



Uni Karate Dojo  
Stuttgart e.V.

# Erfahrungseminar Ki & Karate

am Samstag, den 17.10.2009 mit

**Günter Pesch, Ki-Trainer**

1. Dan Karate, DKV-Gesundheitstrainer

<b>Lehrgangsort</b>	Johann-Friedrich-von-Cotta-Schule, Sickstr. 165, 70190 Stuttgart-Ost
<b>Uhrzeit</b>	10.00 – 13.30 Uhr, 14.30 – 18.00 Uhr
<b>Seminarinhalt</b>	<p>Ki (japanische Bezeichnung für die universelle Lebensenergie) ist eine innere Kraft, die in jedem Menschen vorhanden, aber in der Regel nicht bewusst ist.</p> <p>Im Seminar werden wir diese Kraft – mit einfachen Partnerübungen – in uns erfahren und können erleben, dass sie stärker ist als die äußere (Muskel-) Kraft. Die dabei gefundene Haltung der Ganzheitlichkeit können wir in jede Situation im Leben, die zu einem Problem werden könnte, übertragen und sie somit für uns nutzen.</p> <p>Das Seminar ist auch für Nicht-Kampfsportler geeignet.</p>
<b>Themen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• (An-)Spannung und Entspannung</li> <li>• Die eigene Mitte finden und halten</li> <li>• Spüren als unbewusste Wahrnehmung</li> <li>• Ki und Karate / Ki und Selbstverteidigung</li> </ul>
<b>Ziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung des Körpergefühls</li> <li>• Durch weniger Tun mehr erreichen</li> <li>• Einheit von Körper, Geist und Seele</li> </ul>
<b>Lehrgangsgebühr</b>	15 Euro. Eine Anmeldung wird empfohlen.
<b>Anmeldung/Info</b>	Günter Pesch, g.pesch@freenet.de
<b>Mitzubringen</b>	Lockere Kleidung, Verpflegung und Getränke
<b>Veranstalter</b>	Uni Karate Dojo Stuttgart e.V., <a href="http://www.ukd-stuttgart.de">http://www.ukd-stuttgart.de</a>
<b>Haftung</b>	Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.

**K**

**I**

**+**

**K**

**A**

**R**

**A**

**T**

**≡**

## Zur Person Günter Pesch

Günter Pesch kommt ursprünglich von der Kampfkunst Karate, die er seit über 20 Jahren betreibt. Seit einigen Jahren beschäftigt er sich intensiv mit dem Thema Ki und besucht diverse Seminare bei deutschen und asiatischen Meistern. Ferner praktiziert er Qi Gong und Reiki.