



Ushiro Karate

Jissen Juku

2022

October 22th. – 23th.

International Budo-Seminar



Honbu Dojo
Berlin

Karate &
Ki Energy

Ushiro Karate

Jissen Juku

Das Honbu Dojo Berlin präsentiert zum wiederholten Mal in Europa eine Budo-Erfahrung ganz besonderer Natur. Ushiro Sensei - ein anerkannter Karate-Meister in Japan und Autor von mehreren Kampfkunstabbüchern - praktiziert seinen Karatestil Ushiro Karate auf einer Ebene, die mit Sportkarate nichts mehr gemein hat. Er verbindet vielmehr Mental-Energie mit dem traditionellen okinawanischen Karate.

Kenji Ushiro's Anwendung des Ki ist ein Ausdruck seines Karates auf außergewöhnlichem Niveau, welches so in der Kampfkunstwelt nicht zu finden ist. Den Schwerpunkt bildet dabei, körperliche und geistige Harmonie durch das Praktizieren von traditionellen Okinawa Kata- und Kampfkunsttechniken zu erreichen. Die optimale Körperatmung, beherrscht durch das Lösen von starken Emotionen und die richtige Körperhaltung, perfektioniert in den Kata, bilden dabei die Basis. Der Weg des Herzens und des Geistes sind im Ushiro Karate wichtiger als das bloße Erlernen von Techniken. Aus diesem Grund wird es auch die Praxis des Herzens genannt.

Das Ushiro Karatedo ist vor allem deshalb so besonders, da nicht maximale Kraft und Emotion, sondern „Loslassen“ den optimalen Energiefluss (Ki) in unserem Körper fördern und so verschlossene Potentiale öffnen.

Ushiro Sensei hilft den Teilnehmern, wieder dem eigenen Bauchgefühl und der eigenen Intuition zu vertrauen und so zu erkennen, welche tief verwurzelten Lebensmuster uns bestimmen. Er zeigt durch Übungen, diese Muster aufzubrechen und so Blockaden und Verformungen zu lösen. Ein Weg zu einem völlig neuen Erleben und Erfahren von Karate und Budo. Vorkenntnisse sind für die Teilnahme am Seminar nicht erforderlich

International Seminar 2022

October 22th - 23th 2022

The Honbu Dojo Berlin presents yet again a extraordinary Budo experience in Europe. Ushiro Sensei - a distinguished karate master from Japan and author of several martial arts books - practices his Karate style Ushiro Karate on a level that has nothing in common with sports karate. He rather combines mental energy with the traditional Okinawan Karate.

Kenji Ushiro's use of energy (Ki) is an expression of his Karate on an extraordinary level - unique in the martial arts world. The focus is on achieving physical and mental harmony through the practice of traditional Okinawa kata and martial arts techniques. The optimal body breathing, mastered by the release of strong emotions and the correct posture, perfected in the Kata, form the basis. The way of the heart and the mind are more important in Ushiro Karate than the simple learning of techniques. For this reason it is also called the "practice of the heart".

The Ushiro Karatedo is particularly special because not maximum power and emotion, but "letting go" promotes the optimal flow of energy (Ki) in our body and thus opens closed potentials.

Ushiro Sensei helps the participants to trust their own gut feeling and intuition again to recognize which deeply rooted life patterns determine us. Through exercises he shows how to break up these patterns and release blockages and deformations.

A way to a completely new experience and learning of Karate and Budo.

Previous knowledge is not required for participation in the seminar.

Veranstaltungsort

Sporthalle des SG EBT 1952 e.V.,
Samariterstraße 19-20, 10247 Berlin

Location

Sports hall of SG EBT 1952 e.V.,
Samariterstraße 19-20, 10247 Berlin

Zeiten

Samstag, 22. Oktober 2022

09:00 – 9:45 Check-In
10:00 – 13:00 Training
13:00 – 14:00 Pause
14:00 – 17:00 Training

Sonntag, 23. Oktober 2022

09:30 Einlass
10:00 – 13:00 Training
13:00 – 14:00 Pause
14:00 – 16:30 Training

Saturday October 22th 2022

09:00 – 9:45 Check-In
10:00 – 13:00 Training
13:00 – 14:00 Break
14:00 – 17:00 Training

Sunday, October 23th 2022

09:30 Entry
10:00 – 13:00 Training
13:00 – 14:00 Break
14:00 – 16:30 Training

Kosten

280,- € 2 Tage
200,- € 1 Tag
Banküberweisung bis zum: **27. September 2022**

Konto/Empfänger: O-K-H GmbH
Zweck: Ushiro 22 + eigener Vor- & Nachname
Commerzbank, Konto: 233770700, BLZ: 100 400 00
IBAN: DE91100400000233770700, BIC: COBADEFFXXX

Haftung

Die Kursteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Der Ausrichter und Organisator lehnt jede Haftung für entstandene Schäden jeglicher Art ab.

Hinweis

Die Seminarinhalte werden auf Deutsch und Englisch vermittelt.

Es befinden sich in unmittelbarer Umgebung der Sporthalle Hotels und Pensionen in verschiedenen Preisklassen. Die nächste S-Bahn-Station „Storkower Strasse“ sowie die U-Bahnstation „Samariterstrasse“ sichern eine schnelle Anfahrt aus allen Teilen Berlin

Vienna House Easy Berlin
<https://www.viennahouse.com>

Costs

280,- € 2 days
200,- € 1 day
Bank transfer deadline: **September 27th 2022**

Bank account/Payee: O-K-H GmbH
Payment purpose: Ushiro 22 + your Surname, Name
Commerzbank, Konto: 233770700, BLZ: 100 400 00
IBAN: DE91100400000233770700, BIC: COBADEFFXXX

Liability

Participation in the Ushiro Seminaris at your own risk. The organizer and host disclaims any liability for damages of any kind.

Notes

The seminar contents are presented in German and English.

In the direct neighbourhood of the sports hall there are hotels and pensions in different price ranges. The next S-Bahn station "Storkower Strasse" and the underground station "Samariterstrasse" ensure a fast arrival from any part of Berlin.

Vienna House Easy Berlin
<https://www.viennahouse.com>

Von 13.00 bis 14.00 Uhr findet an beiden Tagen eine Mittagspause statt. Ein kleiner Imbiss sowie Getränke werden vom Veranstalter gestellt.
In der Nähe des Dojos (Samariterviertel Friedrichshain) befinden sich viele Restaurants, die von den Teilnehmern genutzt werden können.

Am 22. Oktober 2022 wird am Abend ein Meet & Greet stattfinden. Ein mediterranes Buffet inkl. Rot- und Weißwein und Bier, wird vom Veranstalter für die Seminarteilnehmer gegen eine Zuzahlung von € 20,00 angeboten. **Die Buffet-Option bitte bei der Anmeldung unbedingt mit angeben.** Familienangehörige und Gäste können auf Anfrage und Zahlung von € 25,00 am Abendessen teilnehmen. Anmeldung bis 27.09.2022.
Weitere Getränke können vor Ort gekauft werden.

Weitere Informationen werden an den Seminartagen bekannt gegeben.

On both days from 13.00 to 14.00 hours there will be a lunch break. Small snacks and drinks will be provided by the organizer.

Near the dojo (Samariterviertel Friedrichshain) there are many restaurants which can be used by the participants.

On October 22, 2022, a Meet & Greet will take place in the evening. A Mediterranean buffet including red and white wine and beer will be offered by the organizer for the seminar participants for an additional payment of € 20,00. **Please indicate the buffet option when registering.** Family members and guests can participate in the dinner upon request and payment of € 25.00. Registration until 27.09.2022.
Additional drinks can be purchased on site.

Further information will be announced on the seminar days.

Kontakt / contact us

Michael Koethe
info@honbu-dojو.berlin
Cellphone +49 172 322 22 09

O-K-H GmbH,
Wilhelm-Kabus-Straße 21-35, 10829 Berlin
Phone.: +49 30 288 54 050
Cellphone +49 172 322 22 09
www.honbu-dojو.berlin

Jens Ackermann
ackermannjens@icloud.com
Cellphone +49 173 9433 154

SG EBT e.V.
Samariterstrasse 19-20, 10247 Berlin
Cellphone +49173 9433 154
www.sg-ebt.de

Eindrücke der letzten Jahre / Impressions of the last years

