

## Inhaltsverzeichnis

Grußwort des Präsidenten.....	11
Grußwort des Ehrenpräsidenten.....	13
Vorwort.....	15
Vorwort der Buchhandelsausgabe von Wei-Zen-Dô bei schlatt-books.....	17
Einleitung: Was ist Wei-Zen-Dô?.....	19
Ursprung des Wei-Zen-Dô.....	29
Übungsformen im Wei-Zen-Dô: Technik, Inhalt und Vermittlung der Kunst.....	37
Grundtechniken und freie Übungsformen im Wei-Zen-Dô.....	48
Die Bedeutung der Kata im Wei-Zen-Dô.....	61
Meister und Schüler.....	67
Übungsraum oder Wei-Zen-Dôjô.....	72
Materielle Voraussetzungen des Wei-Zen-Dô und seine kulturhistorischen Grundlagen.....	76
Der Weg zur Mitte: Gesundheitliche Aspekte des Wei-Zen-Dô.....	82
Herausforderungen für die Zukunft des Weges..	95
Danksagung.....	103
Anhang.....	105
Begriffe.....	114
Literatur und Quellen.....	118