



Photo by Stefan Kranz
Instagram: @skranzphotos

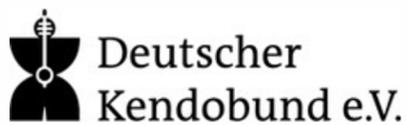
Hier findest Du uns:

Aachen, Achmühle, Augsburg,
Bad Homburg, Bad Kreuznach,
Bad Langensalza, Bamberg, Bayreuth,
Berlin, Bonn,
Bottrop, Braunschweig, Bremen,
Coburg, Dresden, Düsseldorf,
Erlangen, Essen, Falkensee, Fleckeby,
Frankfurt, Halle a.d. Saale, Hamburg,
Heidelberg,
Holz, Landsberg am Lech,
Kiel, Leipzig, Lübeck, Ludwigshafen,
Mainz, Mannheim, München,
Nürnberg, Osnabrück,
Recklinghausen, Reinbek,
Saarbrücken, Siegen, Steinbach,
Verl, Wolfsratshausen, Wuppertal,
Würzburg



Iaido

**Informationen
zur
japanischen
Schwertkampfkunst**



Deutscher
Kendobund e.V.

Mitglied mit besonderer Aufgabenstellung im



DJB
DEUTSCHER JUDO-BUND e.V.



**Weitere Infos und
Kontaktmöglichkeiten
auf
www.iaido.de**

Das Schwert

Das japanische Schwert, **katana**, ist in der ganzen Welt berühmt. Nicht nur wegen seiner materiellen Eigenschaften. Das Tragen und der Gebrauch dieser Waffe war lange Zeit alleiniges Vorrecht der japanischen Kriegerklasse, der **Samurai**.



Im heutigen laido-Training werden drei Arten von Schwerter benutzt.

Das **bokken**, ein Holzschwert für Partnerübungen und um Grundlagentechniken zu üben.

Das **iaito**, es entspricht einem scharfen Schwert in Form, Länge und Gewicht und Aussehen. Die Klinge ist aber ungeschliffen.

Und zuletzt das scharfe Schwert, auch als **shinken** bezeichnet. Welches aber erst nach vielen Jahren des intensiven Übens im Training eingesetzt werden sollte.

Das laido im DlaiB e.V.

Im Deutschen laido Bund e.V. (DlaiB e.V.) wird als Grundlage, neben den traditionellen Schulen, das laido der **ZEN NIHON KENDO RENMEI** (Alljapanischer Kendoverband) vermittelt.

Diese aus zwölf Formen bestehende Grundschule wurde 1968 geschaffen und beinhaltet viele Techniken historischer Schwertkampfstile.

Im **ZNKR-lai** werden weltweit **Prüfungen** und **Wettkämpfe** abgehalten.



Eröffnungszereemonie einer Europameisterschaft

Auch bei uns werden jedes Jahr **Deutsche laido Meisterschaften** durchgeführt.

Damit kommen wir zu einer Besonderheit, die laido von anderen Kampfkünsten oder Kampfsportarten beim Wettkampf unterscheidet.

Denn es findet **keine Trennung** nach Geschlecht oder Alter statt. Einziges Kriterium ist die erreichte (Dan-) Graduierung.

Das Training

laido ist eine **“körperlose”** Kampfkunst. Jeder übt die **kata** für sich alleine, die Gegner sind vorgestellt.



Anfänger lernen zu erst die einzelnen Elemente, aus der eine **kata** besteht. Eine **kata** ist ein vorgegebener Bewegungsablauf, der einem realen Schwertkampf nachempfunden ist. Jede **kata** beinhaltet vier Elemente: Ziehen des Schwertes (**nukitsuke**), Schnitt (**kiritsuke**), Schwert reinigen (**chiburi**) und Schwert wegstecken (**noto**).

Ungefährliche Partnerübungen mit dem **bokken** sind möglich. Mit ihnen können Funktion, Abstand, Timing und Dynamik einer **kata** verdeutlicht werden.

Wir würden uns freuen, wenn Du den Weg zu uns findest und den Weg mit uns gemeinsam beschreitest.

Unsere Übungsleiter geben Dir gerne Auskunft über diese faszinierende Kampfkunst. Oft wird ein kostenloses Probetraining angeboten.