

# Seminar mit Minoru "Ark" Akuzawa (Aunkai Association Gründer)



**29. Juni – 1. Juli 2018**  
Zürich, Schweiz

# AUNKAI

## DATUM

**Open Seminar** 30. Juni 2018 9:00-12:00 & 14:30-17:30  
1. Juli 2018 9:00-12:00

**Private Class** 29. Juni 2018 17:00-20:00 \*

\*Nur für Teilnehmer, die mit dem Material vertraut sind

## KONTAKT/ANMELDUNG

Jörg Beile (Iwama Aikido Zürich)  
Tel: +41 (0)79 289 83 44  
Email: [seminars@iwamaaikido.ch](mailto:seminars@iwamaaikido.ch)

## KOSTEN

	<b>Early-bird</b> (bis 30. April 2018)	<b>Regulär</b>	
<b>Open Seminar</b>	CHF 150.-	CHF 210.-	alle Klassen
	CHF 60.-	CHF 80.-	pro Klasse
<b>Private Class</b>	CHF 70.-		

## Was ist Aunkai?

Die Aunkai-Methode fokussiert auf den grundlegenden Prinzipien des „Kampfkörpers“. Das Training entwickelt eine geschmeidige Kraft, die sich stark vom üblichen Verständnis der Muskelkraft unterscheidet. Der trainierte „Kampfkörper“ reagiert intuitiv auf wechselnde Voraussetzungen, ohne dabei auf in Stein gemeisselte Techniken zurückgreifen zu müssen.

Körper-Prinzipien anstatt Techniken zu trainieren, ist was Aunkai für Kampfkünstler, Athleten oder Therapeuten relevant macht. So haben unsere Mitglieder die verschiedensten Hintergründe, von Aikido zu Karate, Taichi, Jiu Jitsu, Arnis zu Yoga, Ballet oder Physiotherapie.





## KURZPORTRAIT MINORU "ARK" AKUZAWA

Minoru Akuzawa stammt aus der Gunma-Präfektur in Japan und begann mit 16 Jahren Taichi und mit 19 Jahren die Kunst des Xingyi zu trainieren. In den früheren 90er Jahren repräsentierte er Japan am Internationalen Sanda Turnament und machte die Bekanntschaft von Persönlichkeiten, die wenig vom Drumherum der Kampfkunst hielten und das Rampenlicht scheuten. Statt dessen lag ihr Fokus auf der Konditionierung des Körpers und nicht auf definierten Formen und Techniken.

Das intensive Training mit diesen Persönlichkeiten führten Minoru Akuzawa zur Neueinschätzung der eigenen Erfahrungen, und der Neuausrichtung seines Fokuses. Er baute sein Verständnis von "Bujutsu" (Kampfkunst), basierend auf chinesischen wie auch japanischen modernen und traditionellen Kampfkünsten weiter aus und entwickelte so die Aunkai-Methode.

Mehr zu Aunkai und Akuzawa findest du hier: [www.aunkai-tokyo.jp](http://www.aunkai-tokyo.jp)

## SEMINAR STANDORT/KARTE

**30. Juni 2018, 9:00-12:00**

Turnhalle des Schulhauses Glärnisch  
Glärnischstrasse 3, 8820 Wädenswil  
(10 Minuten zu Fuss vom Bahnhof)



**30. Juni 2018, 14:30-17:30**

**1. Juli 2018, 9:00-12:00**

Turnhalle des Schulhauses Eidmatt  
Eidmattstrasse 15, 8820 Wädenswil  
(5 Minuten zu Fuss vom Bahnhof)



## PRIVATE CLASS

**29. Juni 2018, 17:00-20:00**

Iwama Aikido Zürich  
Stofelstrasse 19 (UG), 8052 Zürich  
(10 Minuten zu Fuss von Bahnhof Oerlikon)

