

**CHISAO KUEN-WOCHENENDE MIT
GM PROF. KEITH R. KERNSPECHT IN WIEN
SA+SO, 12. + 13. MÄRZ 2022**

EWTO 



ChiSao Kuen Seminare in Wien:

Sa, 12.3.22: 13 – 14:30 und 15 – 16:30 Uhr, Gebühr: € 200,-
So, 13.3.22: 13 – 14:30 und 15 – 16:30 Uhr, Gebühr: € 200,-

Lehrgangsort: EWTO-Akademie Wien,
Liniengasse 14 / Eingang Haydngasse, 1060 Wien

Bitte jetzt schon anmelden, es gilt folgende **Priorisierung** bei den Plätzen:
Meister, Lehrer und dann eventuell auch noch Schülergrade.

Verbindliche Voranmeldung ist bitte unbedingt erforderlich:

EWTO-Büro: headoffice@ewto.at, Tel. 0664 117 70 70

Bitte schreibt auch dazu, welches der CSK Seminare ihr bevorzugen würdet, GM Kernspecht unterrichtet dann diejenigen, die die meisten wollen!

Jeder Teilnehmer erhält eine CSK-Urkunde, wo die Seminare eingetragen werden.

Weitere Infos zu ChiSao Kuen – siehe Rücksei

WAS IST CHISAO KUEN?

ChiSao Kuen ist kein Stil, sondern die persönliche Methode von GM Universitäts-Prof. Dr. Keith Kernspecht, sein sog. „Inneres“ WingTsun zu unterrichten.

Es basiert nicht auf den traditionellen Formen, auch nicht auf den sog. „Sektionen des ChiSao“.

Tatsächlich geht es direkt auf die Prinzipien des Kämpfens ein, die sich am besten im begrenzten Spielraum des Nahkampfes unter die Lupe nehmen und so erklären lassen, dass der Lernende sie auch versteht und mit der Zeit verinnerlichen kann.

Der Nahkampf ist das Reich des „Clinchens“, des ChiSao, das zwischen dem Boxen und dem Ringen angesiedelt ist. Hier sind noch kurze Tritte zum Bein und Unterleib wie auch Fauststöße möglich, grundsätzlich ist es die Reichweite für Knie und Kopfstöße. Man kann aber auch schon den Gegner umklammern und zu Boden werfen. Insofern lässt sich Prof. Kernspechts Unterrichtsprogramm sowohl in die Entfernung (Tritte und keine vorherige Berührung) als auch in den Ringkampf und sogar Bodenkampf weiterentwickeln.

Der Nukleus des ChiSao Kuen ist aber „ChiSao“, das Kleben der eigenen Unterarme oder Hände an denen des Gegners. Hier orientiert sich GM Kernspechts ChiSao Kuen stark am ChiSao des WingTsun (wing chun), das er ab 1970 bei verschiedenen chinesischen Meistern und auch bei direkten Schülern von Bruce Lee studierte.

Aber auch andere nicht von Yip Man abstammende wing chun-Stile waren Ideen-Lieferanten wie auch andere auf Berührung beruhende südchinesische Stile wie südliche Gottesanbeterin, Weißer Kranich, die 5 Älteren, Weiße Augenbraue, Phönixaugen-Faust.

Als Motor benutzt GM Kernspecht die sog. „innere“ (unsichtbare) Kraft, die er von großen Meistern interner chinesischer Methoden wie Yi Chuan, Hsing-Chuan, I Lik Chuan und dem chin./jap. Tai Ki Ken lernte.

Auch Erkenntnisse des Kyokushin Karates von Masutatsu Oyama und seinem persönlichen Lehrer Jon Bluming sind eingeflossen.

Wohlgemerkt hat GM Kernspecht keine Techniken oder Bewegungen übernommen, sondern sein Interesse galt einer Zusammenführung der Schlüsselprinzipien der inneren Methoden.

Im Gegensatz zu anderen Meistern unterrichtet GM Kernspecht •aufgrund seiner Lehr-Erfahrung als Gymnasiallehrer und emeritierter Universitätsprofessor für Sport-Pädagogik und auch •aufgrund seiner eigenen Erfahrung als Schüler innerer Methoden sein ChiSao Kuen nicht trocken und abstrakt, sondern immer in einem praktischen Zusammenhang, wobei es stets gilt, eine Lösung für ein vorgegebenes kampflogisches Problem zu finden.

Entsprechend sind die Aufgaben seiner ChiSao Kuen-Workshops, z.B.

- „Wie man stößt, ohne vom Gegner gezogen werden zu können“ • „Wie man zieht, ohne vom Gegner gestoßen werden zu können“.
 - „Wie man von außen bzw. innen angreift, ohne dass der Gegner abwehren, kontern oder sich durch eine Wendung in Sicherheit bringen kann.“ • „Wie man durch echtes Kleben sicherstellt, dass der Gegner seine Arme nicht von unseren lösen kann.“ • „Wie man den Gegner durch Benutzen von mind. 2 Vektoren versteift und immobilisiert.“
- Usw.

24 ChiSao Kuen-Workshops bietet GM Kernspecht an. Jeder dauert bis zu 3 1/2 Std und besteht fast durchgehend aus Partnerübungen.

Die Festgebühr beträgt 200€.

Der Teilnehmer erhält für jedes absolvierte ChiSao Kuen eine Urkunde mit Teilnahmebestätigung und Unterschrift von GM Kernspecht. Es findet keine Prüfung statt.

Im Privat-Unterricht bis ca. 4 Teilnehmern reichen für 1 ChiSao Kuen bei GM Kernspecht nur 2 Unterrichtsstunden.

Der Energieaufwand an geistiger Konzentration und körperlicher Kraft hält sich etwa die Waage.

Wenn man es einmal verinnerlicht hat, ist kaum noch Kraft nötig.

Bei den 24 ChiSao Kuen gibt es keine bestimmte Reihenfolge. Man kann mit jedem beliebigen ChiSao Kuen beginnen. Jedes beleuchtet einen anderen Aspekt von Kampflogik und organischer Biomechanik.

Einige der wichtigsten Unterschiede zum üblichen Wing Chun bzw. Wing Tsun:

1. Der Körper und das Bewegen werden nach dem „Yin/Yang-Prinzip“, anders und neu organisiert.
2. Wir greifen nicht nur das Leere, also Öffnungen und Deckungslücken an, sondern auch „das Volle“, das uns entgegensteht.
3. Wir setzen stets den „ganzen“ Körper aus seinen Zentren ein, nicht nur die separaten Gliedmaßen.
4. Wir kultivieren die „Kunst, auf andere, raffinierte Weise zu ziehen/reißen bzw. zu stoßen/schieben“.
5. Unser Bewegen ist eher „indirekt“ als direkt, eher „kreisend“ als gerade.
6. Wir „haften“ nicht nur sporadisch, sondern „kleben wie Leim“ am Gegner bzw. wir zwingen ihn, an uns zu kleben.
7. Meistens rauben wir dem Gegner „erst das Gleichgewicht“, bevor wir ihn treffen.
8. Wir üben zunächst „langsam“ und „voll bewusst“ (achtsam), so dass wir gute Gewohnheiten entwickeln, um uns in der Hektik des Kampfes um Leben und Tod auch unbewusst verteidigen zu können.