom Alter oder Geschlecht" der Person." Damit nun auch wir, die wir eher "zum alten Eisen" gehören, unsere Karatetechniken verbessern können, wird Petra Schmidt hoffentlich noch öfter nach Berlin kommen!

Martin Fritz

Foto: Petra Schmidt und Bernd Hartlieb, Uni Dojo Berlin;

Foto: photographersatwork.com/Björn-Arne Eisermann