



**WORKSHOP**

**Professor Desenhado**



## Was ist CAPOEIRA?

Wir stellen euch die brasilianische Kampfkunst vor, die durch ihre Vielfalt in den letzten Jahren immer mehr Menschen auf der Welt begeistert. Ihr Ursprung liegt in der Zeit der Sklaverei in Brasilien. Portugiesische Kolonien besetzen das Land und holen afrikanische Sklaven auf den fremden Kontinent. Diese entwickeln ihre eigene Kultur als ein Ausdruck der Freiheit. Erst seit 1937 ist die Kunst als Sport anerkannt und in Brasilien legal. Zu den Ausübenden gehören heute Menschen aller Religionen, jeglicher Herkunft, männlich oder weiblich.

## CAPOEIRA-WORKSHOP

Vereint werden bei dem Sport Kampf, Spiel, Tanz und Musik. Dabei werden Konzentration, Geschicklichkeit, Improvisation, Reaktionsvermögen, Selbstvertrauen, Kraft und Perkussion geschult. Mit dem Erlernen der traditionellen Elemente wie der Musik, der Instrumente und der 'Roda' (Kreis, in dem mit dem Gegner 'gespielt' wird) entsteht das Spiel, welches Improvisation, Spontanität, Kampf, Musik und Respekt vereint: Capoeira.

**Samstag,  
19.10.2013**

**10.00 - 12.00 Uhr    Kinder bis 12 J.  
14.00 - 16.00 Uhr    Erwachsene**

Anmeldung zum Kurs mit 10 Einheiten vor Ort möglich.

[www.asiansportscenter.de](http://www.asiansportscenter.de)

# PROFESSOR DESENHADO



Der Workshop wird von dem über viele Jahre ausgebildeten **Professor Desenhado der Gruppe Capoeira Sul da Bahia** geleitet. Er unterrichtet seit fast 20 Jahren die Kunst der Capoeira in unterschiedlichen Sozialschichten, in Schulen und Städten der ganzen Welt. Schüler aus 17 verschiedenen Ländern zählen bereits zu der Gruppe Sul da Bahia, deren Ursprung im Süden Bahias liegt, dem Heimatort von Professor Desenhado.

## CAPOEIRA FÜR KINDER

Capoeira ermöglicht es, während den Trainingseinheiten auf spielerische Weise Disziplin, Koordination, Reaktion, Musikalität, Gleichgewicht und Reflexe zu schulen. Dabei kann sich jedes Kind individuell entwickeln und Erfolge erzielen – der Schnelle Typ, der Musikalische, der Intelligente. Neben dem Frage-/Antwortspiel, dem Angriff und der Verteidigung werden die Instrumente mit der traditionellen Musik trainiert.



## CAPOEIRA FÜR ERWACHSENE

Beim Training werden euch Angriffs- und Verteidigungstechniken beigebracht, welche die gesamten Muskeln des Körpers beanspruchen. Im Laufe der Trainingseinheiten wird eine gute Körperbeherrschung erzielt. Bei der Capoeira sind es fließende, ineinanderübergreifende Bewegungen, die später mit dem Rhythmus der traditionellen Musik in der Roda (portugiesisch: Kreis) in einem Spiel mit seinem Gegner angewendet werden. Fordert eure Geschicklichkeit, das Reaktionsvermögen, euer Gleichgewicht, die Koordination im Raum, den Rhythmus, die Spontanität.

— EIN EXKLUSIVES KURSANGEBOT VOM —



Dr. Boris Zimmermann Halle  
Sporthallenweg 10 • 91438 Bad Windsheim  
Telefon: 09841-6825 888 • Mobil: 0175-43 222 02



/AsianSportsCenter