

# Einzigartig in Peine: Karsten Röder bietet Kurse in chinesischem Boxen an

Der neue Weg zu authentischer Kampfkunst

**Peine.** Sehr direkt wirkt die chinesische Box-Kampfkunst, die Karsten Röder ab sofort in seinem Chinese Boxing Institute anbietet: Hsing I Chuan oder auch Xing Yi Quan nennt sich der moderne Kampfsport, der aus der Entspannung heraus explosiv mit schnellen, direkten Bewegungen arbeitet.

„Dabei wird der Kraft mit Technik begegnet“, erklärt Röder den Unterschied zu anderen Kampfsportarten, wie beispielsweise Taek Won Do, wobei auf Kraft mit Kraft reagiert wird.

Röder hat viele fernöstliche Kampfsportarten ausprobiert. Für ihn ist Hsing I Chuan eine vollkommene Möglichkeit, in der Zusammenwirkung von Körper und Geist Selbstverteidigung zu erlernen und gleichzeitig geistige und körperliche Fitness zu erlangen. „Das kann jedermann in jedem Alter lernen“, sagt er.

Auch Tai-Chi-Kurse bietet der Kampfkunstlehrer in seinem Institut an. „Tai Chi ist nicht nur

eine Meditationsübung, sondern auch eine Kampfkunst, mit der man sich verteidigen kann.

Man macht es langsam, um die Bewegungsmuster zu erlernen und zu vertiefen und sie dann einwandfrei schnell zu können“, beschreibt der Kursleiter diese Sportart mit hohem Entspannungspotenzial und Fitnesswirkungen für den ganzen Körper sowie die inneren Organe.

Beides lehrt Röder in der Physiotherapeuten-Praxis Physio Care von Daniel Schulz am Schwarzen Weg 7 in Peine. Die Kurse finden zur Zeit montags und mittwochs jeweils zwischen 19 und 21 Uhr statt. Demnächst möchte Röder auch Selbstverteidigungskurse für Kinder einrichten.

hui

➔ Informationen unter Telefon 0176/44704044 und im Internet unter [www.chineseboxinginstitute.de](http://www.chineseboxinginstitute.de) oder [www.cbi-pe.de](http://www.cbi-pe.de).



Karsten Röder bietet Kurse in Tai Chi und als Einziger in Peine auch in chinesischem Boxen an.

hui