

Bo Staff Spinning

Lilo Patt 4B

Entstehung des Bo Staff Spinning

Im Jahre 1477 kam Kaiser Sho Shin, auf der Insel Okinawa nördlich von Japan, an die Macht und wollte seine philosophischen und ethischen Ideen umsetzen, darum bannte er alle Waffen in Okinawa. Also wurde es zum Verbrechen eine Waffe, wie zum Beispiel ein Schwert zu tragen oder besitzen, in dem Versuch, Unruhen und Aufstände zu verhindern. Doch als der Shimazu Clan von Satsuma Okinawa angriff und eroberte konnten die Menschen von Okinawa sich nicht verteidigen. Normalerweise trägt man Körbe mit Erntegut oder Eimer mit Wasser oder Fischen an jedem Ende eines Stockes, welchen man Tenbin nannte, welcher in der Mitte des Rückens an den Schulterblättern ausbalanciert wird.

Der Bo-Stab wird heute in Bojutsu, Jojutsu oder Hanbojutsu und anderen Kampfkünsten als Kampfwanne gebräuchlich.

Eigenschaften eines Bo Stabs

Ein Traditioneller Bo-Stab ist 180 cm lang, 3 cm in Durchmesser und aus Eichenholz. Doch für Anfänger ist er geeigneter ein weiches Holz zu benutzen zum Beispiel Rattan Holz, weil es leichter ist. Es gibt auch Bo-Stäbe im sogenannten geflammten Tiger Style, welche auch aus Ratten Holz gemacht werden, doch zusätzlich ein Muster haben.



Ein Anfänger braucht einen Bo-Stab der leicht ist, eine gleichmässige Oberfläche und Gewichtsverteilung hat. Am Besten geeignet ist ein Stab gemacht aus Rattan Holz, da er aufgrund seiner langen Fasern sehr hart, weich und flexibel ist.

Doch wer eher einen Härteren Bo Staff will sollte einen Stab aus Roteiche oder Weisseiche nehmen. Das er dennoch angemessen ist für Anfänger sollte man einen schmaleren nehmen, damit er nicht zu schwer ist.

Ein traditioneller Bo für Fortgeschrittene wäre einer der auch aus Roteiche ist, doch im regulären Durchmesser.



Mein Vorgehen

Nachdem ich, während dem Homeschooling, auf dem Internet ein Video sah von einer Frau, welche in dem Video einige Bo-Stab tricks präsentierte wollte ich es auch ein Mal ausprobieren, weil ich sehr fasziniert davon war. Also nahm ich einen Besenstil und fing an damit zu üben.

Als die Frage auftritt, was ich als Begabungsförderung tun möchte war mir direkt klar, dass ich Bo Staff Spinning tun werde. Ich übte noch eine Weile mit dem Besenstil bis ich einen richtigen B-Stab von Zürich bestellte.

Es war ziemlich schwierig mich daran zu gewöhnen, denn der Stab hatte einen grösseren Durchmesser, war länger und daher auch schwerer.

Ich suchte auf Youtube vor allem neue Tipps und Tricks die ich üben könnte und filmte mich nachdem ich etwas Neues lernte. Am Schluss fasste ich einige dieser Clips in ein Video zusammen.

Ich finde dieses Thema erst recht spannend, da das Bo Staff Spinning in Filmen und Serien die mir sehr gefallen vorkommen beispielsweise Avatar-Herr der Elemente oder Mulan.

¹ <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.depice.com%2FWaffen%2FKobudo%2FBo-Stab%2FBo-Rattan%3A%3A226.html&psig=AOvVaw3IaUsC9xrZcBqLc-3IQiUL&ust=1606775121878000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCJCLovXlqO0CFQAAAAAdAAAAABAO>

² <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.depice.com%2FWeapons%2FKobudo%2FBo-staff%2FBo-staff-red-oak%3A%3A287.html%3Flanguage%3Den&psig=AOvVaw02QmDr6eaaMt09J8yozDI&ust=1606772781519000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCODi6ZrdqO0CFQAAAAAdAAAAABAE>

³ <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.depice.com%2FWeapons%2FKobudo%2FBo-staff%2FTiger-Style-Bo-staff-rattan%3A%3A688.html&psig=AOvVaw3IaUsC9xrZcBqLc-3IQiUL&ust=1606775121878000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCJCLovXlqO0CFQAAAAAdAAAAABAT>

⁴ https://www.depice.com/images/product_images/thumbnail_images/bo-roteiche-schmal-815-0.jpg

⁵ https://www.depice.com/images/product_images/thumbnail_images/bo-wei-eiche-777-0.jpg