

Kampkunst atter tilbage i Randers

Efter mere end 25 års fravær er den internationale anerkendte stilart indenfor kampkunst, Dai Ki Haku Martial Art, tilbage i Randers. Bag klubben i Randers vil to lokale eksperter med mere end 30 års erfaring hver især stå for den daglige drift og undervisning

Dai Ki Haku Martial Art er en organisation, som har klubber i Viborg, Århus, København, Gentofte, Manila (Filipinerne) og nu også i Randers. Stilarten er dansk, stiftet og grundlagt af Shihan Kurt Ørum.

Dai Ki Haku i Randers bliver ledet af Keld Andersen og Jesper Andersen. Foruden at være brødre har de begge to opnået den høje grad i Dai Ki Haku, Advanced Expert. Begge har mere end 30 års erfaring med kampkunst, og de har været med til at udvikle

og præsentere Dai Ki Haku nationalt såvel som internationalt. Deres næste mål er nu at starte Dai Ki Haku i Randers og opbygge en klub, som danner rammen om at lære folk at kunne forsvare sig på gaden men samtidig også at opbygge folks selvværd og give dem en indre ro.

"Vores filosofi er, at den daglige træning skal gøre eleverne i stand til at kunne forsvare sig mod alt, opbygge deres tro på sig selv og skabe en indre ro og harmoni, der gør, at de hviler i sig selv, så de ikke har et behov for at vise omverdenen, hvad de er i stand til at gøre i en selvforsvarssituation, men helt undgår konfrontationen," fortæller Keld og Jesper Andersen.

Dai Ki Haku er kampkunst og ikke kampsport: "Kunst er, når noget går op i en højere enhed. Vi forsøger at skabe en sammenhæng mellem elevernes træningsudbytte og deres privatliv,

forstået således at både det fysiske og psykiske udbytte, man opnår ved træningen i Dai Ki Haku, også påvirker en i en positiv retning udenfor træningssalen," forklarer de.

Selv har både Keld og Jesper Andersen mærket dette gennem deres arbejde med mennesker som henholdsvis coach og skolelærer.

"Den ro og mentale styrke, vi har opnået gennem vores træning, smitter af på ens omgivelser og skaber en form for tryghed hos de mennesker, som vi arbejder med til daglig"

Træningen, som vil finde sted på Oust Mølle Skolen i naturskønne omgivelser, vil være meget varieret og tilpasset den enkelte udøver. Dai Ki Haku har plads til alle, både børn, unge, voksne, kvinder, mænd, motionisten såvel som eliteudøveren.

"Vi tilpasser træningen efter, hvem eleverne er, ligesom eleverne skal

lære at tilpasse sig i en overfaldssituation. Alle skal ikke lave det samme, da eleverne kommer med vidt forskellige forudsætninger og indgangsvinkler," forklarer de to trænere.

Som elev vil man blive præsenteret for forskellige slag, spark, parader, kast, holdegreb og meget andet. Der vil blive trænet selvforsvar og kamp på forskellige niveauer, og derforuden vil undervisningen indeholde fysisk og mental træning. Alt sammen med fokus på at lære at kunne forsvare sig selv.

Har man lyst til at prøve, kan man bare møde op torsdag, første gang 11. august, børn fra klokken 17.00 og voksne fra 18.15.



Keld og Jesper Andersen har begge opnået den høje grad i Dai Ki Haku, Advanced Expert, og nu starter de op med en Dai Ki Haku klub i Randers



Har du skjult dit smil?

Vi er eksperter i tandproteser. Få gratis undersøgelse hos os!

Har du paradontose? Er tænderne løse? Overvejer du en tandprotese?

Hos MinTandtekniker er vi specialister i tandproteser – og det er din garanti for den bedste rådgivning og behandling. Vi står for hele protesebehandlingen, fra første aftryk til den færdige protese. Ring og bestil en tid allerede i dag!



MinTandtekniker

Naturtro tandproteser skabt til dig

MinTandtekniker · Trangstræde 5, st. · 8900 Randers
Tlf.: 8642 4269 · www.mintandtekniker.dk



FISKE- OG SKALDYRSAFTEN

5/8, 12/8 og 26/8 fra klokken 17.30
med over 15 forskellige fiske- og skaldyrsretter

Glæd dig til at smage f.eks. havkat, jomfruhummer, rejer, muslinger, laks, blæksprutte, marlin, tun, krabbeklør, sej- og langfilet m.m.
- afhængig af hvad fiskehandleren har at byde på.

Alt lavet efter italienske opskrifter.
Hertil salat, kartofler og hjemmebagt brød.

Bordreservation en nødvendighed.
A lá carte servering også en mulighed.

PR. PERSON
289,-
BØRN UNDER 12 ÅR
139,-

Bestil bord i restauranten,
online på www.vinci.dk
eller ring på 98 57 52 52.



davinci RISTORANTE

Havnevej 7 · 9560 Hadsund · T. 9857 5252 · www.vinci.dk