

20 Jahre Kampfsportschule Aarau

Die hohe Schule von Körperbeherrschung und Herzqualität

Hohe Ansprüche an Lernende und Lehrende in den Disziplinen traditionelles Karate, medizinisches Qi Gong und Yoga, machen die Kampfsportschule Aarau in der Schweiz zu einer der grössten und renommiertesten Schulen dieser Art. Eine zwanzigjährige Erfolgsgeschichte?



Leiter und KaratelehrerInnen-Team der Kampfsportschule Aarau: Dauren Zagitov, Kurt Freudemann, Tommy Scheidegger, Ismet Duro, Roman Biehler, Karin Lüscher, Maruja Harnisch, Dieter Lüscher, Michael Baumann (v.l.; nicht im Bild: Michael Waldmeier)

«Mögen alle, die in den letzten zwanzig Jahren Teil des Unterrichts waren, etwas Positives auf ihren Lebensweg mitgenommen haben. Ich danke den Mitgliedern, Kursteilnehmern und Lehrern für ihren Einsatz!» Seit Beginn 1991 ist es Gründer Dieter Lüscher (46) aus Unterentfelden ein Anliegen, dass über das sorgfältige Erlernen der Technik hinaus Charakter und Geist geschult werden – insbesondere Herzqualität, Respekt, Verantwortung und Konzentration. Aus diesem Grund leiten ausschliesslich erfahrene Lehrer den Unterricht, die sich durch Fachkompetenz und durch die Philosophie der

jeweiligen Disziplin auszeichnen. «Dies ist das Geheimnis unseres Erfolgs», ist Dieter Lüscher überzeugt, denn die Atmosphäre aus Akzeptanz, Freundlichkeit und Toleranz wird von unseren Mitgliedern und Kursteilnehmern sehr geschätzt – und ist nicht zuletzt die Grundlage für den Trainingsfortschritt eines jeden.»

Reife Leistung
Schulleiter Dieter Lüscher verfügt über rund 30 Jahre Karate- beziehungsweise 25 Jahre Kobudo-Erfahrung. Die beiden Karate-Bereichsleiter Roman Biehler (Erwachsene) und Tommy Scheidegger

(Kinder) über rund 24 bzw. 26 Jahre Kampfkunst- bzw. Karate-Praxis. Karate-Lehrer Michael Baumann war über 10 Jahre Mitglied der Schweizer Karate-Nationalmannschaft, mehrfacher Karate-Schweizermeister (off. Karate-SM) und ist J+S Experte im Karate. Für das Qi Gong konnte mit TCM-Facharzt Dr. chin. Zheng Zhang ein Fachmann mit über 20 Jahren Qi Gong-Erfahrung gewonnen werden. Die Yoga-Lehrer Dr. med. Rolf Victor Heim und Liselotte Pfister sind ehemalige direkte Schüler von Selvarajan Yesudian und Elisabeth Haich, der ältesten Yoga Schule der Schweiz.

Ausgezeichnet!
Bereits zum fünften Mal in Folge wurde die Kampfsportschule Aarau von der Swiss Karate Federation (SKF) mit dem Swiss Leading Karate Dojo Award ausgezeichnet. Diese Auszeichnung ist die wichtigste und bedeutendste Auszeichnung für Karatevereine und -schulen in der Schweiz. Der Award geht an Karatevereine und -schulen, die sich durch überdurchschnittliche Leistungen in den Bereichen Human Kapital, Sport, Mitglieder und Infrastruktur auszeichnen. Im Bezirk Aarau ist die Kampfsportschule Aarau das einzige Dojo mit diesem hohen Qualitätslabel.



NEU! ANFÄNGERKURSE

Qi Gong
Mit Dr. chin. Zheng Zhang
Aarau: 20. Oktober 2011
Brugg: 18. Oktober 2011

Karate Jugendliche/Erwachsene (ab 14 Jahren)
Mit den Top-Schwarzgurtträgern der Kampfsportschule
Aarau: 15. November 2011

Karate Kinder (6–13 Jahre)
Mit den Top-Schwarzgurtträgern der Kampfsportschule
Aarau: 14. November 2011

Hatha Yoga Mit Liselotte Pfister und Dr. med. Rolf Victor Heim
Einstieg jederzeit möglich

Informationen und Auskünfte:
Kampfsportschule Aarau
Dieter Lüscher, Schulleitung
Telefon 062 827 01 26
www.karateschule.ch
www.facebook.com/kampfsportschule.aarau

KARATE FÜR ERWACHSENE – EIN GUTES GEFÜHL

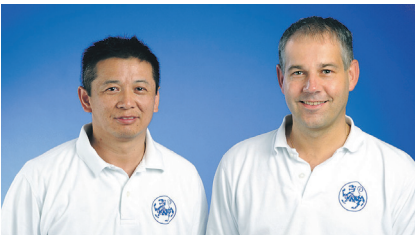
Die Kampfsportschule Aarau unterrichtet traditionelles Karate als Kampfkunst im ursprünglichen Sinn (Karate-Do, Do=Weg). Auch bei Frauen ist diese Karate-Unterrichtsphilosophie beliebt und sie machen einen beachtlichen Teil der Mitglieder aus. Viele Karate-Mitglieder beginnen erst im Alter von dreissig, vierzig oder fünfzig Jahren mit dem Training und entdecken dadurch ein ganz neues Lebensgefühl.

Die jüngsten Karate-Lehrer der Kampfsportschule: Michael Waldmeier (24) und Dauren Zagitov (24) (v.l.)



MEDIZINISCHES QI GONG – EINFACH GESUND

2001 erweiterte die Kampfsportschule Aarau ihr Unterrichtsangebot um die Disziplin Qi Gong (Qi = Lebenskraft, Gong = Übung, chin.). Der Vorteil des bei uns praktizierten medizinischen Qi Gongs liegt in seiner Einfachheit. Die Übungen sind schnell erlernt und können auch zuhause oder unterwegs praktiziert werden. Die positive Wirkung des Trainings ist meist schnell spürbar – Lösen von inneren Spannungen, Anregung der Organfunktionen, Förderung von Durchblutung, Muskelkraft und Beweglichkeit usw.



Links: Dr. chin. Zheng Zhang, TCM-Facharzt und Qi-Gong-Lehrer, zeigt eine Übung aus dem medizinischen Qi Gong.
Oben: Dr. chin. Zheng Zhang mit Schulleiter Dieter Lüscher (v.l.)

KIDS – LERNEN FÜRS LEBEN



Viele stolze Kinderkarate-Prüfungsabsolventinnen und -absolventen zusammen mit dem Kinderkarate-Lehrerteam mit Tommy Scheidegger (Leitung), Kurt Freudemann und Karin Lüscher.

Wir sind überzeugt, dass Karate etwas vom Besten ist, was Kinder in ihrer Freizeit machen können. Der Grund liegt darin, dass Karate kein Sport im üblichen Sinne ist, sondern gemäss der traditionellen Karate-Philosophie als höchstes Ziel die Charakterentwicklung hat. Der Karate-do (do = Weg, jap.) ist für Kinder ein Gewinn, von dem sie ihr ganzes Leben profitieren können. Im Kinderkarate lernen sie Selbstvertrauen, Konzentration, Durchhaltewillen, Respekt, Toleranz und Verständnis.

HATHA YOGA – DIE GELASSENHEIT DES SEINS

In unserem Yoga-Unterricht geht es um die Fitness von Körper, Geist und Seele bei gleichzeitiger Entspannung. Diese Art von Yoga ist für jedermann und jedes Alter geeignet – es besteht kein Leistungsdruck und jede und jeder übt so, wie es ihr oder ihm möglich ist. Durch Hatha-Yoga wird das körperliche Wohlbefinden gefördert, aber auch mentale/kognitive Fähigkeiten werden geschult. Resultat ist u.a. ein verbessertes Leistungsvermögen sowie mehr innere Ruhe und Gelassenheit.



Hatha Yoga an der Kampfsportschule Aarau ist leicht erlernbar: Die Yoga-Lehrer Liselotte Pfister und Dr.med. Rolf Victor Heim.

