



Die Teile der Wasserburg (Sachtext mit Yogaübungen)

Die Wasserburg hatte einen Wassergraben, um sich vor Feinden zu schützen. In der Toranlage konnte man die Brücke, die den Wassergraben überquert, hochziehen oder runterlassen.

(1. Brücke) An den Seiten waren einige Wehrtürme, wo man sich mit Pfeil und Bogen oder anderen Waffen gegen Feinde verteidigen konnte. (2. Held) Um von der Vorburg in die Kernburg zu gelangen, musste man zuerst durch das Burgtor. (3. Hund) Mitten in der Burg auf dem Burghof stand ein Wasserbrunnen, um das Wasser mit Hilfe eines Eimers heraufzuholen. (4. Stehende Vorwärtsbeuge)

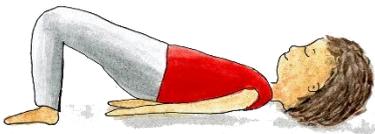
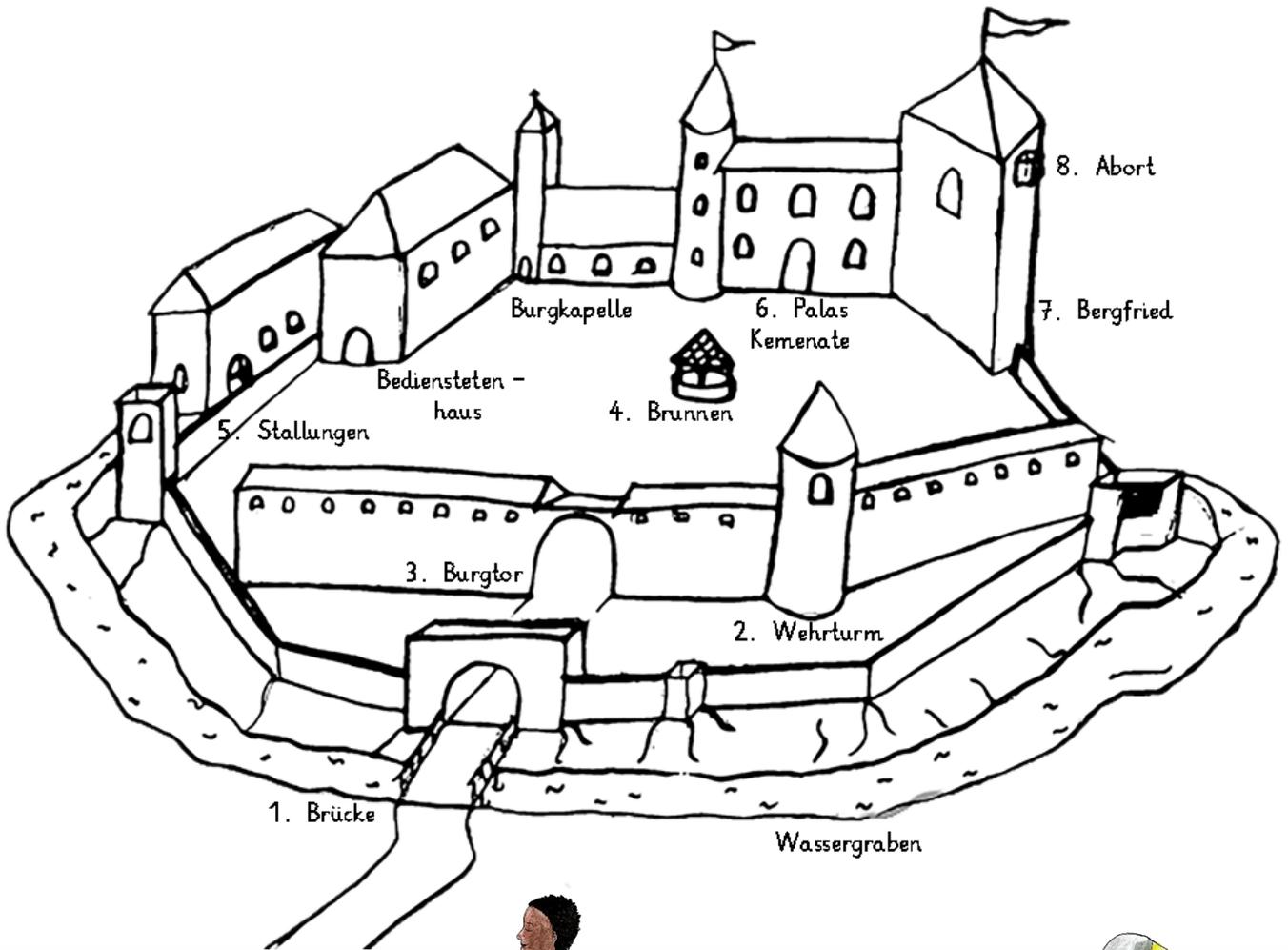
Außerhalb vom Wehrgang waren die Stallungen für die Pferde.

(5. Katze/Kuh) Die Bediensteten der Burg hatten ihre Behausung außerhalb der Burgherren. Die Burgkapelle gehörte zur Vorburg und war ein Zufluchtsort für die Bevölkerung. Das Wohnhaus des Burgherren befand sich im Palas und den Kemenaten. Dort gab es einen großen Rittersaal und der einzige Kamin der Burg befand sich dort. (6. Tänzer) Der Bergfried war der höchste Turm der Burg. (7. Baum) Es gab keine ebenerdige Eingangstür. Das war der letzte Zufluchtsort bei einem Angriff. Dort gab es unterirdische Stockwerke, Lagerräume und den Kerker. Auch der Abort für das tägliche Geschäft befand sich dort. (8. Stuhl oder gedrehter Stuhl)

Yoga in der Ritterzeit



Die Teile der Wasserburg - Schaubild



1 Brücke



2 Held



3 Hund



4 Stehende Vorwärtsbeuge



5 Kuh und Katze im Wechsel



6 Tänzer



7 Baum



8 Gedrehter Stuhl