



Was ist Capoeira:

Capoeira - eine brasilianische Möglichkeit zu kämpfen und zu tanzen

Capoeira ist eine in Brasilien ausgesprochen populäre Sport- und Tanzart. Ursprünglich tarnten die Sklaven durch die Capoeira ihr Training zum Befreiungsaufstand. Die Capoeira ist eine stark ritualisierte Form des Zweikampfes im Rahmen einer großen "kontrollierenden" Gruppe, bei dem man sich nicht berührt. Es verlangt große Körperbeherrschung und Disziplin und wird in Brasilien insbesondere in sozialen Projekten mit Straßenkindern praktiziert.

Capoeira ist geeignet, durch Förderung eines bewussten Körpererlebens und durch Kombination von Kommunikation, Musik, Gesang und Bewegung das Selbstwertgefühl zu stärken und den fairen Umgang miteinander zu erproben. Gefragt sind auch Fähigkeiten wie Ausdauer, Geschick und körperliche Fitness. Der Spaß bei der Capoeira liegt nicht in der Hochleistung. Einfache Formen der Bewegung ermöglichen vielfache Kombinationen und Variationen und machen die Bewegung zum spannenden Kampfspiel ohne Risiko einer Verletzung, da man sich nicht berührt und der Kampf nur angedeutet, nie aber ausgeführt wird. Capoeira wird in Brasilien für viele Jugendliche der Armenviertel und die Straßenkinder der Großstädte Brasiliens zu einem "Familienersatz" und wird von staatlicher Seite zur Re-Integration auffälliger Jugendlicher benutzt.

Capoeira interessiert die, die entweder:

- brasilianische Musik mögen: Man braucht sie als Trommler.
- asiatische Kampfsportarten mögen: Man braucht ihren fairen Kampfgeist.
- sich im Tanz gerne ausdrücken: Man braucht ihre Geschmeidigkeit und ihre Lust an der Bewegung.

