

# KALARIPAYATTU KAMPFKUNST-WORKSHOP

Mit Kampfkunst- und Yogameister Nishanth V.K.  
am ersten Samstag und Sonntag im Juni 2016 im Schlosshotel Karlsruhe



Der Workshop wird von Kampfkunst- und Yogameister Nishanth V.K. gehalten. Dieser praktiziert seit seiner frühen Kindheit Kalaripayattu und Kalari-Yoga. Bedeutende Elemente seiner Ausbildung waren u.a. die Ayurveda-Lehre. Er wirkte in zahlreichen Shows in seiner Heimat Indien sowie in Europa, insbesondere Deutschland, Österreich und der Schweiz, mit. Im Jahr 2014 eröffnete er in Karlsruhe sein eigenes Kampfkunst- und Yogazentrum.

Weitere Infos unter  
[www.avedes.de](http://www.avedes.de)

## TRADITIONELLE INDISCHE KAMPFKUNST

In diesem Workshop lernen Kalaripayattu-Neulinge von Nishanth V.K. drei der acht Tierposen, grundlegende Kicks sowie Basiselemente des Stockkampfes kennen.

Auch Aspekte der Kalaripayattu-Philosophie und der Geschichte des Kalari werden behandelt. Unabhängig von der individuellen körperlichen Fitness kann jeder Teilnehmer eine gesunde und herausfordernde Kampfkunsterfahrung machen.

Der Kalari-Workshop soll die Freude an Bewegung und den Spaß an der traditionellen Kampfkunst Kalari wecken. Ein weiteres Ziel ist die Verbesserung der Beweglichkeit sowie ein Gewinn an Kraft und Koordinationsvermögen. Der Workshop ist ideal für den Einstieg und die Vorbereitung auf den Besuch der regulären Kalari-Klasse.

Alle Teilnehmer des Workshops erhalten außerdem ein Skript mit den wichtigsten Kalariposen, Atemtechniken, Ausführungen zur Geschichte des Kalaripayattu etc., welches Sie mit nach Hause nehmen können.

An folgenden Terminen findet der Kalari-Anfänger Workshop statt:

04.06.2016 von 11:00 – 14:00 Uhr

04.06.2016 von 15:00 – 18:00 Uhr

05.06.2016 von 11:00 – 14:00 Uhr

05.06.2016 von 15:00 – 18:00 Uhr

Kosten: 69,- € / pro Termin (Studenten und Schüler 20,- €)



## So erreichen Sie uns

**Avedes Zentrum**  
Kriegsstr. 142  
76133 Karlsruhe  
0721 / 89 33 74 99  
[kontakt@avedes.de](mailto:kontakt@avedes.de)  
[www.avedes.de](http://www.avedes.de)

