Planeta Capoeira

Capoeira. Bij velen enkel bekend van tv-commercials en geassocieerd met zonnige stranden en aantrekkelijke gespierde lichamen. Dat Capoeira een volwaardige vechtsport is met een graduatiesysteem waarin je les kunt volgen is bij weinigen bekend.
Capoeira is een Braziliaanse vechtsport met een Afrikaanse oorsprong. Anders dan bij de meeste oosterse vechtsporten wordt Capoeira beoefend op het ritme van capoeiramuziek welke allesbepalend is voor de snelheid en de vorm van het spel. Capoeira wordt gespeeld, maar laat je hierdoor niet misleiden.
De technieken die gebruikt worden zijn uiterst effectief. Er wordt gebruik gemaakt van trappen, voetvegen, scharen, acrobatische sprongen, een oneindige variatie van bewegingen (zie de foto's van Ankie Hogewind).
Capoeira is rijk aan cultuur en filosofie. Hoe langer je traint, hoe minder je denkt te weten. Er valt zoveel te leren.
Bij Planeta Capoeira in Utrecht train je onder leiding van de Braziliaanse docent Contra-Mestre Doda die alle aspecten van capoeira aan bod laat komen. Hij is een enthousiaste, betrokken docent met oog voor de individuele leerling.
Bij Planeta Capoeira train je in een sportieve, vriendschappelijke en uitdagende sfeer. Je voelt je welkom en krijg je de ruimte om jezelf op fysiek vlak uit te dagen, je grenzen te verleggen en als mens te ontwikkelen.

Bem vindon o mundo de capoeira.
Welkom in de wereld van Capoeira.
Contra-Mestre Doda
Info@planetacapoeira.nl
www.planetacapoeira.nl