

3. DAN Prüfung Eishin Ryu Iaido Europa Shibu

Schriftliche Prüfungsfragen:

Frage: Was ist das Ziel der IAIDO-Praxis?

Durch regelmäßige IAIDO-Praxis erlangt man Kontrolle über das Schwert und den Körper. Egal wo, egal wann, ob im Sitzen, Stehen oder Laufen. Darüber hinaus soll man durch das Training lernen, einen gesünderen Körper, Charakter und Geist zu entwickeln.

Was ist bei der IAIDO-Praxis zu beachten?

1. Disziplin, Respekt und Höflichkeit
2. Kleine Details wertschätzen und beachten
3. Eine korrekte Haltung einnehmen
4. Atmung und Bewegung sollen im Einklang sein
5. Aus Sicherheitsgründen den Zustand des Schwertes vor dem Training überprüfen
6. Bei jeder Form den imaginären Gegner visualisieren
7. Besonders mit einsgerichtetem Geist trainieren
8. Nur mit voller Aufmerksamkeit von Körper und Geist trainieren

Welche Fähigkeiten und Vorteile bringt regelmäßige IAIDO-Praxis mit sich?

1. Man entwickelt die Fähigkeit sich schnell zu entscheiden und nicht aufzugeben, was auch immer kommen mag
2. Man entwickelt einen größeren geistigen Spielraum, fließende Körperbewegungen und eine gute Haltung
3. Man entwickelt einen klaren Geist
4. Man entwickelt einen gesunden Körper
5. Durch das fleißige und korrekte Üben entwickelt sich tiefe Erkenntnis über das Schwert, Wahrheit und Ehre
6. IAIDO-Praxis ist unabhängig von Alter und Geschlecht.

Prüfungsprogramm:

- Kata:**
1. Toho Maegiri
 2. Toho Kiriage
 3. Seiza Yaegaki
 4. Seiza Oikaze
 5. Tatehiza Oroshi
 6. Tatehiza Urokogaeshi