

MUDO SCHULE Hannover



Kampfkunst als Lebensweg – das ist die freie Übersetzung von MUDO. Und dieser Lebensweg setzt sich aus den sogenannten „Fünf Vortrefflichen“, die Kampfkünste, Heilkünste, Musik, Kalligraphie und Literatur vereinen, zusammen.

Der Heilpraktiker mit eigener Praxis für vor allem Traditionelle Chinesische Medizin, Sven Angersbach, betreibt seit über 40 Jahren Kampfkünste. Im vergangenen Jahr erreichte er nach Prüfung durch den Taekwondo-Großmeister Lee Bum-I (9. Dan) den 8. Dan und wurde gleichzeitig zum offiziellen Nachfolger

des Großmeisters ernannt. Seine Schule ist durch den Kukkiwon-World Taekwondo Headquarter international anerkannt und bietet neben Taekwondo auch Qigong und Reiki an. Zur Erklärung: Taekwondo ist eine aus Korea stammende Kampfkunst, die ihre Wurzeln im Taekyon und Subak hat und sich durch elegante und kraftvolle Bewegungen auszeichnet. Diese Kampfkunst gliedert sich in die fünf Bereiche Mattchuo Gyorugi, Poomsae, Gyorugi, Gyok Pa und Hosinsul. Das Erlernen geht sowohl nacheinander als auch ineinander.

Qigong heißt übersetzt Üben mit der Lebenskraft (koreanisch Kigong). Dieses Üben kann in Bewegung, im Stehen oder auch im Sitzen stattfinden. Sven Angersbach praktiziert einen medizinischen Qigong-Stil, der auch Teil einer Behandlung im Rahmen der Traditionellen Chinesischen Medizin sein kann und für eine Verbesserung des Wohlbefindens, die Anregung der Selbstheilungskräfte sorgen soll.

Reiki ist schließlich eine der einfachsten Methoden, um die universelle Lebensenergie verstärkt

aufzunehmen und konzentriert weiterzugeben. Alle Ebenen des Seins werden hier mit einbezogen und alle Aspekte unseres Wesens in ein ausgewogenes Gleichgewicht gebracht.

Die Kurse sind nach Fortschrittsgraden gestaffelt, zu festen wöchentlichen Terminen können Kinder, Jugendliche und Erwachsene für eine Stunde die verschiedenen Künste erlernen. Beim Taekwondo ist auch Gruppenunterricht mit der Familie möglich. Die Kurse beginnen hier meist mit einer aktiven oder passiven Meditationseinheit. Und je nach Wahl geht es dann beispielsweise beim Taekwondo weiter mit spezieller Gymnastik, Techniken wie Tritten und Schlägen, Formläufen oder Partnerübungen. Um die eigene Fitness muss man sich dabei zunächst keine Sorgen machen, die Kondition entwickelt sich schnell mit dem Training.

Dae Sabom Sven Angersbach
Edenstraße 8, 30161 Hannover
Tel. 0511 62 69 90, info@mudo-schule.de
www.mudo-schule.de