

aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO
in Deutschland

Ausgabe 3/2019

Nr. 175



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 3/2019

Nr. 175

Inhaltsverzeichnis

Leitartikel

50 Jahre nach O-Sensei	3
------------------------------	---

Magazin

Pfingsten 2019 in Heidenheim	4
„Eat – Sleep – Aikido – Repeat ...“	5
Pfingstlehrgang in Frankreich	6
Das Schwert (Bokken) im Aikido-Unterricht; Zulassungsarbeit von A. Haase	10
Wichtige Termine	20
Aikido-Telegramm	20

Technik-Serie

Yoko-tsuki (jodan) – Ude-garami, von Bundestrainer Martin Glutsch, 7. Dan	8
---	---

Daten und Fakten

Einl. zur 23. Bundesversammlung des DAB am 26.10.2019	20
Einl. zum Jubiläumslehrgang des AV Sachsen am 28.09.2019 in Dresden	22
Einl. zum BL vom 25. – 27.10. 2019 in Mörfelden-Walldorf	23
Lehrgangsplan des DAB 2020	24

Titelbild:

Statue von Morihei Ueshiba in seinem Geburtsort Tanabe (Präfektur Wakayama) zur Erinnerung an sein Lebenswerk als Begründer des Aikido (Foto: Oettinger)



50 Jahre nach O-Sensei

Liebe Aikidoka,

der Begründer unserer Kampfkunst Aikido, Morihei Ueshiba, verstarb am 26. April 1969 in Iwama. Damit jährte sich kürzlich sein Todestag zum 50. Mal. Dass Aikido unter den Budo-Künsten relativ jung ist, zeigt sich auch daran, dass Jigoro Kano, der Begründer von Judo, bereits 31 Jahre früher verstarb, Gichin Funakoshi, der Begründer des modernen Karate, zwölf Jahre zuvor.

Ein halbes Jahrhundert nach Ueshibas Ableben ist die Frage sicherlich interessant, was aus seinem Erbe wurde. Wie das Titelbild und die beiden Fotos hier zeigen,



O-Senseis Grab in Tanabe
(Foto: Oettinger)



Hinweistafel am Ort des früheren
Geburtshauses in Tanabe (Foto: Oettinger)

ist er in seiner Geburtsstadt Tanabe noch immer präsent. Auch von uns Aikidoka wird er weiterhin respektvoll O-Sensei genannt, was je nach verwendeten japanischen Schriftzeichen ehrwürdiger Meister (翁先生) oder großer Meister (大先生) bedeutet und seine Verdienste um unsere Kampfkunst herausstellt.

Ueshiba entwickelte Aikido aus seinem biographischen Hintergrund und seiner großen Erfahrung mit offenkundig außergewöhnlicher Begabung und Motivation. Sein Können, die umfassend vorhandenen bzw. erlangten Fähigkeiten und Fertigkeiten, sein analytisches Vermögen, dazu Kreativität, Intuition und visionäres Denken führten zu einer sehr effizienten Selbstverteidigungskunst, die heute weltweit praktiziert wird und aufgrund des Ansatzes der Einheit von Körper und Geist weitreichende Auswirkungen auch auf die charakterliche

Entwicklung der Aikidoka sowie ihren Alltag hat.

So wie sich Ueshibas Kampfkunst im Laufe seines Lebens über verschiedene Zwischenstufen veränderte, so entwickelte sich „sein“ Aikido seither sicherlich ebenfalls weiter. Nicht nur seine direkten Schüler hatten später unterschiedliche Schwerpunkte in ihrer Interpretation der Techniken; jede nachfolgende Generation muss sich gleichfalls mit den Bewegungsprinzipien immer wieder neu auseinandersetzen.

Eine Evolution – ein eigentlich aus der Biologie stammender Begriff – ist vermutlich etwas, das auch Morihei Ueshiba gewollt hätte und worauf er stolz wäre. Was ihm aber dabei bestimmt wichtig war: dass der Geist des Aikido weitergegeben wird, nämlich die friedliche Grundhaltung der Ausübenden, eine innere Einstellung, die in christlich geprägten Gesellschaften mit dem Begriff der „Nächstenliebe“ umschrieben werden kann, und das Aiki-Prinzip der ständigen Anpassung an jede sich entwickelnde Situation.

Im Deutschen Aikido-Bund e.V. (DAB) erlebe ich, dass ein stringentes Üben in einer gemeinsamen Richtung sowohl für die Meisterinnen und Meister als auch Schülerinnen und Schüler wichtig ist, wobei diese Differenzierung ohnehin verschwimmt, wenn beispielsweise Dangrade bisweilen „unter“ anderen Aikido-Lehrerinnen und -Lehrern, die womöglich einen niedrigeren Dan haben, trainieren.

Gibt es aus eurer Sicht Entwicklungen, die euch wichtig sind, und wenn ja, welche? Was wurde aus eurer Sicht aus Ueshibas Erbe? Ich würde mich freuen, wenn ich euch durch meine Zeilen angeregt hätte, aikido aktuell eure Meinung zu diesem Thema zukommen zu lassen, um einen Austausch auch darüber anzuregen.

Ich bin immer für euch ansprechbar!
Eure



Dr. Barbara Oettinger,
DAB-Präsidentin



Pfingsten 2019 in Heidenheim

Ist ein Leben ohne Pfingstlehrgang in Heidenheim möglich? Ja, aber es ist sinnlos. Frei nach Lorient kamen auch dieses Jahr wieder an die 120 Aikidoka aus ganz Deutschland und aus Frankreich nach Heidenheim, um neun Stunden lang Aikido zu betreiben.

Dieses Jahr konnte der Franzose Michel Martin aus Frankreich gewonnen werden. Er hat sowohl den 7. Dan im Aikido als auch den 6. Dan in Katana. Diese Verbindung versprach bereits im Vorfeld einen interessanten Lehrgang. Einige der Teilnehmenden kamen speziell wegen Martin, weil sie ihn von anderen Lehrgängen kannten und deshalb bei ihm trainieren wollten. Und Michel Martin enttäuschte die Erwartungen nicht.

Die drei Tage waren geprägt von Waffentechniken. Am Samstag und am Sonntagvormittag wurde hauptsächlich mit dem Bokken gearbeitet. Durch den Umgang mit der Waffe variiert die Distanz gegenüber der Technik ohne Waffe. Das war gar nicht so einfach, wie es bei Martin aussah. Bei ihm sah alles spielerisch und leicht aus. Aber der Teufel steckt bekanntlich im Detail. Altbekannte Techniken, die ohne Waffen von ganz alleine liefen, mussten plötzlich an die veränderte Distanz angepasst werden. Da ging die lobende Anerkennung des Meisters runter wie Öl.

Große Freude bereiteten auch die Techniken aus dem Katana-Kampf sowie die Arbeit mit dem Jo und dem Tanto in den darauffolgenden Trainingseinheiten. Auch hier galt es immer wieder, die Distanz bei der Ausübung der Techniken an die jeweilige Waffe anzupassen. Dass das Jo, im Gegensatz zum Bokken und zum Tanto, zwei Enden hat, ist eine Binsenweisheit. Trotzdem war es beeindruckend zu sehen, wie spielerisch Martin den Stab drehte und wendete und immer wieder ein anderes Ende ins Spiel brachte als der Uke erwartete.

Besonderen Wert legte Martin auf die Stellung von Uke und Nage und auf die Körperhaltung. Immer wieder wies er auf Details hin und betonte die Wichtigkeit des Gezeigten: „C'est très important!“ So konnten alle an den Techniken feilen, bis auch die letzten mit ihrer Ausführung zufrieden waren.

Auch die Geselligkeit kam nicht zu kurz. Am Samstagabend trafen sich ganz viele der Angereisten beim Griechen zum Essen. Am Sonntag gab es eine Stadtführung durch Heidenheim, die interessante Einblicke in die Stadt eröffnete.

Von den Teilnehmern/-innen kamen am Ende nur lobende Bemerkungen. Besonders der konzeptionelle Aufbau der Übungen überzeugte die Anwesenden. Die zufriedenen Gesichter und die anerkennenden Bemerkungen der Teilnehmer/-innen zeigten, dass Michel Martin die Erwartungen der Aikidoka mehr als erfüllt hat. Am Ende bedankte sich Karl Köppel (8. Dan), Vizepräsident des DAB, bei dem Gast aus Frankreich und äußerte die Hoffnung, ihn wieder in Heidenheim auf der Matte begrüßen zu dürfen.



Meister Michel Martin, 7. Dan Aikido, 6. Dan Katana
(Foto: Bernd Kohler)

Ein besonderes Lob von allen Teilnehmenden ging an die Mitglieder der EAG für die routinierte Ausrichtung des Lehrgangs und für den reibungslosen Ablauf. Besonders die 18-jährige Lisa wurde lobend für ihre Übersetzung vom Französischen ins Deutsche erwähnt.

Weitere Informationen und Fotos auf: www.aikido-heidenheim.de

Elisabeth Kömm-Häfner,
EAG Heidenheim e. V.

氣

„Eat – Sleep – Aikido – Repeat ...“

Na ja, ganz so „schlimm“ ist es bei mir noch nicht gekommen; obwohl: Was haben Aikido und Tattoos gemeinsam?

Es heißt, dass sie süchtig machen!

Ich dagegen würde eher behaupten, sie sind eine Passion, eine Leidenschaft.

Meine neue, permanente Körperverschönerung hat einen Platz auf meinem linken Unterarm eingenommen. Es handelt sich dabei um die Schriftzeichen für AI KI DO.

Aikido ist seit fünf Jahren ein unverzichtbarer Teil meines Lebens geworden, obwohl ich es seit 2015 nur eingeschränkt ausüben kann. Eine schmerzhaft rheumatoide Arthritis weist mich in meine Schranken. Aber Aikido aufgeben? Undenkbar!

Das Schöne an dieser friedlichen Kampfsportart ist, dass jeder, egal wo er oder sie gerade „steht“, mitmachen kann, dazulernt und sich in Bewegung hält. Nicht nur der Körper, sondern auch der Geist wird bewegt. Das beweisen unzählige Diskussionen im Dojo (Augenzwin-

kern); aber auch die Gedanken, die man mit sich nimmt und nachts noch im Bett wälzt. „Wie ging diese Technik nochmal?“ „Was aber, wenn der Angreifer ...?“

Aikido wende ich auch immer mehr auf anderen Ebenen in meinem Leben an, wie zum Beispiel bei einer Diskussion oder einem Gespräch. Das Ziel ist es dabei, es gar nicht erst zu einer Diskussion kommen zu lassen. Ein fruchtbares Gespräch ist ein Geben und Nehmen, in gegenseitigem Respekt und lösungsorientiert.

Wir vergessen so oft, dass wir doch alle im selben Boot sitzen. Viele versuchen, mit all ihren Kräften gegen den Strom zu schwimmen. Dabei befindet sich die „Lösung“ immer stromabwärts. Sich treiben lassen und vertrauen, sich dem Ki hingeben. Die Quelle allen Seins, das Wasser des Lebens, welches in uns allen schlummert, sucht immer den Ursprung. Im Treibenlassen finden wir den Weg zum Delta, zur Mündung, zur Antwort auf all unsere Fragen. Und dort, wo sich das Ende befindet, ist auch der Anfang. Alles ist eins.

Eat – Sleep – Aikido – Repeat. Ein großer Kreis des Lebens.



Jetzt fragt ihr euch vielleicht, ob es bei mir bald ein neues Tattoo geben wird?

Da kann ich nur sagen: „(h)ai“
Ai, für Liebe, in Kanji.

O Sensei soll einmal gesagt haben, dass Aikido der Weg der Liebe (Harmonie) sei und auch, dass es in alle Welt hinausgetragen werden soll.

Ein anderer, französischer Zeitgenosse schrieb die unvergesslichen Zeilen: „Man sieht nur mit dem Herzen gut ...“ (Antoine de Saint-Exupéry in „Der kleine Prinz“)

Mein rechter Unterarm ist bereit.
Eine Leidenschaft?

Die „Japanerin“ in mir sagt dazu nur „So, so, so“ :-)

Christina Hees,
TS Göppingen e. V.

道

Pfingstlehrgang in Frankreich

Trotz Turbulenzen im Luftraum über Westeuropa haben wir es geschafft: Wir kamen rechtzeitig zum Lehrgang mit Bundestrainer Alfred Heymann in Frankreich an.

Die FAT (Fédération d'Aikido Traditionnel), d. h. die Schule von Maître André Daniel Brun, hatte Alfred als Lehrer zum traditionellen Pfingstlehrgang eingeladen. In diesem Jahr fand er in Pessac, einem Vorort der wunderschönen Stadt Bordeaux im Westen Frankreichs, statt. Ausrichter war der Verein von Meister François Noizée, den einige von uns schon vom letzten Jahr in Hessen kennen.

Der Lehrgang stand ganz unter dem Zeichen der deutsch-französischen Freundschaft, wurden wir fünf Deutschen doch alle schon sehr, sehr herzlich begrüßt: ein schönes Wiedersehen auf der Matte. Der freundschaftliche Kontakt mit der französischen Föderation besteht nun schon seit Jahren auf verschiedenen Ebenen und der Austausch bereichert beide Seiten. Und Meister Heymann – früher selbst Schüler von Maître Nocquet – bereiste ja Frankreich schon vor und seit Jahrzehnten.

Bei freundlichem Wetter fanden sich ca. 60 Personen im geräumigen, neu errichteten Dojo zusammen, um zwei Tage lang jeweils fünf Stunden unter Alfreds fachkundiger Anleitung zu trainieren. Dank zweier Übersetzer war die Sprache kein Problem. Viele der Franzosen hatten übrigens Deutsch in der Schule und mit Händen und Füßen – und erst recht auf der Matte – geht es immer.

Beim Start am Samstag ging es anhand einiger Basistechniken immer wieder um die gleichen, dem Aikido zugrundeliegenden Prinzipien: Einheit des Körpers, Bewegung aus dem Zentrum und Sabaki, Sabaki, Sabaki. Man weiß es ja eigentlich alles schon, aber das heißt nicht, dass es nichts mehr zum Üben gibt. Alfred gelang es von Anfang an, Anfänger wie Fortgeschrittene

in seinen Bann zu ziehen. Mit einer bewundernswerten Professionalität, mit Witz und Herz riss er uns alle mit. Fleißig trainierten wir zunächst ohne Waffen. Nach einem gemeinsamen Mittagessen in der Gruppe, wo man weiter ins Gespräch kam, ging es dann weiter mit dem Tanto. Alfred erklärte den Anwesenden, dass es bei einem Messerangriff immer am besten sei, fortzulaufen, wenn man denn kann. Die Gefahr besteht halt, dass man sich auch als Fortgeschrittener darauf verlässt, dass Aikido als Selbstverteidigung einen in jeder Situation schützt. Bei einem Messerangriff sollte man da aber eine gesunde Skepsis an den Tag legen.



Meister Alfred Heymann, 8. Dan

Dennoch ging es zur Sache, denn wer Alfred kennt, weiß, dass er es schätzt, wenn Uke beim Angriff alles gibt. So flog vor allem Uke Alex denn auch wieder und wieder weit über die Matte. In den folgen-

den Einheiten ging es um den Stab und es folgte eine bunte Palette an Techniken zur Abwehr von Angriffen mit dem Stab sowie Techniken, bei denen Nage den Stab selbst hält. Wichtig ist wie immer, schon vor der Aufnahme durch Schrägstellung des Stabes mittels Sabaki Ukes Gleichgewicht zu destabilisieren. Ist Uke erst einmal beschäftigt, geht alles viel leichter.

Alle übten engagiert und fleißig, wenngleich sich am Sonntagnachmittag die ersten Unterschiede bezüglich der Trainingskondition oder vielleicht einfach auch der Gesundheit zeigten. Am Sonntagabend kamen dann nach dem vorletzten Training alle zum obligatorischen Abschiedsumtrunk zusammen. Unsere Freunde aus Bordeaux fuhren voll auf: landestypische Getränke, traditionelles Gebäck und andere kleine Leckereien sorgten für gute Stimmung bei den hungrigen Aikidoka und im Gespräch beim Essen kommt man sich eh immer näher.

Am Abend stand dann für viele noch ein Spaziergang im wunderschönen Bordeaux an. Diese Stadt ist absolut eine Reise wert. Sie ist eine echte Perle. Wer neugierig geworden ist, sollte sich den nächsten Pflingstlehrgang vormerken. Aber auch der Sommerlehrgang der FAT findet in der Nähe von Bordeaux auf einer Atlantikinsel statt. Gäste aus Deutschland sind immer herzlich willkommen. Der Dank dafür, dass alles so gut geklappt hat und wir den wunderbaren Lehrgang genießen konnten, gilt allen bordelaiser Freunden, deren Einsatz den Lehrgang erst möglich gemacht hat. Und der Applaus, den Alfred bekommen hat, sowie die vielen sehr positiven Rückmeldungen lassen hoffen, dass wir unter seiner Leitung bald wieder auch in Frankreich zusammenkommen.

Mein Lübecker Verein jedenfalls hat den französischen Meister François Noizée schon zum Gegenbesuch eingeladen: geliebte Gastfreundschaft, die alle Beteiligten nicht nur technisch bereichert. Aikido kommt halt von Herzen.

*Frauke Drewitz,
AC Lübeck e. V.*



Yoko-tsuki (jodan) – Ude-garami

von Bundestrainer Martin Glutsch, 7. Dan

Variation:

Uke schlägt Yoko-tsuki zum Kopf („Schwinger“). Nage kontrolliert den Schlag in einer frühen Phase des Angriffes (ähnlich der Ausführung in der 1. Kata bei „Ude-nobashi irimi“), damit Uke nicht seine für den Angriff erforderliche stabile Position erreichen kann.

Optional: Atemi zum Gesicht.



(1)



(2)

Unter Beibehaltung der o.a. Kontrolle des Schlagarmes Gleitschritt zur Nichtangriffsseite von Uke und Übergang in den Ude-garami unter Durchführen des freien Armes zwischen Ukes Körper und dem (in aller Regel) lose herunterhängenden Arm von Uke.



(3)

Wichtig hierbei, dass die Bewegungen konstant und flüssig erfolgen und dass sich Nage in einer Art Tenkan-ho wegdreht.



(4)



(5)

Bei dieser Form ist es wichtig, dass sich Nage nicht nur auf den Angriff konzentriert, sondern auf Uke als Gesamtes.



(6)



(7)

氣

Das Schwert (Bokken) im Aikido-Unterricht

Überlegungen zur Bereicherung des Aikido-Unterrichts durch Nutzung des Bokken

Ausschnitte aus der Zulassungsarbeit für die Prüfung zum 5. Dan Aikido von Alfred Haase, Bramfelder SV e. V. (2017)

10. Beispiele für mit Hilfe des Bokken ausgeführte Handtechniken

Die mit Hilfe des Bokken ausgeführten Handtechniken sollen den korrekten Ablauf der Technik, Position und Stellung zum Partner sowie die Führung des Zentrums aufzeigen. Selbst kleine Fehler fallen dabei sofort auf.

10.1 Ikkyo (Ude-osae)

10.1.1 Morote-dori – Ikkyo / Katate-ryote-dori – Ude-osae, (Kihon)

Wie im Kihon üblich wird der Griff zum Handgelenk zugelassen (Bild 1). In diesem Moment kann durch den Angreifer sofort in Richtung Zentrum des Partners agiert werden.

Durch das Verlassen der Linie und einen Wechsel ins linke Hanmi wird der Kraftfluss von Uke vorbeigeleitet; danach ist es leicht, über diese Position Nage zu führen (Bilder 2 und 3).

Die Bilder 4 – 6 zeigen den weiteren Bewegungsfluss. Gut zu erkennen ist, dass mit beiden Händen am Schwert vor dem eigenen Zentrum Uke optimal geführt wird.



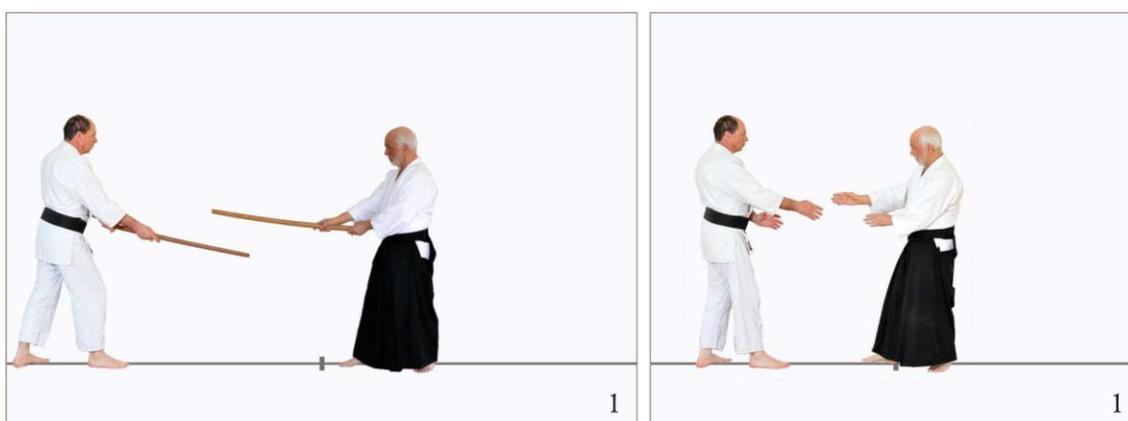
10.1.2 Ikkyo (Ken tai Ken), direkt ausgeführt (Irimi)

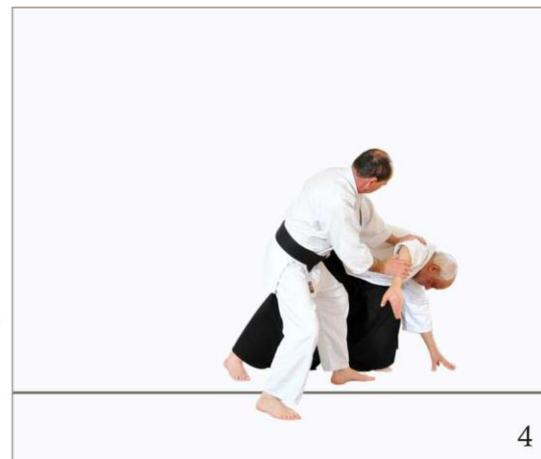
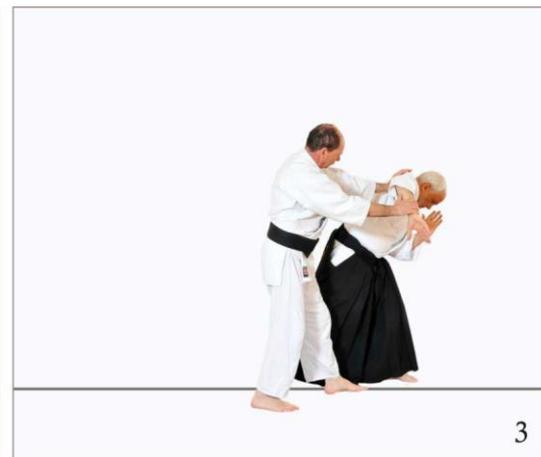
Zum besseren Verständnis werden gleichzeitig die Handtechniken gezeigt.

Aus der Grundposition (Bild 1) erfolgt der Angriff Shomen-uchi. Nage verlässt die Angriffslinie und übernimmt die Führung über das Zentrum von Uke (Bild 2). Gut zu erkennen ist die Ausrichtung Nage zu Uke über die Richtung des Bokken bzw. der Hände.

Eintreten in Richtung der Zentrumslinie zu Uke und „Begleiten“ Richtung Boden (Bilder 3 und 4).

Bei der waffenlosen Ausführung reicht Nage allein der Kontakt über beide Hände (ohne festem Griff), um Uke zu führen.





10.2 Shiho-nage

Über den Shiho-nage habe ich mich schon im Zusammenhang mit dem Shiho-giri (Kapitel 7.3.2) ausgebreitet.

10.2.1 Shiho-nage mit Angriff von zwei Seiten (Version Irimi)

Hier wird gleichzeitig die Wahrnehmung über einen weiteren Angreifer hinaus geschult.

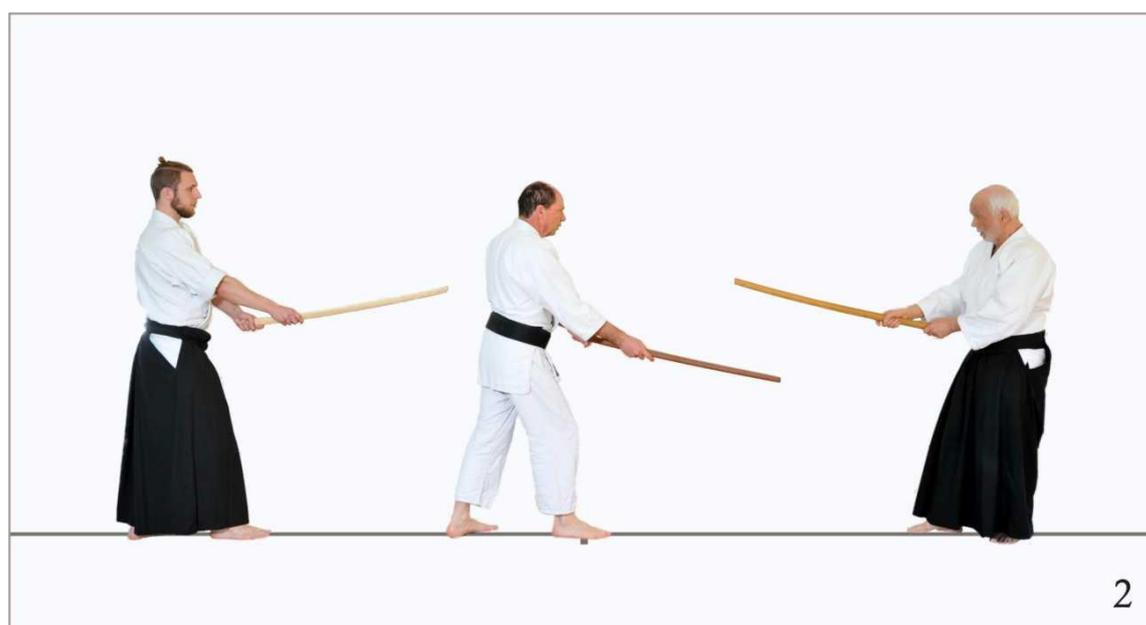
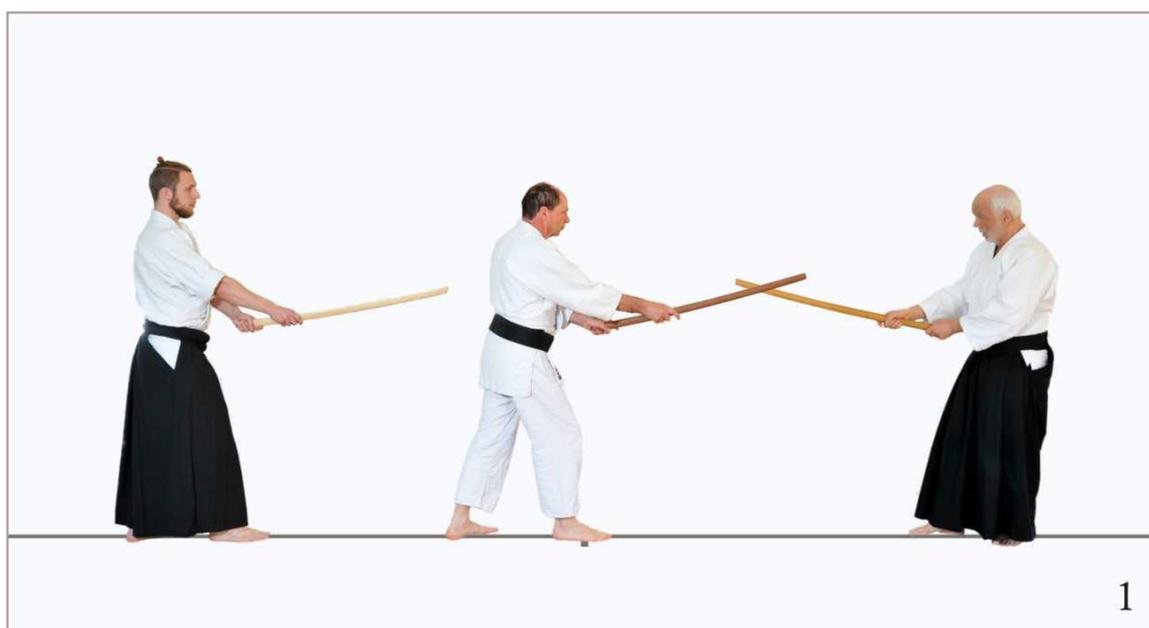
Für diese Übung müssen beide Angreifer unbedingt harmonisch im Gleichklang angreifen.

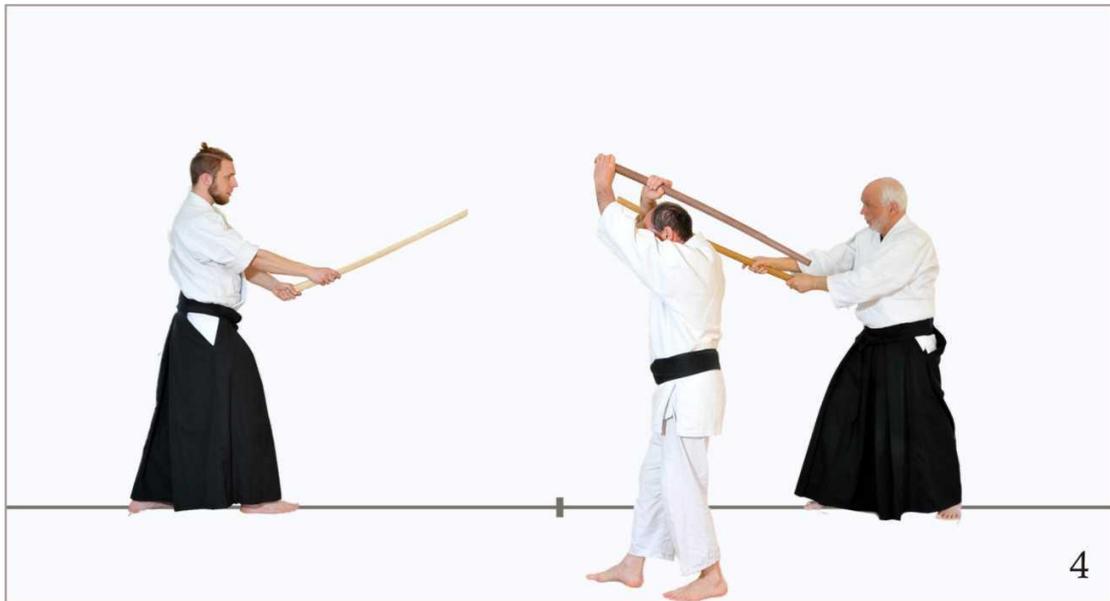
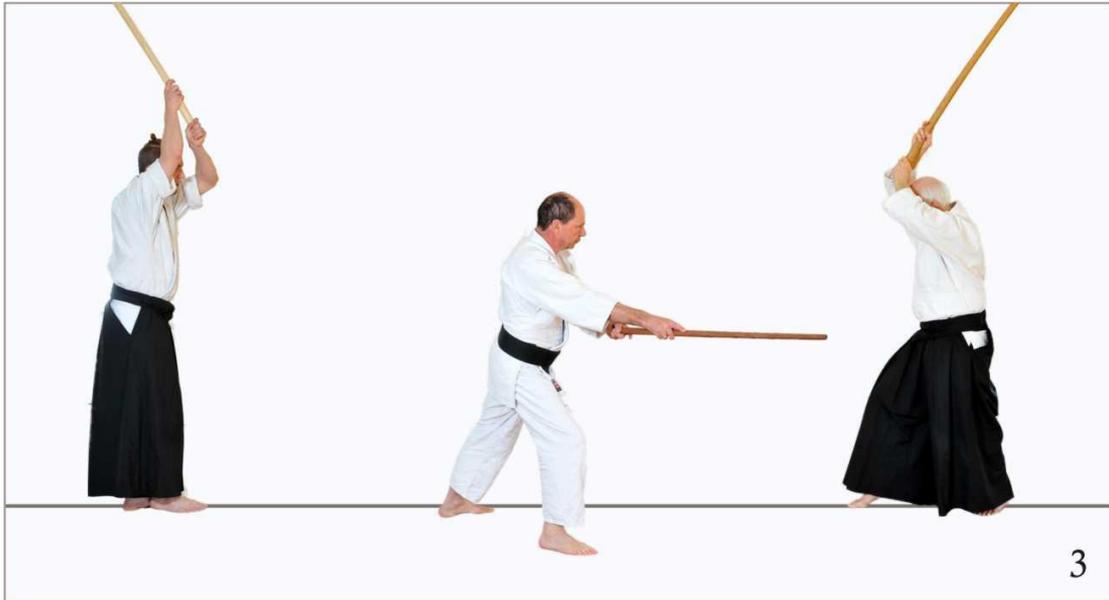
Ich habe diese Form gewählt, da hier der Bewegungsablauf zum Shiho-nage an Hand der Bilder sehr gut nachempfunden werden kann.

Aus der Grundposition erfolgt die Einladung zu einem Angriff (Bilder 1 und 2).

Beide Angreifer heben gleichzeitig ihre Bokken zum Shomen-uchi. Der erste Schritt zur Verteidigung erfolgt über einen horizontalen Schnitt von links nach rechts (Bild 3). Sehr gut ist der Hüfteinsatz von Nage zu erkennen. Wie schon unter dem Kapitel Shiho-giri erklärt, erfolgt ein Schritt mit dem linken Fuß weiter nach vorn und ein Richtungswechsel zurück ins rechte Hanmi mit einem geraden Schnitt zum Handgelenk des vormals im Rücken stehende Partners. Gleichzeitig wird von beiden Angreifern in Richtung der Ausgangsposition des Verteidigers mit Shomen-uchi geschnitten (Bilder 4 und 5).

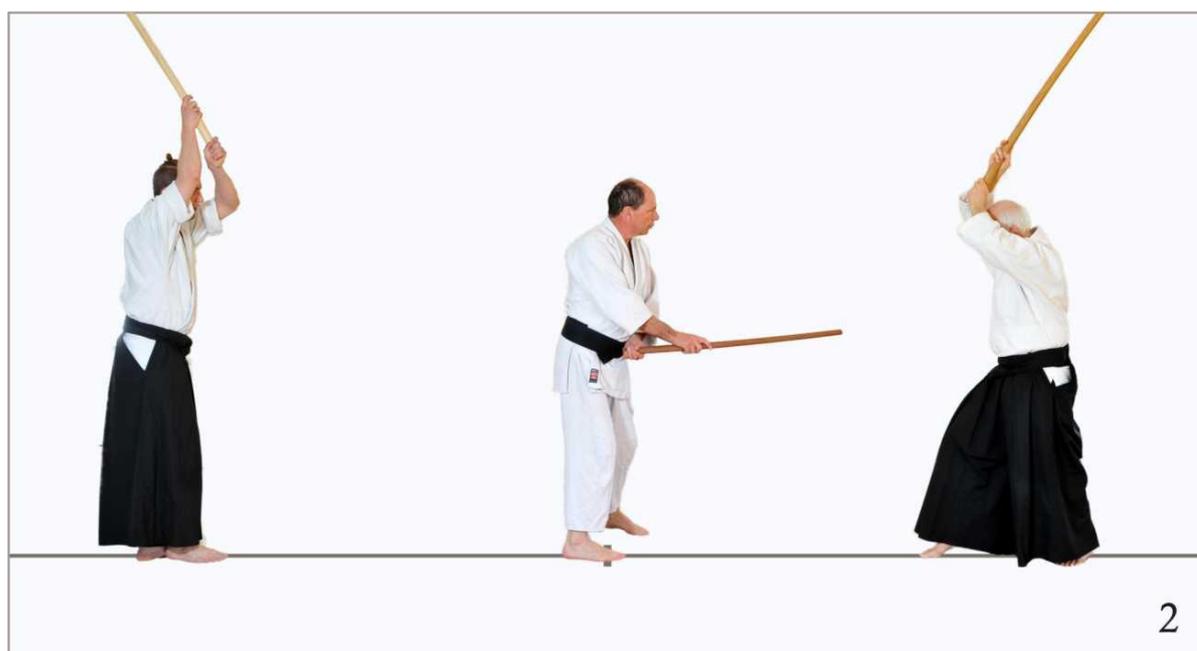
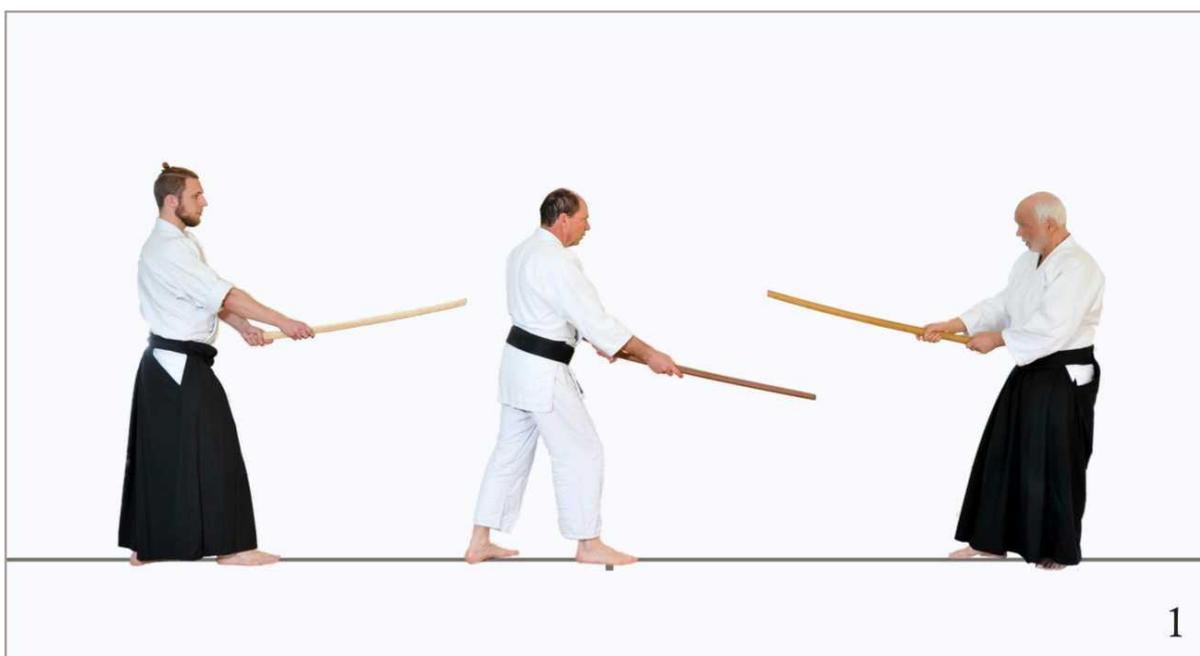
Wer diese Formen (Versionen Irimi und Tenkan) bei Youtube ausgeführt von Morihiro Saito anschauen möchte, folgt bitte dem Link:
m.youtube.com/watch?v=PktbewAqjOw

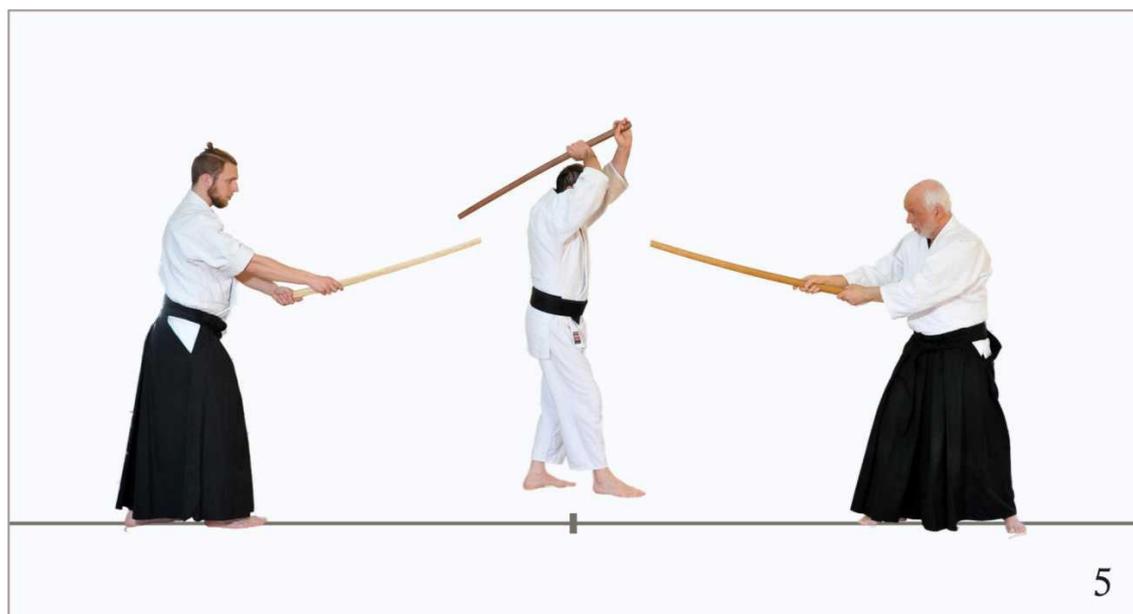
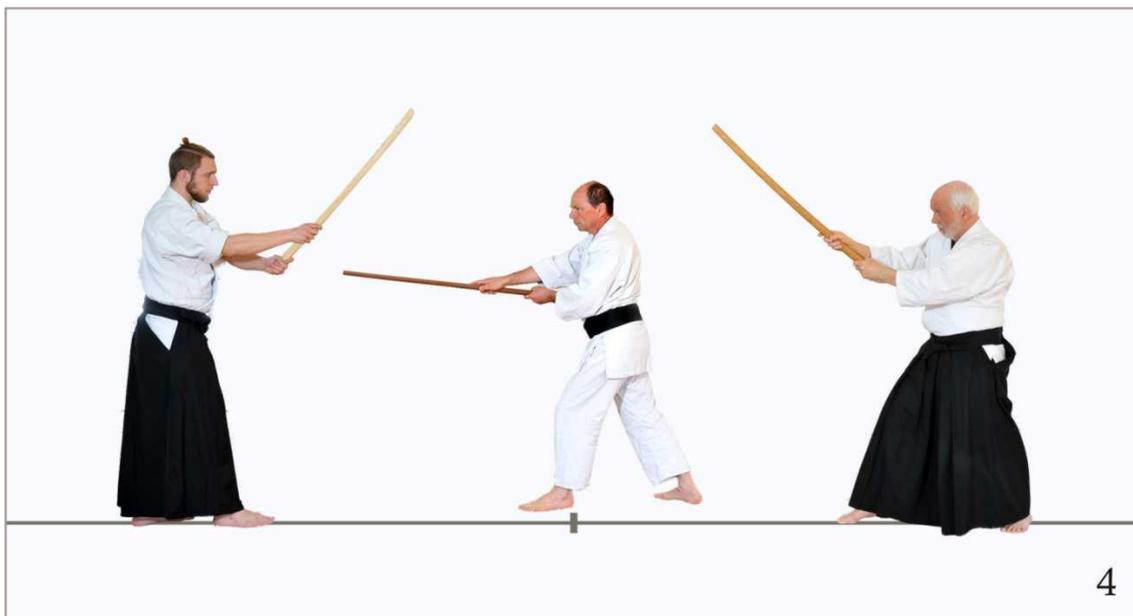
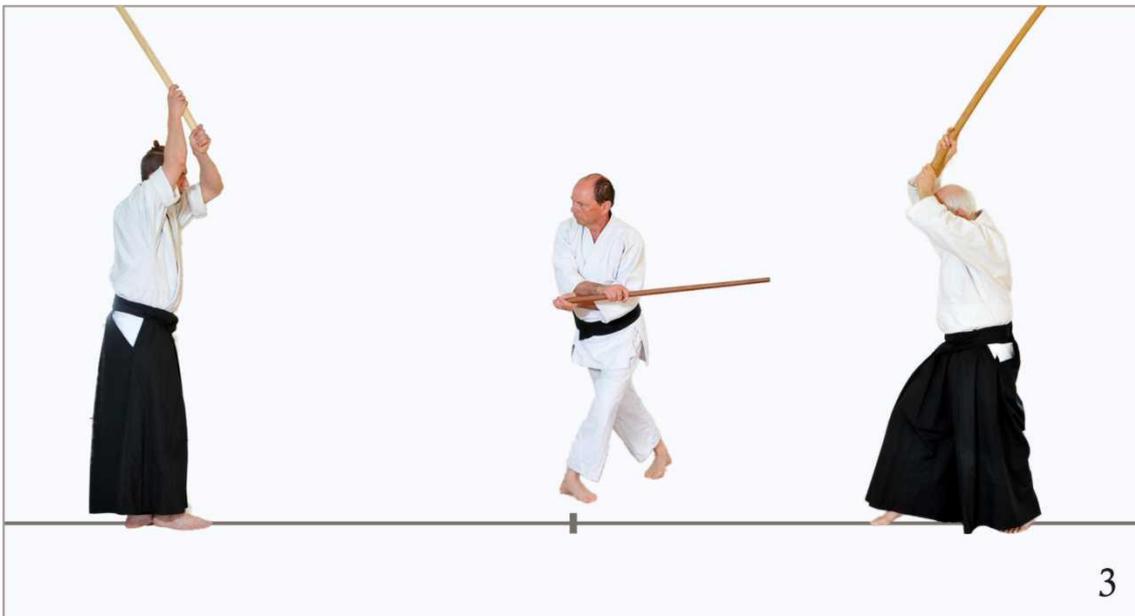


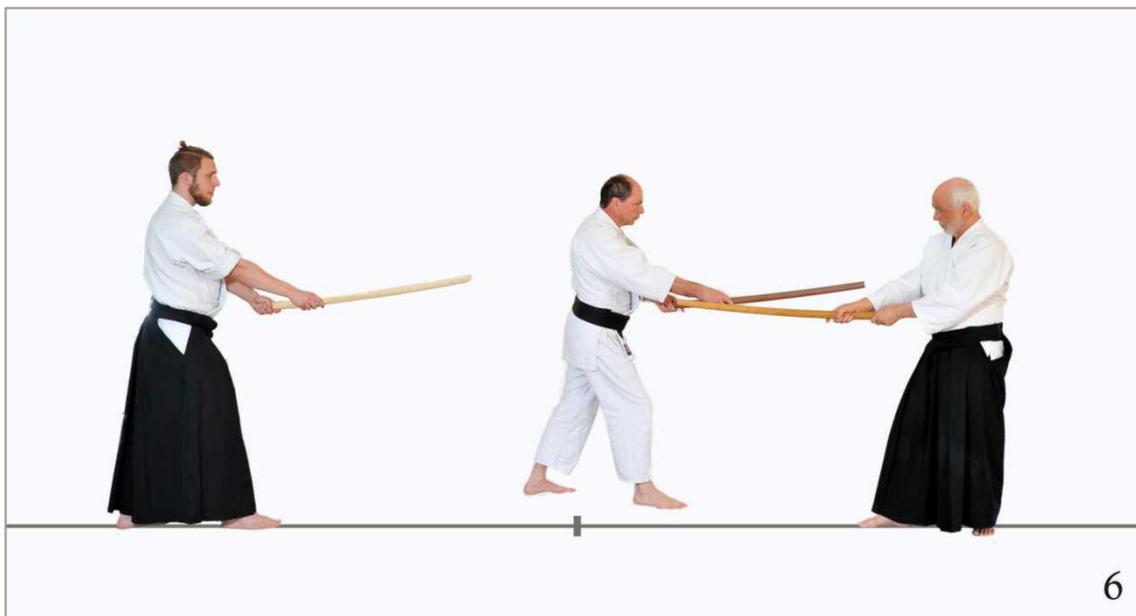


10.2.2 Shiho-nage mit Angriff von zwei Seiten (Version Tenkan)

Nach der Einladung zum Angriff (Bild 1) heben beide Angreifer gleichzeitig ihr Schwert zum Shomen-uchi (Bild 2). Die Verteidigung erfolgt über ein Verlassen der Angriffslinie mit dem hinteren Bein nach links und einem nachfolgendem Tenkan-ashi mit einem horizontalen Schwertschnitt zum Angreifer im Rücken (Bilder 3 und 4). Aus dieser Position erfolgt eine Wende ins rechte Hanmi hin zum vorderen Angreifer mit einem Shomen-uchi zu seinem Handgelenk. Gleichzeitig wird von beiden Angreifern in Richtung der Ausgangsposition des Verteidigers mit Shomen-uchi geschnitten (Bilder 5 und 6).







10.2.3 Morote-dori – Shiho-nage (Fassen zum Schwertarm / Vor- und Rückansicht)

Diese Form bietet sich an, um eine kraftlose Ausführung aufzuzeigen, nach einem Angriff mit beiden Händen zum Handgelenk zur Blockade des Schwertarms. Das kraftlose in der Ausführung der Technik ist dabei ein Resultat des Hüfteinsatzes mit gleichzeitigem Drehen im Unterarm (als Resultat der Schwertführung). Die Drehung im Unterarm erfolgt gerade soweit, dass die „scharfe Seite“ des Bokken immer in Bewegungsrichtung zeigt.

Die Verabredung dabei ist: Der Partner muss den Kontakt zum Handgelenk mit beiden Händen über den gesamten Zeitraum zu halten versuchen. Dies ist eigentlich natürlich, denn wenn er diesen Kontakt löst, könnte ein direkter Angriff mit dem Schwert in seine Richtung erfolgen.

Nach dem Griff zum Handgelenk (Bild 1) wird über eine Hüftdrehung mit gleichzeitigem Drehen des Schwertes zu einem horizontalen Schnitt der Partner in eine Schiefelage und damit in eine instabile Position geführt (Bild 2). Die Schwertbewegung wird weiter von horizontal bis in die Senkrechte, mit der Schwertspitze nach unten, zwischen Verteidiger und Angreifer hindurchgeführt (Bild 3). Achtung: Die „scharfe Seite“ zeigt in Bewegungsrichtung.

Mit dem linken Bein wird weiter vorgeschritten und mit einer sofort folgenden Hüftdrehung zurück ins rechte Hanmi wird das Schwert über den Rücken und den Kopf geführt (Bilder 4 und 5). Durch einen Shomen-uchi in Richtung Partner wird dieser zu Fall gebracht (Bild 6).

Zu beachten ist bei der Ausführung, dass die Schwerthände über den Verlauf der Technik stets vor dem eigenen Zentrum gehalten werden.





(Fortsetzung folgt)

道



Wichtige Termine



Aikido-Telegramm

28. Juli 2019: Meldeschluss zum Fachlehrgang 2 für Aikido-Trainer C vom 15. – 21. September 2019 in Bad Blankenburg

Buchhinweis

28. Juli 2019: Meldeschluss zum BWL III ab 2. Dan vom 15. – 21. September 2019 in Bad Blankenburg

Aikido – eine traditionelle Kampfkunst in der heutigen Zeit – wozu ?

18. August 2019: Meldeschluss zum BWL IV ab 4. Kyu im LZ Herzogenhorn vom 5. – 12. Oktober 2019

Autor: Wolfgang Schwatke

Seitenzahl: 184

Format: Paperback

Preis: 19,99 € (E-Book: 9,99 €)

ISBN 97837347337475

22. September 2019: Meldeschluss zum Jubiläumslehrgang des AV Sachsen am 28.09.2019 in Dresden

30. September 2019: Meldeschluss zum BL vom 25. – 27. Oktober 2019 in Mörfelden-Walldorf

DAB-Geschäftsstelle

23. Bundesversammlung des Deutschen Aikido-Bundes e. V. am 26. Oktober 2019 in Mörfelden-Walldorf – Einladung und Tagesordnung

Plüderhausen, den 1. Juni 2019

An

die Aikido-Landesverbände des DAB

die nicht durch einen Aikido-Landesverband vertretenen Mitgliedsvereine des DAB

die Mitglieder des Präsidiums des DAB

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

die 23. Bundesversammlung des Deutschen Aikido-Bundes e. V. (DAB) findet am Samstag, dem 26. Oktober 2019, in Mörfelden-Walldorf statt (Hotel zum Löwen, Langstr. 68, 64546 Mörfelden-Walldorf, Tel. 06105/9490, E-Mail hotel@zumloewen.de, Internet www.zumloewen.de). Hierzu lade ich satzungsgemäß unter Veröffentlichung dieser Einladung in aikido aktuell ein. Die Bundesversammlung beginnt um 19.30 Uhr. Es geht um 18.30 Uhr ein gemeinsames Abendessen am Tagungsort voraus, zu dem der DAB die Delegierten (einen pro ALV) einlädt.

Tagesordnung:

- 01 Feststellung der form- und fristgerechten Einberufung
- 02 Feststellung der Stimmberechtigung
- 03 Genehmigung des Protokolls der 22. Bundesversammlung des DAB
- 04 Festsetzung der Tagesordnung
- 05 Berichte der Mitglieder des Präsidiums und der Jugend des DAB mit Aussprache
- 06 Bericht der Kassenprüfer
- 07 Entlastung des Schatzmeisters und der weiteren Präsidiumsmitglieder
- 08 Wahl der Mitglieder des Präsidiums und des Rechtsausschusses sowie der Kassenprüfer (soweit beantragt bzw. erforderlich)
- 09 Bestätigung des/der BJA (soweit neu gewählt)
- 10 Festsetzung von Beiträgen, Gebühren und Materialkosten (soweit beantragt)
- 11 Genehmigung des Haushaltsplanes
- 12 Änderung der Satzung des DAB (soweit beantragt)
- 13 Behandlung vorliegender Anträge mit Beschlussfassung
- 14 Durchführung von Ehrungen (soweit beantragt)
- 15 Festlegung von Zeit und Ort der nächsten Bundesversammlung
- 16 Verschiedenes

Anträge an die Bundesversammlung müssen spätestens am Freitag, dem 13. September 2019, bei mir eingegangen sein (DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger, Kantstraße 7, 73655 Plüderhausen). Die Vertretungsberechtigung und Verfahrensfragen sind in der Satzung des DAB geregelt.

Am gleichen Wochenende findet auch ein Bundeslehrgang in Mörfelden-Walldorf statt, siehe Ausschreibung S. 23.

Ich wünsche eine gute Anreise zur Versammlung und ggf. zum Lehrgang!

Mit besten Aikido-Grüßen

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

SCHNELL - FLEXIBEL - KOMPETENT.

IHR STARKER PARTNER IN SACHEN

AIKIDO

Besuchen Sie uns auf
phoenix-budoshop.de

PHOENIX
BUDOSPORT

PHOENIX Budosport GmbH & Co KG
Westkirchener Str. 90, 59320 Ennigerloh
Fon 0 25 24 / 267 92 80
info@phoenix-budo.de
www.phoenix-budo.de

*Einladung zum Jubiläumslehrgang
„25 Jahre Aikido-Verband Sachsen e. V.“
am 28.09.2019 in Dresden*



In diesem Jahr wird der Aikido-Verband Sachsen e. V. 25 Jahre alt. Zu diesem besonderen Anlass möchten wir euch zu unserem Jubiläumslehrgang und einem gemeinsamen Abendessen einladen.

Ort: Halle des Takebayashi-Dojo, Bünaustraße 12, 01159 Dresden

Zeitplan:

14.30 – 14.55 Uhr: Erwärmung mit Julia Fritzsche

15.00 – 16.00 Uhr: erste Einheit mit Ralph Jäckel, 2. Dan

16.15 – 17.15 Uhr: zweite Einheit mit Klaus Schuster, 4. Dan

17.30 – 18.30 Uhr: dritte Einheit mit H.-J. Burkhardt, 4. Dan

ab 20.00 Uhr: Gemeinsames Abendessen im Feldschlößchen-Stammhaus

Kosten: 10 € pro Person für den Lehrgang, 25 € für das Abendbuffet

Meldung: bitte vereinsweise **bis zum 22.09.2019** an technik.leiter@aikido-sachsen.de

Training: Unser Training wird durch drei sächsische Meister gegeben, welche in ihrer Art das Aikido-Leben in Sachsen prägten und prägen. Bitte vergesst eure Waffen nicht. Die Erwärmung mit Elementen der funktionellen Gymnastik übernimmt Julia Fritzsche als ausgebildete Diplom-Fitnessökonomin.

Abendessen/Büffet: Unser gemeinsames Festessen in Form eines Büffets findet im Feldschlößchen-Stammhaus, Budapester Str. 32, 01069 Dresden, statt. Die Pauschale pro Person ist 25 € (exklusive Getränke). Bitte gebt bei der Anmeldung an, ob ihr (und Begleitpersonen) am Abendessen teilnehmen möchtet. Wir bitten um Bezahlung des Büf-

fets gemeinsam mit der Lehrgangsgebühr via Überweisung (unter Angabe von Name und Verein) an: Sparkasse Mittelsachsen IBAN: DE16 8705 2000 3605 0029 69, BIC: WELADED1FGX.

Hans-Jürgen Burkhardt,
1. Vors. AVSN

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB vom 25. – 27. Oktober 2019 in Mörfelden-Walldorf

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

Ausrichter: TGS Walldorf e.V.

Lehrer: Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

Lehrgangsleiter: Dirk Schlüter, Schillerstraße 25, 64546 Mörfelden-Walldorf;
Tel.: 0151 / 16636508, E-Mail: d.schlueter62@gmx.de

Lehrgangsort: Stadthalle Walldorf, Waldstraße 100, 64546 Mörfelden-Walldorf (bei Frankfurt am Main)

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

Lehrstoff: Ude-kime-nage, Morote-waza, Messertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers

Zeitplan:

Freitag, den 25.10.2019: bis 18 Uhr Anreise, 18.30 – 20.45 Uhr Aikido-Training, anschließend gemütliches Beisammensein

Samstag, den 26.10.2019: 10 – 12.15 Uhr und 15.00 – 17.15 Uhr Aikido-Training, anschließend gemütliches Beisammensein

Sonntag, den 27.10.2019: 10 – 12.15 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Abreise

Es werden insgesamt 4 TE der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

Sonstiges: Am Samstag, dem 26.10.2019, finden zudem die nächste Bundesversammlung des DAB statt, siehe Einladung ebenfalls in dieser aa-Ausgabe, und am Sonntag, dem 27.10.2019, eine DAB-Präsidiumssitzung; die Einladung hierzu erfolgt separat.

Lehrgangsgebühr: Es wird eine Lehrgangsgebühr von 15 Euro je Teilnehmer/in erhoben.

Unterkunft: Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Auf Wunsch wird ein Hotelverzeichnis übersandt.

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

Meldeschluss: Die Anmeldung wird bis spätestens **30. September 2019** 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*

*Dirk Schlüter,
Lehrgangsleiter*

Deutscher Aikido-Bund e. V.

Lehrgangsplan 2020

(Stand: Juli 2019; Änderungen vorbehalten)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
11.01.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Nage- und Katame-waza bis 2. Kyu, (2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
18./ 19.01.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Bewegungsverwandtschaften, Aiki-bu-jitsu; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Hannover	Martin Glutsch, 7. Dan, Bundestrainer
01. – 08.02.2020	Aikido- und Ski-Langlauflehrgang ab 5. Kyu / Lehrstoff nach Maßgabe des Lehrers	DAB/Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Sabine Walter; Roger Zieger, 6. Dan, TK-Mitglied
08./ 09.02.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Schwert- u. Messer-techniken, Ude-garami, Kote-gae-shi; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Reutlingen	Alfred Heymann, 8. Dan, Bundestrainer
15.02.2020	Zentraltraining / Schwerpunkt: Nage- und Katame-Waza, Programm bis 1. Kyu (2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
07./ 08.03.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Tenchi-nage, Stab-techniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Neumarkt/Oberpfalz	Martin Glutsch, 7. Dan, Bundestrainer
21.03.2020	Zentraltraining / Schwerpunkt: Nage- und Katame-Waza, Programm bis 1. Dan (2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
28./ 29.03.2020	Danprüfung	Gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einladung des BPA
03.04.2020	TK-Sitzung	Idstein	Leitung: VPT
04.04.2020	Präsidiumssitzung	Idstein	Leitung: PR

18.04.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-no-Kata (1. Form im Stand, 2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
25./ 26.04.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Kote-hineri, Schwert-techniken, Ude-garami; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Bietigheim	Martin Glutsch, 7. Dan, Bundestrainer
	Aikido-Trainer-Fortbildungslehrgang	Ausrichter wird durch BLA bekannt gegeben	Lehrer gemäß Einladung des BLA
	Aikido-Trainer-Fachlehrgang 1 für Trainer-Anwärter/-innen	Ausrichter wird durch BLA bekannt gegeben	Lehrer gemäß Einladung des BLA
09./ 10.05.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Tekubi-osae, Stab-techniken, Ude-kime-nage; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Herten	Alfred Heymann, 8. Dan, Bundestrainer
16.05.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Abwehr und Anwendung des Stabes (Jo, 2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
31.05./ 01.06.2020	Internationaler Aikido-Pfingst- lehrgang ab 2. Kyu / Lehrstoff: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	Heidenheim	N.N.
26. – 28.06.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Ude-garami, Schwert- und Stabtechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Hamburg / WSV	Alfred Heymann, 8. Dan, Bundestrainer
04. – 11.07.2020	Bundeswochenlehrgang I (mit Dan-Prüfung ^{*)} für 1. Kyu und 1. Dan (nach Maß- gabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Martin Glutsch, 7. Dan, Bundestrainer
11. – 18.07.2020	Bundeswochenlehrgang II (mit Dan-Prüfung ^{*)} ab 1. Kyu und alle Aikido-Dane (nach Maßgabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Alfred Heymann, 8. Dan, Bundestrainer
19.09.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Abwehr von Angriffen mit dem Messer (Tanto, 2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
27.09. – 04.10.2020	Bundeswochenlehrgang IV für Aikidoka ab 4. Kyu (mit Kyu-Prüfung ^{**})	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Dr. Th. Oettinger, 7. Dan, TK-Mitglied
10./ 11.10.2020	Danprüfung	Gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einladung des BPA
17.10.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-no-Kata (2. Form am Boden, 2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister

23. – 25.10.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Tekubi-osae, Ude-kime-osae und Messertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Mörfelden-Walldorf	Alfred Heymann, 8. Dan, Bundestrainer
24.10.2020	Treffen des DAB-Präsidiums mit den Aikido-Landesverbänden	Mörfelden-Walldorf	Leitung: PR, VPO
25.10.2020	Präsidiumssitzung	Mörfelden-Walldorf	Leitung: PR
	Aikido-Trainer-Fachlehrgang 2 für Trainer-Anwärter/-innen, mit Prüfung	Ausrichter wird durch BLA bekannt gegeben	Lehrer gemäß Einladung des BLA
14./ 15.11.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Kote-mawashi, Koshi- nage, Verkettungen; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Kaltenkirchen	Martin Glutsch, 7. Dan, Bundestrainer
21.11.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Hanmi-hantachi, Programm 2. Dan (2 LE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
05./ 06.12.2020	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: 3. Kata und Kokyu- Nage; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Dresden	Dr. H.-P. Vietze, 7. Dan, TK-Mitglied
12.12.2020	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister

Anmerkungen:

- *) Unterrichtsstoff gemäß POD-DAB nach Maßgabe der angestrebten Prüfungen. Prüfungsanwärter müssen die nach der VOD-DAB vorgeschriebenen Unterlagen fristgerecht beim BPA einreichen.
- ***) Prüfungsanwärter müssen alle nach der VOK-DAB vorgeschriebenen Unterlagen bei Lehrgangsbeginn abgeben. Die Erlaubnis zur Teilnahme an der Kyu-Prüfung ist vom zuständigen Verein mit der schriftlichen Anmeldung und namentlich zu erteilen.

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Martin Glutsch, Alfred Heymann,
Bundestrainer des DAB*

合氣道

Impressum

Herausgeber: Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)
Verantwortlich: Manfred Ellmaurer, Bundesreferent IR des DAB;
Lerchenweg 4, 73547 Lorch, Tel.: 07172 / 8991;
E-Mail: aikido.aktuell@aikido-bund.de
Satz und Layout: Manfred Ellmaurer, Dres. Barbara und Thomas Oettinger;
Geschäftsstelle des DAB, Kantstr. 7, 73655 Plüderhausen

Abdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des DAB. Die namentlich gekennzeichneten Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers oder der Redaktion wieder.

Die letzte Weisheit

Das Arbeiten mit dem Schwert ist ganz einfach –
wenn man es 20 Jahre lang übt.

*(Meister Michel Martin
beim Pfingstlehrgang 2019)*

Redaktionsschluss für „aikido aktuell 4/2019“:

1. September 2019