

# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO  
in Deutschland

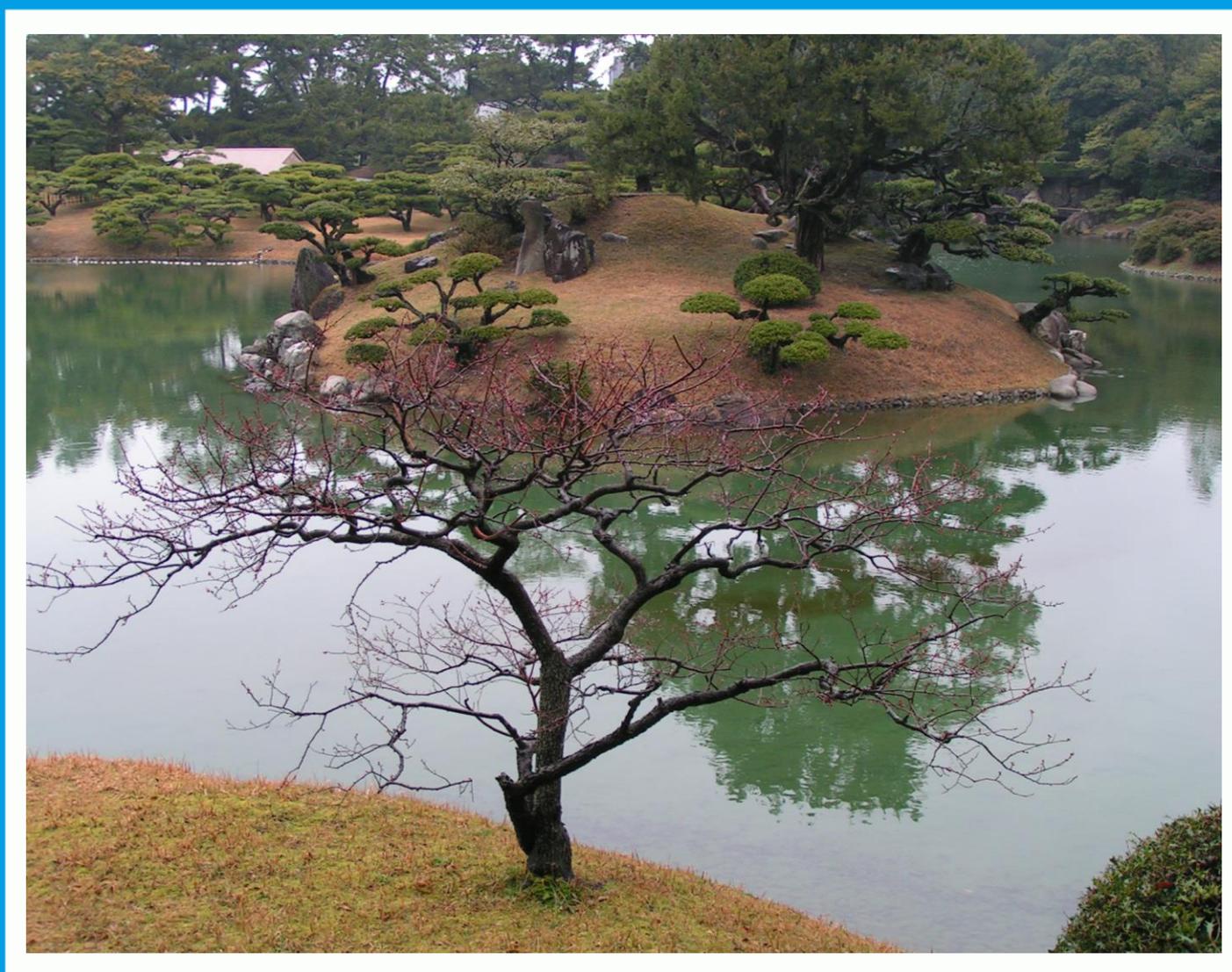
Ausgabe 2/2007

Nr. 126



# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 2/2007

Nr. 126

## Inhaltsverzeichnis

### Leitartikel

Vereinszugänge im DAB stehen für dessen Attraktivität .....	3
---	---

### Magazin

Ethische Grundsätze und rechtliche Grundlagen bei der Selbstverteidigung .....	4
Aikido ist auch Schwert, ist aber auch Blume .....	12
Projekt „50 aufwärts“ .....	13
Voyage, voyage ... ..	14
Aikido mal anders .....	15
Aikido-Skilanglauf-Lehrgang 2007 .....	15
Aikidoka auf dem Weg nach Frankreich .....	18

### Forum

Müssen die Probleme eines Übungsleiters unbedingt auch noch „farbig“ sein? .....	19
Rezension: „Kampfkunst als Lebensweg“ .....	21
Warum ausgerechnet Aikido? .....	23
Aikido-Telegramm .....	24

### Technikreihe

Kokyu-Nage von Bundestrainer Alfred Heymann .....	25
---	----

### Aikido-Kids

Drei mal drei gleich vierzig .....	29
Landesjugendlehrgang Hessen – auch 2006 ein voller Erfolg .....	31
Jugend, Tugend und ein Bundeslehrgang .....	31
Bundesjugendlehrgang in Silberborn .....	33
Einladung zum 5. Jugendtrainer-Workshop am 09./10. Juni 2007 in Nürnberg .....	35
Einl. zum BL für Kinder und Jugendliche vom 22. – 24. Juni 2007 in Bamberg .....	36

### Daten und Fakten

Anschriften aktuell .....	37
Einl. zum BWL I vom 30.06. – 07.07.2007 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald .....	46
Einl. zum BWL II vom 07. – 14.07.2007 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald .....	47
Einl. zum ÜL-Fachlehrgang II vom 16. – 22.09.2007 im LZ Herzogenhorn .....	48
Einl. zum BL am 22./23. September 2007 in Hannover .....	50
Lehrgangsplan des DAB 2007 (Änderung) .....	51
Lehrgangsplan des AVBW 2007 (Änderung) .....	51
Wichtige Termine .....	51

### Titelbild:

Gartenanlage im typisch japanischen Stil: Ritsurin-koen (dt.: Kastanienwäldchen-Park) bei Takamatsu auf der Insel Shikoku, Japan (Foto: Oettinger)



## Vereinszugänge im DAB stehen für dessen Attraktivität

Liebe Aikidoka,

seit dem Jahreswechsel 2006/07 kommt mein ehrenamtlich als „die DAB-Geschäftsstelle“ tätiger Mann Thomas kaum zur Ruhe, da ständig neue Aufnahmeanträge eintreffen. Das hatten manche schon vorhergesehen, weil etliche Vereine der Aikido-Union Deutschland angekündigt hatten, diese zu verlassen. Interessanterweise rekrutierten sich aber die meisten Neuaufnahmen derzeit noch aus anderen Quellen.

Der DAB entwickelte sich in der Vergangenheit gerade mit Unterstützung seiner Mitglieder so positiv, dass er heute für die „Konkurrenz“ von großer Attraktivität ist. Ich meine damit die direkte Übersetzung von Konkurrenz aus dem Lateinischen, nämlich „zusammenlaufen“. Das geschieht offensichtlich beim DAB.

Vermutlich gehört auch die Transparenz zu dem, was den DAB attraktiv macht. Wir haben Interessenten gegenüber von Anfang an mit großer Offenheit unseren guten Willen, unsere Möglichkeiten und Angebote, aber auch die Grenzen, die unser Regelwerk gegenüber manchen im Vorfeld geäußerten Wünschen setzt, dargelegt.

So ist es selbstverständlich, dass diejenigen, welche den DAB auch in schwierigeren Zeiten nach Kräften unterstützt haben, nicht nachträglich dadurch benachteiligt werden dürfen, dass für sie durchgängig unsere Ordnungen galten. Dafür können die „Neuen“ jedoch unmittelbar in den Genuss aller Angebote des DAB kommen. So sollten auch Vereine, die schon einmal DAB-Mitglied waren und nach einer gewissen Zeit in einem anderen Verband wieder zu uns zurückkommen möchten, keine Scheu haben, erneut einen Aufnahmeantrag zu stellen.

Ich habe gleichwohl Verständnis dafür, wenn ein Aikido-Verein oder eine Aikido-Abteilung nach der Lösung von einem Verband etwas Zeit braucht, um sich neu zu orientieren. Die Aikidoka müssen sich zuerst eine Meinung darüber bilden, dass es richtig ist, zum DAB zu wechseln. Weiterhin sind vom Vorstand einige organisatorische Dinge abzuwickeln, und das in den meisten Fällen ausschließlich ehrenamtlich. Und schließlich will „man“ vielleicht zwischen durch auch etwas zur Ruhe kommen und bisherige, womöglich schwierige Erfahrungen mit einer Aikido-Organisation sacken lassen.

Aikido führt letztlich durch das aktive Tun, insbesondere auf der Matte, zur Entwicklung und die Mitgliedschaft in einem Verband ist kein Selbstzweck, sondern sollte dieses Ziel dabei „nur“ unterstützen.

Meine herzliche Einladung gilt also allen Leserinnen und Lesern, die noch nicht DAB-Mitglied, aber schon in einer Neuorientierungsphase sind. Der Aufnahmeantrag wird ohne Betrachtung der Historie bearbeitet und führt in der Regel zum Erfolg, wenn banale Vereinskriterien wie z. B. die Gemeinnützigkeit erfüllt sind.

Unsere Satzung gibt auch jedem Verein die Möglichkeit, zum 30.09. eines jeden Jahres wieder seinen Austritt zu erklären, falls die Erwartungen nicht erfüllt wurden – wovon ich aber nicht ausgehe. Die Chancen übersteigen doch das Risiko um Längen!

Ich bin immer für euch ansprechbar!  
Eure

*Barbara Oettinger*

Dr. Barbara Oettinger,  
DAB-Präsidentin



## Ethische Grundsätze und rechtliche Grundlagen bei der Selbstverteidigung mit Aikido

Zulassungsarbeit von Berthold Krause zum 5. Dan Aikido (Fortsetzung aus aa 1/2007)

### 3 Morihei Ueshiba

#### 3.1 Das Leben von Morihei Ueshiba

*„Wenn das Dreieck, der Kreis und das Quadrat in sphärischer Rotation vereint sind, ergibt sich ein Zustand vollkommener Reinheit. Dies ist die Basis des Aikido.“*

#### **Morihei Ueshiba**

Morihei Ueshiba wird am 14. Dezember 1883 in Tanabe in der Präfektur Wakayama geboren. Sein Vater Yoroku Ueshiba ist ein wohlhabender Bauer und Mitglied im Gemeindevorstand des Ortes. Mit ca. sieben Jahren geht Morihei in einen buddhistischen Tempel, um konfuzianische Klassiker und buddhistische Schriften zu studieren. Sein Vater bringt ihm Sumo und Schwimmen bei.

Er besucht die Grundschule und die Mittelschule in Tanabe. Ohne einen Schulabschluss schreibt er sich in der Handelsschule in Yoshisa ein. Während er sein Diplom macht, bekommt er eine Stelle bei der Steuerbehörde von Tanabe, die er bis 1902 innehat. Er geht nach Tokyo und arbeitet eine Zeit lang, bevor er eine kleine Firma für Schreibwaren eröffnet. Während dieser Zeit beginnt er, bei Tokusaburo Tozawa Tenji-shinjo-ryu-Jujutsu zu trainieren. Nach einem Jahr erkrankt er an Beri-Beri und kehrt nach Tanabe zurück. Bald nach seiner Rückkehr heiratet er Itokawa Hatsu.

1903 meldet er sich freiwillig zum Militär, wo man bald sein besonderes Geschick im Umgang mit dem Bajonett erkennt. Wäh-

rend seiner Militärzeit geht Morihei weiter seinen Studien der Kampfkünste nach, indem er in Nakai Masakatsus Dojo in Sakai den Goto-Stil des Yagyu-ryu-Jujutsu erlernt.

1907 wird er aus der Armee entlassen und kehrt nach Tanabe zurück. Sein Vater engagiert einen Judolehrer, der nach Tanabe kommt, um Morihei im Kodokan-Stil zu unterrichten. Zu diesem Zweck wird die Scheune der Familie zu einem Dojo umgebaut. Er übt auch weiterhin in Sakai und erhält dort das Diplom des Goto-Stils.

Im Jahr 1910, dem Geburtsjahr seiner ältesten Tochter, beginnt er, sich für die Pläne der Regierung zur Besiedelung der Insel Hokkaido zu interessieren. Mit einer Gruppe von 54 Familien bricht er im März 1912 nach Hokkaido auf, wo sie sich in Shirataki niederlassen. Sie bebauen das Land und beginnen mit dem Aufbau einer Holzindustrie. Durch ihre Aktivitäten wird aus dem Dorf bald eine blühende Stadt. Im Mai 1917 wird Shirataki jedoch durch ein Feuer vollständig zerstört.

Während der Zeit in Hokkaido macht Morihei die Bekanntschaft mit dem bekannten Daito-ryu-Meister Takeda Sokaku. 1915 beginnt er bei ihm das Studium des Daito-ryu-Jujutsu.

Im November 1919 erreicht Morihei die Nachricht, dass sein Vater ernsthaft erkrankt ist. Er verlässt Hokkaido, um nach Tanabe zurückzukehren. Bei seiner Rückreise erfährt er, dass der Führer der neuen religiösen Sekte Omoto-kyo, Onisaburo Deguchi, in der Nähe von Ayabe lebt, und besucht ihn. Er bleibt einige Tage dort und kehrt nach dem Tode des Vaters mit seiner Familie auch dorthin zurück, um als Mitglied in der Sektengemeinschaft zu leben.

Er bleibt acht Jahre lang in Ayabe, bevor er 1928 nach Tokio zieht. Dort erwirbt er 1930 ein Haus und baut darin ein Dojo, welches im April als Kobukan eingeweiht wird. Im selben Jahr besucht ihn Jigoro Kano, der Begründer des modernen Judo, und schickt anschließend zwei seiner Schüler zu ihm, damit sie bei ihm lernen. Morihei unterrichtet mittlerweile in mehreren Städten Japans sein Aiki-Budo, unter

anderem in Tokyo, Osaka und Koishikawa. Zu seinen Uchi-deshi (Haussschüler) zählten damals Gozo Shioda und Tetsumo Hoshi.

1932 erfolgt die Gründung der Gesellschaft der japanischen Kampfkünste, deren Präsident 1933 Morihei Ueshiba wird. Zwischen 1939 und 1942 ist Morihei mehrfach in der Mandschurei und zeigt Budo-Vorführungen, unter anderem vor dem Kaiser Puyi. Im Jahre 1941 wird Aiki-Budo in den Butotukai (Vereinigung aller Kampfkünste in einer Organisation der Regierung) aufgenommen. Erstmals nennt Morihei auch den Namen Aikido.

Morihei wechselt seinen Wohnsitz und lässt sich in Iwama nieder. Von 1941 bis 1944 baut er dort den Aiki-Schrein. Der Aikikai wird 1945 gegründet. Das Hombu-Dojo in Tokyo wird zum Aikido-Hauptquartier. Es wird 1967 neu erbaut und im Dezember eingeweiht.

Am 26. April 1969 stirbt Morihei Ueshiba und hinterlässt seinen Schülern und der Nachwelt eine Kampfkunst als Friedensbotschaft und den Auftrag, diese weltweit zu verbreiten.

### 3.2 Die Omoto-kyo-Sekte und Reverend Onisaburo Deguchi

Die Omoto-kyo-Sekte (Sekte der großen Quelle) wird im 19. Jh. gegründet. Ab dem Jahr 1907 ist Onisaburo Deguchi ihr Führer. Er ist gleichzeitig auch ein großer Kampfkunstperte. Onisaburo unternimmt sehr viel, um die Verbreitung der Sekte voranzubringen. Er gründet u. a. Organisationen in Japan und China und nimmt Kontakt mit der weißen Bruderschaft in Bulgarien auf. Durch seine Aktivitäten wird das Omoto-kyo eine weltweite Organisation mit vielen Verzweigungen.

Seine Lehre formuliert er in drei Sätzen, die entscheidend auf das spätere Aikido und dessen philosophisch-ethische Grundlagen Einfluss nehmen werden:

- Wenn du die Erscheinungen der Natur beobachtest, wirst du das Wesen des einzigen wahren Gottes verstehen.

- Wenn du die ununterbrochenen Wandlungen in der Natur beobachtest, wirst du das Wesen der Lebensenergie (Ki) des einzig wahren Gottes verstehen.
- Wenn du die Psyche der Tiere und der Menschen beobachtest, wirst du die Seele des einzigen wahren Gottes verstehen.

Morihei lernt Onisaburo 1919 auf Hokkaido kennen und bittet ihn, für seinen erkrankten Vater zu beten. Onisaburo antwortet ihm: „So wie es deinem Vater geht, geht es ihm gut.“ Diese Worte machen einen großen Eindruck auf Morihei.

Nach dem Tode seines Vaters am 2. Januar 1920 beschließt Morihei, sich mit seiner Familie in Ayabe niederzulassen, um seinen inneren Frieden zu finden. Er genießt Onisaburos Vertrauen und nimmt an verschiedenen spirituellen Übungen der Sekte teil. Einen Teil seines Hauses baut er zu einem Dojo um und beginnt zunächst, Omoto-kyo-Anhänger zu unterrichten.

Im folgenden Jahr gehen die Behörden gegen die Sekte vor. Onisaburo wird mit anderen Mitgliedern verhaftet, kommt aber gegen Kautions wieder frei. Morihei hilft Onisaburo beim Wiederaufbau und verwaltet sekteneigenes Land, welches er auch bebaut. Dabei kommt ihm die Einsicht, dass ein wesentlicher Zusammenhang zwischen Budo und Ackerbau besteht. Seine Budo-Übungen nehmen mehr und mehr einen spirituellen Charakter an. Er weicht von den Formen des Yagyu-ryu und Daito-ryu ab und entwickelt einen eigenen Stil. Dieser Stil wird 1922 als *Aiki-Bujutsu* oder Ueshiba-ryu Aiki-Bujutsu bezeichnet.

Im Jahre 1924 begleitet Morihei Onisaburo auf eine Reise in die Mandschurei und Mongolei. Die Gruppe fällt kurz darauf einer chinesischen Gruppe in die Hände und wird zum Tode verurteilt. Aufgrund einer Intervention des japanischen Konsulates lässt man sie wieder frei und sie kehren nach Japan zurück.

Ueshiba beginnt Sojutsu (Speerkampf) zu üben, ohne Kenjutsu und Jujutsu zu vernachlässigen. Unter dem Eindruck der Reiseerlebnisse spürt er eine Veränderung

in sich vorgehen. Er fühlt, dass er einen intuitiven Sinn besitzt. Diese Erkenntnis bestätigt sich unter anderem in folgender, mehrfach überlieferter Begebenheit:

Morihei wird von einem Marineoffizier und Kendo-Meister herausgefordert. Er fühlt jeden Schlag des Gegners, bevor er ausgeführt wird, und besiegt ihn, ohne eigentlich mit ihm gekämpft zu haben. Nach diesem Kampf hat er eine Erleuchtung (Satori). Von nun an nennt er sein Aiki-Bujutsu nur noch *Aiki-Budo*. Aus dem JUTSU (Kampftechnik) wird ein DO (philosophisches Prinzip).

### 3.3 Vom Daito-Ryu zum Aikido

Das Daito-Ryu der Takeda-Schule war, wenn man sich die überlieferte Entwicklungszeit und die Beschreibung der Effizienz z. B. im Lexikon W. Linds betrachtet, mit Sicherheit ein komplexes Kampfsystem. Vielfach komplexer ist Aikido. Morihei Ueshiba gelingt eine Synthese aus seinen vielfältigen Kampfsporterfahrungen, den ethischen Anforderungen, wie sie sich aus der Geschichte der Samurai und dem Bushido ableiten, und einer religiös-spirituellen Grundhaltung mit stark pazifistischen Zügen.

Überliefert wird der Text seines Satori, seiner plötzlichen Erleuchtung: „Ich habe verstanden, dass das Budo unnützlich ist, wenn es dem Siegen dient. Budo darf nicht zum destruktiven Werkzeug werden, sondern muss der Harmonie mit dem Universum dienen und der Welt den Frieden bringen.“ (Werner Lind: Lexikon ostasiatischer Kampfkünste, 1996)

Nur wenn der Aikidoka über die Techniken hinaus auch einiges über die Zusammenhänge von Religionen, Samuraitum, Ethik und Zeitgeist der Restauration erfährt, wird er verstehen können, was die Forderung O-Senseis bedeutet: „Schließe den Gegner in dein Herz.“

Er wird sich bemühen, die Schritte vom Kampfsport über Kampfkunst, dann Selbstverteidigung zur defensiven Selbstverteidigung nachzuvollziehen.

Aikido in diesem Sinne verstanden ist mehr als die Summe seiner Techniken, es ist eine Friedenslehre, die nicht hilflos gegenüber dem aggressiven Geist macht. Es ist eine Philosophie, deren Prinzipien in allen Lebensbereichen umgesetzt werden können, man könnte es so zusammenfassen: Zum Guten führen, ohne zu verletzen.

### 4 Aikido und Selbstverteidigung im Vergleich zu anderen Kampfkünsten

Wer sich entschließt, einen Kampfsport zu erlernen, kann dies aus den unterschiedlichsten Motiven heraus tun. Einige dieser Gründe sind:

- Verbesserung der allgemeinen körperlichen Fitness
- das Bedürfnis, sich mit anderen zu messen, zu kämpfen
- sich gegen einen Angreifer verteidigen zu können
- Verbesserung des Selbstwertgefühls
- sich besser behaupten zu können (ein Grund, weshalb Eltern ihre Kinder Kampfsport lernen lassen)
- Freude an den Bewegungen, z. B. beim Aikido

Erwähnt werden muss hier allerdings auch eine für die Budo-Künste eher unrühmliche Beobachtung: Die Gründe sind nicht immer nur edler Natur, sieht man sich einmal die Mitglieder in einigen Budo- oder Kampfsportschulen an.

Je nach der Einstellung des Trainers und dessen Vermittlung ethischer Werte können sich die Schüler zu Budoka entwickeln oder zu Straßenkämpfern, die Kampfsport nur lernen, um sich dann auf der Straße möglichst erfolgreich prügeln zu können.

Wer nur schnell lernen will zu kämpfen oder sich zu verteidigen, wird sich wohl nicht für Aikido entscheiden, sondern eher einem Judo- oder Karateverein beitreten.

Sich mit Aikido verteidigen zu wollen heißt, einen ungleich längeren Weg zu gehen als bei den anderen Kampfsportarten.

Ein Grund dafür ist, dass Aikido eine defensive Kampfkunst ist. Im Aikido werden keine Angriffe geübt, da Angriffstechniken in konsequenter Umsetzung der Ethik nicht Bestandteil des Aikido sind. Die Bewegungsformen sind sehr vielfältig und komplex. Am Anfang haben die Aikidoka bei der Ausführung der Techniken oft mehr mit dem eigenen Gleichgewicht zu kämpfen als mit dem Angriff des Partners (Uke).

Bei Karate hingegen liegt der Schwerpunkt eindeutig auf den Angriffstechniken. Auch beim Judo; so, wie es heute wett-kampfmäßig betrieben wird, greift man den Gegner an, indem man ihn aus dem Gleichgewicht zieht oder drückt.

Eine wichtige Rolle spielt beim Aikido-Anfänger auch die Erfahrung des Partners. Ist der selbst noch Anfänger, weiß er meist nicht, wie man richtig angreift; er verhält sich aus Angst vor den ungewohnten Bewegungen zu passiv und bringt sich zu wenig in den Angriff ein.

Es dauert einige Jahre, bis man sich mit Aikido einigermaßen erfolgreich verteidigen kann. Hingegen dürfte es einem Karateka nach einem halben Jahr möglich sein, einen Gegner mittels eines Fauststoßes oder eines Fußtrittes außer Gefecht zu setzen.

Die Stufen der Entwicklung der Aikido-Techniken und damit des Anspruchs an den Aikidoka lassen sich am Bild der Effektivitätshierarchie ablesen. Alle Techniken werden zunächst aus dem Stand heraus ausgeführt.

Um ein Gefühl für die eigene Bewegung und die des Uke zu bekommen, greift dieser nicht gleich mit Schlägen an, sondern fasst den Verteidiger (Nage) zunächst an den Händen oder am Revers. Das Gleichgewicht des Uke wird gebrochen, indem er gezogen oder gedrückt wird. Die Angriffsenergie kann noch nicht geführt und umgelenkt werden. Verhebelungen werden unter Einsatz von Muskelkraft durchgeführt.

Darauf aufbauend lernt der Aikidoka auch die Anwendung von Techniken, die auf schmerzempfindliche Stellen des Uke einwirken. Gleichzeitig werden die Techniken aus der Bewegung und damit auch flüssiger geübt. Nage kann sich schon bes-

ser auf die Angriffsbewegungen einstellen und arbeitet mit weniger Kraftaufwand. Die Anzahl der Techniken nimmt stetig zu und gleichzeitig auch deren Schwierigkeitsgrad. Dabei werden die Bewegungen immer komplexer.

Im nächsten Schritt wird die Ausführung der Techniken zunehmend automatisiert, d. h. der Übende muss nicht immer über jede Einzelheit der Technik nachdenken. Die Gleichgewichtsbrechung wird dynamischer. Die Energie des Angreifers wird besser kontrolliert, umgelenkt und für die eigene Bewegung genutzt.

Die Techniken werden insgesamt freier, z. B. im Randori, bei dem der Zeitpunkt und die Art des Angriffs nicht mehr genau festgelegt sind. Nage ist in der Lage, einen Angriff zu erkennen, bevor er begonnen wurde (Antizipation), und kann daher früher reagieren. Sodann wird die Technik intuitiv ausgeführt, der Verteidiger bewegt sich, ohne zu überlegen, was er tut. Er macht einfach.

Dazu jedoch muss der Geist frei sein. Albrecht Pflüger veranschaulicht das in seinem Buch Karate, Band 1, in folgendem Bild: „Ein Geist wie das Wasser. Der Geist soll ruhig sein wie die Oberfläche eines stillen Teiches. Ruhig und doch bereit, überall dort abzufließen, wo es gebraucht wird. Der Spiegel dieses ruhigen Wassers spiegelt auch alles, was in seiner Umgebung ist. Genauso erahnen wir die Absicht des Gegners, unser Geist ist sofort da wie das Wasser und lässt uns unbewusst reagieren. Diese schnelle und situationsentsprechende Reaktion ist nur dann möglich, wenn der Geist nirgends „klebt“, absichtslos und unbewegt ist wie das ruhige Wasser. Was wir brauchen, ist diese Ruhe und Absichtslosigkeit. Wenn unser Geist in einer Richtung fixiert ist, wenn er sich bewusst mit den Möglichkeiten, z. B. für einen Angriff beschäftigt, kann es sein, dass man von einem gegnerischen Angriff vollkommen überrascht wird, eben weil der Geist nicht bereit, nicht unbelastet war. Er war, um im Bild zu bleiben, ‚bewegt‘. Wenn die Oberfläche des Teiches aber in Bewegung ist, kann er seine Umgebung nicht mehr

spiegeln. Die schnellste (weil unbewusste) und sicherste Reaktion ist nur aus dieser Geisteshaltung heraus möglich.

Wir könnten sie auch Gleichmut nennen. Zu diesem Gleichmut gelangen wir aber nur durch ausdauerndes Üben. Der Anfänger kommt nicht darum herum, die Techniken mit großer Ausdauer und Konzentration ganz bewusst zu üben. Der Meister beherrscht durch seine jahrelange Übung die Techniken traumhaft sicher. Sein Geist ist frei, ruhig und bereit, wie das Wasser des stillen Teiches. Durch diese jahrelange Übung gelangt der Ausübende zur Selbstbefreiung, und zwar in der Weise, dass er nicht mehr denken muss, dass er sich in den Handlungsablauf selbstvergessen und ohne Überlegung einfügen kann.

Dieser Zustand, in dem nichts Bestimmtes mehr gedacht, geplant, erstrebt, erwünscht, erwartet wird, der nach keiner Richtung zielt und dennoch aus unabgelenkter Kraftfülle sich zu Möglichem wie Unmöglichem geschickt weiß – dieser Zustand, der von Grund aus absichtslos und ichlos ist, wird vom Meister als eigentlich ‚geistig‘ bezeichnet. Er ist in der Tat mit geistiger Wachheit geladen und wird daher auch ‚rechte Geistesgegenwart‘ genannt. Der Geist, bedeutet dies, ist überall gegenwärtig, weil er nirgendwo, an keiner besonderen Stelle haftet. Und er kann gegenwärtig bleiben, weil er, auch wenn er sich auf dieses oder jenes bezieht, daran nicht überlegend hängen bleiben und dadurch seine ursprüngliche Beweglichkeit einbüßen wird.“

Sind die Techniken also in einem hohen Maße verinnerlicht und der Geist frei, so kann der Aikidoka ohne Verzögerung und im „rechten Augenblick“ reagieren. Der rechte Augenblick ist die kurze Zeitspanne bevor oder während der Angriff sich entfaltet. Am Beginn dieser Zeitspanne, wenn der Angreifer zum Schlag ausholt, wendet der Aikidoka das Prinzip Irimi an und tritt ein. Er übernimmt sofort die Führung und kann den Angreifer dadurch kontrollieren. Ist die Angriffsenergie schon auf den Verteidiger gerichtet, weicht dieser in einer Tenkanbewegung aus, lenkt die Bewegung

des Angreifers um und tritt ein, um den Angreifer zu werfen.

Reagiert er zu früh und der Angreifer erkennt dies, so wird er seinen Angriff verändern und den Verteidiger buchstäblich „auf dem falschen Fuß erwischen“. Kommt die Reaktion jedoch zu spät, so hat sich der Angriff schon zu sehr entwickelt, als dass man noch eine Technik anwenden könnte. Im rechten Augenblick zu reagieren bedeutet, dass man sich dem Angreifer gegenüber im Vorteil befindet, obwohl sich dieser als erster bewegt und somit agiert.

Der Vorteil des Verteidigers liegt in der Tatsache, dass jeder Angriff einen schwachen Moment hat. Der Angreifer befindet sich normalerweise in einer stabilen Position, sozusagen in seinem eigenen Kreis, genauer: im Zentrum seines eigenen Kreises. Im Moment des Angriffs gibt er seine gesicherte Position auf, um seine Energie als Angriffsenergie in Richtung des Gegners zu beschleunigen. Er weitet seinen Kreis aus und bewegt sich dabei aus der Mitte seines Kreises heraus. Während er sich also auf den Gegner zu bewegt, kommt er vorübergehend in eine Instabilität, in der er sein Zentrum und seine Bewegung nur gering kontrollieren und verändern kann. Er ist dann während dieser kurzen Zeitspanne auch nicht in der Lage, auf die Ausweichbewegung des Verteidigers oder einen eventuellen Gegenangriff zu reagieren. Dies ist umso mehr der Fall, je energischer der Angriff vorgetragen wird.

Während des Übens lässt sich das leicht demonstrieren, indem Nage seinen Partner auffordert, mehrmals anzugreifen und das Handgelenk zu fassen. Nach ein paar Zugriffen nimmt der Verteidiger die Hand, kurz bevor sie gefasst wird, ein wenig zur Seite. Sofort wird deutlich, dass der Angreifer die Hand nicht mehr erreicht und auch sein Zentrum nicht mehr unter Kontrolle hat.

Erst wenn dieses Niveau erreicht wurde, ist Aikido eine sehr wirkungsvolle Selbstverteidigung. Der Aikidoka hat in diesem Stadium schon viele Jahre lang geübt und weiß sehr wohl die Wirkung seiner Techniken und Hebel einzuschätzen und zu do-

sieren. Er wird einen Angreifer niemals unverhältnismäßig hart zu Boden werfen oder ihn verletzen. Mit der Zeit hat er durch die Arbeit mit unterschiedlichen Partnern gelernt, auf den anderen Rücksicht zu nehmen.

Das Ziel des Aikido ist, den Angreifer ins Leere laufen zu lassen. Das Prinzip der Widerstandslosigkeit sollte umgesetzt werden, bis der andere einsieht, dass er gegen den Aikidoka letztendlich nicht gewinnen kann. Er hat aber auch nicht verloren, weil der Aikidoka ihn nicht „geschlagen“ hat. Es gab kein Kräftemessen, der Aikidoka hat dem Angriff keine Kraft und Energie entgegengesetzt, sondern ist hauptsächlich nur ausgewichen. Das ist ein fundamentaler Unterschied zu anderen Kampfkünsten wie Karate oder Boxen, bei denen der Gegner bewusst verletzt wird. Der Verlierer wird danach trachten, die Scharte wieder auszuwetzen, und auf Wiedergutmachung sinnen. Er wird wieder die weitere Auseinandersetzung suchen in der Hoffnung zu gewinnen. Auf diese Art entsteht eine Spirale der Gewalt, die sich immer weiterdreht.

Mit der technischen Reife bewegt sich auch die Einstellung des Aikidoka immer weiter zu dem Ziel hin, den Angreifer zu führen, bevor dieser seine Angriffsabsicht in die Tat umsetzt.

## 5 Rechtliche Grundlagen bei der Selbstverteidigung

Jedem Menschen ist es erlaubt, sich gegen rechtswidrige Angriffe zu verteidigen. Tritt infolge dieser Verteidigung eine Verletzung und Beschädigung von Personen und Sachen ein, für die der Verteidiger normalerweise schadenersatzpflichtig wäre, und erweist sich die schädigende Handlung gemäß den nachfolgend erläuterten gesetzlichen Bestimmungen als gerechtfertigt, so entfällt die Strafbarkeit und die Pflicht zum Schadenersatz (im BGB: Schadenersatz).

### § 32 Strafgesetzbuch (StGB) und § 227 Bürgerliches Gesetzbuch (BGB):

(1) Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig.

(2) Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

Somit bleibt man im Notwehrfall straffrei, muss dazu aber jeden der in der gesetzlichen Definition genannten Punkte erfüllt haben.

Es fällt auf, dass im StGB und im BGB zwei Paragraphen mit demselben Wortlaut stehen. Dazu ist Folgendes zu sagen:

Das deutsche Recht wird in das Privatrecht und das öffentliche Recht unterteilt. Diese Unterscheidung geht zurück auf das römische Recht (*ius privatum* und *ius publicum*). Als *Privatrecht* bezeichnet man alle Normen, die die Rechtsbeziehungen der Menschen untereinander ordnen. Sie legen fest, welche Freiheiten, Rechte, Pflichten und Risiken die Menschen im Verhältnis zueinander haben. Das *öffentliche Recht* umfasst hingegen die Normen, die die staatliche Organisation und das hoheitliche Handeln des Staates regeln. In vielen Bereichen ergänzen sich privatrechtliche und öffentlichrechtliche Normen oder knüpfen aneinander an. Diese Unterscheidung ist hauptsächlich für die Gesetzgebungs- und die Gerichtszuständigkeit von Bedeutung.

Im BGB ist u. a. die Schadensersatzpflicht geregelt, wenn jemand durch eine andere Person zu Schaden kommt (z. B. § 823 BGB). Das StGB stellt bestimmte Handlungen unter Strafe. Das StGB als Gesetz besteht aus mehreren Teilen. In den besonderen Teilen sind Straftatbestände festgelegt. Bei den Straftatbeständen handelt es sich um bestimmte Verhaltensweisen, die von der Gesellschaft nicht gewünscht sind. Wenn jemand trotzdem eine entsprechende Handlung vornimmt, soll er bestraft werden. Mit dem jeweiligen Straftatbestand wird die Möglichkeit der Bestrafung eröffnet.

Hier soll zunächst vom § 32 StGB die Rede sein.

## 5.1 Notwehr

### Notwehrlage

Die Notwehrlage wird durch einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff begründet.

### Angriff

Unter Angriff ist jede von einem Menschen drohende Verletzung rechtlich geschützter Interessen zu verstehen. Die Gefahr muss von einem Menschen ausgehen, „weil Tiere nicht rechtswidrig angreifen können“. Wird jedoch ein Hund gehetzt, so handelt es sich um einen menschlichen Angriff, bei dem das Tier als Werkzeug benutzt wird.

Der Angriff kann durch Handeln oder Unterlassen erfolgen. Ein Angriff durch Unterlassen liegt jedoch nur dann vor, wenn nach den Regeln des Unterlassungsdeliktens eine Rechtspflicht zum Handeln besteht (siehe auch unter Garantenpflicht).

Durch Notwehr kann jedes rechtlich geschützte Interesse verteidigt werden. Jedes Gut ist notwehrfähig, nicht nur ein solches, dessen Verletzung strafbar ist. Neben Leben, Gesundheit, Freiheit, Ehre, Eigentum etc. gilt dies also auch z. B. für den Besitz, die Intimsphäre oder das Recht am eigenen Bild.

Die Gefahr muss tatsächlich bestehen, es genügt nicht, wenn der Handelnde sie lediglich annahm oder jeder vernünftige Beobachter sie als gegeben ansehen musste, z. B. bei der Bedrohung mit einer täuschend ähnlichen Spielzeugpistole, hier käme lediglich Putativnotwehr in Betracht.

**Gegenwärtig** ist ein Angriff, der unmittelbar bevorsteht, begonnen hat oder noch andauert.

Ein Angriff steht nahe bevor, wenn mit der Rechtsgutsverletzung demnächst zu rechnen ist. Die Angriffshandlung braucht das Versuchsstadium noch nicht erreicht zu haben. Vielmehr kommt es entscheidend darauf an, ob der Verteidiger durch weiteres Zuwarten seine Verteidigungschancen erheblich verschlechtern würde.

*Beispiel: A schießt einen bewaffneten Einbrecher B nieder, als dieser Anstalten macht, seine Waffe auf A zu richten. Der Angriff des Einbrechers ist somit gegenwärtig, obwohl er seine Waffe noch nicht gegen A eingesetzt hat.*

Der begonnene Angriff dauert an, solange sich durch das Tun des Angreifers der Erfolg seines Angriffs noch vergrößert. Flüchtet ein Dieb mit seiner Beute, so ist zwar der Diebstahl vollendet, der Angriff jedoch noch gegenwärtig, da mit wachsender Entfernung der Schaden sich weiter vertieft. Erst wenn der Dieb die Beute in Sicherheit gebracht hat, ist der Angriff abgeschlossen und Notwehr unzulässig. Demnach darf dem flüchtenden Dieb in unmittelbarem Zusammenhang mit der Tat die Beute wieder abgenommen werden.

Beendet ist der Angriff dagegen, wenn er fehlgeschlagen, endgültig aufgegeben oder vollständig durchgeführt ist, sodass die Rechtsgutsverletzung durch Gegenwehr nicht mehr abgewendet werden kann.

Genau genommen ist „gegenwärtiger Angriff“ eine Tautologie (Sachverhalt, der in einem Satz doppelt wiedergegeben wird). Was bevorsteht oder beendet ist, ist kein Angriff mehr!

### Rechtswidrigkeit

Jeder Angriff ist rechtswidrig, den der Angegriffene nicht zu dulden verpflichtet ist. Beispiele für diese Duldung:

- Eine per Haftbefehl durchgeführte Festnahme durch einen zuständigen Beamten ist hinzunehmen.
- Das minderjährige Kind ist verpflichtet, eine angemessene Züchtigung durch seine Eltern zu dulden. Dies ist allerdings die reine Rechtslage, Sozialpädagogen und Erzieher dürften diese Ansicht nicht unbedingt teilen.

### Verteidigungshandlung (Notwehrhandlung)

Die Verteidigungshandlung muss erforderliche und gebotene Verteidigung sein.

Die Verteidigung muss zur Abwendung des Angriffs erforderlich sein. Die Handlung ist erforderlich, wenn das für den Angreifer

am wenigsten schädliche Mittel gewählt wurde, welches dem Verteidiger zur Verfügung stand. Hatte der Verteidiger eine geeignete Abwehrhandlung zur Verfügung, die den Angreifer weniger verletzt oder gefährdet hätte, so war die tatsächlich vorgenommene Handlung nicht erforderlich. Steht dem Verteidiger ein milderer, aber weniger sicheres Mittel zur Verfügung, so braucht er sich auf die damit verbundene Ungewissheit nicht einzulassen. Vielmehr darf er das schärfere, dafür aber sichere Mittel einsetzen.

Wer sich wirksam verteidigen kann, z. B. indem er den Angreifer zu Boden schlägt (Trutzwehr), braucht sich vor dem Angriff nicht in anderer Weise zu schützen.

Grundsätzlich gilt auch: Je gefährlicher der Angriff, desto härtere Abwehrmittel sind erlaubt (Verhältnismäßigkeit der Mittel), je harmloser der Angriff desto mildere Abwehrmittel müssen gesucht werden.

Der Verteidiger braucht dem Angriff auch nicht durch Flucht auszuweichen, wenn er über die Mittel verfügt, sich wirksam zu verteidigen. Hier gilt ein Grundsatz des deutschen Rechts: **Das Recht braucht dem Unrecht nicht zu weichen.**

Die Verteidigungshandlung muss geboten sein.

Der Angegriffene kann unter gewissen Umständen dazu verpflichtet sein, sich nicht oder auf eine schwächere, Risiko belastetere Weise zu verteidigen. Dies ist in folgenden Fällen der Fall:

- Gegenüber Kindern, Geisteskranken oder sonst ohne Schuld Handelnden (Betrunkenen) kann es geboten sein, auf Abwehr zu verzichten oder sich ohne ernstliche Gefährdung des Angreifers zu verteidigen.
- bei einem unerträglichen Missverhältnis zwischen dem angegriffenen Rechtsgut (Leben, Leib, Freiheit ...) und der durch die Verteidigung herbeigeführten Verletzung oder Gefährdung

*Beispiel: In einer Gemeinde kommt es wiederholt zu nächtlichen Autoaufbrüchen. Eines Nachts hört ein Mann vor seinem Haus verdächtige Geräusche und greift nach seiner Waffe, die er sich*

*auf Grund der Berichte in der örtlichen Presse bereitgelegt hatte.*

*Er späht durch den Vorhang auf die Straße und sieht, dass sich jemand an seinem Fahrzeug zu schaffen macht. Er zielt auf die Person und ruft sie an. Der Angerufene hört die Stimme und wendet sich ab, um zu fliehen. Daraufhin schießt der Fahrzeugbesitzer den Flüchtenden in den Rücken und verletzt ihn dabei so schwer, dass dieser querschnittsgelähmt bleibt.*

*Der Fahrzeugbesitzer kann sich in diesem Fall nicht auf Notwehr berufen, da zwischen dem verletzten Rechtsgut (aufgebrochenes Auto) und der durch die Verteidigung hervorgerufenen Verletzung ein krasses Missverhältnis besteht.*

- Unter Personen mit engen familiären Beziehungen besteht eine besondere Pflicht, dem Angriff auszuweichen, wo die Umstände dies zulassen, und notfalls das Risiko einer leichteren Misshandlung hinzunehmen.

Diese Einschränkung ist weit verbreitet, allerdings fragt man sich, warum der Mann, der die eheliche Lebensgemeinschaft durch seine Schläge negiert, nun auch noch dadurch geschützt wird, dass seiner Frau das Notwehrrecht genommen wird.

- Der Dritte will die Verteidigung durch den Helfer nicht. Nothilfe ist also dann ausgeschlossen, wenn der Dritte den Angriff ausdrücklich nicht abwehren oder sich selbst verteidigen will. Der Nothelfer darf seine Hilfe nicht aufdrängen, er kann aber je nach Situation im stillschweigenden Einvernehmen mit dem Angegriffenen handeln. Schwierig wird die Situation dann, wenn für den Helfer nicht eindeutig erkennbar ist, ob die Person, der er helfen will, tatsächlich ablehnt oder nur aus Angst vor weiteren Repressalien keine Hilfe möchte. Beispiele aus dem familiären Bereich mit prügelnden Ehemännern oder Vätern gibt es genügend.
- Der Angegriffene führt die Notwehrlage selbst herbei, um unter dem Deckmantel

der Notwehr den Angreifer zu verletzen (Absichtsprovokation). Wenn dem so ist, so hat er dem Angriff auszuweichen. Sofern er dies nicht kann, haftet er aus seinem provozierenden Verhalten. Diese Konstellation ist besonders in den Fällen relevant, in denen der Angreifer aufgefordert wird, einen Angriff zu starten („Probier's, wenn du meinst!“ „Du traust dich das doch nicht!“ „Kannst es ja mal versuchen“...). Hier gilt grundsätzlich, dass dem Provokateur das Notwehrrecht zu versagen ist.

(Fortsetzung im nächsten Heft) 氣

---

## Aikido ist auch Schwert, ist aber auch Blume

In dem Artikel „Aikido, seine Wurzeln im Schwert, seine Beziehung zum Schwert“ habe ich versucht, die Verbindung zwischen Aikido und dem Kurzschwert, dem Wakizashi, aufzuzeigen. Ich habe mich bemüht, darin darzustellen, wie sich Bewegungen im Aikido mit den Bewegungen beim Handhaben des Wakizashi decken und dass sich diese Bewegungsbilder entsprechen.

Die Bewegungen des Aikido haben ihre Wurzeln in der Anwendung des Schwertes. Aber Aikido ist mehr! Der Geist des Aikido ist weiter! Aikido ist über die Ebene des Schwertes, des Kampfes hinausgestiegen. Aikido ist bemüht, den Kampf zu vermeiden. Nicht in der Form (wie von anderen Kampfsportlern oft behauptet), „einfach davonzulaufen“. Jeder vermiedene Kampf ist ein gewonnener Kampf. Eine Auseinandersetzung nicht zum Kampf kommen zu lassen erfordert viel mehr, als sie einfach „auszutragen“.

Selbst wenn Aikido einen Kampf nicht vermeiden kann, ist sein Ziel nicht die Zerstörung des Angreifers.

Ein „Buntgürtel“ hat dies mit Sicherheit des Öfteren gehört und gelesen. Aber etwas zu lesen und auch zu verstehen sind

zwei Dinge. Im Idealfall entwickeln sich die Reife der Technik und die des Geistes im Einklang. Dies ist aber leider oft nicht der Fall, nämlich dann, wenn nur auf die nächste Prüfung hin trainiert wird. Das ist leider immer häufiger anzutreffen. Gerade wenn man nun einem „Buntgürtel“ das Einsetzen der Togatana, das „Schneiden“, mit dem Bild eines Schwertes verständlich machen möchte, kommt es ganz schnell zu folgendem Missverständnis.

Schwert

=> Waffe

=> Einsatz von viel Kraft!

Damit ist dann genau das Gegenteil von dem eingetreten, was man erreichen wollte! Es wird hart und ruppig gearbeitet.

Hinzu kommt auch noch die Philosophie, die hinter dem Schwert steht und die man keinesfalls unberücksichtigt lassen darf. Das Schwert einzusetzen ist eine sehr konsequente Maßnahme! Die Folgen sind nicht mehr rückgängig zu machen! Nach dem Einsatz eines Katana ist im allgemeinen „nur noch einer übrig“. Das ist nun einmal das Wesen des Schwertes.

Das Schwert ist nur Irimi. Direktes, geradliniges Irimi mit aller Konsequenz. Es gibt den Ausspruch: Wer das Schwert zieht, muss es auch benutzen. Mit dem Schwert nur zu drohen, macht es stumpf.

Für den Alltag im Dojo benutze ich seit Jahren ein anderes Bild, das viel friedlicher ist und somit dem Wesen des Aikido mit Sicherheit mehr entspricht, dem auch die martialische „Ernsthaftigkeit“ fehlt: eine Blume!

Man hält eine Blume in der Hand, eine langstielige Rose. Vielleicht an der Tankstelle erworben und vielleicht nicht mehr ganz frisch. Ist man nicht vorsichtig, stößt man mit der Blüte an, fallen die Blütenblätter vielleicht ab. Genauso gut kann es aber auch ein Gänseblümchen sein. Mir hat man als Bub beigebracht, dass man eine solche Blume oder einen ganzen Blumenstrauß vorsichtig mit den Blüten nach unten trägt, sie dann mit einer eleganten Bewegung, einer eleganten Drehung aus

dem Handgelenk mit fast gestrecktem Arm überreicht. Diese Bewegung gleicht dem Bewegungsablauf beim Ziehen eines Wakizashi! Gleichwohl fehlt ihr all das, was hinter dem Ziehen eines Schwertes steht. Es ist eine elegante, runde, weiche und fließende Bewegung, die doch den gleichen Zweck erfüllt. Mit der Vorstellung, eine Blume in Händen zu halten, fällt diese Bewegung ganz anders, friedvoller aus als mit der Vorstellung, ein Kurzschwert in Händen zu haben.

So findet des Öfteren mal ein Gänseblümchen seinen Weg zu uns ins Dojo, auf die Matte und bringt eine Anfängerin zum Schmunzeln. Ob sie wohl auch über ein Wakizashi schmunzeln würde?

Martin Schultes,  
DJK Aschaffenburg e. V.

道

Anzeige

## Blaue Reise – Wer kommt mit?



**Ein Angebot für Aikidoka und Freunde.  
Private Tour in die Türkische Ägäis –  
Yachtcharter der MS Sandracan  
mit Kapitän und Koch  
vom 23. – 30. Juni 2007**

**Jenni Härtig; Tel. 06105 / 41356  
E-Mail: [jenni.haertig@t-online.de](mailto:jenni.haertig@t-online.de)**

## Projekt „50 aufwärts“

Die Beweglichkeit im Alter ist für die Erhaltung der Gesundheit von großer Bedeutung. Eine Sendung des WDR befasste sich vor geraumer Zeit mit diesem Thema. Dort war zu erfahren, dass Senioren bei Stürzen meist schwerere Verletzungen erleiden als jüngere Menschen. Ein Hörer machte den Vorschlag, man soll doch in einem Judo-Club das Fallen erlernen.

Aus meiner Erfahrung als ehemaliger Judosportler und jetziger Aikidolehrer reifte in mir die Idee, meinen Altersgenossen – ich selbst bin 67 Jahre alt – einen Aikido-Kurs anzubieten, in welchem die Gleichgewichts- und Fallübungen im Mittelpunkt stehen und nicht die Abwehr von Schlägen und Tritten. Bei dieser Selbstverteidigungsmethode werden in einem Dialog zwischen Angreifer und Verteidiger die Reflexe so umgestaltet, dass diese einem in Gefahrensituationen nicht zum Nachteil werden.

Nach einem rechtsseitigen und einem linksseitigem Angriff, bei dem der Partner zu Fall kommt, wechseln die Rollen der Übungspartner, sodass Sieg und Niederlage sich die Waage halten. Das Erlernen der Fallübungen ist von gleicher Bedeutung wie die Verteidigungstechniken.

Unsere Information der Presse fand erst beim zweiten Anlauf eine gewisse Resonanz. Zwei feste Anmeldungen erfolgten bereits nach der ersten Veröffentlichung, bis Ende des Jahres 2006 lagen 13 Anmeldungen vor, kurz vor Beginn des Kurses war die Zahl auf 20 angewachsen, von denen nun 18 Teilnehmer im Alter von 50 bis 70 Jahren tatsächlich auf der Matte stehen; zwei 49-jährige Ehepartner haben sich dazugesellt.

Lockerungs- und Bewegungsübungen bildeten den Anfang der ersten Stunde: von Kreisbewegungen verschiedener Gelenke bis Tai-Sabaki (Irimi und Tenkan), gefolgt von den Ruderübungen (Torifune), welche den Körper und die Stimme in Schwingungen bringen.

Nach einer Lektion „wie setze ich mich körpergerecht und wie stehe ich ohne Benutzung der Hände wieder auf“ kamen die ersten Übungen zum Bereich „Ukemi“.

Die zweite Unterrichtsstunde griff Bekanntes aus der ersten Unterrichtseinheit auf und überraschte die Teilnehmer mit neuen Formen, den Körper abzufangen, und dem Phänomen „Gesetz der sich addierenden Kräfte“: Der gegen die Schulter drückende Partner kann sein Gegenüber nicht vom Ort bewegen!

Zum ersten Mal kam auch der Gymnastikball mit 80 cm Durchmesser zum Einsatz, um ein Gefühl für die erforderliche Rundung des Körpers bei der Vor- und Rückwärtsbewegung zu bekommen.

Der Anfang ist geglückt! Werden alle durchhalten? Wird ein zweiter Kurs folgen? Werden wir neben der Jugendabteilung eine Abteilung der „grauen Tiger“ gründen? Die Zukunft wird uns klüger machen.

Das Telefon läutet: Die Lokalredaktion meiner Zeitung! „Wir haben Ihre Mitteilung ‚50 aufwärts‘ veröffentlicht. Wir möchten eine kleine Reportage machen. Können wir kommen?“ Es ist Montag und der Lokalredakteur erscheint. Kurze Begrüßung mit einigen Erläuterungen, es werden Bilder gemacht. „Wenn ich noch Fragen habe, rufe ich an, tschüss“

Es ist Freitag in der Früh. Wir wollen frühstücken. Ein Blick in die Zeitung, die letzte Seite im Lokalteil ein Blickfang, nicht zu übersehen: „Fernöstliche Techniken für Junggebliebene – Mit Aikido lernen ältere Menschen, ihren Körper auf Kurs zu halten.“ Ich lese und befinde: Ein sehr gut gemachter Artikel und sogar zwei farbige Bilder. In den nächsten zwei Tagen erreichen mich sechs Anfragen: „Machen Sie das noch einmal? Wir hätten Interesse.“

Wir werden wohl weitermachen.

*(Wenn sich jemand näher für die Kursinhalte interessiert, kann er weitere Informationen erhalten: Hagebuttenweg 8, 53721 Siegburg-Kaldauen; ManfredPutzka@aol.com)*

Manfred Putzka,  
AC Siegburg e. V.



## Voyage, voyage ...

Wenn einer eine Reise tut, dann kann er was erzählen, las ich immer, deshalb erzähle ich mal, was man in Frankreich noch alles erleben kann.

Am zweiten Novemberwochenende 2006 gab es in unserem Nachbarland bei der Fédération d'Aikido Traditionnel (FAT) einen Nationallehrgang mit Meister Brun. Und da ich den ja nun weder in Frankfurt zu Ostern noch im Sommer in Mulhouse gesehen hatte, entschied ich mich, es ein drittes Mal zu versuchen ...

Et voilà, was lange währt wird endlich gut. Da es Madame Brun momentan wieder etwas besser geht, waren die beiden alten Herrschaften reisefähig und der Lehrgang fand wie geplant statt.

Zwei Trainings, genau wie bei uns Samstagnachmittag und Sonntagvormittag, bei dem großen alten Herrn. Ergänzt wurde das Programm durch eine Dan-Prüfung der FAT und deren Hauptversammlung. In bekannt gastfreundlicher Manier luden mich die Hausherren, Meister Orsatelli Vater und Sohn sowie Meister Brun persönlich, zu allen diesen Events gleich mit ein.

Die Prüfungen verlaufen ähnlich wie bei uns. Es gibt drei Prüfungsfächer: Techniken (immer mit Lehrprobe, da es keine Übungsleiter-Lizenz gibt), Randori (überwiegend aus Ausweichformen bestehend und damit ziemlich schnell) und Kata (wie bei uns 1. und 2., stilistisch etwas anders, und immer auch Schwert-Katas). Insgesamt ein hochinteressantes Erlebnis!

Die Trainings bei dem alten Meister der FAT waren sehr beeindruckend. Es gab Techniken ohne und mit allen Waffen, die von Meister Brun und seinen Schülern gezeigt und von ihm erläutert wurden. Diese waren spannend und, wie bereits mehrfach festgestellt, unseren Bewegungsformen durchaus verwandt. Mir persönlich gefielen Formen aus einer Messerkata sehr gut, die wir am Sonntag übten.

Ich kann mich Frauke nur anschließen (Anmerkung der Redaktion: Artikel in aa 4/2006, S. 14/15): Aikido mit europäischen Nachbarn macht Spaß und öffnet Horizonte. Ich hatte jedenfalls ein tolles Wochenende.

Tipp: Die FAT veranstaltet vom 28.07. – 04.08.2007 einen internationalen Lehrgang an der Côte d'Azur – das wär' doch mal was.

*Petra Schmidt,  
Aikido-Verband Hessen e. V.*

氣

## Aikido mal anders

In gewohnter Tradition fand am letzten Januarwochenende der Udo-Granderath-Gedächtnislehrgang in Erinnerung an den früh verstorbenen Gründer der Aikidoabteilung des TV Nauheim statt. In diesem Jahr war Meister Marcel Schriber, 3. Dan Aikido aus der Schweiz, eingeladen worden, den Lehrgang zu halten.

Wie die Aikido-light-Gruppe des TV Nauheim betreibt auch Marcel Aikido mit behinderten Teilnehmern. Der Kontakt zu Marcel entstand bei einer Weiterbildung zur Verwendung von Budo-Sportarten im therapeutischen Bereich, die der Leiter der Aikido-light-Gruppe Reiner Heil zusammen mit ihm absolvierte.



*Meister Marcel Schriber, 3. Dan Aikido*

Es wurde ein interessantes Wochenende mit ganz neuen Erfahrungen. Sicherlich auch geprägt durch den Umgang mit seinen speziellen Schülern, praktiziert Marcel ein betont rundes und weiches Aikido, das von den Teilnehmern aufgenommen und erprobt wurde. Daraus ergaben sich interessante Diskussionen zum Beispiel im Spannungsfeld zwischen Effektivität und Gesundheitsförderung.

Ergänzend zeigte Marcel einige Übungen und Techniken mit dem Bokken, die großen Anklang fanden. Speziell die Reaktionsübungen im Kreis waren klasse und mit sehr viel Spaß verbunden.

Betont werden sollte hier, dass besonders die jugendlichen Teilnehmer (und davon waren einige auf der Matte) das Training sehr genossen. Marcel kann sicher sein, dass einige seiner Techniken in hessischen Dojos fortgeführt werden.

*Petra Schmidt,  
Aikido-Verband Hessen e. V.*

道

## Aikido-Skilanglauf-Lehrgang 2007

Premiere! Seit zwei Jahren mache ich Aikido und fuhr zum ersten Mal zum Herzogenhorn. Dann bekam ich auch gleich noch die Ehre, einen Lehrgangsbericht verfassen zu dürfen. Lieber Volker, danke für dein Vertrauen! Mein Bericht soll so viele wie möglich von euch dazu animieren, sich für den nächsten Horn-Lehrgang anzumelden. Warum? Weil es einfach mega cool ist, weil es eurer Seele und eurem Körper gut tut, weil ihr eine Menge lernt und Spaß habt. Aber langsam, alles schön der Reihe nach ...

Eine Woche von zu Hause weg, keine streitenden kleinen Monster um mich herum, keine nie endende Hausarbeit, kein ewiges Essenkochen, was sowieso nicht gewürdigt wird, keine einschläfernde Hausaufgabenkontrolle, keine neckischen Kollegen auf der Arbeit, keine wachsamen Blicke vom Chef. Hm, klingt doch verlockend – oder? Warum dann diese Zweifel? Eine Woche lang ohne die eigenen drei Kinder, ohne die wilden Horden vom Aikido-Kindertraining? Läuft alles ohne mich? Habe ich ein Recht auf Erholung? Ist es nicht ... blablabla! Na Gott sei Dank gibt es Aikidoka, die einen gern haben und überreden, doch mitzufahren.

Also fuhr ich los, versuchte den Stress hinter mir zu lassen und die Woche zu nutzen, um über meinen Liebeskummer hinwegzukommen. Ich wusste ja, ich würde mir mit Lilo ein Zimmer teilen, und das beruhigte mich ein wenig. Die Anreise vom hohen Norden ins Schwarzwaldgebiet war lang und schürte meine Nervosität vorm Skifahren. Noch nie stand ich auf solchen „Brettern, die die Welt bedeuten“ und eisiger Winter war für meine mediterrane Gesinnung eher eine grauenvolle Vorstellung. Die Tatsache, dass mein Aikido-Kollege Victor auch noch nie auf Skiern stand und tröstend meinte: „Wir teilen uns den Idiotenhügel!“, besänftigte meine Angst. Auch war ich noch nie in der Sauna, aber dafür hatte ich ja Thomas, einen erfahrenen Saunagänger, der meine Angst etwas ein-

dämmte. So blieb nur noch die Frage offen: Habe ich wirklich die richtigen Klamotten mit oder werde ich mich zu Tode frieren, weil die Sachen so dünn sind? Ich hatte mit Rolf, meinem Meister, einen erfahrenen Ski-Läufer beim Shoppen zur Seite gehabt, also dürfte alles in Ordnung sein. Eigentlich keinerlei Gründe, sich Sorgen zu machen. Eigentlich ... Aber ihr merkt schon, ich hatte bis dato eine ziemliche innere Unruhe.

Nach der langen Zugfahrt brachte uns ein Bus zum Fuße des Berges und wir mussten dann „auf Schusters Rappen“ hinauf zum Herzogenhorn. Unser Gepäck hingegen wurde von einem Kleinbus hochgefahren. Klasse, dachte ich mir, der „Spaß“ fängt ja gut an. Patrick, Sabine, Thomas, Anja, Victor und ich entschieden uns für den „Irimi-Weg“ und kraxelten mehr oder weniger fröhlich den Berg hinauf. Dabei rutschten wir aufgrund des Eises einige Male aus und erschwerten uns durch ständiges Gelächter selbst den Weg. Kurzum: Der Anfang war schon mal 'ne Gaudi! Oben angekommen bezogen wir unsere Zimmer. Sonny (sie hatte das Jahr davor Premiere) zeigte uns die Räumlichkeiten, sodass das anfängliche Labyrinth verschwand. Nach dem Abendessen gab's noch einen kleinen Absacker und dann sackte ich auch ab. So tief und fest hatte ich schon lange nicht mehr geschlafen. Die Luft dort oben ist für unsere „Flachlandlungen“ eine wahre Wohltat!

Am nächsten Morgen dann stand ich das erste Mal auf Skiern! Meine Gedanken: Boh ey, ist das blöd! Was mache ich hier? Was soll das Ganze? Wofür ist das gut und ... wo zum Teufel ist mein Zentrum geblieben? Kaum zwei Bretter unter den Füßen und schon verabschiedet sich mein Gleichgewichtssinn. Na toll! Abgesehen davon standen mir auf den Pisten entschieden zu viele Tannen im Weg ... und Heidelbeeren esse ich lieber,



anstatt mit ihnen zu schmuse. Übrigens gibt es dort oben haufenweise Heidelbeerefelder, ich kenne mittlerweile fast jedes! Helmut, unser Ski-Lehrer, hatte es nicht einfach mit mir. Tja und als mir dann auch noch das Mittagessen nicht schmeckte, stand für mich fest: Alles für die Katz! Ski fahren kann ich nicht, rauchen darf ich hier nur draußen und Sonne, Strand und Meer gibt es hier auch nicht gerade in Hülle und Fülle. Hoffentlich fängt bald das Aikido-Training an, das beruhigt immer so schön.

Vorher ging es allerdings noch in die Sauna. „Super“, dachte ich mir, „heiß, trocken und öde hier. Wie kann man beim Nichtstun nur so ins Schwitzen kommen?“ Dann noch abduschen, ruhen und wieder rein. Langweilig, sinnlos und albern! Thomas aber meinte, es würde dem Körper und der Seele gut tun, entgiften und für einen stabileren Kreislauf sorgen. „Pöh, wen interessiert das schon?“, aber da ich hier eh 'ne Woche „gefangen“ bin ... Und tatsächlich, nach der dritten Runde Sauna merkte ich, wie es anfing, gut zu tun. So innerlich erfrischend! Abgesehen davon ist es schwer, seine negative Einstellung beizubehalten, wenn so viele liebe Aikidoka um einen herum sind.

Nach dem Abendbrot kam dann endlich das erste Training! Ich war ganz in meinem Element, genoss die präzise erklärten Vorgaben von Volker, freute mich, dass sein Lieblings-Uke Patrick, mein Kollege aus dem Samurai-Camp, hin und her flog, und

stellte mit Entzücken fest, dass Helmut und ich zwar nicht auf Skiern, dafür aber im Aikido sehr gut harmonierten. Na, das war doch was!

Abends saßen wir alle zusammen, unterhielten uns und/oder spielten miteinander. Viele, wie z. B. Susanne oder auch Reiner, waren schon zum x-ten Male dabei, und diese tolle Mischung aus „alten Hasen“ und „Greenhorns“ sorgte für eine lockere Atmosphäre und ein harmonisches Miteinander. Ich fing an, mich wohl zu fühlen. Bis dann der Donnerstag kam! An diesem Tag findet traditionell der Ausflug auf Skiern statt. Eine Herausforderung für den „Skiiten“, eine Bewährungsprobe für den Neuling und eine Verzweiflung für so einen „Anti-Ski-Hasen“ wie mich! Stundenlang auf Skiern, bergauf und bergab, mit und ohne Loipe, eisiger Wind, der einem ins Gesicht peitscht. Holla, die Waldfee, für mich war es die reinste Pein. Ich war an meinen Grenzen angelangt, meine Kräfte hatten mich komplett verlassen, meine Motivation war auf dem Nullpunkt und meine Nerven lagen blank! Ich konnte nur noch heulen und – wenn wieder genug Kraft vorhanden war – schimpfen wie ein Rohrspatz!

Meine Patin Anja (jeder Neue bekommt einen Erfahrenen zur Seite) hatte eine Engelsgeduld mit mir. Trotz meines dämonischen Verhaltens, der brutalen Vorwürfe, die ich ihr machte, und der kompletten Schuldzuweisung, die ich ihr mit bewun-



derswerter Überzeugung gab, behielt Anja die Nerven und war stets um mein Wohlergehen bemüht! Anja, ich bewundere dich und danke dir an dieser Stelle ganz herzlich! Auch dir, Helmut, danke ich für deine unendliche Geduld mit mir und deine liebevolle Fürsorge.

Wenn selbst so eine „Ski-Legasthenikerin“ wie ich diesen Ausflug überlebt hat, werden Leute wie ihr dabei richtig Spaß haben. Also anmelden! Am Abend ging es mir sogar schon wieder gut und beim Tanzen konnte ich so richtig aus dem Vollen schöpfen. Wie schön der „bunte Abend“ ist, müsst ihr selbst erleben. Da wird Programm geboten, das es in sich hat: Peter ist ein „Master of Ceremony“ wie ein Adonis unter den Göttern, und ich sage nur: „And the Oscar goes to Hesti!“ Selbst erleben, selbst erleben!

Übrigens, meine „leichte“ Reizbarkeit am Ausflugstag beruhte auch auf Entzugserscheinungen. Ich habe auf diesem Lehrgang endlich dem Zigaretten„genuss“ ade gesagt! Dank der ständigen Motivation durch Lilo fiel das sogar recht leicht. Das allein ist doch schon die Reise wert gewesen – oder?! Meine innere Unruhe ist erheblich geschrumpft, ich habe gelernt zu entspannen. Kurzum, ich bin wie neu geboren. Voller Tatendrang und Schöpferkraft. Dieses Feeling wünsche ich jedem von euch. Also anmelden! (Nein, ich kriege keine Provision von Volker – oder? Grins!)

Leute, das Essen schmeckt, die Zimmer sind schön, das Personal ist freundlich, die Räumlichkeiten sind sauber und gepflegt, das Panorama (mit Blick auf die Alpen!) ist traumhaft, das Dojo ist bezaubernd, Volkers Training ist sehr lehrreich und Ski fahren macht Spaß! Ja, ihr habt richtig gelesen! Aller Anfang ist schwer, aber ich denke, nächstes Jahr wird's etwas besser gehen und so langsam aber sicher kann dann auch ich mal die Piste runtersausen, ohne mich dabei der „Erdanziehungskraft“ hinzugeben. Reicht jetzt schon mal Urlaub ein, dann kann nichts schief gehen. Besorgt euch einen Babysitter und gönnt euch diese Auszeit (die Lütten brauchen auch mal eine Auszeit von Mom und Dad). Jeder von

uns hat es sich verdient. Der Partnerschaft tut eine kurzfristige Trennung auch mal gut ... Wenn ihr – so wie ich – blaue Flecken an den Knien erntet vom „Ski Fallen“, könnt ihr damit zu Hause wie ein Kriegsveteran Eindruck schinden. Wenn das nötige Kleingeld fehlt, gebt euren Schmuck, DVD, PC oder dergleichen ins Pfandhaus.

Ach, da war ja noch was: 31 Teilnehmer waren wir insgesamt, 10 davon aus Schleswig-Holstein. Das bedeutet, das schönste Bundesland der Welt kam mit der größten Delegation. Wir „Fischköpfe“ bildeten ca. ein Drittel des Lehrgangs. Wenn man das politisch wertet, sieht manch ein „Depp“ rot – oder war es schwarz? Egal, wir „Sauptreußen“ kommen auch im nächsten Jahr wieder mit einer starken Einheit. Welches Bundesland will versuchen, uns zu übertrumpfen? Wir könnten den Lehrgang auch nutzen, um einen nationalen Kulturaustausch zu fördern. „Weißwurst“ aus Bayern, Marzipan aus Lübeck, irgendetwas Schönes aus Rheinland-Pfalz, Bananen aus den neuen Bundesländern – hihi, ich liebe es zu reizen ... Ich freue mich auf jeden, der bei dieser Gaudi dabei sein wird, und hoffe, dass zwecks Anmeldungen bei Volker die Leitung zusammenbricht.

Wir sehen uns auf dem Horn!

*Patricia Siedler,*

*Kaltenkirchener TS von 1894 e. V.*



---

## **Aikidoka auf dem Weg nach Frankreich**

### **Fünftes Treffen des KSV Herne und des Cercle d'Aïkido Traditionnel**

Eine Gruppe, bestehend aus 22 Aikidoka (teilweise mit Partner) des KSV Herne 1920 e.V., unterstützt von zwei Aikidoka des TC Gelsenkirchen 1874 e.V., macht sich auf den Weg nach Frankreich. Diese Fahrt wird mit einem Trainingswochenende beginnen, um in einen anschließenden Ur-

laub zu münden. Der Hintergrund dieser Tour beruht auf einer Einladung seitens Maître Jacques Valère aus Bordeaux an den Haupttrainer des KSV Herne Horst Glowinski (beide 6. Dan Aikido).

Nachdem Jacques und Sofie Valère nun bereits zum dritten Mal zu Gast beim KSV waren, die Herner Aikidoka aber bisher nur im Jahre 2003 einen Gegenbesuch in der Nähe von Paris abhielten, wollte es sich Jacques Valère nicht nehmen lassen, die Herner in seine Heimat an die Atlantikküste nach Arcachon (ca. 60 km von Bordeaux entfernt) einzuladen.

Aus den bisherigen Treffen mit der französischen Gruppe um Jacques Valère imponierte die Herner Aikidoka unter anderem das Training mit Waffen, vorzugsweise mit Jo und Katana. Hierbei zeigte es sich immer wieder, dass Jacques Valère ein Meister in der Anwendung von Waffen ist, da bei ihm, wie auch allgemein in Frankreich, ein nicht unbedeutender Teil des regulären Trainings mit Waffen ausgeführt wird.

Der Lehrgang in Arcachon, diesmal im Austausch von Horst Glowinski geleitet, wird sicherlich ebenfalls die Möglichkeit bieten, auch wieder mit Waffen zu trainieren. Auf der anderen Seite wird Horst, der sich durch sein jahrzehntelanges Aikido-Training einen reichhaltigen Fundus an Techniken aufgebaut hat, seinen Part dazu beitragen, dass auch die französischen Aikidoka mit Techniken konfrontiert werden, die sie bisher noch nicht auf der Matte gesehen haben. Der dadurch aufkommende Austausch wird sicherlich zu einer Verfestigung der Beziehungen untereinander führen.

Da es sich um einen weiten Anreiseweg für einen Wochenendlehrgang handelt, kam die Idee auf, den Lehrgang zu verlängern, um anschließend noch ein paar Tage an der französischen Atlantikküste verbringen zu können.

Und damit begann das Abenteuer: Wie kommen wir am besten nach Frankreich? – Flugzeug? OK, aber dann sind wir vor Ort nicht unabhängig. – Auto? OK, aber nicht jeder möchte mit seinem Auto so weit fah-

ren. Also fiel die Entscheidung schließlich auf einen Reisebus.

Als nächstes kam die Frage nach der Unterkunft. Es sollte nicht so teuer, aber trotzdem schön sein. Die französischen Aikidoka machten den Vorschlag, Ferienwohnungen mit mehreren Leuten anzumieten.

Aber dann kamen schon die ersten Diskussionen auf. Wer kocht, wer kauft ein, wer macht sauber, verstehen wir uns, wenn wir nicht nur zwei-, dreimal die Woche auf der Matte aufeinander treffen, sondern uns für eine Woche eine Unterkunft teilen? Schließlich fiel die Entscheidung auf eine Art Jugendherberge. Hier kann man sich Doppel- oder Einzelzimmer nehmen und fürs Frühstück ist auch schon gesorgt.

Die ersten Vorbereitungen sind also getroffen: Bus und Jugendherberge sind reserviert und die Vorfreude ist auch vorhanden.

Am Freitag, den 27.04.2007, startet die Gruppe um 7 Uhr vom Herner Dojo aus mit dem Bus in Richtung Atlantikküste. Direkt am nächsten Tag beginnt das Lehrgangswochenende. Und danach heißt es: „Leben wie Gott in Frankreich“.

*Heike Mercsak,  
KSV Herne 1920 e. V.*



## **Müssen die Probleme eines Übungsleiters unbedingt auch noch „farbig“ sein?**

**Gedanken zu den beiden Artikeln  
in aa 1/2007, S. 31 – 33**

In Japan war der Hakama in klassischer Zeit ein Kleidungsstück, das ganz natürlich auch der Mode und dem persönlichen Geschmack unterworfen war und daher zwangsläufig in unterschiedlichen Farben und Mustern vorkam. Zwar tragen Japaner heutzutage überwiegend Kleidung im westlichen Stil, bei formellen Anlässen kommt

jedoch auch die traditionelle Tracht noch immer zum Einsatz.

Von O-Sensei wird berichtet, dass für ihn der Hakama (unabhängig von der Farbe) unbedingt zur Trainingskleidung gehört haben soll und dass er Schüler, die „unten ohne“ waren, nicht mittrainieren ließ, da dies „in Unterwäsche“ nicht schicklich wäre.

Diese Ansicht scheint aber überholt zu sein. Folgende Fotos, die ich im Hombu-Dojo in Tokio (dem von O-Sensei gegründeten Dojo, welches heute von seinem Enkel Moriteru Ueshiba geleitet wird) bei zwei Trainingsgruppen gemacht habe, zeigen deutlich, dass der normale Keiko-Gi im Aikido auch ohne Hakama getragen wird, wie dies in anderen Budo-Disziplinen wie Judo, Karate oder Jiu-Jitsu sowieso selbstverständlich ist. Ein Aikidoka meines Vereins, welcher mehrere Wochen in Iwama bei Saito-Sensei war, berichtete zudem, dass dort auch hochrangige Aikido-Meister zumindest beim Waffentraining im Garten



*Training im Hombu-Dojo, Tokio*

regelmäßig einen einfachen Keiko-Gi ohne Hakama tragen, ohne dass ihre Kleidung als „Unterwäsche“ angesehen wurde.

In verschiedenen Aikido-Vereinigungen wird das Tragen eines Hakama zwar unterschiedlich gehandhabt, die Mitglieder halten sich jedoch an die jeweilige Übereinkunft. Aus der Tatsache, dass man einen Hakama also in allen Farben kaufen kann, lässt sich daher noch nicht ableiten, dass dies im Aikido auch üblich ist.

So gibt es z. B. Verbände, bei denen die Schüler bereits ab dem 3. Kyu „schwarz“ tragen. In den USA habe ich ein Vierteljahr lang bei einem Verband trainiert, der von einem direkten Schüler von O-Sensei geleitet wurde. Dort trugen neben den Meistern grundsätzlich auch alle Frauen einen schwarzen Hakama, selbst wenn es sich um Anfängerinnen handelte. Dagegen trainierten männliche Kyu-Grade im normalen Gi, also ohne Hakama.

Auch der DAB hat sich eine klare Regelung in Bezug auf die Trainingskleidung gegeben, die an den klassischen Aikido-Farben schwarz – weiß orientiert ist und nunmehr seit 30 Jahren praktiziert wird. Selbst wenn ein weißer Hakama in anderen Verbänden möglicherweise anders interpretiert wird als bei uns, so habe ich doch noch nie Aikidoka in rot, gelb oder grün gesehen (weder in Deutschland noch im Ausland). Lediglich (dunkel-)blaue Hakama findet man gelegentlich bei Danträgern, wobei jedoch der gedeckte Farbton auch dann nur gering vom sonstigen Schwarz abweicht.

Es gibt also verbandsübergreifend gewisse Regeln der Farbgebung, die weltweit beachtet werden. Teilnehmer der World Games, die im vorletzten Jahr mit 1500 Aikidoka in Duisburg stattfanden, konnten sich einen guten Überblick verschaffen, welche Farben im Aikido üblicherweise getragen werden (nämlich schwarz und weiß).

Natürlich kann man auffallen, wenn man mit einem kanarienvogelfarbenen Hakama auf die Matte kommt. Wenn dies jedoch aus einer Trotzhaltung heraus geschieht, obwohl der Meister deutlich seine (ablehnende) Ansicht hierzu geäußert hatte,

spricht das nicht gerade für den Aikidoka. Ich gehe fest davon aus, dass sich auch die beiden Sportkameraden, um die es in den Bezugsartikeln geht, nicht getrauen würden, so beim Lehrgang eines japanischen Meisters zu erscheinen, da man nicht wüsste, wie dieser reagiert und ob er sich möglicherweise beleidigt fühlt. (Auch wenn er dies seiner japanischen Erziehung nach nicht laut äußern würde, wäre sein Verhalten im Bezug auf solche Schüler wohl eindeutig.)

Ich meine, dass auch nicht-japanische Aikido-Meister diesen Respekt verdienen und dass sie von den Schülern nicht anders behandelt werden sollten.

Dr. Thomas Oettinger,  
ASV Lorch e. V.

道

Rezension:

## „Kampfkunst als Lebensweg“

Die Silbe „Do = Der Weg“ ist in den Namen vieler Kampfkünste (= Bu-do) enthalten. In ihrem Vorwort – überschrieben mit dem Titel „Scheuklappen absetzen“ – geht es den Herausgebern um den Hintergrund der Budo-Disziplinen. Daoismus (China), Zen (Japan) oder „Bushido“ (Ehrenkodex der Samurai) bilden die Grundlage der im Westen praktizierten Kampf„sport“arten. Dass es neben den rein körperlichen (sportlichen) Aspekten auch um die geistige Bereicherung geht, ist vielen Praktizierenden bereits klar. Mit dem vorliegenden Buch kann man sich sehr eingehend mit den Hintergründen hierzu beschäftigen. Diese sind den meisten Asiaten aus ihrer Kultur heraus selbstverständlich, während im Westen oft falsche Vorstellungen, Halbwissen und Schindluder grassieren. Mit „Samurai-Romantik“ lässt sich eben auch hervorragend Kundschaft anlocken.

Im Buch sind Interviews und Aufsätze von Meistern ganz unterschiedlicher Kampfkünste wie Karate, Kendo, Tai Chi und Aikido zusammengefasst.

Hier ein kleiner Überblick:

Die Interviews mit Fritz Nöppel und Lothar Raschke (beide Karate-Do) befassen sich vor allem mit der Lehrer-Schüler-Rolle. „Schüler helfen den Meistern, ihren Weg zu festigen“, so Lothar Raschke. Sehr eindrucksvoll beschreiben beide ihren persönlichen Lebensweg, der stets auch ein „Weg der Selbsterkenntnis“ und des „Kampfes mit sich selber“ war.

Im Interview mit Song Chuanyu, Dozentin für Philosophie und Meisterin des Taijiquan, beschreibt diese die Hintergründe des Daoismus – der Lehre vom Weg. Dao ist ein Zustand, den man erreicht, wenn man den Dingen ihren natürlichen Lauf lässt. Dabei ist (chin.) Qi (= jap.: Ki) die Lebensenergie bzw. verborgene Kraft, für die sich der Mensch sensibilisieren muss – in diesem Falle durch Qigong (Qi-Arbeit). Wichtig ist die Erdung (Yin) und die Verbindung zum Himmel (Yang), die Einheit mit dem Dao. Die chinesische Bewegungsmeditation und Medizin ist bis ins hohe Alter wirksam.

Rainer Jätkowski (Kendo) beschreibt vor allem die mentale Herausforderung – die „reinigende Meditation“ seiner Kunst. „Nur wer un-perfekt ist, kann perfekt sein“; „Das Neue ist die Herausforderung des Bestehenden“. Im Üben muss ein Kompostieren stattfinden. Um das „Gegeneinander im Miteinander“ kommt keine Budo-kunst herum.

Thomas Schmidt-Herzog gibt einen Überblick über die Entwicklung der chinesischen Kampfkünste, der „äußeren, harten“ (Shaolinquan) und der von Daoismus beeinflussten „weichen inneren“. Das Qi wird als „Waffe“ eingesetzt, die mit zerstörerischer Wirkung in den Körper des Gegners projiziert wird. Ihr Ziel sind bestimmte Akupunkturpunkte, verletzliche Stellen, die es zu treffen gilt. Die innere Energie ist nicht nur wichtig für vitales Leben bis ins hohe Alter, sondern auch für die Kampfkraft. Taiji-Qi fließt nur in einem entspanntem Körper. Für den Westen sieht der Autor zum einen die Gefahr, alte Lehren zu verlieren, aber auch die Chance, Altes weiterzuentwickeln und Neues zu schaffen.

Die letzten beiden Beiträge beschäftigen sich mit Aikido. Ein mir eher vertrautes Terrain, so denke ich. Allerdings bin ich sehr erstaunt über die Ausführungen von Andreas Niehaus, einem Experten der Kampfkünste in Japan, der aufzeigt, wie sehr die Kunst und das Weltbild von Morihei Ueshiba durch sein religiöses Umfeld geprägt wurden. Interessant ist zum Beispiel, dass das Dojo als heiliger Bezirk angesehen wurde. Vor dem Betreten musste man drei verschiedene Reinigungsrituale durchlaufen: die äußerliche Reinigung, die Reinigung der sechs Sinne (Sehen, Hören, Geruch, Geschmack, Tasten und Intellekt) und die Reinigung der Seele. Straßenkleidung sowie Gespräche alltäglichen Inhalts waren verpönt. Der Trainer fungierte als Kontaktperson zu den Gottheiten, die durch ihn sprachen. Durch Rezitieren bestimmter Silben wurden die Gottheiten in das Dojo herbeiberufen, um durch Vereinigung mit den Trainierenden diesen Kraft zu geben. Auch heute noch wird ein derart religiös ausgerichtetes Aikido von Hikitsuchi Michio praktiziert. Große Bedeutung haben Kokyu-ho und die Drehbewegung (Tenkan). Mit Letzterer soll der Ausführende „einen Zustand der Einheit mit den Prinzipien des Universums“ erreichen.

Im Laufe der Zeit hat das Aikido Ueshibas viele Veränderungen durchlaufen – es wurde säkularisiert. Anstelle der ursprünglichen religiös-nationalistischen Vorstellungen traten ideologisch und weltanschaulich unproblematischere, die den zeitlosen Kern des Aikido verkörpern. Der Autor weist aber darauf hin, dass Zen, welches insbesondere in Europa und USA häufig in Zusammenhang mit Aikido gebracht wird, einer anderen Traditionslinie entstammt. Dennoch gibt es viele Parallelen und Verbindungen von Zen und Aikido können eine Bereicherung darstellen.

Dies zeigt sehr deutlich der sich anschließende Beitrag von Gerhard Walter, einem Schüler der Meister Asai, Noro und Tada. Die Suche nach den geistigen Hintergründen führte ihn bis nach Japan, wo er sich unter anderem mit Zazen (Meister Nagaya) und Ki (Meister Tohei) beschäftigte.

Sein Ziel ist es, die „Einheit mit dem Tun in keiner Lebenslage zu verlieren“ und „immer und überall mit sich selbst zu sein“ – dies nennt er „Integrität“. Die Grundlage unseres westlichen Denkens ist, anders als in Asien, eine „abgründige Dualität“, wir berufen uns auf Gegensätze wie Körper und Geist, Bewusstes und Unterbewusstes, Subjekt und Objekt. Sprache bedeutet Entfremdung, die „Wirklichkeit des sinnlichen Augenblicks“ bleibt außen vor.

Walter sieht in Meditation und Kampfkunst keine zwei voneinander getrennten Methoden. Meditation dient dem Selbststudium. Jeder lebt in seiner eigenen Wirklichkeit mit abstrakten Gedankeninhalten, denen die Lebendigkeit fehlt. Die Stille, die Befreiung vom Denken führt zum Empfinden der Integrität. Es wird beschrieben als ein „Öffnen des Gefängnisses der vom Sinnlichen abgeschnittenen Welt“ – im Idealfall wird ein „offener und fließender Geist“ erreicht.

Im Budo geht es um das Einssein mit dem Gegner. Häufig wird das „richtige Schauen“ betont, das heißt eine Wahrnehmung des Ganzen, ein Geist, „der nirgendwo festhält“. Diese ungeteilte Wahrnehmung führt zu Effektivität. Wenn wir es zudem schaffen, zu einer natürlichen Bewegung zurückzukommen, wie sie z. B. im Tierreich anzutreffen ist, sind wir dem „Geheimnis der Effektivität“ auf der Spur. Dem Budo-Schüler sollte klar sein, dass es „unsinnig ist, nach Stärke zu streben, wenn er darüber hinaus nicht lernt, wie man aufhört, sich selbst zu schwächen“. Wir schwimmen meist gegen den Strom statt mit ihm.

Aiki bedeutet „natürliches Handeln aus absoluter Präsenz“. Der Begriff „Flow“ umschreibt dieses Einssein mit sich und seinem Tun – das Ergebnis eines offenen und fließenden Geistes. Diesen „Flow“ spüren wir meist nur in Extremsituationen (z. B. im Leistungssport) und haben ihn aus unserem Alltag verbannt. Butsu-Do ist der Weg der Erleuchtung, das Ziel ist der ganze Mensch.

Den Herausgebern ist ein hervorragendes Buch gelungen, das die verschiedenen geistigen Hintergründe der Kampfkunst

beleuchtet. Äußerst interessant fand ich es auch, mich mit anderen Kampfkünsten und deren geistigen, philosophischen und religiösen Hintergründen zu beschäftigen. Mit einigen Begriffen hatte ich so meine Schwierigkeiten und daher hätte ich mir ein kleines Glossar zum Nachschlagen gewünscht. Erst im 5. Kapitel erklären die Herausgeber die „Geisteswelt der Kampfkünste“, dies hätte vielleicht schon weiter an den Anfang gehört.

Das Buch ist insgesamt sehr „dicht“ – daher auch nicht geeignet zum schnellen „einfach so mal“ Konsumieren. Im Gegenteil, man sollte sich Zeit lassen, das Buch vielleicht immer mal wieder zur Hand nehmen. Mit Sicherheit findet jeder den einen oder anderen Gedanken, der ihn im Augenblick berührt – je nachdem, wo man sich auf seinem „Weg“ befindet.

*„Kampfkunst als Lebensweg“  
herausgegeben von Florian Markowetz und  
Uschi Schlosser-Nathusius,  
Kristkeitz-Verlag 2005;  
241 Seiten, ISBN: 393233714x; 18.80 €*

Anja Daiminger,  
ASV Lorch e. V.



## Warum ausgerechnet Aikido?

Das ist eine Frage, die immer mal wieder auftaucht, gerade, wenn der Anfängerkurs begonnen hat. Und die Antworten, die man darauf bekommt und sich vielleicht auch selber gibt, sind sehr unterschiedlich.

Eine Kampfsportart zu beginnen oder auch von einer anderen zu Aikido zu wechseln, daran sind meistens bestimmte Erwartungen geknüpft. Ich habe eine Sportart gesucht, die mich, als beruflich sehr eingespannte Person, nicht von einer Mannschaft abhängig macht, die aber dennoch in der Gruppe ausgeübt wird. Ich wollte auch Spaß haben, mich unterhalten und beim Schwitzen nicht ganz allein sein.

Bei einer Aufführung der Aikido-Gruppe der TGS Walldorf haben mich die eleganten Bewegungen und die Leichtigkeit dieses Kampfsports gefesselt und nun bin ich schon drei Jahre mit Spaß dabei.

In den Anfängerkursen sieht es ähnlich aus – beruflich eingespannte, dazu noch familiär eigentlich ausgelastete Frauen und Männer stehen da, um sich in den nächsten 1 ½ Stunden einen Eindruck zu verschaffen, ob Aikido das Richtige für sie ist, damit sie mit Spaß und Freude an der Bewegung dabei bleiben.

Um eine Enttäuschung vorweg zu nehmen – Aikido lernt man nicht in ein paar Übungsstunden. Ehrlich gesagt – am Anfang kommt man sich wie ein Bewegungskatholik vor. Ich habe ständig rechts und links verwechselt und beobachtet diese erste Hürde auch häufig bei den Neueinsteigern. Alles kein Drama, denn der Körper hat ein gutes Gedächtnis und irgendwann geht es dann auch fast schon automatisch.

Genauso das Rollen. Den letzten Purzelbaum habe ich während meiner Schulzeit gemacht und die liegt jetzt schon eine ganze Weile zurück.

Das Rollen ist aber das A und O beim Aikido, denn damit macht man es einem Angreifer schwerer, von ihm gefasst oder verletzt zu werden. Eine Rolle rückwärts oder vorwärts kann den Verteidiger schnell aus der Reichweite eines möglichen Gegners bringen oder einen Angriff gekonnt abpuffern. Auch das bedarf der Übung und vor allem auch des Vertrauens in seinen Übungspartner, ohne den es nicht geht.

Es darf auch immer gelacht werden. Natürlich sollen wir uns auf die Übungen konzentrieren, damit nichts schief geht, aber wenn mal etwas nicht so gekonnt aussieht – was soll's! Lachen lockert sich die Bauchmuskulatur und beim nächsten Versuch geht die Übung dann schon besser.

Fassungslos hört man Begriffe wie Tenkan-ashi, Irimi-ashi, Shiho-nage oder Udesoe. Na ja, Aikido ist in Japan entstanden und als Kampfsportstil noch gar nicht so alt – etwa 100 Jahre. O-Sensei Ueshiba hat damals sicher noch nicht an deutsche

Übersetzungen seiner Anweisungen gedacht.

Ich habe als erstes erfahren, dass auch das Angreifen beim Aikido gelernt sein will und zuallererst mein Partner wissen muss, wie er auf Zuruf im Training angreift, sodass ich dann „nur“ noch reagieren muss. Man wird nicht japanisch lernen, aber die Begriffe prägen sich ein und spätestens zur ersten Prüfung zum Gelbgurt kann man sie dann auch unterscheiden. Es baut sich alles nach und nach auf, deshalb ist keine Stunde wie die andere und es wird nie langweilig.

Klasse fand ich als Anfänger ebenfalls, dass immer alle mit allen trainiert haben. Ein Anfänger wird dann auch von bereits Fortgeschrittenen angegriffen und umgekehrt, wobei aber immer Rücksicht auf das Können des „Schwächeren“ genommen wird. Dabei lernt jeder von jedem, sodass keinem sein „Noch-nicht-Können“ unter die Nase gerieben wird.

Da Aikido weniger mit Körperkraft, sondern mehr mit Ausnutzen der Energie des Angreifers und mit Hebeln zu tun hat, kann David auch immer wieder Goliath besiegen, wobei im Aikido danach auch Goliath seine Chance bekommt.

Irgendwann kommt dann der Tag, dass der Meister befindet, dass es Zeit wird, dass man sich der ersten Prüfung zum Gelbgurt stellt. Die erste Prüfung ist die schwerste – es kostet schon Überwindung, sie zu machen, und das Lampenfieber, ob auch alles, was man gelernt hat, glatt geht, ist auf alle Fälle mit dabei.

Umso stolzer war ich dann, als ich sie geschafft habe, und der persönliche Ehrgeiz weiterzumachen hat mich seitdem gepackt. Und nicht nur mir, sondern vielen Aikidoka geht es so, dass sie sich persönlich weiterentwickeln und verbessern wollen. Und das ohne den Druck, es zu müssen, sondern einfach nur, weil es einem selbst Spaß macht, daran zu feilen.

Warum also ausgerechnet Aikido?  
Genau aus allen diesen Gründen.

Carola Möhring,  
TGS Walldorf e. V.

氣

**aa-Telegramm:**

## DAB-Präsidentin in LSV-Amt bestätigt

Die Frauenvollversammlung des Landes-sportverbandes Baden-Württemberg bestätigte am 3. März 2007 in der Sportschule Baden-Baden-Steinbach die DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger als Vorsitzende des Ausschusses „Frauen im Sport“. Sie vertritt die baden-württembergischen „Frauen im Sport“ auch im LSV-Präsidium. Der LSV Baden-Württemberg beheimatet immerhin 1,6 Mio. Sportlerinnen.



Der neu gewählte Ausschuss „Frauen im Sport“  
des LSV Baden-Württemberg;  
2. von rechts: Barbara Oettinger

## Wochenlehrgang des AVTH

Der Aikido-Verband Thüringen e.V. führt vom 18. – 24. August in Bad Blankenburg einen Wochenlehrgang durch. Lehrer sind Eckhard Claaßen, 5. Dan Aikido, und Roger Zieger, 4. Dan Aikido. Weitere Informationen im Internet unter [www.aikido-thue-lingen.de](http://www.aikido-thue-lingen.de) („Termine“) oder beim Lehrgangsgleiter Frank Zimmermann, Tel. 0365/7302064, E-Mail: [info@avth.de](mailto:info@avth.de).

道

# Kokyu-Nage

von Bundestrainer  
Alfred Heymann, 6. Dan

## Erste Ausführung

### **Abb. (1) und (3):**

Uke greift Ryote-tori an und erfasst Nages Handgelenke. Nage reagiert sofort, indem er beide Togatana zu den Handgelenken des Angreifers dreht, um die Angriffskraft umzulenken. Mit dem Zentrum nimmt er gleichzeitig die Angriffskraft auf. Die Arme Nages sind in der natürlichen Beuge und bleiben dadurch stark. Die Arme Ukes winkeln sich nach außen und oben ab – ein sichtbares Zeichen der Schwäche. Der Angreifer läuft auf und verliert sein Gleichgewicht.

Mit Einsatz des Zentrums und konsequenter Ausatmung lässt Nage das Ki auf den Angreifer wirken. Dieser kommt dadurch zu Fall. Er fällt in Ushiro-ukemi.

### **Abb. (2):**

Nage steht stabil im Zentrum und hat somit die Situation unter Kontrolle.

## Zweite Ausführung

### **Abb. (4):**

Uke greift Ryote-tori an. Sein Ziel ist es, die Handgelenke Nages zu erfassen. Nage macht die Angriffslinie frei.

### **Abb. (5):**

Uke erfasst Nages Handgelenke. Nage reagiert, indem er den linken Arm diagonal vor dem Angreifer nach außen „hochschraubt“ und gleichzeitig die rechte Hand nach unten in der Angriffsrichtung weiterführt. Er baut dadurch die Spannung auf. Dann lenkt er die Angriffskraft zum Uke um.

### **Abb. (6):**

Dieses Bild zeigt die Situation kurz vor dem Abwurf. Nage hat die Spannung aufgebaut. Die Spannung wird erhöht, indem er nun die Angriffskraft in Ukes Richtung umlenkt.

Der gesamte Ablauf erfolgt natürlich mit Zentrumseinsatz. Es wird nicht mit den Armen gedrückt! (Muskeleinsatz geht immer zu Lasten der Bewegung!)

### **Abb. (7):**

Das Ki kann auf den Angreifer optimal einwirken, indem Nage auch den Kopf/Blick in Richtung des Ki-Flusses wendet.

### **Abb. (8):**

Uke fällt in Ushiro-ukemi. In der Endphase zeigen Nages Handflächen nach oben.

## Dritte Ausführung

### **Abb. (9):**

Uke greift Katate-ryote-tori an und versucht, Nages Handgelenk zu erfassen.

### **Abb. (10):**

Nage führt kurz vor dem Fassen eine Tenkan-Bewegung aus und verhebelt mit der Togatana von unten herum das obere Handgelenk des Angreifers.

Dabei führt Nage eine konsequente, aber dem Angriff angepasste, Tenkan-Ausweichbewegung aus. Mit dieser Sabaki-Energie erhöht sich die Spannung und somit der Druck auf den Doppelgriff des Angreifers.

### **Abb. (11):**

Mit Einsatz des Zentrums wird die Togatana bis zur Wurfrichtung weitergedreht. Der Angreifer verliert seine Balance.

### **Abb. (12):**

Das Ki von Uke und Nage kann sich nun total ergänzen. Uke muss in Mae-ukemi fallen.



(1) Kokyū-Nage gegen Ryōte-tori – Gleichgewichtsbrechung ...



(2) ... und Endstellung



(3) Abwurf durch den Zentrumsimpuls nach vorn



(4) Einatem-Phase – Aufnehmen der Energie Ukes



(5) Umlenken des Angriffs



(6) Die weitere Bewegung erfolgt mit dem ganzen Körper, ...



(7) ... um Uke über seinen stabilen Punkt hinauszuführen.



(8) Ausatem-Phase – das Ki fließen lassen



(9) Fließendes Annehmen des Angriffs ...



(10) ... und konstantes Weiterführen des Angriffsschwungs



(11) Uke erfährt keinen Widerstand, ...



(12) ... während Nage dem Ki Ukes sein eigenes hinzufügt.





## Kinder- & Jugendseite

### Drei mal drei gleich vierzig

Dies ist keine mathematische Gleichung, sondern eine fantastische (stilisierte) Tatsache!

Was verbirgt sich dahinter?

Am 6. Januar 2007 fand zum dritten (das ist die erste „Drei“) Mal das vereinsübergreifende Dreikönigstreffen (das ist die zweite „Drei“) der Aikido-Abteilungen des VfL Sindelfingen und des SV Böblingen statt. Und die „vierzig“? – Das sind die 40 Kinder und Jugendlichen aus beiden Abteilungen, die an diesem dritten Dreikönigstreffen zusammenkamen. Hierbei muss man wissen, das bei Landesjugendtreffen aus ganz Baden-Württemberg so um die 100 Teilnehmer auf der Matte sind.

Für die jüngeren Kinder war es vielleicht der „Probelauf“ für ihre (mehrtägigen) Aikido-Lehrgänge, für viele war es ein schöner Ferienabschluss, für alle der Beginn des neuen Aikido-Jahres 2007. Sicher freuten sich viele Kinder, alte Bekannte aus den bisherigen Dreikönigstreffen wieder zu sehen, mit neuen und alten Sportkameraden trainieren zu können, einen bekannten und doch nicht zu vertrauten Trainer zu haben, neue Spiele zu entdecken und bekannte Techniken alternativ erklärt zu bekommen.

Der Treffpunkt war um 9.30 Uhr in der Murkenbachhalle in Böblingen. Fix zogen sich die Aikidoka um und trafen sich pünktlich um 9.45 Uhr im Dojo (Übungshalle)

zum gemeinsamen Training. Gaby-Zöllner Glutsch, 2. Dan Aikido, begrüßte alle Teilnehmer herzlich und stellte ihren Sohn Fabian als Co-Trainer vor. Selbstverständlich waren auch die vertrauten Trainer und Co-Trainer aus beiden Vereinen mit auf der Matte, nur eben in anderer Funktion. Nun ging es ans Aufwärmen – gefolgt von den ersten „Aikido-Erfahrungen“; die 23 Sindelfinger Teilnehmer standen den 17 Böblingern in einer langen Reihe gegenüber.

„Böblingen“ sollte die Augen schließen, dann wurden die Seiten gewechselt, nach der ersten Runde wurde getauscht. Gaby brachte die gemachten Erfahrungen schnell auf den Punkt: Die „Sehenden“ haben den „Blinden“ den Weg freigegeben und möglichst kein Hindernis bereitet. Denn oft ist es einfacher und besser, nicht zu rempeln, als etwas mit Muskelkraft zu erreichen zu versuchen, also mit Vernunft und Harmonie vorzugehen. Eine wichtige Lehre des Aikido – denn nicht umsonst bedeutet die erste Silbe „Ai“ Harmonie!

Und Wege (die letzte Silbe „Do“ bedeutet „Weg“) können beschriftet werden, so stand als Nächstes Sabaki-Übungen auf dem Unterrichtsplan. Schritte, im eigenen Zentrum bleiben, Gleichgewicht halten, Koordination üben, schneller und sicherer werden. Als Auflockerung sollten Sabaki mit Partner trainiert werden, aber nicht als Ausweichübung, sondern mit dem Partner als Gewichtshilfe, mit der man den eigenen Schwerpunkt deutlich tiefer legen musste als sonst üblich.

Selbstverständlich wurde auch die Fallschule nicht vergessen – Rückwärtsfallen in spielerischer Form „Wer macht dies schön und trotzdem besonders schnell(?)“, vorwärts auf der Diagonalen des Dojo.

Dann erklärte Gaby in kindgerechter Form den Schwertwurf: ein Fass tragen, es fallen lassen, einen Kreis malen – alles Metaphern, die nicht nur jungen Menschen gut im Gedächtnis bleiben – und dann das (gedachte) Schwert ziehen und den Partner abwerfen. Auch der Ude-osae wurde von ihr mit „in das Spieglein schauen und weiterdrehen“ für jeden verständlich erklärt und vorgezeigt, sodass jeder Teilnehmer

seinen Erfolg im Ausführen dieser Grundtechniken verbuchen konnte.



*Gaby und Fabian beim erschwerten Sabaki*

Nach dem Training hatten fleißige Hände bereits das Mittagessen vorbereitet: leckere Pizza. In Picknickform stärkten sich die Aikidoka.

Ganz von selbst bildeten sich nach dem Essen zwei Gruppen sportlich aktiver Kinder um einen Ball und ein lebhaftes Fußballspiel entwickelte sich. Unabhängig von Verein, Graduierung oder Alter spielten die Lehrgangsteilnehmer miteinander – viel mehr als „Bekanntschaffen“ entstanden, viel mehr als „Sport“ wurde erfahren.

Ab 13 Uhr konnte der nächste offizielle Programmpunkt beginnen: die Schnitzeljagd. Dank familiärer Unterstützung konnte Gaby die dafür erforderlichen Aufgaben und Strecken gleich nach dem Training anfertigen.

Die Teilnehmer beider Vereine wurden in gemischte Gruppen eingeteilt, nun ging es los. Mit Hilfe bunter Kreidepfeile wurden die Gruppen zu sechs Stationen mit je einer Frage geführt: „Wie heißt der Übungsraum der Aikidoka?“, „Wer war der Gründer des Aikido?“, „Wann wurde Aikido entwickelt?“ und ähnliche Fragen galt es zu beantworten. Die Lösungsbuchstaben ergaben eine Stadt in Japan. Natürlich nicht irgendeine, sondern den Geburtsort des Aikido-Gründers O-Sensei Morihei Ueshiba: Tanabe.

Das Ende der Schnitzeljagd bedeutete gleichzeitig der Beginn der nächsten Attraktion: Die Bewegungslandschaft im Paladion. Hier konnten die Aikidoka noch mal richtig toben: Kissenschlachten austragen, Trampolin springen, klettern, am Trapez turnen und vieles mehr.

Dass solche Aktivitäten hungrig machen ist bekannt, und wieder stand ein herrliches Kuchenbuffet – hier sei den Bäckern und Spendern (um es deutlich zu sagen: vielen Dank an die fleißigen Mütter) ganz herzlich gedankt – bereit.

Und viel zu schnell verging das dritte vereinsübergreifende Dreikönigstreffen des SV Böblingen und des VfL Sindelfingen.

*Christina Bartel,  
VfL Sindelfingen*

氣



## Landesjugendlehrgang Hessen – auch 2006 ein voller Erfolg

Am letzten Wochenende im November 2006 fand der mittlerweile etablierte Landesjugendlehrgang des AVHe zum zweiten Mal in Niedernhausen statt. 45 Kinder erschienen samstagnachmittags. Die Gastgeber und ihre Eltern hatten die Matte schon um die Mittagszeit transportiert und ausgelegt. Dies führte natürlich umgehend zu einer wilden Rauferei – 136 m<sup>2</sup> freie Mattenfläche sind schon sehr reizvoll ...

Als Lehrer fungierte diesmal Udo Ditttrich, 1. Dan, Vorsitzender des Aikido-Clubs am Frankfurter Flughafen und der neu gegründeten Aikido-Gruppe im TGS Ohren in Hünfelden.

Udo legte ein Training mit vielen spannenden Spieleinlagen vor und war ganz begeistert von den konzentriert trainierenden Kindern. Trainiert wurden Techniken teilweise aus dem fortgeschrittenen Bereich und aus ungewohnten Angriffen, sodass es auch allen Grund gab, sich zu konzentrieren.

Nach dieser Anstrengung taten die wagenradgroßen Familienpizzen (Salami,

Schinken und vegetarisch) besonders gut, zumal ja noch eine Nachtwanderung anstand – auch dies mittlerweile traditionell ohne Taschenlampen. Petra hatte denn auch eine Strecke ausgesucht, die querfeldein und bergauf führte, sodass dies zu einer großen Herausforderung geriet. Auf dem Berg gab es allerdings auch eine süße Belohnung.

Am Sonntag führte Udo das Training des Vortages weiter und aus sicherer (Eltern-)Quelle war zu hören, dass die Teilnehmer sonntagnachmittags zu gar nichts mehr in der Lage waren – damit war zumindest ein Ziel erreicht ... oder?!

*Petra Schmidt,  
Aikido-Verband Hessen e. V.*

道

## Jugend, Tugend und ein Bundeslehrgang

Früher war das alles besser. Wo gibt's denn so was? Schulunterricht unter Polizeischutz, Jugend hat null Bock und keine Perspektive, deutsche Jugendliche sind ungebildet, Pisa-Studienergebnisse katastrophal, deutsche Jugendliche rauchen überdurchschnittlich viel und werden immer

fetter, sitzen nur noch vorm Computer, spielen gewaltverherrlichende Spiele und saufen sich ins Koma usw. usw. Na gut. Das ist halt so. Da müssen die Politiker was machen. Oder die Eltern, genau, die Eltern sind schuld. Oder die Lehrer, nein, das Schulsystem an sich ist falsch. Die sollen das so machen wie die Finnen. Nein, eigentlich sind die



*Udo Ditttrich bei einer Spieleinlage*

Industriebosse schuld, weil sie die Arbeitslosigkeit aus Geldgier verursachen. Na gut. Das ist halt so. Da müsste mal wer was machen, die anderen natürlich. Ich doch nicht. **Wo sind die alten Tugenden geblieben?**

Menschenskind! Bundeslehrgang. 50 Vertreter dieser Jugend und ich als Trainer. Soll ich Polizeischutz anfordern? Gibt es Verwahrungszellen in dem Jugendhaus? Spricht man deutsch?

Wird schon gehen. Das machen wir so: aufwärmen, Techniken, abwärmen, ein Spielchen, darauf achten, dass keine Raufereien entstehen, für Ruhe sorgen, Konflikte vermeiden. Standard. Wird schon gehen. Sind ja noch andere dabei. Da müssen die anderen halt mal was machen. Ich doch nicht. **Na ja. Eigentlich gefällt mir das nicht.**

Nur 50 Kinder. Immerhin. Sie machen sich auf die Reise, weil sie etwas erwarten. Vielleicht Gaudi, vielleicht Gelegenheit zum Über-die-Stränge-Schlagen, zum Abhängen. Vielleicht aber sind ein paar dabei, die erwarten, dass sich jemand Gedanken macht zu ihrer Situation, der ihnen etwas an die Hand gibt, was ihnen helfen könnte, sich zu orientieren. Jemand, der Tipps und Tricks und Spaß bringt, der sie so respektiert, wie sie sind: Kinder im Jahr 2007. **Vielleicht geht ja doch was.**

Jedenfalls die Idee mit dem Standardtraining kann ich schon mal vergessen. Das lockt keinen hinter dem Computer hervor. Mich selber auch nicht.

Wie war das? Früher war alles besser. Quatsch. Wie war's denn früher? Ganz früher. Wie war's bei den Samurai? Jugend – Tugend. Die sieben Tugenden des Samurai. Das ist es! Ich habe ein Thema.

Also los. Internet-Recherche: Ich bestelle ein Buch „Inazo Nitobe; Bushido – Die sieben Tugenden des Samurai“. Ich nehme einen Tag Urlaub und schließe mich ein. Ein Konzept muss erstellt werden, also muss ich mich selbst erst einmal schlau machen. Das Buch habe ich einige Tage vorher schon gelesen und ... nicht so recht verstanden. Da steht, dass man zum Training des Mutes Kinder nachts zum Hin-

richtungsplatz schickte. Sie mussten auf dem abgeschlagenen Kopf ein Zeichen anbringen als Beweis ihres Mutes. Mach das mal heutzutage. Für Kinder ist das im Jahr 2007 nichts mehr. Was mir anfangs so einfach erschien, stellt sich als recht kompliziert heraus. Was ist das eigentlich: Tugend?

- Wahrhaftigkeit
- Ehre
- Loyalität
- Gerechtigkeit
- Mut
- Güte
- Höflichkeit

Das weiß man doch und doch nicht so richtig. Wenn ich den Kindern darüber etwas erzählen will, muss ich es selbst aber richtig wissen. Was ist also Wahrhaftigkeit? Ist Wahrheit immer gut? Gibt es nicht Situationen, in denen es klüger ist, nicht die Wahrheit zu sagen, und ist es nicht bisweilen sogar dumm, naiv? Ist es nicht manchmal notwendig, nicht die Wahrheit zu sagen, weil sie das Gegenüber verletzt, kränkt, beunruhigt, lächerlich macht. Was ist eigentlich Wahrheit? Das, was ich glaube, oder das, was der andere glaubt? Sokrates, der Papst, die Eltern, der Lehrer, der Arzt: Jeder hat seine eigene Wahrheit zu Sex, Umwelt, Wirtschaft, Freiheit, Sozialverhalten.

Auweia. Es sind schon drei Stunden vergangen und ich hänge noch am ersten Begriff. Und dann z. B. die Ehre. Verstaubter Begriff aus alten Zeiten? Wie sähe die Welt aus, wenn wir gar kein Ehrgefühl mehr hätten? Treue oder Loyalität: Ich überlege, was einen treuen Hund kennzeichnet. Ist er vielleicht doch nur ängstlich, unterwürfig und treudoof?

Das Ganze auch noch in ein Aikido-Training eingebunden ...

Fragen über Fragen über Fragen!

Ist es vielleicht doch ganz gut, sich nicht auf Politiker, Lehrer oder gar auf die Finnen zu verlassen und sich selbst mal an die Nase zu fassen?

Wenn ich es selbst nicht weiß, aber andere kritisiere, wird es höchste Zeit, das

Problem an den Hörnern zu packen. **Ich muss bei mir selbst anfangen.**

Also los jetzt! 12 Uhr. Ran. Um 18 Uhr ist es geschafft. Das Trainingskonzept steht. Uff!

Ein paar Tage später im Jugendhaus Silberborn im Harz. Der Bundeslehrgang für Kinder und Jugendliche beginnt.

Tatsächlich: Da sind wirklich viele Kinder, die neugierig sind, interessiert, aufgeschlossen. Sie sind erwartungsvoll, sie erwarten etwas von dem Trainer. Gut. Darauf bin ich vorbereitet. Wenn das Thema nicht ankommt, kann ich immer noch mein Standardtraining ... Nein!

Das Thema kommt an! Wir diskutieren, wir philosophieren, wir stellen in Frage, wir finden Ausnahmen und Beispiele aus der Schule, dem Elternhaus, die Kinder gehen aufeinander ein. Meine Güte, ich staune. Ich bilde sieben Gruppen mit sieben Tugenden, die Kinder arbeiten an den Themen, die 8-Jährigen zusammen mit den 14-Jährigen.

Ich kann's kaum glauben. „Wollt ihr zwischendurch ein Spielchen machen? Ist euch langweilig?“ „Nein, nein, wir brauchen noch etwas Zeit. Woher kommt eigentlich das Wort ‚Höflichkeit‘?“

Ich zeige den Kindern, wie wir im Aikido-Training höflich sind, uns verteidigen und trotzdem ehrenhaft sind, gütig sein können und Mut beweisen. Der Hakama mit den sieben Falten. Die Kinder staunen. All das sind unsere Themen und es sind Themen, die offensichtlich auch die Jugend bewegen. Sie suchen genauso nach Antworten, wie ich es bei meiner Vorbereitung tat. Und sie finden auf dem Lehrgang viele Antworten. Antworten, die sie selbst erarbeitet haben. Wir trainieren Mut und Höflichkeit mit Fallschulvarianten und einem Handtuch. Niemand schlägt über die Stränge, Konflikte werden zugelassen, und jeder hat seine Gaudi.

**Was ich damit sagen will?** Jeder kann etwas tun. Auch ein Aikido-Trainer hat gerade durch das Aikido viele Möglichkeiten, die Gesellschaft positiv zu beeinflussen. Das Trainingsmotto „Tugend“ ist nur ein Beispiel.

Kindertraining ist eine Chance, eine Herausforderung und eine wunderschöne und wichtige Aufgabe. Das Lächeln, das du aussendest, kommt zu dir zurück. **Also los. Jetzt!**

Übrigens kam von den Kindern der Wunsch nach einem siebentägigen Lehrgang, jeden Tag eine andere Tugend.

Da schauermal, was geht!

*Euer Leo,  
Bundesreferent Jugend*



## Bundesjugendlehrgang in Silberborn

Gerade erst in den Zug eingestiegen, mussten wir schon in den Schienenersatzverkehr umsteigen. Ja, so haben wir, das sind Nina, Jan und ich, uns das natürlich nicht gedacht, als wir im nördlichen Schleswig-Holstein unsere Reise mit großer Vorfreude und Aufregung in den Harz antraten. Unser Ziel war Silberborn, das wir dann trotz einiger Verspätung nach knapp fünf Stunden und mit der Hilfe von Patrick und Rebekka erreichten.

Die Fahrt vom Bahnhof zum Jugendfreizeitheim war für mich der Horror, denn ich sollte endlich eine altbekannte Aikidofreundin wiedersehen, welcher man unter allgemeiner Geheimhaltung unsere Ankunft verschwiegen hatte. So war die Freude und Überraschung umso größer, als ich mich zu ihr in die Küche schlich und wir uns unter Freudentränen begrüßten. Nachdem sich die Aufregung wieder gelegt hatte und unsere Bäuche gefüllt waren, mussten wir uns noch einrichten, bevor es zum ersten Training des Lehrgangs ging.

Da unser Lehrer erst am nächsten Tag anreisen konnte, übernahm spontan Achim das Training, welches diesmal nicht unter den Augen von O-Sensei Morihei Ueshiba ablief, sondern vom treuen Bären Fritzel. Unser schwäbischer Meister scheuchte uns mit hochdeutschem Elan über die Matte.

Nach eineinhalb Stunden löste sich die Gemeinschaft auf.

Die einen blieben zum Volleyballspielen in der Halle und andere spielten Billard oder Tischfußball. Nach diesem langen Tag sind die meisten aber dann auch bald ins Bett gegangen und gleich eingeschlafen.

Am nächsten Morgen gab es für uns, frisch geduscht und fast putzmunter wie wir waren, Brötchen zum Frühstück. Bald darauf folgte dann das zweite Training, diesmal unter Patricks Leitung, bei dem wir den Kote-mawashi mit seinem ‚Z‘ vertieften.

Als das Training zu Ende war, wurden uns mehrere Möglichkeiten der Freizeitgestaltung angeboten. Man konnte sich unter Leitung von Ian und Achim an der Kletterwand versuchen, mit Patrick auf Koordinatenschatzsuche gehen oder sich selber beschäftigen. Einige gingen sogar zuerst klettern und dann mit Patrick los. Dabei suchten wir mit Hilfe von Koordinaten und vielen klugen Köpfen einen durch Hinweise beschriebenen Weg, der schließlich zu einem Schatz führen sollte, allerdings mussten wir hierbei strengste Geheimhaltung vor den Muggeln, also den nicht Eingeweihten, wahren. Auch wenn wir den Schatz vielleicht des Schnees wegen nicht

gefunden haben, war es ein Abenteuer für sich.

Nach unserer Wanderung gab es dann um 16 Uhr auch gleich das nächste Training, diesmal von Leo Beck. Das Training wurde bei Leo mit Theorie gestaltet. In mehreren Gruppen beantworteten wir Kinder Fragen zu den sieben Tugenden der Samurai, welche Ehrlichkeit & Wahrheit, Mut, Ehre, Höflichkeit, Treue & Pflicht, Güte sowie Aufrichtigkeit & Gerechtigkeit sind. Weil die Zeit leider so knapp geworden war, konnten wir den praktischen Teil nur kurz bearbeiten. Trotzdem sind wir munter mit einem großen, grünen Gymnastikball oder mit verbundenen Augen vorwärts gerollt. Auch rollten wir in einer Kette von Leuten rückwärts oder mussten aus dem Juji-garami vorwärts fallen. Die Zeit schien davonzufliegen und schon saßen wir bei Brot und Aufschnitt am Abendbrottisch.

Danach spielten einige Billard, während sich andere für die am Abend stattfindende Disco aufstylten. Dort rockten die Betreuer und viele der Teilnehmer im Keller. Die nicht so Tanzbegeisterten spielten in der Turnhalle oder beschäftigten sich anders. Für viele ging der Abend nach der Disco, also so gegen elf Uhr, auch zu Ende. Doch



einige, dazu zählen Jenny, Lisa, Anja, Nina, Fritz, Sascha, Jan, ich und später auch Patrick, spielten dann noch Werwolf, ein mittlerweile beliebtes Gesellschaftsspiel vieler Aikidoka.

Nach vielen spannenden Runden wurden dann auch wir zu müde und gingen fast ausnahmslos ins Bett, wobei ich gerade die Ausnahmen, die sich danach weiter noch in einem Jungenzimmer unterhielten, aus Datenschutzgründen nicht nennen will. Schließlich und letztendlich gingen dann auch die letzten Ausnahmen um drei Uhr ins Bett und schliefen dann nur recht kurz, bis es am nächsten Morgen um halb neun Frühstück gab.

Dies sollte dann also schon der letzte Tag sein. Zunächst stand aber erstmal das zweite Training bei Leo an, bei dem wir uns mit der Höflichkeit, dem Ai und dem Ki beschäftigten. So legten wir unsere Partner zum Beispiel auf zu Teppichen umfunktionierte Handtücher ab, egal ob groß oder klein. Zum Ende hin versammelte sich der ganze Trupp um einen Fallschirm und ließ das Training ausklingen. Als auch das

Gruppenfoto gemacht und der Dank den Trainern ausgesprochen war, ging es zu unserer letzten Mahlzeit. Wir verputzen alle unsere Schnitzel mit Kartoffeln und Gemüse. Nach diesen Stärkungen mussten wir einerseits unsere Zimmer klar Schiff machen und zum andern verstauten einige starke Frauen und Männer die Matten in den Transporter.

Das Ende nahte und nach und nach kamen die Eltern, um ihre Kinder abzuholen. Doch wir, also Nina, Jan und ich, mussten wieder nach Holzminden zu unserem Zug. Unter Begleitung von Jenny und eskortiert von Olaf und Lisa fuhr uns Rebekka zum Bahnhof. Nach vielen Tränen von Jenny und mir fuhr der Zug dann gen Heimat langsam ab.

Mit vielen schönen Erinnerungen und Erfahrungen sind wir dann zu Hause angekommen und freuen uns auf den nächsten Jugendlehrgang und natürlich auf ein Wiedersehen!

*Katrin Schümann,  
SV Boostedt und Bramstedter TS e. V.*



## Einladung zum 5. Jugendtrainer-/Jugendleiter-Workshop auf Bundesebene am 09./10. Juni 2007 in Nürnberg

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

**Ausrichter:** Aikido-Abteilung des Post-Sportvereins Nürnberg e. V.

**Lehrer:** verschiedene Fachreferenten

**Lehrgangsführer:** Leonhard Beck, 2. Dan Aikido, Bundesreferent Jugend des DAB, Kreuzbachweg 8, 90449 Nürnberg; Tel. 0911 / 9649096; E-Mail: leo.beck@t-online.de

**Lehrgangsort:** Sportzentrum Nordost, Neumeyerstraße 80, 90480 Nürnberg

**Teilnahmeberechtigt:** Kinder- und Jugendtrainer und -trainerinnen, Assistenten, Anwärter/-innen und Interessierte aus dem DAB ohne Alters- und Gürtelbeschränkung

**Lehrstoff:** Theorie und Praxis auf der Matte:

- aktuelle Informationen zum Thema Jugend, insbesondere
  - Mitgliederentwicklung
  - der „Markt Jugend“ aus der Sicht eines professionellen Marketing-Unternehmens
- Herausarbeitung von kinder- und jugendspezifischen Problematiken und Lösungen: Motivation der 14-Jährigen
- interessante Themen rund ums Kind: Kinesiologie, mentales Training, Besonderheiten bei der passiven Gymnastik

- Arbeitsthema: Spiel und Spaß auf der Matte
- Meinungs- und Erfahrungsaustausch
- Anregungen und Hilfestellungen für das eigene Training

**Zeitplan:**

**Samstag:** bis 14 Uhr Anreise, 14.30 Uhr Lehrgangsbeginn, ca. 19 Uhr gemeinsames Abendessen, danach gemeinsamer Abend mit open end

**Sonntag:** gemeinsames Frühstück, anschließend Workshop bis 12 Uhr

**Unterkunft:** Die Übernachtung im Dojo ist möglich und gewünscht.

**Lehrgangsgebühr:** 10 Euro inkl. Material, Übernachtung im Dojo und Verpflegung während des Lehrganges

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist aus organisatorischen und versicherungstechnischen Gründen nur nach schriftlicher Anmeldung durch den zuständigen Verein/die Abteilung beim Lehrgangsleiter unter Angabe von Name und Vorname möglich. Die Teilnahme an den Mahlzeiten wird vorausgesetzt.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis **spätestens 1. Mai 2007** erbeten. Unvollständige oder verspätet eingehende Meldungen erschweren die Planung und Vorbereitung außerordentlich und sind bitte zu vermeiden.

Der Workshop wird als Lehrgang der Gruppe A für den Erwerb bzw. die Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Manfred Jennewein,  
Vizepräsident (Organisation) des DAB*

*Leonhard Beck,  
Bundesreferent Jugend*

---



## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB für Kinder und Jugendliche vom 22. – 24. Juni 2007 in Bamberg**

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

**Ausrichter:** Aikido-Abteilung der TSG Bamberg 2005 e. V.

**Lehrer:** Leonhard Beck, 2. Dan Aikido

**Lehrgangsleiter:** Dieter Ficht, Johann-Pfaff-Straße 5, 97531 Obertheres;  
E-Mail: dieter.ficht@schnell-im-netz.de

**Lehrgangsort:** Jugendherberge Wolfschlucht, Oberer Leinritt 70, 96049 Bamberg

**Teilnahmeberechtigt:** alle Kinder und Jugendlichen ab 8 Jahren, die sich für Aikido interessieren, ohne Gürtelbeschränkung. Beschränkung auf 50 Teilnehmer/-innen.

**Lehrstoff: *Aikido und Natur.*** Umfangreiches Rahmenprogramm von der Nachtwanderung über Lagerfeuer bis zum Aikido-bezogenen Geländespiel, Geschichte und Geschichten, Meditation und Atemtechniken usw. **Alle Aktionen finden bei jedem Wetter im Freien statt!**

**Zeit- und Ablaufplan:**

**Freitag, 22. Juni 2007:** bis 17 Uhr Anreise

**Sonntag, 24. Juni 2007:** 15 Uhr Abreise

**Lehrgangsgebühr:** 60 € pro Kind/Jugendlichen/Betreuer. Damit sind alle Kosten inkl. Übernachtung in der Jugendherberge, Verpflegung etc. abgedeckt. Bitte bis spätestens **12. Mai 2007(!)** überweisen an:

Dieter Ficht; Deutsche Bank24; Konto-Nr. 24 72 05, BLZ 795 700 24, Verwendungszweck: Lehrgang Bamberg

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist aus organisatorischen und versicherungstechnischen Gründen nur nach schriftlicher Anmeldung durch den zuständigen Verein/die Abteilung beim Lehrgangsleiter unter Angabe von Name und Vorname möglich. Die Teilnahme wird durch den Lehrgangsleiter bestätigt! Anreisende ohne diese Bestätigung können nicht aufgenommen werden! Mit der Teilnahmebestätigung werden eine Informationsschrift für die Eltern und ein Rücklaufzettel „Erklärung der Eltern“ zugesandt.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis spätestens **1. Mai 2007** erbeten. Unvollständige oder verspätet eingehende Meldungen erschweren die Planung und Vorbereitung außerordentlich und sind bitte zu vermeiden.

Wir wünschen allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen eine fröhliche Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang!

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Manfred Jennewein,  
Vizepräsident (Organisation)*

*Leonhard Beck,  
Bundesreferent Jugend*



## Anschriften aktuell

### Neue Vereine im DAB

Wir begrüßen als DAB-Mitglieder den Aikido-Verband Thüringen e.V. sowie folgende Vereine, die neu (oder wieder) zu uns gestoßen sind:

**Aikido-Verband BW e. V.**  
TSV Plattenhardt e. V.

**Aikido-Verband BY e. V.**  
TSV Mindelheim 1861 e. V.

**Aikido-Verband HE e. V.**  
Dojo Sachsenhausen e. V.  
TV 1880 Dreieichenhain e. V.

**Aikido-Verband NI e. V.**  
Post-SV Hameln e. V.

**Aikido-Verband SN e. V.**  
SV Automation 61 Leipzig e. V.  
BC Frankenberg e. V.

**Aikido-Verband TH e. V.**  
Zentrum für Kampfkünste Gera e. V.  
Zentrum für Kampf. Altenburg e. V.  
RSV Kaltennordheim e. V.

### Anschriftenverzeichnis des DAB-Präsidiums

**Präsidentin**

Frau Dr. Barbara Oettinger,  
Stuttgarter Str. 32, 73547 Lorch;  
Tel. 07172 / 915110, Fax 07172 / 915111,  
praesident@aikido-bund.de

**Vizepräsident Technik**

Herrn Karl Köppel,  
Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;  
Tel. 07961 / 6581, Fax 07961 / 564146,  
vizepraesident.technik@aikido-bund.de

**Vizepräsident Organisation**

Herrn Manfred Jennewein,  
Bahnhofstr. 29, 65527 Niedernhausen;  
Tel. 06127 / 98027, Fax 06127 / 9656-29,  
vizepraesident.organisation@aikido-bund.de

**Bundesreferent Internal-Relations**

Herrn Manfred Ellmauer,  
Lerchenweg 4, 73547 Lorch;  
Tel. 07172 / 8991,  
aikido.aktuell@aikido-bund.de

**Bundesschatzmeister**

Herrn Edmund Grund,  
Richard-Wagner-Str. 2, 72622 Nürtingen;  
Tel. 07022 / 52897, Fax 07022 / 306099,  
schatzmeister@aikido-bund.de

**Rechtsausschuss-Vorsitzender**

Herrn Roland Nemitz,  
Pommernweg 22, 24784 Westerrönfeld;  
Tel. 04331 / 436808, Fax 01212 / 512645168,  
rechtsausschuss@aikido-bund.de

**Bundesreferent Prüfungswesen**

Herrn Berthold Krause,  
Altonaer Str. 26, 24576 Bad Bramstedt;  
Tel. 04192 / 899499, Fax 04192 / 818677,  
pruefungswesen@aikido-bund.de

**Bundesreferent Lehrwesen**

Herrn Ulrich Schümann,  
Stormarnring 17, 24576 Bad Bramstedt;  
Tel. 04192 / 9249,  
lehrwesen@aikido-bund.de

**Bundesreferent Jugend**

Herrn Leonhard Beck,  
Kreuzbachweg 8, 90449 Nürnberg;  
Tel. 0911 / 9649096,  
jugend@aikido-bund.de

**Bundesreferent Public-Relations**

Herrn Horst Hahn,  
Brunnenweg 12, 90607 Rückersdorf;  
Tel. 0911 / 95339917, Fax 0911 / 576026,  
public-relations@aikido-bund.de

**Bundestrainer des DAB**

Herrn Alfred Heymann,  
Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;  
Tel. und Fax 05523 / 303737,  
AEHeymann@aol.com

Herrn Karl Köppel,  
Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;  
Tel. 07961 / 6581, Fax 07961 / 564146,  
vizepraesident.technik@aikido-bund.de

---

## Anschriftenverzeichnis der Aikido-Landesverbände des DAB

**Aikido-Verband BW e.V.**

Herrn Karl Köppel,  
Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;  
Tel. 07961 / 6581, Fax 07961 / 564146,  
vorsitzender@aikido-avbw.de

**Aikido-Verband BY e.V.**

Herrn Horst Hahn,  
Brunnenweg 12, 90607 Rückersdorf;  
Tel. 0911 / 95339917, Fax 0911 / 576026,  
1.vorsitz@aikido-bayern.de

**Aikido-Verband BB e.V.**

Herrn Roger Zieger,  
Schönwalder Allee 57, 13587 Berlin;  
Tel. 030 / 37595532, Fax 030 / 37595531,  
1.vs@aikido-berlin-brandenburg.de

**Aikido-Verband HH e.V.**

Herrn Wolfgang Glöckner,  
Stühmtwiete 28 d, 22175 Hamburg;  
Tel. 040 / 6308351,  
1.vorsitzender@aikido-hamburg.de

**Aikido-Verband HE e.V.**

Herrn Dr. Hans-Peter Vietze,  
Zillering 47, 64546 Mörfelden-Walldorf;  
Tel. 06105 / 23779, Fax 06105 / 923364,  
1.vorsitzender@aikido-hessen.de

**Aikido-Verband NI e.V.**

Herrn Markus Traupe,  
Brandhorststr. 13, 32469 Petershagen;  
Tel. 05707 / 939821,  
1v@aikido-niedersachsen.de

**Aikido-Verband NRW e.V.**

Herrn Horst Glowinski,  
Greifenberger Str. 7, 44581 Castrop-Rauxel;  
Tel. 02305 / 79606,  
1-vorsitzender@aikido-avnrw.de

**Aikido-Verband RP e.V.**

Herrn Ermano Olivan,  
Hintergasse 26b, 67316 Carlsberg;  
Tel. 0171 / 5236003,  
1.vorsitzender@aikido-rheinland-pfalz.de

**Aikido-Verband SN e.V.**

Herrn Ralph Jäckel,  
August-Bebel-Str. 16, 09557 Flöha;  
Tel. 03726 / 722175, Fax 03726 / 722175,  
ihle\_jaeckel@surfeu.de

Tel. 04331 / 436808,  
Fax 01212 / 512645168,  
1v@aikido-sh.de

**Aikido-Verband SH e.V.**

Herrn Roland Nemitz,  
Pommernweg 22, 24784 Westerrönfeld;

**Aikido-Verband TH e.V.**

Herrn Frank Zimmermann,  
Am Südhang 2, 07546 Gera;  
Tel. 0365 / 7302063, Fax 0365 / 7302065,  
v1@avth.de

**Anschriftenverzeichnis der Aikido-Vereine/-Abteilungen des DAB  
(nach Postleitzahlen geordnet)**

(01159) **Takebayashi Dojo e.V.**

Andreas Oelkers, Berchtesgadener Str. 35,  
01279 Dresden; Tel. 0351 / 2502903;  
Fax 0121 / 2515341794; andreas-oelkers@web.de

(09669) **BC Frankenberg e.V.**

Hans-J. Burkhardt, Am Bahnhof 10,  
09577 Niederwiesa; Tel. 0171 / 6877058;  
hajo-burkhardt@online.de

(04315) **SV Leipziger Löwen e.V.**

Hans-Ullrich Wolscht, Grunickestraße 18,  
04347 Leipzig; Tel. 0341 / 2312096;  
hanswolscht@freenet.de

(10629) **Aikido-Berlin-Charlottenburg e.V.**

Beate Heger, Olbersstr. 55 M,  
10589 Berlin; Tel. 030 / 3441166;  
charlottenburg@aikido-berlin-brandenburg.de

(04317) **SV Automation 61 Leipzig e.V.**

Ivonne Weber, Dauthestraße 9,  
04317 Leipzig; Tel. 0341 / 9901533;  
aikido@sv-automation.de

(12437) **Aikido-Circle-Süd e.V.**

Udo Sieberer, Paul-Lincke-Ufer 8 c, 10999 Berlin;  
Tel. 030 / 69534269; Fax 61287791;  
ac-sued@aikido-berlin-brandenburg.de

(04600) **Zentrum für Kampfk. Altenburg e.V.**

Frank Zimmermann, Am Südhang 2,  
07546 Gera; Tel. 0365 / 7302063;  
Fax 0365 / 7302065; info@zfk-altenburg.com

(12437) **Aikido-Seishinkan-Köpenick e.V.**

Karsten Greisert, Fredersdorfer Weg 27,  
12589 Berlin; Tel. 030 / 64169881;  
koepenick@aikido-berlin-brandenburg.de

(04808) **1. Nemter SV e.V.**

Paul Fitzner, Albin-Schöne-Str. 16,  
04808 Kühren-Burkartshain; Tel. 03425 / 811087;  
powerpaul80@freenet.de

(12555) **Aikido-Berlin-Treptow e.V.**

Michael Scheer, Weserstr. 204,  
12047 Berlin; Tel. 030 / 6134038;  
abt@aikido-berlin-brandenburg.de

(06869) **TSV Griebo e.V.**

Alexander Riemer, Dorfstr. 36,  
06869 Buko; Tel. 034903 / 59508;  
Fax 034903 / 59558; alexriemer@hotmail.com

(13353) **Aikido-Wirbel Berlin e.V.**

Detlef Meißner, Mecklenburgische Str. 90 B,  
10713 Berlin; Tel. 030 / 79 70 86 90;  
wedding@aikido-berlin-brandenburg.de

(07545) **Zentrum für Kampfkünste Gera e.V.**

Frank Zimmermann, Am Südhang 2,  
07546 Gera; Tel. 0365 / 7302063;  
Fax 0365 / 7302065; info@zfk-gera.de

(13581) **Aikido-Connection-Spandau e.V.**

Oliver Steyer, Rheinstr. 37,  
12161 Berlin; Tel. 030 / 62705777;  
spandau@aikido-berlin-brandenburg.de

(09456) **AC Annaberg-Buchholz im PSV e.V.**

Peter Iser, Haldenstraße 20,  
09456 Annaberg; Tel. 03733 / 6712111;  
pep.iser@freenet.de

(13629) **SC Siemensstadt Berlin e.V.**

Sabine Kussatz, Rohrdamm 61 - 64,  
13629 Berlin; Tel. 030 / 3354250;  
info@scs-budo.de

(09573) **Budo-Verein Leubsdorf e.V.**

Ralph Jäckel, August-Bebel-Str. 16,  
09557 Flöha; Tel. 03726 / 722175;  
Fax 03726 / 722175; ihle\_jaeckel@surfeu.de

(14469) **USV Potsdam e.V.**

Roger Sheen, Mangerstr. 21,  
14467 Potsdam; Tel. 0331 / 2805780;  
potsdam@aikido-berlin-brandenburg.de

(14662) **SG Eintracht Friesack e.V.**  
Erhard Genschmer, Hirschsprung 12,  
14662 Friesack; Tel. 033235 / 1432;  
Fax 21998; friesack@aikido-berlin-brandenburg.de

(16816) **TKV Ruppin e.V.**  
Dirk Becker, Breite Str. 57,  
16827 Altruppín; Tel. 0175 / 5 66 40 05;  
info@aikido-neuruppín.de

(19348) **SV Blau-Weiß Perleberg e.V.**  
Hartmut Voigt, Reetzer Str. 45,  
19348 Perleberg; Tel. 03876 / 787816;  
hartmut.voigt@aikido-perleberg.de

(21073) **Aikido-Club Harburg e.V.**  
Dr. Kai Kleeberg, Volksdorfer Damm 46 A,  
22359 Hamburg; Tel. 040 / 63 97 50 86;  
Fax 040 / 98 23 81 45; 1v@aikido-harburg.de

(21218) **TSV Eintracht Hittfeld e.V.**  
Gisbert Burckardt, Bittcherweg 10a,  
21079 Hamburg; Tel. 040 / 76411710;  
Fax 040 / 76411711; aikido@tsv-hittfeld.de

(22081) **HT Barmbeck-Uhlenhorst e.V.**  
Eckhard Claaßen, Tannenzuschlag 2 a,  
22419 Hamburg; Tel. 040 / 5202149;  
Fax 040 / 5204946; EClaaßen@t-online.de

(22159) **Turn- und Sportverein Berne e.V.**  
Wolfgang Glöckner, Stühmtwiete 28 d,  
22175 Hamburg; Tel. 040 / 6308351;  
wolf.gloeckner@t-online.de

(22179) **Bramfelder SV von 1945 e.V.**  
Alfred Haase, Roter Hahn 44,  
22159 Hamburg; Tel. 040 / 6443893;  
alfredhaase@web.de

(22307) **BKSV Goliath von 1903 e.V.**  
Eleni Sotiropoulos, Stühmtwiete 28 d,  
22175 Hamburg; Tel. 040 / 6308351;  
Eleni.Sotiropoulos@t-online.de

(22457) **TuS Germania Schnelsen e.V.**  
Dieter Tretow, Christoph-Probst-Weg 19,  
20251 Hamburg; Tel. 040 / 4390286;  
Fax 040 / 43282265; dieter.tretow@hanse.net

(22523) **SV Eidelstedt v. 1880 e.V.**  
Olaf Stenzel, Goosacker 31,  
22549 Hamburg; Tel. 040 / 8008322;  
olaf.stenzel@t-online.de

(22758) **Hamburger TV von 1846 e.V.**  
Rainer Fürderer, Peter-Lurenz-Weg 25A,  
21077 Hamburg; Tel. 040 / 75061779;  
rainer.fuerderer@aikido-altona.de

(22869) **SV Blau-Weiß Schenefeld e.V.**  
Werner Lättig, Gorch-Fock-Str. 4,  
20357 Hamburg; Tel. 040 / 4915899;  
werner.laettig@hamburg.de

(22880) **Wedeler TSV e.V.**  
Anja Schuster, Rosenweg 6,  
22880 Wedel; Tel. 0177 / 3556362;  
anjaschuster@yahoo.de

(23564) **Lübecker Judo-Club e.V.**  
Gerd Bennewitz, Hansestr. 114,  
23558 Lübeck; Tel. 0451 / 861788;  
gerd.bennewitz@ljc-aikido.de

(23743) **TSV Ostseebad Grömitz e.V.**  
Thomas Clausen, Gartenstr. 10,  
23743 Grömitz; Tel. 04562 / 6638;  
aikidogroemitz@aol.com

(24149) **NDTSV Holsatia von 1887 e.V.**  
Claus Tiemann, Rosenfelder Str. 24,  
24148 Kiel; Tel. 0431 / 6003613;  
Fax 0431 / 6003613; ClausTiemann@web.de

(24568) **Kaltenkirchener TS v. 1894 e.V.**  
Rolf Steenbock, Auf dem Kamp 103,  
24568 Kaltenkirchen; Tel. 04191 / 8163;  
kaltkirchen@aikido-sh.de

(24576) **Bramstedter TS von 1861 e.V.**  
Matthias Ahrens, Bissenmoorweg 31,  
24576 Bad Bramstedt; Tel. 04192 / 898525;  
Fax 04192 / 898527; matthias.ahrens@t-online.de

(24582) **TSV Wattenbek e.V. von 1963**  
Wolfgang Lockenvitz, Ellerrade 15,  
24582 Bordesholm; Tel. 04322 / 1673;  
loki.bordesholm@t-online.de

(24594) **MTSV v. 1860 e.V. Hohenwestedt**  
Jürgen Springborn, Parkstr. 15-19,  
24594 Hohenwestedt; Tel. 04871 / 1682;  
juergen.springborn@gmx.de

(24598) **SV Boostedt von 1922 e.V.**  
Ulrich Schümann, Stormarnring 17,  
24576 Bad Bramstedt; Tel. 04192 / 9249;  
u-schuemann@versanet.de

(24768) **Rendsburger TSV von 1859 e.V.**  
Roland Nemitz, Pommernweg 22,  
24784 Westerrönfeld; Tel. 04331 / 436808;  
Fax 01212 / 512645168; rtsv@aikido-sh.de

(24939) **Flensburger SV von 1908 e.V.**  
Gabriele Thomsen, Ostseebadweg 24,  
24939 Flensburg; Tel. 0461 / 44971;  
gaby\_thomsen@t-online.de

(24939) **TSB Flensburg v. 1865 e.V.**  
Siegmond Kranz, Westerholm 5,  
24972 Steinbergkirche;  
Tel. 0177 / 6117500

(25355) **Barmstedter MTV 1864 e.V.**  
Torsten Preuß, Königstraße 63,  
25355 Barmstedt; Tel. 04123 / 956538;  
barmstedtermtv@aikido-sh.de

(25524) **Aikido-Club Itzehoe e.V.**  
Ingo Burmeister, Ernst-Behrends-Allee 7,  
25436 Uetersen; Tel. 04122 / 927327;  
itzehoe@aikido-sh.de

(25548) **Aikido-Club Kellinghusen e.V.**  
Holger Bornholdt, Oberstr. 54,  
25524 Oelixedorf; Tel. 04821 / 94648;  
vorstand@aikidoclubkellinghusen.de

(25917) **MTV Leck von 1889 e.V.**  
Jürgen Bohlmann, Sandweg 17,  
25917 Leck-Klinton; Tel. 04662 / 70833;  
Juergen2002-Bohlmann@web.de

(27472) **Rot-Weiß Cuxhaven e.V.**  
Michael Strahl, Amtshof 1,  
21785 Neuhaus/Oste; Tel. 04752 / 841090;  
Fax 04752 / 841090

(28259) **TuS Huchting von 1904 e.V.**  
Boris Heibült, Fasanenweg 2,  
27777 Ganderkesee; Tel. 04221 / 807201;  
aikido-tus-huchting@gmx.de

(29633) **SV Munster e.V.**  
Dr. Damian Magiera, Fuhrenkamp 1,  
29633 Munster; Tel. 05192 / 963892;  
Aikido-SV-Munster@gmx.de

(29699) **SG Benefeld-Cordingen e.V.**  
Edna Köster, Neue Straße 7,  
29664 Walsrode; Tel. 05161 / 74741;  
EdnaKoester@gmx.de

(30173) **Aikido-Verein Hannover e.V.**  
Norbert Knoll, Kampstraße 17,  
30880 Laatzen; Tel. 0511 / 8093518;  
n.knoll@t-online.de

(30449) **VfL von 1848 e.V. Hannover**  
Bernd Markowski, Berenbosteler Str. 88a,  
30823 Garbsen; Tel. 05137 / 875304;  
Fax 01212-6-262-75-69754;  
bernd.markowski@web.de

(30519) **Judo-Club Sakura e.V.**  
Nina Zachael, Otto-Hahn-Straße 13,  
30880 Laatzen; Tel. 0511 / 826773

(30629) **SG von 1896 Misburg e.V.**  
Andreas Türk, Fallingbosteler Str. 4,  
30625 Hannover; Tel. 0511 / 575826;  
antuerk@t-online.de

(30851) **VfB Langenhagen e.V.**  
Christiane Jansen, Auf dem Rußkampe 79,  
30855 Langenhagen; Tel. 0511 / 7900800;  
cjansen@cim-house.de

(30855) **TSV Godshorn von 1926 e.V.**  
Marlene Weyel, Birkenallee 12,  
30855 Langenhagen; Tel. 0511 / 744308;  
Fax 0511/7860546; marlene-weyel@t-online.de

(31157) **TKJ Sarstedt e.V.**  
Birgit Gießler, Willy-Brandt-Ring 32,  
31157 Sarstedt; Tel. 05066 / 900082;  
Fax 05066 / 9019673; aikido@tkj-sarstedt.de

(31789) **Post-SV Hameln e.V.**  
Frank Ballhorn, Ulmenweg 10,  
31787 Hameln; Tel. 05151 / 55252;  
startseite@freenet.de

(32549) **JC Bad Oeynhausen e.V.**  
Dirk Klusmeier, Am gr. Weserbogen 30,  
32549 Bad Oeynhausen; Tel. 05731 / 752840;  
Fax 05731 / 752840; dklusmeier@yahoo.de

(32825) **Blomberger SV e.V.**  
Guido Becker, Prenzlauer Str. 1,  
32825 Blomberg; Tel. 05235 / 994 994;  
sven-guido.becker@gmx.de

(33378) **Wiedenbrücker TV e.V.**  
Michael Adler, Elmers Weg 12,  
33332 Gütersloh; Tel. 05241 / 994111;  
adler-m@gmx.de

(34121) **Ki & Aikido-Dojo Kassel e.V.**  
Klaas Keßler, Kattenstr. 6,  
34119 Kassel; Tel. 0561 / 872844;  
info@kiaikido-kassel.de

(34376) **TSV 1889/06 Immenhausen e.V.**  
Dieter Samtleben, Gerhart-Hauptmann-Str. 11,  
34376 Immenhausen; Tel. 05673 / 4483;  
Aikidomeister@aol.com

(35390) **MTV 1846 C.R. Gießen e.V.**  
Stefan Gruber, Posener Str. 2,  
35394 Gießen; Tel. 0641 / 9717692;  
aikido@mtv-giessen.de

(36205) **TV Sontra 1861 e.V.**  
Peter Hintz, Brodberg 12,  
36205 Sontra; Tel. 05653 / 9779-12;  
Fax 05653 / 9779-44; mail@mvsgmbh.de

**(36452) RSV Kaltennordheim e.V.**

Lars Ophagen, August-Bebel-Str. 8,  
36452 Kaltennordheim; Tel. 036966 / 84375;  
lars.ophagen@gmx.de

**(37154) Aikido-Club Northeim e.V.**

Barbara Mudra, Heinrich-Sohnrey-Str. 16,  
37186 Moringen; Tel. 05554 / 1803;  
Fax 05554 / 390881; info@aikido-northeim.de

**(37176) SG Wolbrechtsh.-Hevensen e.V.**

Joachim Brinkmann, Bäckergasse 1,  
37176 Nörten-Hardenberg; Tel. 05503 / 2487;  
jo.brinkmann@freenet.de

**(37574) Einbecker SV von 2006 e.V.**

Karsten Leser, Anna-Seghers-Weg 4,  
37574 Einbeck; Tel. 05561 / 971665;  
skleser@freenet.de

**(38122) Braunschweiger Judo-Club e.V.**

Claus-D. Sonnenberg, Lebenstedter Str. 3,  
38268 Lengede-Broistedt; Tel. 05344 / 1255;  
Fax 05344 / 261295; c.sonnenberg@t-online.de

**(38239) TSV Beddingen e.V.**

Corinna Sonnenberg, Lebenstedter Str. 3,  
38268 Lengede-Broistedt; Tel. 05344 / 1255;  
Fax 05344 / 261295; c.sonnenberg@t-online.de

**(38642) J-K-C Sportschule Goslar e. V.**

Uwe Reinecke, Schäferwall 5,  
38640 Goslar; Tel. 05321 / 25111;  
u.reinecke@t-online.de

**(38678) USC Clausthal-Zellerfeld e.V.**

Patrick David, Tannenhöhe 14,  
38678 Clausthal-Zellerfeld; Tel. 05323 / 922657;  
Fax 05323 / 40281; aikido@usc-clausthal.de

**(42285) Polizei-SV Wuppertal 1921 e.V.**

Buschland 35, 42285 Wuppertal;  
Tel. 0202 / 571099; Fax 0202 / 9786680;  
polizei-sportverein@telebel.de

**(44388) Aikido-HBG e.V. Dortmund**

Hubert Luhmann, Haferkampstr. 10,  
44369 Dortmund; Tel. 0231 / 673780;  
Fax 0231 / 673780; info@aikido-hbg.de

**(44534) Aikido-Gemeinschaft Lünen e.V.**

Jürgen Feldmann, Preinstr. 37,  
59192 Bergkamen; Tel. 0176 / 23291502;  
info@aikido-luenen.de

**(44625) KSV Herne 1920 e.V.**

Horst Glowinski, Greifenberger Str. 7,  
44581 Castrop-Rauxel; Tel. 02305 / 79606;  
aikido@ksv-herne.de

**(44791) Polizeisportvereinigung Bochum e.V.**

Dietmar Seifer, Altenhöfener Str. 81,  
44623 Herne; Tel. 02323 / 460124;  
dietmar.seifer@gmail.com

**(45549) SpoKuP Sprockhövel e.V.**

Antje Mülders, Im kühlen Grunde 8,  
45549 Sprockhövel; Tel. 02324 / 78938;  
Fax 02324 / 393320; antje@m-factor.net

**(45770) Aikido-Club Herten e.V.**

Karl Behnke, Dahlienstr. 4,  
45772 Marl; Tel. 02365 / 62964;  
Fax 02365 / 507120; behnke@versanet.de

**(45772) DJK Germania Lenkerbeck e.V.**

Jutta Most, Emslandstraße 3,  
45770 Marl; Tel. 02365 / 34025;  
Fax 02365 / 395179; jutta.most@gmx.de

**(45881) TC Gelsenkirchen 1874 e.V.**

Frank Mercsak, Obererle 30,  
45897 Gelsenkirchen-Buer; Tel. 01577 / 3403229;  
mercsak@gmx.de

**(46414) TuS Gahlen 1912 e.V.**

Ernst-Helmut Hohendorff, J.-v.-d.-Recke-Str. 59,  
46514 Schermbeck; Tel. 02853 / 1232;  
aikido@tusgahlen.de

**(46499) Hamminkelter SV 1920/46 e.V.**

André Lanfermann, Halfmannsfeld 4,  
46499 Hamminkeln; Tel. 02852 / 509878;  
info@aikido-hamminkeln.de

**(48167) TV Wolbeck v. 1962 e.V.**

Klaus Gedack, Kiebitzheide 92,  
48329 Havixbeck; Tel. 02507 / 572314;  
k.gedack@t-online.de

**(53712) Sport-Club Taisho e.V.**

Thomas Prediger, Zeithstr. 100,  
54721 Siegburg; Tel. 02241 / 127316;  
Fax 02241 / 1273197

**(53721) Aikido-Club Siegburg e.V.**

Ulrike Putzka, Hagebuddenweg 8,  
53721 Siegburg-Kaldauen; Tel. 02241 / 382500;  
Fax 02241 / 917209; AikidoClubSU@aol.com

**(53797) Turnverein 08 Lohmar e.V.**

Frank Vogelsberg, Mittelstr. 3,  
53819 Neunkirchen-Seelscheid;  
Tel. 02247 / 922102; fvogelsberg@hotmail.com

**(57610) Altenkirchener SG 1883 e.V.**

Klaus Meder, Lohmühlenweg 19,  
57610 Altenkirchen;  
Tel. 02681 / 6998

(58239) **Budogemeinschaft Schwerte '61 e.V.**  
Bernd Kahl, Arthur-Schopenhauer-Weg 2,  
58239 Schwerte; Tel. 02304 / 80704;  
bernd-kahl@ruhrnet-online.de

(58553) **Judo-Club Halver e.V.**  
Kerstin Broska, Elberfelder Str. 12,  
58553 Halver; Tel. 02353/12783;  
kerstin.broska@ju-jutsu-halver.de

(59067) **Hammer SpVg 03/04 e.V.**  
Klaus Lenferding, Josef-Schlichter-Allee 5,  
59063 Hamm; Tel. 02381 / 23518;  
Fax 02381 / 432378; info@fragensagen.de

(59192) **TLV Rünthe 77 e.V.**  
Arne Hüls, Springweg 3,  
59192 Bergkamen; Tel. 02307 / 967742;  
kontakt@aikido-ruenthe.de

(59457) **Werler TV von 1894 e.V.**  
Uwe Kirchhoff, Crispeweg 2,  
59457 Werl; Tel. 02922 / 84748;  
uwe.kirchhoff@12move.de

(60549) **Aikido Flughafen Ffm. e.V.**  
Udo Dittrich, Neesbacher Str. 8,  
65597 Hünfelden-Dauborn; Tel. 06438 / 1782;  
UdoDitt@aol.com

(60598) **Dojo Sachsenhausen e.V.**  
Dr. Peter Herdt, Mörfelder Landstr. 68,  
60598 Frankfurt/Main;  
Tel. 069 / 61993988

(61118) **TV Bad Vilbel 1881 e.V.**  
Rolf Lindel, Seestr. 4,  
61118 Bad Vilbel; Tel. 06101 / 604822;  
Fax 06101 / 604867; info@gad-lindel.de

(61449) **TUS Steinbach e.V.**  
Roland Schwarz, Landrat-Beckmann-Str. 4,  
61250 Usingen; Tel. 06081 / 686667;  
rolando@marionundrolandschwarz.info

(63303) **TV 1880 Dreieichenhain e.V.**  
Eric Bizet, Auf der Schulwiese 26,  
63303 Dreieich; Tel. 06103 / 699666;  
aikido@tvdreieichenhain.de

(63450) **Turngemeinde 1837 Hanau a.V.**  
Michael Skotnik, Rüdigerheimer Str. 34,  
63543 Neuberg; Tel. 06183 / 73748;  
Info@TG-Hanau.de

(63739) **Samurai Unterfranken e.V.**  
Peter Bergmann, Brahmsstr. 18,  
63768 Hösbach; Tel. 06021 / 57773;  
info@samurai-unterfranken.de

(63741) **DJK Aschaffenburg e.V.**  
Martin Schultes, Am Gewann 3,  
63825 Schöllkrippen; Tel. 06024 / 80547;  
aikido.schultes@freenet.de

(63820) **TV Eisenfeld 05 e.V.**  
Jürgen Hohm, Spessartstr. 3,  
63868 Großwallstadt; Tel. 06022 / 25168;  
Fax 06022 / 5200; info@tv-elsenfeld.de

(63874) **1. Budo-Club Dammbach e.V.**  
Thomas Reintgen, Gartenstr. 6,  
63874 Dammbach; Tel. 06092 / 823977;  
treintgen@t-online.de

(64546) **SKV Mörfelden 1879 e.V.**  
Dr. Hans-Peter Vietze, Zillering 47,  
64546 Mörfelden-Walldorf; Tel. 06105 / 23779;  
Fax 06105 / 923364; vietze.hp@t-online.de

(64546) **TGS Walldorf 1896 e.V.**  
Peter Siffert, Oberweg 14,  
60318 Frankfurt/Main; Tel. 069 / 554192;  
Fax 95529255; peter.siffert@aikido-walldorf.de

(64569) **TV Nauheim 1888/94 e.V.**  
Friedrich Schweikert, Im Friedrichsee 10 a,  
64521 Groß-Gerau; Tel. 06152 / 40136;  
1.vorsitzender@aikido-tvnauheim.de

(64839) **TSV 1888 Altheim e.V.**  
Arnulf Schmidt, Wächtersbachstr. 20,  
64823 Groß-Umstadt;  
Tel. 06078 / 73368

(65527) **Aikido-Club Niedernhausen e.V.**  
Manfred Jennewein, Bahnhofstr. 29,  
65527 Niedernhausen; Tel. 06127 / 98027;  
Fax 9656-29; m-jennewein@jennewein.com

(65597) **TSG Ohren 1895 e.V.**  
Udo Dittrich, Neesbacher Str. 8,  
65597 Hünfelden-Dauborn; Tel. 06438 / 1782;  
UdoDitt@aol.com

(67065) **TG "Frei Heil" 1892 e.V. Rheingönheim**  
Thomas Träger, Mozartstr. 8,  
67258 Heßheim; Tel. 06233 / 371614;  
tsensei@aol.com

(67227) **Aikido-Club Frankenthal e.V.**  
Melanie Müller, Freinsheimer Str. 40a,  
67245 Lamsheim;  
Tel. 06233 / 352878

(67549) **1. Judo-Club Worms e.V.**  
Bruno Pozelis, Klosterstraße 32,  
67547 Worms; Tel. 06241 / 900045;  
bpozelis@online.de

**(68753) Aikido Wiesental e.V.**

Bernhard Kühner, Breslauer Str. 3,  
68753 Waghäusel-Wiesental; Tel. 07254 / 71273;  
bernd.kuehner@aikido-wiesental.de

**(69121) Aikido-Gemeinschaft Heidelberg e.V.**

Wilma Strothenke, Gerh.-Hauptmann-Str. 6,  
69221 Dossenheim; Tel. 06221 / 4320080;  
agheidelberg@gmx.de

**(70173) Aikido-Dojo Stuttgart e.V.**

Andreas Wagner, Raichbergstr. 15,  
70329 Stuttgart; Tel. 0711 / 2579562;  
Fax 0711 / 2579562; andreas.g.wagner@web.de

**(70180) Aikido-Club Stuttgart e.V.**

Michael Zimnik, Auf dem Haigst 36,  
70597 Stuttgart; Tel. 0711 / 760789;  
Fax 0711 / 760789; info@aikido-club-stuttgart.de

**(70597) TSG Stuttgart e.V.**

Frieder Buyer, Aspergstr. 31,  
70186 Stuttgart; Tel. 0711 / 482471;  
aikido-abteilungsleiter@tsg-stuttgart.de

**(70794) TSV Plattenhardt e.V.**

Sonja McGough, Ernst-Reuter-Str. 20,  
71034 Böblingen; Tel. 07031 / 264666;  
mcgough@gmx.net

**(71032) SV Böblingen e.V.**

Hans-Georg Schröder, Schillerstraße 117,  
71155 Altdorf; Tel. 07031 / 609076;  
Fax 0711 / 3052110778;  
aikido-al@sv-boeblingen.de

**(71065) VfL Sindelfingen 1862 e.V.**

Peter Pawlikowski, Zollernweg 4,  
71131 Jettingen; Tel. 07452 / 790540;  
Fax 07452 / 790514; p.pawlikowski@freenet.de

**(71229) TSG Leonberg e.V.**

Volker Uttecht, Müllergässle 18,  
71229 Leonberg; Tel. 07152 / 6389; iv.ut@arcor.de

**(71334) Aikido-Gruppe Waiblingen e.V.**

Ulrich Kühner, Mühlweingärten 7,  
71336 Waiblingen; Tel. 07146 / 286387;  
vorstand@aikido-waiblingen.de

**(72250) Aikido-TG Freudenstadt e.V.**

Hans Gerd Michel, Roter Weg 16,  
72291 Betzweiler-Wäldle; Tel. 07455 / 2419;  
aikido-freudenstadt@web.de

**(72631) Aikido-Club Aichtal e.V.**

Joachim Eppler, Aulendorfer Str. 33,  
70599 Stuttgart; Tel. 0711 / 8827084;  
Fax 8827084; 1vorsitzender@aikido-aichtal.de

**(72764) TSG Reutlingen 1843 e.V.**

Manfred Horschke, Brühlstr. 61,  
72770 Reutlingen; Tel. 07121 / 503512;  
Fax 07121 / 503512; manfredhorschke@web.de

**(73033) Turnerschaft Göppingen e.V.**

Dr. Barbara Oettinger, Stuttgarter Str. 32,  
73547 Lorch; Tel. 07172 / 915110;  
Fax 915111; kontakt@aikido-goeppingen.de

**(73230) VfL Kirchheim/Teck e.V.**

Volker Kenner, Hermannstr. 1,  
73207 Plochingen; Tel. 07153 / 619391;  
kontakt@aikido-kirchheim.de

**(73433) Post-Sportverein Aalen e.V.**

Karl Köppel, Mahdfeldstr. 10,  
73492 Rainau; Tel. 07961 / 6581;  
Fax 07961 / 564146; k.koepfel@t-online.de

**(73547) ASV Lorch 1900 e.V.**

Claudia Emunds-Roß, Eichenweg 11,  
73660 Urbach; Tel. 07181 / 995139;  
Fax 488895; abteilungsleiter@aikido-lorch.de

**(73734) Aikido-Verein Esslingen e.V.**

Edmund Grund, Richard-Wagner-Str. 2,  
72622 Nürtingen; Tel. 07022 / 52897;  
Fax 07022 / 306099; edmundgrund@arcor.de

**(74321) JC Bietigheim e.V.**

Arno Zimmermann, Millöckerstr. 16,  
70195 Stuttgart; Tel. 0711 / 698233;  
Fax 0711 / 6990213; arno-zimmermann@arcor.de

**(74564) VfB Jagstheim 1946 e.V.**

Manfred Meiser, Jagsth. Hauptstr. 137,  
74564 Crailsheim-Jagstheim; Tel. 07951 / 5941;  
Fax 07951 / 471409; manne-meiser@t-online.de

**(75365) Aikido-Club Calw e.V.**

Mark Volle, Altensteiger Str. 22,  
72226 Simmersfeld; Tel. 07484 / 913655;  
mark-volle@t-online.de

**(75433) Aikido-Club Knittlingen e.V.**

Andreas Weindl, In den Kapellengärten 11,  
75433 Maulbronn; Tel. 07043 / 959072;  
info@aikido-knittlingen.de

**(75589) JSC Karlsdorf-Neuthard e.V.**

Roland Storck, Pfinzstr. 3,  
76689 Karlsdorf-Neuthard; Tel. 07251 / 94788;  
aikido@jsckn.de

**(76199) Post Südstadt Karlsruhe e.V.**

Bernd Reinhardt, Am Liepoldsacker 42,  
76229 Karlsruhe; Tel. 0721 / 481514;  
Fax 0721 / 481514; bernd.max.reinhardt@web.de

(76344) **SG Forschungszentrum KA e.V.**

(76437) **Rastatter Turnverein e.V.**

Maria-Christina Piera, Steinmauerner Str. 16a,  
76437 Rastatt; Tel. 0171 / 6924926;  
aikido-rtv@web.de

(76646) **1. Bruchsaler Budo-Club e.V.**

Silvia Samendinger, Bruchsaler Str. 26,  
75053 Gondelsheim; Tel. 07252 / 539634;  
aikido@bruchsaler-budoclub.de

(80807) **TSV M.-Milbertshofen e.V.**

Michael Wellnitz, Woferlstr. 28,  
81737 München; Tel. 089 / 68072685;  
michael.wellnitz@freenet.de

(83674) **SC Gaißach e.V.**

Andreas Essendorfer, Ostfeldstr. 21,  
83674 Gaißach; Tel. 08041 / 73768;  
scg\_aikido@gmx.de

(84028) **Turnverein Landshut 1964 e.V.**

Dr. Martin Marchner, Pfarrfeldstr. 44,  
84036 Landshut; Tel. 0871 / 43019211;  
Fax 0871 / 43019212

(85221) **TSV 1865 Dachau e.V.**

Manfred Hierner, Georg-Elser-Weg 8,  
85221 Dachau; Tel. 08131 / 71148;  
manfred.hierner@dachau.net

(86152) **Eisenbahner-SV Augsburg e.V.**

Wolfgang Kronhöfer, Regensburger Allee 3,  
86399 Bobingen; Tel. 08234 / 5222;  
Fax 08234 / 5222; kronhoefer@gmx.de

(86165) **Aikido- und Karate-Verein Augsburg**

Werner Ackermann, Kastanienweg 45,  
86169 Augsburg; Tel. 0821 / 708598;  
Fax 0821 / 7290507; ackermann@dasdojo.de

(86438) **Kissinger Sport-Club e.V.**

Ralph Romer, Marienstr. 13,  
86415 Mering; Tel. 08233 / 795936;  
ralphromer@gmx.de

(86842) **Turnverein 1891 Türkheim e.V.**

Josef Maier, Gernerweg 3,  
86842 Türkheim; Tel. 08245 / 838;  
Fax 08245 / 1051; mail@aikido-tuerkheim.de

(86879) **SpVgg Wiedergeltingen e.V. 1946**

Johann Schilling, Buchloer Str. 30,  
86879 Wiedergeltingen; Tel. 08241 / 911437;  
aikido@johannschilling.de

(87719) **TSV Mindelheim 1861 e.V.**

Karl Geller, Sudetenstr. 8,  
87719 Mindelheim; Tel. 08261 / 737241;  
aikido@tsv-mindelheim.de

(89075) **VfL Ulm/Neu-Ulm e.V.**

Fred Artl, Glöcklerstr. 49,  
89233 Neu-Ulm; Tel. 0731 / 7130313;  
fred.artl@t-online.de

(89518) **Heidenheimer SB 1846 e.V.**

Thomas Wolfram, Steigstr. 22,  
89520 Heidenheim-Schnaitheim; Tel. 07321 /  
342876; Thomas\_Wolfram@gmx.de

(89522) **Erhard Aikido-Gruppe e.V.**

Georg Jooß, Iltisweg 4,  
89555 Steinheim-Sontheim; Tel. 07329 / 5499;  
georg.jooss@t-online.de

(89558) **TG Böhmenkirch e.V.**

Hans Biegert, Friedhofstr. 46,  
89558 Böhmenkirch; Tel. 07332 / 4836;  
Fax 07332 / 9230808

(90411) **Post-SV Nürnberg e.V.**

Manfred Basevi, Guntherstr. 45 B,  
90461 Nürnberg; Tel. 0911 / 5460562;  
abtleiter@aikido-nuernberg.de

(96050) **TSG 2005 Bamberg e.V.**

Dieter Ficht, Johann-Pfaff-Str. 5,  
97531 Obertheres; Tel. 09521 / 9578943;  
dieter.ficht@schnell-im-netz.de

(97274) **RV Frisch Auf Leinach e.V.**

Siegfried Oginschus, Schlossgasse 19 b,  
97225 Zellingen; Tel. 09364 / 812193;  
leinach@aikido-bayern.de

(97944) **1. Aikido-Club Unterschüpf e.V.**

Dieter Imhof, Römerstr. 24,  
97944 Boxberg-Unterschüpf; Tel. 07930 / 1684;  
imhof.dieter@t-online.de

(99099) **Fudoshin Dojo Erfurt e.V.**

Oliver Stapp, J.-Gagarin-Ring 132/74,  
99084 Erfurt; Tel. 0361 / 5610585;  
OASTapp@aol.com

(99817) **PSV Eisenach e.V.**

Frank Albrecht, Hauptstr. 13 – 15,  
99848 Wutha-Farnroda; Tel. 036921 / 30931  
AikidoEisenach@aol.com

(99867) **FSV 1950 Gotha e.V.**

Gunnar Skerhut, Spohrstr. 9,  
99867 Gotha; Tel. 03621 / 402204;  
Fax 03621 / 432299 d; skerhut@t-online.de



## Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang I im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald vom 30.06. – 07.07.2007

**Veranstalter und Ausrichter:** Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

**Lehrer:** Karl Köppel, 6. Dan Aikido, Bundestrainer, VPT

**Lehrgangsleiter:** Karl Köppel, Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;  
Tel. 07961 / 6581, Fax 07961 / 564146, E-Mail: K.Koeppel@t-online.de

**Lehrgangsort:** Sportschule des Ski-Verbandes Schwarzwald e.V. (Leistungszentrum Herzogenhorn) in 79868 Feldberg; Tel. 07676 / 222, Fax 07676 / 255; herrliche Lage, moderne Turnhalle mit 250 qm Mattenfläche, Hallenbad, Sauna und Nebenanlagen

**Teilnahmeberechtigt:** Vorrangig alle Angehörigen des DAB mit 1. Kyu Aikido sowie Aikido-Dane nach Maßgabe freier Plätze. Der gültige DAB-Pass bzw. -Lehrgangspass ist bei Lehrgangsbeginn vorzulegen. Gäste aus anderen Verbänden mit entsprechender Graduierung sind willkommen.

**Lehrstoff:** Täglich soweit möglich drei Unterrichtseinheiten gemäß Prüfungsordnung für Dan-Grade des DAB (POD-DAB) und nach Maßgabe der angestrebten Prüfungen bzw. des Lehrers. Die restliche Zeit steht zur freien Verfügung der Teilnehmer.

### Zeitplan:

**Samstag, den 30.06.2007:** Anreise bis 16 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten. Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

**Samstag, den 07.07.2007:** Abreise auf Wunsch nach dem Frühstück (Lunchpaket) bzw. nach dem Mittagessen

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung in Zweibettzimmern sowie reichhaltige Verpflegung (7 Tage Vollpension) etc. betragen:

Zimmer ohne Dusche	263,-- Euro/Person
Zimmer mit Dusche/WC	322,-- Euro/Person

Die vorgenannten Kosten beinhalten auch alle Sonderleistungen. Bis zum Meldeschluss ist eine Kostenpauschale von 263,- Euro/Teiln. auf das Konto: Köppel, Nr. 40412075, BLZ 614 910 10 bei der VOBA/RAIBA Ellwangen einzuzahlen.

---

Herzlich willkommen, bei Ihrem neuen freundlichen  
online-Versandhaus für Kampfsportartikel!

Wir bieten Ihnen namhafte Marken in bewährter Qualität – und das zu besonders günstigen Preisen. Schauen Sie doch einmal vorbei, unter [WWW.TENNOSPORT.DE](http://WWW.TENNOSPORT.DE) können Sie sich von unseren Leistungen – besonders für Vereine – unverbindlich informieren.



**TENNOSPORT**

Mengenrabatt gibt es  
schon ab 75,00 EUR

Sie finden uns im Internet unter:  
[WWW.TENNOSPORT.DE](http://WWW.TENNOSPORT.DE)

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher und verbindlicher Anmeldung über den zuständigen Verein bzw. die Abteilung an den Lehrgangsleiter möglich. Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!

Mit der Anmeldung sind unbedingt folgende Angaben zu machen: Name, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad, Zimmerwunsch (ohne oder mit Dusche bzw. Dusche/WC), ggf. vegetarisches Essen. Die Verteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (angeforderte) Zimmerkategorie.

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen mit Überweisung der Kostenpauschale werden bis spätestens **30. April 2007** erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt sofort nach dem vorstehenden Meldetermin. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung an den DAB vergeben.

Bei Verhinderung ist rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

**Wichtige Hinweise:** Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgeannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen. Prüfungsanwärter müssen die nach der Verfahrensordnung für Dan-Grade des DAB (VOD-DAB) vorgeschriebenen Unterlagen fristgerecht beim Bundesreferenten Prüfungswesen des DAB (BPA) einreichen.

Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang besteht nach Rücksprache auch die Möglichkeit, Partner/Freunde mitzubringen, die nicht am Aikidotraining teilnehmen.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident des DAB, Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang II im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald vom 7. – 14. Juli 2007**

**Veranstalter und Ausrichter:** Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

**Lehrer:** Alfred Heymann, 6. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Alfred Heymann, Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;  
Tel. 05523 / 303737, Fax 05523 / 303739

**Lehrgangsort:** Sportschule des Ski-Verbandes Schwarzwald e.V. (Leistungszentrum Herzogenhorn) in 79868 Feldberg; Tel. 07676 / 222, Fax 07676 / 255; herrliche Lage, moderne Turnhalle mit 250 qm Mattenfläche, Hallenbad, Sauna und Nebenanlagen

**Teilnahmeberechtigt:** Alle Angehörigen des DAB ab 1. Dan und 1. Kyu Aikido nach Maßgabe freier Plätze. Der gültige DAB-Pass bzw. -Lehrgangspass ist bei Lehrgangsbeginn vorzulegen. Gäste aus anderen Verbänden mit entsprechender Graduierung sind willkommen.

**Lehrstoff:** Täglich soweit möglich drei Unterrichtseinheiten gemäß Prüfungsordnung für Dan-Grade des DAB (POD-DAB) und nach Maßgabe der angestrebten Prüfungen bzw. des Lehrers. Die restliche Zeit steht zur freien Verfügung der Teilnehmer.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 07.07.2007:** Anreise bis 16 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten. Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

**Samstag, den 14.07.2007:** Abreise auf Wunsch nach dem Frühstück (Lunchpaket) bzw. nach dem Mittagessen

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung in Zweibettzimmern sowie reichhaltige Verpflegung (7 Tage Vollpension) etc. betragen:

Zimmer ohne Dusche	263,-- Euro/Person
Zimmer mit Dusche/WC	322,-- Euro/Person

Die vorgenannten Kosten beinhalten auch alle Sonderleistungen. Sie werden bei Lehrgangsbeginn im LZ Herzogenhorn eingezogen.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher und verbindlicher Anmeldung über den zuständigen Verein bzw. die Abteilung an den Lehrgangsleiter möglich. Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!

Mit der Anmeldung sind unbedingt folgende Angaben zu machen: Name, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad, Zimmerwunsch (ohne oder mit Dusche bzw. Dusche/WC), ggf. vegetarisches Essen. Die Verteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (angeforderte) Zimmerkategorie.

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen werden bis spätestens **30. April 2007** erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt sofort nach dem vorstehenden Meldetermin. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung an den DAB vergeben.

Bei Verhinderung ist rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

**Wichtige Hinweise:** Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen. Prüfungsanwärter müssen die nach der Verfahrensordnung für Dan-Grade des DAB (VOD-DAB) vorgeschriebenen Unterlagen fristgerecht beim Bundesreferenten Prüfungswesen des DAB (BPA) einreichen.

Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang besteht nach Rücksprache auch die Möglichkeit, Partner/Freunde mitzubringen, die nicht am Aikidotraining teilnehmen.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Alfred Heymann,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Übungsleiter-Fachlehrgang 2 des DAB für die Profile Erw./Ältere und Kinder/Jugendl. mit ÜL-Prüfung vom 16. – 22.09.2007 im LZ Herzogenhorn**

**Veranstalter und Ausrichter:** Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)

**Lehrer/Prüfer:** gem. Einladung des Bundesreferenten Lehrwesen

**Lehrgangsleiter:** Bundesreferent Lehrwesen Ulrich Schümann, Stormarnring 17, 24576 Bad Bramstedt; Tel. 04192 / 9249, E-Mail: u-schuemann@versanet.de

---

**Lehrgangsort:** Sportschule des Ski-Verbandes Schwarzwald e. V. (Leistungszentrum Herzogenhorn) in 79868 Feldberg, Tel. 07676 / 222, Fax 07676 / 255; herrliche Lage, moderne Turnhalle mit 250 qm Mattenfläche, Hallenbad, Sauna und Nebenanlagen

**Teilnahmeberechtigt:**

Aikidoka, die

1. sich zur ÜL-Ausbildung über ihren – einem dem DOSB angeschlossenen – Verein und ihren Aikido-Landesverband beim DAB angemeldet haben;
2. den geforderten Kostenbeitrag (Pauschale 70 €) entrichtet haben;
3. mindestens den 1. Kyu Aikido des DAB- oder DOSB-Mitgliedsvereins besitzen und das 18. Lebensjahr vollendet haben;
4. den Grundlehrgang über 40 Unterrichtseinheiten abgeschlossen haben;
5. den Übungsleiter-Fachlehrgang 1 des DAB besucht haben;
6. einen Erste-Hilfe-Kurs über mindestens 8 Doppelstunden nachweisen, der nicht länger als 2 Jahre zurückliegt;
7. am Ende des Fachlehrganges an der Übungsleiter-Prüfung teilnehmen und
8. die laut ÜLO-DAB (FÜC) geforderten technischen Lehrgänge besucht haben.

Weiterhin Aikidoka, die ihre Fachübungsleiter-C-Lizenz verlängern möchten (nur, wenn noch Plätze frei sind).

**Lehrstoff:** gemäß Themenkatalog der ÜL-C-Fachausbildung für den Fachlehrgang 2

**Anreise und Zeitplan:** werden mit der Bestätigung bekannt gegeben

**Leistungen:** Der Deutsche Aikido-Bund übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsleiter und die Organisation des Lehrganges. Unterrichtsmaterialien werden nach Möglichkeit gestellt und zum Selbstkostenpreis herausgegeben.

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung in Zweibettzimmern sowie reichhaltige Verpflegung (6 Tage Vollpension) betragen für:

Zimmer ohne Dusche	225,50	Euro/Person
Zimmer mit Dusche/WC	276,--	Euro/Person

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind auf das Lehrgangskonto (wird bei der Teilnahmebestätigung bekannt gegeben) zu überweisen

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben!) und schriftlicher Bestätigung möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikidograd, Geburtsdatum und –ort, Übungsleiter-Profil sowie Zimmerwunsch.

Der Anmeldung sind eine Kopie des gültigen DAB-Passes (Seiten 3, 5, 6, 7, 30, 31...), Nachweise über die Entrichtung der ÜL-Pauschale, über den Grundlehrgang sowie über einen Erste-Hilfe-Kurs beizufügen. Soweit die Unterlagen als Kopien auf dem E-Mail-Wege zugesandt werden, sind die Originale zur Nachschau beim Lehrgang mitzuführen. Eine Teilnahme an der ÜL-Prüfung ist andernfalls nicht möglich.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird spätestens bis zum **30. Juni 2007** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am ÜL-Lehrgang teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird um sofortige Mitteilung an den Lehrgangsleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung

gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden. Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Ulrich Schümann,  
Bundesreferent Lehrwesen*

---

## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 22./23. September 2007 in Hannover**

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e.V. (DAB)

**Ausrichter:** Aikido-Verein Hannover e.V.

**Lehrer:** Alfred Heymann, 6. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Daniel Eickenloff, Weizenkamp 10, 30926 Seelze;  
Tel.: 0176 / 28544765; E-Mail: eickenloff@htp-tel.de

**Lehrgangsort:** Sporthalle der Waldorfschule am Maschsee, Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 70, 30173 Hannover

**Teilnahmeberechtigt:** Alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu mit gültigem Aikido-Pass. Gäste aus anderen Verbänden ab 1. Kyu sind herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Schwerpunkt: Stab- und Schwerttechniken, Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Samstag, den 22.09.07:** bis 15 Uhr Anreise, 15.30 bis 18 Uhr Aikido-Training. Auf Wunsch gemeinsames Abendessen und anschließend gemütliches Beisammensein. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

**Sonntag, den 23.09.07:** 9.30 bis 12 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Abreise

**Leistungen:** Der Deutsche Aikido-Bund übernimmt die Kosten für den Lehrer und die Organisation des Lehrganges. Die Kosten für Reise und Unterkunft sowie Verpflegung sind vom Teilnehmer selbst zu tragen.

**Lehrgangsgebühr:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung (möglichst per E-Mail) über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben!) und schriftlicher Bestätigung möglich unter Angabe von Name, Vorname, Aikido-Grad und ggf. Wunsch zur Teilnahme am Abendessen.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis spätestens **15. September 2007** erbeten. Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Daniel Eickenloff,  
Lehrgangsleiter*

---

## Deutscher Aikido-Bund e. V.

### Ergänzung und Änderung des Lehrgangsplan 2007

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ort	Lehrer
04.08.2007	Danprüfung des DAB	LZ Herzogenhorn	Prüfer gemäß Einladung des BPA
22./ 23.09.2007	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Stab- und Schwerttechniken, Rest nach Maßgabe des Lehrers	Hannover	Alfred Heymann, 6. Dan

Karl Köppel,  
VPT

## Aikido-Verband Baden-Württemberg e. V.

### Lehrgangsplan 2007 (Änderungen)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
02./ 03.06.2007	Aikido-Workshop des AVBW ab 2. Dan Aikido	Schloss Flehingen	Karl Köppel, 6. Dan
29.07. – 05.08.2007	Landes-Wochenlehrgang ab 4. Kyu Aikido	LZ Herzogenhorn	Ulrich Schümann, 5. Dan Dr. Barbara Oettinger, 5. Dan

Silvia Samendinger,  
Technische Leiterin des AVBW



## Wichtige Termine

- 5. April 2007:** Meldeschluss für den BL am 12./13.05.2007 in Nürnberg
- 10. April 2007:** Meldeschluss für den internat. Pfingstlehrgang 26. – 28.05.2007 in Heidenheim
- 10. Mai 2007:** Meldeschluss für den BL am 17./17.06.2007 in Reutlingen
- 18. Mai 2007:** Meldeschluss für den DFL am 23./24.06.2007 in Niedernhausen
- 30. April 2007:** Meldeschluss für den Bundeswochenlehrgang I vom 30.06. – 07.07.2007 im LZ Herzogenhorn
- 30. April 2007:** Meldeschluss für den Bundeswochenlehrgang II vom 07. – 14.07.2007 im LZ Herzogenhorn
- 1. Mai 2007:** Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB für Kinder und Jugendliche vom 22. – 24. Juni 2007 in Bamberg
- 30. Juni 2007:** Meldeschluss für den ÜL-Fachlehrgang 2 mit Prüfung vom 16. – 22.09.2007 im LZ Herzogenhorn
- 15. September 2007:** Meldeschluss für den BL am 22./23.09.2007 in Hannover

**Die letzte Verwechslung:**

„Piet ist am Sonnabend bei Al-Kaido“

*(ein echter Versprecher meiner Schwiegermutter)*

*Piet Sach,  
Lübecker Judo-Club e.V.*