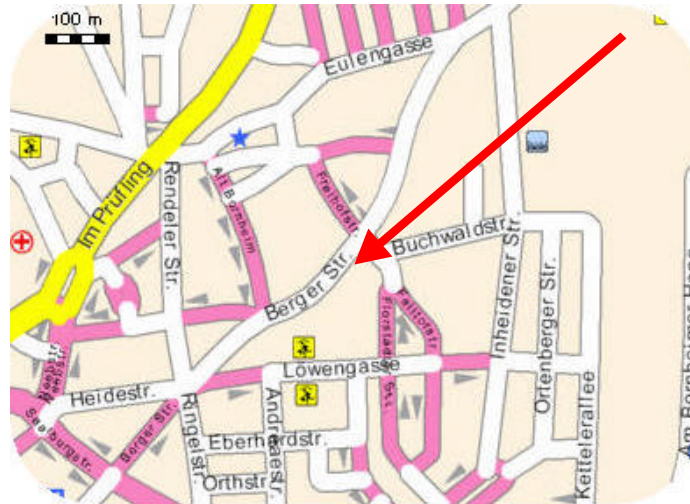


Arnis

Eine Kampfkunst der besonderen Art. Von jeher durch Besatzung und kriegerische Auseinandersetzungen beeinflusst, entwickelten sich auf den philippinischen Inseln verschiedene Kampfkünste, die heute unter dem Begriff Arnis zusammengefasst werden können. Zentrales Element ist der Kampf mit einem oder zwei Stöcken, die ebenso als Ersatz für Klingenwaffen wie auch als eigenständige Waffen betrachtet werden.



Arnis Frankfurt
in der
TG Bornheim
Bergerstrasse 294
60385 Frankfurt

069/4600040

www.arnis-frankfurt.de

Modern Arnis
&
Lapunti Arnis de Abanico

Mit Stock, aber auch ohne

Arnis vermittelt keine Einzeltechniken, der Schwerpunkt liegt vielmehr in dem Erlernen von Prinzipien, die sich sowohl mit Waffen wie auch mit bloßen Händen umsetzen lassen. Dadurch ist es für Arnisador möglich, die Fähigkeit zur erfolgreichen Selbstverteidigung deutlich zu verbessern. Motorische und koordinative Fähigkeiten, Timing und Distanzgefühl erfahren beim Arnis eine besondere Bedeutung und verbessern sich kontinuierlich.



Kinder & Kampfsport

Respekt und Rücksichtnahme dem Trainingspartner gegenüber, die Notwendigkeit zur vollen Konzentration auf das eigene Handeln, physiologisch wertvoller Sport unter Anleitung qualifizierter und verständnisvoller Übungsleiter. Gerade für Kinder und Jugendliche kann die Ausübung von Arnis diese Eigenschaften herausbilden und fördern. Sport ohne übertriebenen Leistungsdruck in freundlicher und vertrauenswürdiger Atmosphäre fördert die positive Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.



Voraussetzungen

Arnis verlangt keine besonderen körperlichen Voraussetzungen, die Fähigkeiten von Neueinsteigern werden im Anfänger-Training herausgebildet. Notwendig sind nur Freude am Sport und die Bereitschaft, sich in die Gruppe zu integrieren. Einfach vorbeikommen und reinschauen, eine Voranmeldung ist nicht nötig! Die aktuellen Trainingstermine und Trainingsorte sind im Internet unter www.arnis-frankfurt.de zu finden.

