

## Tai-Chi-Lehrgang im Club

Richard Lee zählt zu den ersten Vertretern der traditionellen Kampfkünste in Europa. Seit 1969 lebt Richard Lee in Paris und unterrichtet von dort ausgehend traditionelles Karate, Kobudo (Waffenkunst), Tai-Chi sowie verschiedene Formen des Aiki-jutsu in Europa und den USA.

Organisiert wurde der einwöchige Lehrgang in München von Sensei Volker Salm, der den von Richard Lee unterrichteten Stil in Deutschland repräsentiert und diesen auch im HVB-Club unterrichtet. Begleitet wurde Großmeister Lee von einer Delegation von Schülern aus Paris und Südfrankreich, die sich gemeinsam mit den Münchner Schülern zum morgendlichen Tai-Chi-Lehrgang trafen.

Großmeister Richard Lee und die französischen Schüler waren von der Atmosphäre und den optimalen

**Unter der Leitung von Großmeister Richard Lee (9. Dan) fand in der Woche vom 20. bis 24. April ein Tai-Chi-Lehrgang auf dem Club-Gelände statt.**



Übungsmöglichkeiten auf dem Club-Gelände begeistert und haben einen erneuten Besuch bereits angekündigt.

Tai-Chi-Chuan, so die genaue Bezeichnung, zählt zu den inneren Kampfkünsten. Die Hintergründe und Entstehungsgeschichte liegen weitgehend im Dunkeln. In jüngerer Zeit werden jedoch vor allem der Gesundheitsaspekt und der meditative Charakter des Tai-Chi-Chuan betont, die kämpferischen Aspekte

verschwinden oft gänzlich. Im Vordergrund des Lehrgangs standen deshalb neben der Übung der Formen auch Partnerübungen, die diesen kämpferischen Aspekt beinhalten. Eine der Übungen sind die „schiebenden Hände“ (Tui Shou), bei dem sich die Partner gegenüberstehen und einander an den Armen oder Händen berühren. Erlern wird dabei, wie man dem Druck eines Gegners nachgibt und neutralisiert, um anschließend selbst Druck auszuüben.