

## Kajo Tsuboi

geboren 1939 in Japan, studierte Psychologie und Philosophie und graduierte an der Waseda Universität in Tokio. Schon als Junge interessierte er sich für japanisches Bogenschießen, Taoismus und verschiedene Meditationsformen. Er studierte Aikido (bei dem Gründer M. Ueshiba), Kyudo, Judo, Bojutsu, Karate, Kenjutsu, Seitai (KI-Energie Medizin) und Shinto.

1979 gründet er das Kiryuho Institut in Tama City, Tokio. Aus dem Kiryuho entwickelte er Hikarinobu, eine Kampfkunst ohne Widerstand. Seminartätigkeit in Europa seit 1985, in Australien seit 1998.

Kajo Tsuboi ist Mitglied der „Society for Mind-Body Science, Japan“ und Autor.

## Kyoko Sato

praktiziert seit 1979 Kiryuho bei Kajo Tsuboi. Sie ist Kiryuho Instrukturin, Tänzerin und Dozentin an der Sagami Woman's University, Tokio. Sie vermittelt Kiryuho authentisch, anschaulich und anmutig.

## Performance und Choreografie

- Theatre festival: Jeux des Critures, La Doma, Autre Pas(Frankreich),
- Unterricht und Tanz: „Ether of Form“, „Play with Jitta Bug“ (Japan)
- Festival „Weereewa“ und „Silk“, „Red Sun – Red Earth“ Tanzprojekt mit Aboriginal und internationalen Künstlern in Australien

## Seminare in Frankreich

Cadenet: 30.09. – 02.10.2011, Paris: 07.10. – 09.10.2011

Kontakt: kiryuho@yahoo.fr

www.kiryuho-france.blogspot.com

## Möbius Kiryuho Seminar

16.09. – 18.09.2011

**Ort:** Aikido-Schule-Linden  
Fössestr. 93b (Hinterhof), Hannover  
Stadtbahnlinie 9, Haltestelle Nieschlagstr.

**Zeiten:**  
Freitag 18.00 – 20.00 Uhr  
Samstag 13.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag 11.00 – 16.00 Uhr  
Der Freitagabend ist auch als Schnupperabend geeignet.

**Gebühren:**  
Schnupperabend 20,00 €  
Wochenende 190,00 €  
Tagesteilnahme 90,00 € (nur für Kiryuho-Erfahrene)

Bitte bringen Sie bequeme Bewegungskleidung mit.  
Unterrichtssprache: Englisch, für Übersetzung ist gesorgt.

## Anmeldung & Info:

Annelene Jaspers  
Konrad-Adenauer-Str. 8  
31157 Sarstedt  
Telefon 05066/98 44 09  
0511/875 66 90  
[www.Annelene-Jaspers.de](http://www.Annelene-Jaspers.de)

Kiryuho Video: <http://d.hatena.ne.jp/tsuboikajo>

**Kiryuho im Bildungsverein:** 18.11. – 19.11.2011  
Anmeldung: [www.bildungsverein.de](http://www.bildungsverein.de)

## WOCHENENDSEMINAR

# Möbius KIRYUHO 気流法

**Japanische Body-Mind-Art**  
mit Kyoko Sato

16.09. – 18.09.2011 Hannover-Linden





## Möbius Kiryuho

MÖBIUS KIRYUHO ist eine lebendige Body-Mind-Art aus Japan. Sie besteht aus einfachen Übungen, die den Körper entspannen und den Geist ruhig und gleichzeitig wacher machen.

**„Wir sind alle miteinander verbunden.“**

Diese Erkenntnis ist die Grundlage von KIRYUHO. Die Sioux-Indianer rufen diesen Satz immer wieder während ihrer Schwitzhüttenzeremonie: „MITAKUYE OYASIN“.

Ja, alles ist mit allem verbunden: Wir sind verbunden mit der Erde und dem Himmel, Wasser, Wind und Wolken, mit dem Meer und den Bergen, mit allen Lebewesen, mit unseren Freunden und Nachbarn, unseren Eltern und Vorfahren. Alles steht miteinander in Beziehung.

Indem wir uns lösen von alten Vorurteilen und Begrenzungen, können wir unsere Verbundenheit wieder spüren. Es reicht nicht aus, nur über sie nachzudenken, wir können sie sehen, fühlen, schmecken, hören und berühren, und natürlich ist die Harmonie und Balance all dieser Funktionen von großer Bedeutung.



Um dies zu erreichen, praktizieren wir Atemübungen, machen einfache, wellenförmige, spiralige Bewegungen und Bewegungen in Form der liegenden Acht. Diese Übung heißt Yawarage.

Yawarage ist eine Methode, um die Balance zwischen Aufmerksamkeit und Entspannung herzustellen. Wir üben, uns zur Welt hin zu öffnen, uns zu verbinden und auch wieder zu schließen, um bei uns zu bleiben. Die Balance dieser beiden Richtungen ist wichtig. Diese Übung bildet die Basis für alles weitere Arbeiten mit Körper und Geist.

In diesem Herbst wird Kyoko Sato neue Übungen vorstellen, die sich mit der Vorstellung des Kreises beschäftigen.

„Kiryuho zu üben bedeutet, wach zu werden für die Wunder des Lebens und des Universums.“

K.Tsuboi



Der KIRYUHO-Gründer Kajo Tsuboi sagt: „Es ist wirklich zeitgemäß und nützlich, Körper und Geist neu auszurichten, damit wir gesund bleiben, und um den lebendigen und tieferen Sinn des eigenen Lebens zu finden. Eure wichtigsten Schätze liegen in eurem Körper und eurem Leben verborgen. Wenn ihr sie entdeckt, sind sie die euren, denn sie gehören euch. Die Essenz eures Lebens, eures Körpers und eures Geistes zu erwecken ist die freudvollste Angelegenheit eures Lebens.“

### Mit Hilfe von Kiryuho kann man

- sich selbst, andere Menschen und Dinge neu wahrnehmen und ihnen auf eine neue Art begegnen
- eigene Fähigkeiten verbessern und sein Leben vollständiger gestalten
- die innere Weisheit entdecken
- erkennen, dass alles miteinander verbunden ist und so schließlich den Weg zur Ganzheit finden.

Die Kiryuho Praxis ist für Menschen jeden Alters möglich und bereichernd. Sie bedarf keiner Vorkenntnisse und kann leicht in den Alltag integriert werden.