

# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO  
in Deutschland

Ausgabe 4/2008

Nr. 132



# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 4/2008

Nr. 132

## Inhaltsverzeichnis

### Leitartikel

Alles Gute vom 08.08.08 hin zum 09.09.09 .....	3
--	---

### Magazin

Aikido-Heinrich-Böll-Gesamtschule e. V. – eine Erfolgsgeschichte .....	3
Aikido ist „Mitten im Leben“ .....	6
Erfahrungsbericht: Aikido mit drogenabhängigen Gewalttätern .....	7
Udo-Granderath-Gedächtnislehrgang wieder ein Erfolg .....	9
Meister Orsatelli feiert mit den Flughafen-Aikidoka .....	10
Internationaler Lehrgang mit Meister Daniel Brun in Arcachon .....	10
Das Horn hat uns wieder .....	12
Wehrpflichtig? – Zivildienst und Aikido .....	13
Paris – nicht nur ein Traum .....	15

### Aikido-Kids

Lassen Sie mich in Ruhe!!! .....	16
Sport verbindet uns .....	17
Abwehr ist die beste Verteidigung .....	18
Samurai-Camp 2008 .....	19

### Daten und Fakten

Anschriften aktuell .....	20
Wichtige Termine .....	20
Aikido-Telegramm .....	21
Einl. zum BL am 24./25. Januar 2009 in Bergkamen .....	22
Einl. zum Aikido-Skilanglauf-Lehrg. im LZ Herzogenhorn vom 31.01. – 07.02.2009 .....	23
Einl. zum BL am 7./8. Februar 2009 in Nürnberg .....	24
Einl. zum BL vom 27. Februar – 1. März 2009 in Malente .....	25
Einl. zum BL am 4./5. April 2009 in Frankenthal .....	27
Lehrgangsplan des DAB 2009 (Änderung, Ergänzungen) .....	28
Lehrgangspläne des AVBW und des AVNI 2009 .....	28

### Titelbild:

Das Samurai-Camp 2008 in Grömitz an der Ostsee war ein Gruppenerlebnis für Kinder und Jugendliche auch außerhalb der Matte (s. a. den Artikel auf S. 19).



## Alles Gute vom 08.08.08 hin zum 09.09.09

Liebe Aikidoka,

hoffentlich hattet ihr schöne Sommerwochen und konntet eure Energiespeicher neu aufladen bzw. euch von deren voller Ladung überzeugen.

Und schon sind wir auf dem Weg vom 08.08.08 zum 09.09.09. Der erste Termin geht durch die Eröffnungsfeier der olympischen Sommerspiele in Peking in die Geschichte ein. Beides sind evtl. begehrte Hochzeitsdaten – oder einfach ganz normale Tage auf dem Lebensweg.

Ich wünsche euch jedenfalls wunderschöne Herbst- und Wintertage 2008 mit guten Begegnungen im Aikido und außerhalb davon, Anfängerkursen, Schulprojekten usw.

Ich bin immer für euch ansprechbar!  
Eure

*Barbara Oettinger*

Dr. Barbara Oettinger,  
DAB-Präsidentin



### Aikido-Heinrich-Böll- Gesamtschule e.V. – eine Erfolgsgeschichte

Aikido-Heinrich-Böll-Gesamtschule e.V. ist schon ein ziemlich seltsamer Name. Wie kommt jemand darauf, einem Aikido-Verein einen solchen Namen zu geben, wird sich so mancher Leser fragen. Ganz einfach: Man muss lediglich den Wunsch haben,

einen Aikido-Verein zu gründen, keine Sporthalle finden, die man nutzen kann, und sich dann noch die Frage stellen, welche Wege es gibt, sich dennoch diesen Wunsch erfüllen zu können. Außerdem braucht man dann noch Glück, jemanden, der eine zündende Idee hat, und den Mut, den gemeinsamen Weg konsequent zu gehen. Aber mal ganz von vorn.

Mein Sohn Simon besucht die Heinrich-Böll-Gesamtschule in Dortmund. Somit ist schon mal geklärt, wie ich den Kontakt zur Schule bekommen habe. Über eine Elterngruppe traf ich Jutta Burghardt, die Sozialpädagogin der Schule. Sie schilderte mir, welchen Eindruck sie von meinem Sohn habe, und befand im Ergebnis, dass Aikido eine tolle Sache für meinen Sohn wäre und ob ich schon mal davon gehört hätte.

Im ersten Augenblick dachte ich, Jutta wolle mich auf den Arm nehmen, da mein Sohn ihr nahezu alle Einzelheiten meines Lebens geschildert hatte. Warum sollte er ihr ausgerechnet von meiner „heimlichen Liebe“ nichts erzählt haben? Nachdem mir klar geworden war, dass mein Sohn tatsächlich nichts von meinen Aikido-Aktivitäten berichtet hatte, stellte ich klar, dass ich ein Fachmann in genau dieser Kunst wäre. Jetzt kommt die Stelle, an der klar wird, wer die zündende Idee hatte; das war natürlich Jutta Burghardt. Sie schlug mir vor, an der Heinrich-Böll-Gesamtschule einen Aikido-Verein zu gründen. Ich wäre doch der ideale Trainer, könnte gemeinsam mit meinem Sohn die Freizeit gestalten, täte ihm und anderen Kindern und Jugendlichen etwas Gutes und sie würde sich

auch engagieren. Kurz und gut – Jutta hatte mich überzeugt.

Zunächst galt es, die Schulleitung für dieses Vorhaben zu gewinnen. Da waren Bedenken, neben dem Förderverein der Schule einen weiteren „Schulverein“ zu gründen. Warum nicht einfach eine AG? Warum gleich ein Verein? Das waren nur wenige der vielen Fragen der Schulleitung. Aber es gelang Jutta und mir, die Schulleitung und danach auch die Schulpflegschaft sowie die Schulkonferenz, die das Vorhaben letztendlich entscheiden musste, zu überzeugen.

Jetzt galt es also, einen Verein zu gründen. Das war für Jutta und mich Neuland. Ich hatte schon Aikido-Abteilungen gegründet und war auch schon einmal Vorsitzender und 2. Vorsitzender verschiedener Vereine, aber einen neuen Verein hatte ich noch nie gegründet. Hier half uns das Material des DAB enorm weiter. Die auf einer CD verzeichneten Dateien nahmen uns letztendlich die Mühe ab, alles von anderen erfragen und Vorlagen etc. erbitten zu müssen. Dennoch, ganz so einfach war es auch nicht. Die Probleme fangen mit der Finanzierungsfrage an. Alle Vereinsgründungen bedingen, einen Notar mit der Beglaubigung von Unterschriften und der Vorlage an das Vereinsregister beim Amtsgericht zu beauftragen. Beide wollen natürlich auch bezahlt werden. Also wurde erst einmal die Privatschatulle geöffnet. Nach der Gründungsversammlung mussten die erforderlichen Verwaltungs- und Amtsgeschäfte abgewickelt und ein Konto bei einer Bank eröffnet werden.

Den Verein gab es jetzt also. Aber ein Aikido-Training ohne Tatami ist nicht empfehlenswert. Hier sprang der Aikido-Verband NRW ein. Die Schatzmeisterin trug nach Entscheidung des Vorsitzenden SF Horst Glowinski die Kosten für die Matte aus der Verbandskasse. Natürlich wurde auch hier die Frage diskutiert, ob es sich denn auch lohnen würde, eine Matte für ein im Ausgang ungewisses Unternehmen anzuschaffen. Möglicherweise hatte mein in dieser Beziehung grenzenloser Optimismus überzeugt?!

Die Matte gab es also auch. O. K., aber wo sollte denn eine Matte aufgebaut und trainiert werden, wenn die Sporthalle der Schule durch andere Vereine blockiert war? Hier half dann meine langjährige Einsatzerfahrung als Polizeibeamter weiter, ich meine den Teil meiner Erfahrung, der sagte: „Irgendwie wird's schon gehen“, oder nach dem Motto von Franz Beckenbauer: „Schaun mer mal“. So ergab sich beim „Streifegehen“ durch die Schule, die ich bis dahin noch gar nicht in ihrer gesamten Größe kannte, dass die Schule über ein prächtiges Atrium im Gebäudeteil der Oberstufe verfügte. Dieses Atrium hat eine ausreichende Grundfläche, ist mit einem riesigen Glas-Hubdach versehen und bietet eine wirklich tolle Atmosphäre. Abgesehen davon, dass keine Duschkmöglichkeiten vorhanden sind (dazu müsste man ca. 50 m zur Sporthalle laufen), erschien uns dies als idealer Trainingsort.



Die Schulleitung war rasch überzeugt und so wurde ein Aushang in der Schule veröffentlicht und mit Hilfe der Schule die Presse kontaktiert, die den Aikido-Verein bekannt machen sollte. In der Hoffnung, wenigstens 20 bis 30 Menschen für Aikido begeistern zu können, fuhr ich zum ersten Training – und war ziemlich geplättet ob des Andrangs. Ca. 70 Kinder und Jugendliche sowie mindestens 15 Erwachsene fanden sich zum ersten Trainingstag ein. Damit hatten Jutta und ich nicht gerechnet. Nach den ersten „Gehversuchen“ waren es zwar nicht mehr so viele, aber diejenigen,

deren Interesse geweckt war, kamen regelmäßig zum Training. So konnte der Aikido-Heinrich-Böll-Gesamtschule e.V. bereits im ersten Jahr 45 Mitglieder melden.

Durch das Engagement vieler fleißiger Helfer und durch eine Vielfalt von Aktivitäten auch außerhalb des Trainings blieben uns viele Aikidoka der ersten Stunde treu. Einige meiner früheren Schüler sind aus meinem vorherigen Verein, der Polizei-Sportvereinigung Bochum, mit mir gegangen, haben mir als Lehrer vertraut und sind mir auf meinem Weg gefolgt. Heute sind sie selbst schon Aikido-Meister und mit ihrer Unterstützung unverzichtbar. Darüber hinaus sind so auch tiefe Freundschaften entstanden.



Hier möchte ich aber noch weitere Aspekte aufzeigen. Wir haben mit unseren Trainingszeiten und Trainingsgruppen ebenfalls Neuland beschritten. So haben wir einen relativ frühen Trainingsbeginn der Kindergruppe (bis ca. 13 Jahre von 17 bis 18.45 Uhr – inkl. Mattenaufbau) und eine überlappende Trainingszeit mit der Gruppe der Jugendlichen und Erwachsenen sowie Familien gewählt. Insbesondere das Angebot, dass Familien mit Kindern gemeinsam Aikido praktizieren können, kann ich heute als vollen Erfolg bezeichnen.

Die familienfreundliche Trainingszeit (18.30 – 20 Uhr) ist so gewählt, dass auch Kinder noch früh genug nach Hause kommen und die Familien genügend Zeit haben, den Abend gemeinsam zu Hause

ausklingen zu lassen. So praktiziere ich das auch mit meinem Sohn Simon und meiner Tochter Mathea, die beide mit mir Aikido betreiben. Dies ergänzt um besondere Aktivitäten hat Familien an den Verein gebunden. So sind wir bereits zum dritten Mal in Folge zur Wewelsburg (eine zur Jugendherberge umgebaute Dreiecksburg mit einem Dojo im Turm) gefahren und verbrachten dort mit über 40 Personen ein verlängertes Aikido-Wochenende. Gemeinsam geplante und durchgeführte Jugendlehrgänge auf Landesebene waren ebenfalls Familienerlebnisse und haben uns zusammengeschweißt. Dieser Prozess brachte uns in der Stärkemeldung 2008 immerhin 101 Mitglieder – eine tatsächliche Erfolgsgeschichte.

Und hier noch ein Beitrag zum Thema „Unsere heutige Jugend“ oder ein Alternativbeitrag zu den Bestrebungen der Politik, Jugendliche lieber in Camps unterzubringen, statt ihnen vernünftige Freizeitangebote zu machen. Unsere jetzigen Jugendlichen und Heranwachsenden sind aus unserer eigenen Kindergruppe hervorgegangen. Sie sind jetzt unsere absolut verlässlichen Unterstützer bei Lehrgängen und sonstigen Aktivitäten. Sie engagieren sich freiwillig und mit großem Erfolg. Mein Credo ist daher: Gebt den Jugendlichen eine Aufgabe, lasst sie sich entwickeln und begleitet sie bei diesem Schritt. Sagt Jugendlichen nicht immer, wie schlimm sie sind, nehmt sie, wie sie sind, und traut ihnen auch mal was zu. Unsere Politik ist leider unfähig, sich ernsthaft und zielgruppengerecht mit unseren Kindern und Jugendlichen auseinanderzusetzen, sonst kämen Politiker nicht auf so platte Stammtischparolen wie der hessische Ministerpräsident Koch.

Aber ich möchte hier keine Politikerschelte betreiben, denn es gibt ja auch genügend positive Gegenbeispiele. Hier möchte ich lieber zum Schluss folgende Punkte deutlich machen:

1. Wenn Ihr einen Weg gehen wollt und Ideen habt, dann traut Euch einfach. Falls Ihr dabei Tipps und Hilfe braucht,

dann schickt mir eine Mail. Ich helfe gern.

2. An alle Verantwortlichen in Politik und Sport richte ich den Appell, völlig offen und flexibel den Sport allgemein und speziell Aikido im Sinne unserer Kinder und Jugendlichen, aber auch im Sinne der Erwachsenen (Stichwort Volksgesundheit) zu unterstützen. Sport kann man nicht nur in Sporthallen betreiben. Das geht auch beispielsweise in einem Atrium, in einer brachliegenden Industrieanlage, in einer nicht mehr genutzten Scheune o. Ä. Vielleicht ist das noch eine Idee, die durch unsere Präsidentin Dr. Barbara Oettinger in den DOSB eingebracht werden kann. Ich bin der festen Überzeugung, dass dieser Weg erfolgreicher ist als durch eine bekannte große deutsche Versicherung Plakate mit der Aufschrift „Sport ist im Verein am schönsten“ aufhängen zu lassen. Das Motto stimmt, aber ohne tatsächliche flexible Förderung der politischen Verantwortlichen geht das nicht!
3. Engagiert Euch, traut Euch – es lohnt sich.



*Die Gründer des Vereins:  
Jutta Burghardt und Hubert Luhmann*

Letztendlich danke ich allen, die mir auf diesem Weg geholfen haben, allen die mich begleitet haben. Insbesondere bedanke ich mich bei Jutta, die nicht nur die Gründungsphase mit mir gemeistert hat, sondern auch noch regelmäßig trainiert, die Kinder und Jugendlichen sozialpädagogisch betreut, die vielen Aktivitäten plant

und unterstützt und so ganz nebenbei auch noch 2. Vorsitzende unseres Vereins ist. So sieht eine wirkliche Heldin aus!

Ihr findet uns auch im Internet unter [www.aikido-hbg.de](http://www.aikido-hbg.de) (sogar Politiker können uns dort finden ☺).

*Hubert Luhmann,  
Aikido-HBG e. V.*

氣

## **Aikido ist „Mitten im Leben“**

Im Oktober 2007 war ein Kamerateam von MedienKontor GmbH aus Berlin im Auftrag von RTL bei uns (der Aikido-Abteilung des TC Gelsenkirchen) zu Gast, um eine Reportage über einen unserer Schüler, „Fossi der Gabelkönig“, der als Gaukler lebt und arbeitet, zu drehen. Auch wenn Aikido (leider) nicht im Fokus dieser Reportage stand, hatten wir dennoch hiermit die Option, Aikido über diesen Beitrag in das Fernsehen zu bekommen, um es einer breiteren Öffentlichkeit darzustellen.

Nachdem es den ersten Kontakt mit dem Redakteur gab, in welchem wir im Vorfeld die Verhaltensregeln untereinander absteckten, war das Kamerateam ein paar Tage später auch schon da, um einen (fast) normalen Trainingstag zusammen mit Fossi auf der Matte zu erleben. Insgesamt zwei Stunden war das Team anwesend, um das Training zu filmen und natürlich Fossi in dieser, entsprechend seiner Lebensweise ungewöhnlichen, Umgebung zu dokumentieren.

Dass das Training dann doch keinen normalen Status mehr erreichte, lässt sich auch aus den Aktionen des Kamerateams ableiten, auch wenn es versuchte, nicht aktiv oder störend in den Trainingsbetrieb einzugreifen. So wurde ein Mattenwagen als fahrender Kamerawagen umfunktioniert und die üblichen Turnkästen als Kamerahochsitz zweckentfremdet. Nach dem Training wurden noch einige Detailfragen geklärt. Anschließend war das Kamerateam,

bestehend aus drei Leuten, so schnell wieder weg, wie es gekommen war. Es wurde uns gesagt, dass der Beitrag im Dezember 2007 gesendet werden sollte.

Am 02.07.2008, also ein bisschen verspätet, war es endlich soweit. Innerhalb der nachmittäglichen Sendereihe „Mitten im Leben“ wurde der Beitrag auf RTL gezeigt. Natürlich war im Vorfeld die Spannung gewaltig, was dem Schnitt zum Opfer und welcher Kommentar den Bildern zugeordnet werden würde. Was war die Intention des Beitrags, wie würde Aikido dargestellt werden?

Dass der Aikido-Part einen kleinen Anteil innerhalb der Doku von Fossi darstellen würde, war im Vorfeld jedem klar gewesen, dass aber im Endeffekt nur 20 Sekunden übrig blieben, war dann doch mehr als nur ein bisschen enttäuschend. Immerhin, der Bericht, eingebettet in das Wirken von Fossi, welcher von seiner Lebensweise her nun wirklich mehr als auffällig ist, war trotz der Rahmenhandlung neutral gehalten. Aikido wurde als japanische Selbstverteidigungssportart dargestellt, die es Fossi erlaubt, sich durch den Aufbau von Selbstbewusstsein im Alltag zu behaupten. Letztendlich gab dieser Bericht immerhin die Möglichkeit, ableitende werbetechnische Maßnahmen für die Abteilung umzusetzen.

Fazit: Wer eh nur als Rahmenprogramm dient, sollte keine Wunder erwarten.

Heike Mercsak,  
TC Gelsenkirchen e. V.

道

## Erfahrungsbericht: Aikido mit drogen- abhängigen Gewalttätern

Im Sommer 2007 bekam unsere Abteilung die Anfrage einer Drogentherapieeinrichtung in der Nähe von Nürnberg, ob wir bereit wären, dort ein Aikidotraining anzubieten. Da ich schon ein wenig Erfahrung in diesem Bereich gesammelt hatte (ich absolvierte zwei Seminare bei gewalttätigen

Jugendlichen und war beruflich eine Zeitlang darin involviert), gab Horst Hahn diese Anfrage an mich weiter.

In den Vorgesprächen wurde deutlich, dass die Einrichtung eine dauerhafte Lösung anstrebte. Ein Ziel sollte ein kontrollierter Umgang mit Aggression sein und das Erlernen von Techniken, die nur zur Verteidigung geeignet sind. Ganz bewusst wollten sie keine schlagende Selbstverteidigung. Wir vereinbarten ein Training alle zwei Wochen, jeweils zwei Stunden. Das Therapiezentrum organisierte eine Halle und kaufte Matten. Die Gruppe bestand aus 20 bis 26 Teilnehmern.

Das Training galt als therapeutische Maßnahme und war somit für alle verpflichtend. Nur wer krank war (Attest vom Arzt), durfte vom Training fernbleiben. Da ich für diesen angesetzten Zeitpunkt niemand als Uke gewinnen konnte, entschloss ich mich, es alleine zu machen. Die Erfahrung, dass so etwas klappen konnte, hatte ich schon zweimal gemacht. Die Klienten waren zwischen 21 und 42 Jahre alt. Alle waren bzw. sind vorbestraft wegen Beschaffungskriminalität und Körperverletzung bis hin zu versuchtem Totschlag. Einige hatten bereits Erfahrung in Kampfsportarten gesammelt, andere wieder nicht.

Die ersten Trainingseinheiten gestalteten sich schwierig. Wir mussten zunächst im Freien trainieren, weil die Halle wegen der Ferien geschlossen war. Besonders anstrengend war es, die Konzentration und eine gewisse Disziplin zwei Stunden lang aufrechtzuerhalten. Durch die Einführung einer Pause nach 60 Minuten wurde es besser. Die körperliche Verfassung der Teilnehmer war sehr unterschiedlich: einerseits körperlich voll durchtrainiert, andererseits aber auch völlig unsportlich.

Für mich überraschend war die Anfälligkeit für Verletzungen, gerade bei denen, die besonders sportlich waren. Insbesondere das Schmerzempfinden war durch den Drogenentzug sehr stark ausgeprägt, nachdem es früher durch die Drogen unterdrückt worden war. Somit war es als Fortschritt zu bewerten, dass sich die Teilnehmer wieder verstärkt „spüren“ konnten.

Zunächst war es für die meisten sehr schwierig anzunehmen, dass Aikido rein defensiv ist. Immer wollten sie schlagen oder möglichst schnell sein, nach dem Motto „Angriff ist die beste Verteidigung“. Durch meine Vorerfahrungen war mir klar, dass ich hier kein normales „Anfängertraining durchziehen“ konnte, sondern ich mich sehr viel mehr auf die Gruppe einlassen musste. Die Klienten zeigten mir dann die Angriffe, die aus ihrer Sicht relevant waren, und wie sie normalerweise darauf reagieren würden. Sie führten vor allem gerade Fauststöße gegen das Gesicht, halbrunde Schwinger und Angriffe mit dem Fuß aus.

Die Reaktion war immer dieselbe: blocken und mit sehr viel Kraft zurückschlagen, und das möglichst schnell.

Im Laufe der Zeit ließ ihr Angriffsverhalten nach. Manchmal trauten sich einige gar nicht mehr so „unbefreit“ wie am Anfang anzugreifen und ich musste sie erst wieder dazu ermutigen. Der Grund hierfür war die Angst vor der eigenen Aggression. Mit dieser verantwortungsbewusst, kontrolliert und ohne Drogen umzugehen war ein Ziel des Trainings und der gesamten Therapie – insofern also ein erwünschter Aspekt.

Wir „arbeiteten“ mit „ihren“ Angriffen und versuchten, diesen „aikidomäßig“ zu begegnen. Dazu trainierten wir die Ausweichbewegungen und Gleichgewichtsbrechung und übten kurze, konsequente Techniken.

Die meisten ließen sich sehr gut auf das Training ein und übten fleißig mit. Es passte zu ihrem momentanen Weg der Veränderung. Sie wollten weg von den Drogen und sie wollten mit Konflikten anders umgehen.

Nachdem wir nach vier Wochen in die Halle konnten, begannen wir mit der Fallschule. Teilweise kamen manche schnell voran. Dabei überforderten sie sich allerdings des Öfteren, weil sie glaubten, sie könnten schon nach dem zweiten Mal Vorwärtsrollen einen freien Fall.

Andere hatten Angst und waren sehr zögerlich beim Fallen.

Eine grundsätzliche Schwierigkeit möchte ich an dieser Stelle erwähnen: Die Teil-

nehmer wechselten öfters. Dies kam zum Teil durch Abbrüche während der Therapie zustande oder weil sie in eine andere Phase der Entwöhnung wechselten, in der sie nicht mehr stationär gebunden waren. Dies bedeutete, dass ich immer wieder mit Einzelnen von „vorne“ anfangen musste und es einen sehr unterschiedlichen Leistungsstand gab.

Die Konzentration und die Disziplin blieben trotz Pause ein Thema. Wir begannen, Spiele mit ins Training einzubauen, was half, die Situation zu verbessern. Besonders beliebt waren Spiele bei denen sie ihre Kraft und ihr gegenseitiges Vertrauen beweisen konnten.

Mit der Zeit wurde es möglich, andere Angriffe und auch kompliziertere Bewegungsabläufe zu trainieren. Es gab aber auch immer wieder Diskussionen zum Thema: „Ist Aikido überhaupt wirksam?“ Auch die Frage „Wie verhalte ich mich bei einer Provokation?“ wurde angesprochen. Wir versuchten, Lösungsmöglichkeiten, nicht nur in der „Technik“, sondern auch mit Hilfe der Kommunikation zu erarbeiten. An dieser Stelle kamen mir meine diversen Ausbildungen in diesem Bereich sehr zugute.

Sehr selten kam die Problematik der Provokation mir gegenüber auf. Wenn doch, wurde dies im Gespräch geklärt. Ich ließ mich nicht dazu hinreißen, irgendetwas beweisen zu müssen.

Allerdings erlebte ich sehr häufig, dass sie bei den einzelnen Techniken nicht „freiwillig“ mitgingen. In dieser Hinsicht wollten sie genau wissen, was geht und was nicht. Für mich war dies sehr hilfreich, denn ich wurde „gezwungen“, die Techniken möglichst sorgfältig und effizient auszuführen.

Im Laufe der Zeit verbesserten sich ihre Bewegungen und auch die Fallschule wurde deutlich besser, wobei das Fallen aus der Bewegung heraus immer schwierig blieb. Nachdem das Training doch sehr körperbetont war, begannen wir am Ende eines Trainings, Atemübungen zu praktizieren. Dies wurde von den Beteiligten als entspannend und wohltuend empfunden.

**Zusammenfassung:**

Aus meiner Sicht hat sich der Einsatz voll gelohnt und ich werde dieses Projekt weitermachen. Ich möchte anderen Mut machen, Ähnliches zu tun, damit Aikido weiterverbreitet werden kann. Ich denke, Aikido ist besonders im Bereich Gewaltprävention gut geeignet.

Was ist aus meiner Sicht bei den Teilnehmern hängen geblieben?

Viele haben die Erfahrung gemacht, dass Angriff doch nicht die beste Verteidigung ist. Sie haben ihren Körper wieder anders wahrgenommen. Sie wurden lockerer und gelenkiger. Einigen wurde deutlich, dass nicht jeder Konflikt zwangsläufig in einer Schlägerei enden muss.

Was habe ich daraus gelernt?

Ich habe einige wichtige Aspekte des Aikido besser verstehen gelernt, weil ich mit Menschen trainiert habe, die aus einem völlig anderen Leben kamen. Dies betrifft v. a. die Gleichgewichtsbrechung und keinen Widerstand zu geben, aber auch konsequentes, zielstrebiges Angreifen. Das ist seit Jahren in unserem Verein ein großes Anliegen. Durch dieses Projekt wurde mir bestätigt, wie wichtig es ist, diesen Aspekt, der mir ansonsten im Aikido unterbelichtet scheint, verstärkt in den Blick zu nehmen. Mein eigenes Angriffsverhalten hat sich dadurch wieder verändert und aus meiner Sicht weiterentwickelt.

Mich hat dieses Projekt gelehrt, dass Techniken kurz und konsequent sein müssen. Vielleicht wäre es sinnvoll, im Training mehr zu unterscheiden, was Übungs- und was Selbstverteidigungsformen sind.

Ich möchte dies als Anregung verstanden wissen, auch im DAB verstärkt darüber nachzudenken, was wir vielleicht dahingehend weiterentwickeln könnten. Ein großes Problem sehe ich tatsächlich in konditioniertem Verhalten und den teilweise zu „weiträumigen“ Bewegungen.

Über Meinungen aller Art würde ich mich freuen. Meine E-Mail-Adresse lautet: [b.linsenmeyer@web.de](mailto:b.linsenmeyer@web.de)

Bertram Linsenmeyer,  
PSV Nürnberg e. V.



## Udo-Granderath- Gedächtnislehrgang wieder ein Erfolg

Auch in diesem Jahr veranstaltete die Aikido-Gruppe des TV Nauheim einen Lehrgang zum Gedenken an ihren leider sehr früh verstorbenen Gründer Udo Granderath (1948 – 2001). Den siebten Gedächtnislehrgang hielt ein alter Freund und Weggefährte, den eine lange gemeinsame Zeit im Aikido mit dem Geehrten verband: Eckhard Reschke, 2. Dan Aikido und Trainer des Vereins am Flughafen in Frankfurt, beschäftigte die ca. 70 Teilnehmer mit einem bunten Bouquet an Techniken, das gerne und mit viel Vergnügen aufgenommen wurde.



Meister Eckhard Reschke,  
2. Dan Aikido

Sonntags wurden auch Waffentechniken trainiert: Die Teilnehmer attackierten sich mit Stöcken und übten auch, einen solchen Angriff kontrolliert abzuwehren. Die hessischen Aikidoka freuen sich schon auf den Gedächtnislehrgang 2009.

Petra Schmidt,  
AV Hessen e. V.



## Meister Orsatelli feiert mit den Flughafen-Aikidoka

Meister Claude Orsatelli, 7. Dan Aikido und Präsident der Fédération d'Aikido Traditionnel besuchte den Aikido-Club am Frankfurter Flughafen zu dessen 35-jährigen Jubiläum. Mit einem Programm aus Grundtechniken und Waffentechniken machte er den deutlich über 100 Teilnehmern aus Hessen und den benachbarten Bundesländern viel Spaß.

Immer wieder interessant sind französische Varianten von Techniken, die man so hier nicht trainiert. Das öffnet den Horizont! Interessant war unter anderem die Stockkata von Meister Brun – auch von unserem Bundestrainer Karl Köppel gern gezeigt und gepflegt, hier in ihrer französischen Ausprägung zu sehen. Meister Orsatelli brachte außer seinem Sohn Christophe, 4. Dan Aikido, auch befreundete Aikidoka aus dem Elsass mit.

Bereits Tradition hat der lange Abend an den Landeslehrgängen des Flughafens, der mit einem großen Buffet und einer super Stimmung begangen wird – in diesem Jahr wieder in internationaler Besetzung, da die französischen Gäste natürlich mitfeierten.

Als Betriebssportgruppe begann das Aikido am Flughafen Frankfurt zunächst geleitet von Meister Ivan Antonietti. Doch schon 1973 wandelte sich die Gruppe mit Unterstützung der Fraport (damals noch Flughafen AG) zum eigenständigen Verein, der 1977 auch an der Gründung des Deutschen Aikido-Bundes beteiligt war. Seit 1991 können die Flughafener in der schönen Sporthalle der Fraport trainieren, in der jetzt auch der gelungene „Geburtstagslehrgang“ stattfand. Die Trainer sind im Wesentlichen die beiden Vorsitzenden des Vereins Udo Dittrich und Eckhard Reschke, jeweils 2. Dan Aikido.

Wer mehr wissen möchte, findet die Frankfurter unter [www.aikido-flughafen.de](http://www.aikido-flughafen.de)

und die französischen Freunde unter [www.aikido-fat.com](http://www.aikido-fat.com) .

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



## Internationaler Lehrgang mit Meister Daniel Brun in Arcachon

In der ersten Augustwoche 2008 trafen sich Deutsche, Engländer, Rumänen und natürlich viele, viele Franzosen in Arcachon an der Atlantikküste (bei Bordeaux) zum internationalen Lehrgang mit Meister Brun (9. Dan Aikido, Schüler von André Nocquet). Und der war trotz seiner mittlerweile knapp über 80 Jahre ein Erlebnis.

Gut gefüllt war die Matte mit über 80 Teilnehmern; da die lokale Sportstätte aber groß war, hatten wir stets genügend Platz auf den Tatamis. So hieß es in den Morgenstunden wieder Katanatraining. Um 9 Uhr ging es los. Da blickte noch so manch einer müde aus der Wäsche. Unter Meister Bruns Anleitung versuchten wir uns nicht nur an den Grundlagen der Arbeit mit dem Schwert, sondern legten ansatzweise akrobatisch anmutende Rollen und Drehungen auf das Parkett. Glücklicherweise, wer die Basis in mühevoller Kleinarbeit über Jahre hatte erlernen können.

Da wir Lübecker aber nun schon ein paar Mal an diesem Lehrgangstyp teilgenommen hatten, ging uns einiges schon leichter von der Hand und der Spaß wuchs. Besonders freute uns, dass wir vier Kollegen aus unserem Verein (Lübecker Judo-Club) mitschleppen konnten. So waren mit den Frankfurtern zusammen 10 Deutsche beim Lehrgang präsent.

Neben dem Training bei Meister Brun konnten wir auch eine Reihe anderer hochrangiger Meister als Lehrer genießen. Dan Ionescu, 8. Dan und Präsident der Rumänischen Aikido-Föderation, stellte hohe Ansprüche an unsere Aufnahmefähigkeit.

Man musste sehr konzentriert zusehen, um aus der Vielfalt der dargebotenen Techniken die Kernelemente, die er uns nahe bringen wollte, herausfiltern zu können. Meister Ionescu zeigte neben Katana, Jo, Bokken, Tanto und waffenlosen Techniken auch den in Deutschland kaum bekannten Kampffächer, auf Japanisch Tessen. Wenn man ihn erst einmal zu öffnen gelernt hat, kann man ihn fast wie ein Tanto führen, dem Angreifer damit die Sicht nehmen und ihm durch den Lärm beim Öffnen einen gehörigen Schreck einjagen. Spielerei mag manch einer denken, aber dennoch: Die Techniken, bei denen der Fächer eingesetzt wird, unterscheiden sich nicht von denen, die gegen oder mit anderen Waffen ausgeführt werden. Die Prinzipien sind die gleichen.

Spannend waren neben den unterschiedlichen Lehrmethoden auch die Persönlichkeiten der verschiedenen Lehrer. Manch einer zeigte filigran ausgefeiltes Aikido, ein anderer legte Wert darauf, auch die anwesenden Kyu-Grade ins Boot zu holen und bot wie Meister Demay ein wirklich tolles Training zum Thema des Shihonage. Mich persönlich haben auch auf diesem Lehrgang mal wieder diejenigen am

meisten fasziniert, die zwar Ausstrahlung besaßen und über hervorragende technische Qualitäten verfügten, sich aber auf der Matte meisterlich in stiller Bescheidenheit übten.

Neben der Matte ging es gesellig zu. Beim Lehrgangsfest gab es Tanz und Unterhaltung – und natürlich ein landestypisches Essen. Mir als Vegetarierin war klar, dass ich keine Austern esse, aber auch bei meinen Mitreisenden hielt sich die Begeisterung in Grenzen. Man isst halt, was man kennt (oder Niederdeutsch: Wat de Buur nich kennt, dat fritt hei nich.) Dem Bericht einiger nicht genauer zu bezeichnender Jugendlichen zu Folge verschwanden die Austern des einen Tellers geschickt geschichtet unter der Salatdeko, eine andere wagemutige Person schluckte sie mit Todesverachtung hinunter, Mister Bean aber machte wohl keiner nach. Der hatte im letzten Kinofilm seine Meeresfrüchte in die Handtasche einer am Nachbartisch sitzenden Dame gekippt. Das Steak war blutig, die Stimmung war gut.

Am nächsten Tag war frei und wir hatten Gelegenheit, die nähere Umgebung dieser beliebten Ferienregion anzusehen. Die Küste ist wunderbar und Arcachon ist eine niedliche kleine Stadt. Es lohnt sich wirklich, hierher zu kommen.

Da wir uns in einem großen Ferienhaus mit einem noch größeren Garten eingemietet hatten, nutzten wir die Gelegenheit, unsere französischen Freunde zu einer abendlichen Gartenparty einzuladen. Der Meister kam auch mit seiner Frau. Besonders Madame Brun amüsierte sich so gut, dass sie förmlich aufblühte, was unsere französischen Freunde sehr



*Bodenhebel mit Katana  
unter den wachsamen Augen von Meister Brun, 9. Dan (re.)*

freute, da es ihr gesundheitlich oft schlecht geht.

Neben dem Aikido sind die Kontakte, die man hier schließt und pflegt, eben besonders schön.

Umso mehr freuen wir uns, dass Meister Paul Froehly aus dem Elsass, der vielen Süddeutschen und auch den Frankfurtern ein Begriff sein wird, im Dezember nach Lübeck zu einem Lehrgang kommen wird. Wenn alles klappt, wird eine Reihe von Franzosen die Gelegenheit nutzen, in den Norden zu uns zu reisen. Dann könnten wir an eine Tradition anknüpfen, denn Meister Brun war Ende der 80er Jahre schon einmal in Lübeck und wir haben einige Leute getroffen, die damals dabei gewesen sind. Wir hoffen, sie kommen wieder. Wir werden auf jeden Fall nächstes Jahr erneut nach Frankreich zum Lehrgang fahren.

*Frauke Drewitz,  
Lübecker Judo-Club e. V.*



## Das Horn hat uns wieder

2008: Diesmal wieder mit Bundeswochenlehrgang II auf dem Herzogenhorn. Nachdem ich letztes Jahr aus beruflichen Gründen verhindert war und unter starken Entzugserscheinungen gelitten hatte, klappte es in diesem Jahr wieder: Eine Woche Horn inklusive hoch komprimierten Technik-Inputs von Bundestrainer Alfred Heymann, 32 netter Aikidoka aus ganz Deutschland, guten Essens und der wunderbaren Landschaft des Schwarzwaldes.

Das Wetter und die Halle boten optimale Trainingsbedingungen: Wir hatten genug Platz und es war nicht zu warm in der Halle. Im Vergleich zum Tal war es auf 1200 Metern luftig und frisch. Ins Schwitzen gerieten wir auf der Matte dennoch. Dafür sorgte Alfred mit seinem breit gefächerten Programm. In bewährter Manier wechselte er die verschiedenen Prüfungsfächer ab: Techniken im Stand und auf Knien, mit Waffe oder ohne.

Wenngleich sich vom vorgegebenen Programm her ein gewisser Grundstock an Techniken jedes Jahr wiederholt, so schaffte es Alfred immer wieder, uns zur Arbeit im Detail anzuregen und auf die Elemente zu achten, welche die Techniken letztlich wirksam machen.

Dabei beschränkten wir uns selbstverständlich nicht nur auf das Prüfungsprogramm, das ja nur in Ausschnitten zeigt, wie und ob ein oder eine Aikidoka die Prinzipien und Elemente verinnerlicht hat. Besonderen Wert legte Alfred diesmal wieder auf den korrekten Einsatz der Togatana und die damit zusammenhängende Umlenkung der Kräfte.

Diese ergibt zusammen mit dem Einsatz des Zentrums und der konsequenten Führung des Partners das Aha-Erlebnis: „So könnte das klappen!“ Über den Vergleich des Arbeitens mit Waffe und ohne Waffe konnte man sehr schön erkennen, an wel-



*Gruppenbild der Meister beim BWL II*

chen Stellen das Zusammenspiel der eigenen Bewegung noch zu optimieren ist.

Besonders fleißig trainierten natürlich die angehenden Prüflinge. Allesamt zeigten sie schon während der Woche vor den kritischen Augen der Prüfer Alfred und Edith Heymann sowie Werner Ackermann ihr Können und holten sich noch manchen guten Tipp ab. Am Freitag hatten wir dann auch acht frischgebackene Dane zu feiern: sechs auf den ersten Dan und zwei auf den zweiten Dan.

Trotz der vielen anstehenden Prüfungen war die Stimmung entspannt und harmonisch. Das zeigte sich auch daran, dass wir wieder jeden Abend in der Gaststube zusammen saßen und „schwätzten“ oder uns mit Spielen die Zeit vertrieben.

Wenngleich einem jeden von uns nach ein paar Tagen die Knochen und Muskeln weh taten und man sich fragte, wie man bloß aus dem Bett kommen sollte, so war doch der Erholungseffekt der Woche auf dem Horn groß. Nach nur zwei Tagen dort oben war der Kopf frei, die Arbeit war weit weg und der Körper entspannte sich nach getanem Training.

Auch tat die unbeschreibliche Ruhe in den Bergen abseits vom Verkehrslärm der Großstadt ihr Übriges. Wenn man hier oben steht, den Blick über die Berge schweifen lässt und tief durchatmet, be-

kommt man den Schimmer einer Ahnung davon, was O-Sensei mit AI gemeint haben könnte.

*Frauke Drewitz,  
Lübecker Judo-Club e. V.*



## Wehrpflichtig? – Zivildienst und Aikido

In Deutschland unterliegen z. Z. alle jungen Männer ab dem 18. Lebensjahr der allgemeinen Wehrpflicht. Auch wer den Kriegsdienst erfolgreich verweigert und zu einem Ersatzdienst verpflichtet wird, muss sein Aikidotraining unter Umständen für diese Zeit einschränken, wenn nicht gar aufgeben. Denn oft bieten weder der Standort noch der Dienstagtag hinreichende Möglichkeiten für ein Weiterführen des gewohnten Übens. Doch in Hilden bei Düsseldorf kann man das eine tun und muss trotzdem das andere nicht lassen.

Wer aus Gewissensgründen erfolgreich den Dienst an der Waffe verweigert und als Kriegsdienstverweigerer anerkannt ist, kann zu einem zivilen Ersatzdienst herangezogen werden. Und da die Zivildienst-

**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)

stellen auch noch auswählbar sind, eröffnen sich interessante Optionen.

### **Und die jungen Frauen?**

Laut Grundgesetz sind Frauen von der Wehrpflicht befreit. Und müssen somit auch keinen zivilen Ersatzdienst leisten. Einzig im „Freiwilligen Sozialen Jahr“ (FSJ) können sich junge Frauen für 12 Monate (mindestens sechs, höchstens 18 und in Ausnahmefällen 24 Monate) im Anschluss an ihre Schulpflicht gesellschaftlich und sozial engagieren.

Sollte sich also eine aikidobegeisterte und etwa auf einem 3.-Kyu-Niveau trainierende junge Dame finden, die ähnlich den Zivildienstleistenden ein intensives Aikido-Training mit einem Freiwilligen Sozialen Jahr verbinden möchte, genügt zunächst eine einfache Anfrage.

### **Und wo genau?**

Im südöstlich von Düsseldorf gelegenen Städtchen Hilden ist das Schulzentrum der evangelischen Kirche im Rheinland mit Realschule, Gymnasium und Internat anerkannte Zivildienststelle gemäß §§ 1, 3 und 4 des Zivildienstgesetzes (ZDG) für den sozialen Bereich und den Umweltschutz. Vier Zivildienstplätze werden hier z. Z. vorgehalten.

Dem Umstand, dass hier Judo u. a. im Rahmen des Schulsports angeboten wird, ist eine zum Dojo umfunktionierte Turnhalle mit über 300 qm fest verlegter Mattenfläche zu verdanken. Somit auch für die Aikido IG Hilden optimale Trainingsmöglichkeiten. Hinzu kommt ein ausschließlich der IG verfügbarer, ca. 50 qm großer, ebenfalls mit Matten ausgelegter Raum in einem der Internatsgebäude. Darüber hinaus sind Schulsporteinrichtungen, Sportplatz und Kraftraum nutzbar.

### **Intensivtraining**

Wer also schon begeistert Aikido übt und Zivildienst leisten muss, findet hier ideale Rahmenbedingungen, um seine Dienstverpflichtung in der Freizeit mit einem intensiven täglichen Training zu verbinden. Auf dem Programm stehen allge-

meine Konditionsarbeit, Kraft- und Beweglichkeitstraining und Aikido-Basics, also Kihon-waza, Ki-no-nagare sowie Waffentraining, vornehmlich Ken- und Jo-suburi.

Einen sehr hohen Stellenwert nimmt die vorbereitende Körperarbeit ein (u. a. durch die Teilnahme an einem mehrwöchigen Feldenkrais- und Pilates-Kurs).

Klaus Meyer, 5. Dan, Aikidolehrer und Dojoleiter der Aikido IG Hilden, begann erstmals ab August 2008 mit zunächst zwei bereits einberufenen Zivildienstleistenden. Nach etwa der Hälfte der Dienstzeit ist der Besuch von in der näheren Umgebung stattfindenden Lehrgängen unterschiedlicher Lehrerausprägungen vorgesehen.

Bei einer vollständig absolvierten Zeit ohne Trainingsausfälle erhält der Zivildienstleistende am Ende seiner Dienstzeit eine Teilnahme-Urkunde.

### **Voraussetzungen**

Die Zivildienststelle erwartet natürlich keine voll ausgebildeten Arbeitskräfte. Arbeitswillig solltest du aber schon sein, pflichtbewusst, zupackend und leistungsorientiert sowie über eine ausbaufähige handwerklich-technische Begabung verfügen. Und ein Führerschein wird zwar nicht ausdrücklich erwartet, ist aber immer von Vorteil.

Was deine bisherige Aikidolaufbahn betrifft, wäre der Entwicklungsstand auf dem Niveau eines 3. Kyu wünschenswert, ist aber nicht Bedingung. Ein Empfehlungsschreiben deines aktuellen Lehrers/Übungsleiters hingegen schon.

### **Vorbereitung**

Mach dir ein paar Gedanken, wie du dich auf diese Zeit vorbereiten kannst.

Geistig – Worauf du dich einlässt, musst du wirklich wollen. Du musst bereit sein, dich, vielleicht zum ersten Mal in deinem Leben, voll einzubringen. Muss offensichtlich etwas getan werden, tu es einfach. Nicht lange fragen. Im Dojo ebenso wie bei der Arbeit als Zivi. Du musst wissen, du wirst wahrgenommen. Die Zivildienststelle nimmt normalerweise nur „Heimschläfer“ als Zivis. Sie spart so Kosten für die Bereit-

stellung einer Unterkunft und die Kosten für Heimfahrten. Die Eindrücke, die die „Aikido-Zivis“ machen, haben Einfluss auch für die Bereitschaft, weiteren Interessenten diese Möglichkeit offenzuhalten.

Körperlich – Es sind, mit 1½-stündiger Unterbrechung, täglich mindestens drei Stunden intensiven Aikidotrainings zu überstehen. Nach der normalen Arbeit. Du solltest also deinem Kraft- und Konditionstraining recht früh besondere Aufmerksamkeit widmen.

### Bewerbung

Die nächstmöglichen Einberufungstermine sind in 2009, und zwar im Januar (ein Platz), im Mai (drei Plätze) und im Oktober (ein Platz). Bewerbungen sollten auf jeden Fall sofort nach Erhalt der Anerkennungs-urkunde, auch mit einem evtl. abweichenden Terminwunsch, eingereicht werden. Die genaue Vorgehensweise und weitere umfassende Informationen sind hier zu finden: [www.zivildienst.hildenaikido.de](http://www.zivildienst.hildenaikido.de).

### Fazit

Die hier vorgestellte Verbindung von Zivildienst und Aikido bietet für die Betroffe-

nen eine Trainingsintensität, die dem weiteren Verlauf ihres Übungsweges ein starkes und tragfähiges Fundament gibt. Was nach dem Wiedereintritt in die Normalität so einfach nicht wiederholbar sein dürfte. Denn dann bestimmen Ausbildung/Studium, Beruf und Familie einen Großteil unserer Lebenswelt. Und Aikido findet seinen Platz in der Freizeit mit mehr oder weniger regelmäßigen ein- bis dreimaligen Trainingseinheiten pro Woche. Selten mehr.

Klaus Meyer,  
Aikido IG Hilden

道

## Paris – nicht nur ein Traum

Lange Wochenenden mit einem davor liegenden Feiertag machen es möglich. Am Donnerstag, gegen 7 Uhr, bestiegen die elf HSB-Aikidoka Dieter Fuchs, Frederik Hartmann, Peter Müller, Rolf Nemeč, Kai Radens, Wolfgang Reichenbach, Rüdiger Scholz, Matthias Wagner, Manfred Wöhrle, Thomas Wolfram und Janina Zaczal den Bus. Eine lange Fahrt lag vor ihnen, bis sie gegen 18 Uhr vor dem örtlichen Gemeindehaus ankommen sollten. Dort wurden sie von den Aikidoka des Clubs EPPG erwartet. Eine Partnerschaftsverbinding, die bereits seit sieben Jahren besteht. Der Besuch stand aber keineswegs unter dem Zeichen eines „verfluchten 7. Jahres“.



Die französischen und deutschen Aikidoka  
am Kanal St. Martin kurz vor der gemeinsamen Schifffahrt

Nach der offiziellen Begrüßung ging es zu einem privaten Grillabend in privater Atmosphäre bei Veronice und ihrer Familie. Bei gutem Essen und dem dazu gehörenden Rotwein wurden noch einmal die gemeinsamen Erlebnisse von 2007 in Heidenheim diskutiert. Leider sind die Nächte immer so kurz.

Am Freitag, nach einem gemeinsamen Frühstück bei Michel, war ein Besuch mit Führung im Stade France angesagt. Ein Stadion, bei dessen Größe niemand aus dem Staunen heraus kam. Der Nachmittag gestaltete sich gemütlich beim Boule-Spiel oder Besuch des Technischen Museums. Der Abend begann mit einem gemeinsamen Training im Dojo von Ali Amrani, 3. Dan Aikikai, im Nordosten von Paris. Dass Ali den Aikikai-Stil lehrte, tat dem Training zwischen deutschen und französischen Aikidoka keinen Abbruch. Im Gegenteil, man kann nur voneinander lernen. Nach zwei Stunden gingen alle verschwitzt, aber frohgelaut von der Matte. Ein weiterer Grillabend war angesagt.

Der Samstag war gespickt von Aktivitäten. Fahrt mit dem Schiff auf dem St.-Martin-Kanal durch Paris bis in den Süden zur Mündung in die Seine. Gigantisch, noch dazu bei einem solch herrlichen Wetter. In einem thailändischen Restaurant wurden wir schon zum Mittagessen erwartet. Der Nachmittag: Sightseeing durch Paris. Da die Hälfte der Heidenheimer Aikidoka zum ersten Mal in Paris war, natürlich ein Erlebnis.

Um 18 Uhr jedoch das zweite gemeinsame Training unter Leitung von Ali Amrani. Diesmal im Dojo der Aikidoka des EPPG. Die Herzlichkeit und die Selbstverständlichkeit, mit der die unterschiedlichen Gruppen trainierten, zeigten, dass in diesen vergangenen sieben Jahren nicht nur eine Partnerschaft, sondern eine Freundschaft gewachsen war.

Der Abend war bereits vom Abschied geprägt. Aber selbst hier durften nach französischer Art das gute Essen und der Rotwein nicht fehlen. Bei lockeren und guten Gesprächen flogen die Stunden nur so dahin. Wie unterhalten sich eigentlich Fran-

zosen und Deutsche, die die jeweilige Sprache nicht sprechen? Ganz einfach: englisch. Und das funktionierte wunderbar.

Am Sonntag war es soweit. Abschied! Mancher vergoss ein paar Tränen. Warum sind vier Tage so kurz? Ein wirklich wunderbares Erlebnis war wieder zu Ende. Die Heimfahrt verlief sehr ruhig, da alle doch sehr müde waren.

Sicherlich träumte jeder noch einmal diesen „Traum“, der doch Wirklichkeit war, und jeder mit der Gewissheit, dass es im nächsten Jahr ein Wiedersehen geben würde.

*Rüdiger Scholz,  
Heidenheimer SB e. V.*



## Kinder- & Jugendseite

### **Lassen Sie mich in Ruhe!!!**

Hallo, ich heiße Timmy. Meine Mama hat mich am 9. Mai zu einem Selbstbehauptungskurs gebracht. Ich wusste gar nicht so genau, was das sein sollte.

In der Sporthalle beim Aikido-Club Frankenthal e. V. waren noch 14 andere Kinder, genauso alt wie ich, 5 oder 6 Jahre. Die waren vielleicht schüchtern! Ich glaube, ich war der Frechste von allen!



*Timmy, unser Kursmaskottchen*

Simone Träger (1. Kyu Aikido) hat mit Melanie Müller (1. Dan Aikido) gezeigt, was Aikido ist. Außerdem haben wir über gefährliche Situationen und unser Bauchkribbeln als Alarmanlage gesprochen. Wir übten, wie ein Löwe zu gehen und auch laut zu schreien. Die anderen haben sich zuerst gar nicht richtig getraut, laut zu schreien. Wir trafen uns noch fünfmal und da wurde es dann immer lauter. Im Training versuchten wir uns auch zu befreien, wenn uns ein anderes Kind an der Hand festhält. Simone hat uns erklärt, dass wir nicht mit fremden Leuten mitgehen sollen. Am letzten Tag kam doch da ein Handwerker in die Turnhalle, der uns hinauslocken wollte. Er bräuchte jemanden mit einer kleinen Hand als Hilfe. Sogar eine Tüte Gummibärchen versprach er uns. Niemand ist mitgegangen. Wir haben laut „Nein“ gesagt und Hilfe geholt. Das war alles nur gespielt, wir wussten das aber nicht!

Am besten haben mir die Spiele gefallen, vor allem das Schildkröten-Wrestling. Es war richtig toll! Einige Kinder wollen auch nach den Ferien wiederkommen und sich das Aikido-Kindertraining anschauen.

*Timmy alias Simone Träger,  
AC Frankenthal e. V.*

氣

## Sport verbindet uns

Für die Deutsche Sportjugend (dsj), die Jugendorganisation des Deutschen Olympischen Sportbundes, war der Japan-Austausch Routine. Bereits zum 35. Mal fand der „Simultan-Austausch“ mit der Japan Junior Sports Clubs Association in diesem Jahr statt.

Am 22. Juli flogen 125 Jugendliche aus ganz Deutschland für drei Wochen nach Japan, darunter auch die Vertreterinnen und Vertreter der württembergischen Sportjugend. Zu der Gruppe aus Baden-Württemberg gehörten drei Aikidoka: Fabian Glutsch, Matthias Höllein (SV Böblingen) und Carola Käppler (Aikido-Verein Esslingen).

Untergebracht war die württembergische Gruppe meist einzeln in japanischen Familien, was keine Selbstverständlichkeit, sondern ein großes Privileg ist. Selbst Freunde oder Bekannte der Familie werden selten zu einem Besuch in die eigenen vier Wände eingeladen. So konnten die Jugendlichen einen hautnahen Einblick in das Leben einer japanischen Familie gewinnen und noch mehr über Kultur, Land und Leute lernen.

Zu dem Regionalprogramm gehörten nicht nur abwechslungsreiche Sportaktivitäten, wie Kendo, Rudern oder Fußball und mehrere Diskussionen zum Jahresthema der dsj „Die Schule – Alltag, Aktivitäten, Probleme und Lösungen“, sondern es wurde auch in kultureller Hinsicht viel geboten. Neben Tempel-Besuchen, der Be-

sichtigung einer traditionellen japanischen Weberei und dem Kennenlernen der Kalligraphie mit anschließenden Selbstversuchen durften die Jugendlichen in einer Tatami-Matten-Fabrik eigene kleine Matten herstellen.

Natürlich durfte das Karaoke-Singen nicht fehlen, wobei die deutschen „Amateure“ noch lange nicht so geübt waren wie die Japaner.

Obwohl es für die dsj Routine war, handelte es sich für die Teilnehmer um ein unvergessliches Erlebnis mit vielen wertvollen Erfahrungen und neu geknüpften Freundschaften, die hoffentlich noch lange andauern werden.

Mehr Informationen zu dem Austauschprogramm oder der Teilnahme unter [www.dsj.de](http://www.dsj.de).

Carola Käßler,  
AV Esslingen e. V.

道



Bei der Anprobe eines Yukatas (Sommerkimono):  
M. Krüger, J. Bosch, J. Geißler, F. Glutsch, Gruppenleiter M. Hepfer,  
M. Höllein, S. Lauterbach, N. Keimer, C. Käßler, D. Reichert

## Abwehr ist die beste Verteidigung

Die einen gehen radeln, Familie Rebmann zieht den Kampfanzug an. Bis auf Mutter Eva trainiert die ganze Familie regelmäßig Aikido.

Im Herbst 2005 meldete Frank Rebmann seinen damals zehnjährigen Sohn Robin bei der Aikido-Abteilung des Judoclubs Bietigheim an, im Januar 2006 stand der dreifache Vater aus Ingersheim dann schon selbst auf der Matte und legte wöchentlich Angreifer um Angreifer flach. „Ich habe schon als Kind Judo und später als 20-jähriger Aikido gemacht“, erzählt der 41-jährige. Den Wunsch seines Sohnes, sich

künftig kampfspor-  
telnd austoben zu  
wollen, unterstützte  
Vater Frank daher  
von Anfang an. Eine  
klassische Kampf-  
technik im Haudrauf-  
Stil sollte es jedoch  
nicht sein. „Ich habe  
ihm dringend zu  
Aikido geraten, weil  
es dabei um die reine  
Selbstverteidigung  
geht“, erklärt Reb-  
mann.

In der pazifistisch  
geprägten Sportart –  
frei übersetzt: der  
Weg des harmonischen  
Geistes – gibt es  
keine Schläge und  
keine Tritte, nur  
Abwehrgriffe und  
Falltechniken. „Die  
Voraussetzung ist,  
dass man angegriffen  
wird“, er-

läutert Rebmann, dann könne man den Schwung des Gegners nutzen, um ihn zu Fall zu bringen, so die Grundidee des japanischen Sports. „Aikido“, ergänzt Sohn Robin, „ist aber nur die letzte Möglichkeit. Wenn ich angegriffen werde, denke ich wohl zuerst ans Wegrennen als an die Möglichkeit, meine Kenntnisse anzuwenden“.

Für den Fall, dass eine Flucht nicht mehr möglich ist, sind mittlerweile auch Rebmanns andere Kinder, die zehnjährige Melissa und der elfjährige Nicholas, gewappnet. Durch Vater und Bruder angespitzt, verteidigen auch sie sich wöchentlich selbst – bisher glücklicherweise nur in der Turnhalle.

Den Ernstfall hat bisher noch keiner aus der Familie erlebt. Das Wissen aber, dass sich sein Nachwuchs notfalls zu helfen wüsste, ist für Rebmann ein wichtiger Faktor. Ein weiterer Grund: „Melissa und Robin sind im Reitverein, da ist es wichtig zu wissen, wie man fällt“, witzelt der Familienvater.



Die einzige, die lieber zusieht als selbst mitzumachen, ist Mutter Eva. Mit vier kampferprobten Abwehrspezialisten in der Familie – seit der Graduierungsprüfung im Juli tragen die beiden Jüngsten den gelben, Sohn Robin den orangen und Vater

Frank den grünen Gürtel – darf sich die Ingersheimerin aber getrost in Sicherheit wiegen.

*Dominique Leibbrand,  
Bietigheimer Zeitung;  
erschiene am 19. August 2008*



## Samurai-Camp 2008

Vom 22. bis zum 27.07.2008 verschlug es 111 Aikidoka zwischen 8 und 18 Jahren und zwischen dem sechsten und zweiten Kyu nach Grömitz/Lensterstrand an die Ostsee.

Unter der Leitung von Lilo Schumann, 2. Dan, unterstützt durch ein Betreuer-Team, bestehend aus sechs männlichen und vier weiblichen Aikidoka, fand in diesem Jahr zum sechsten Mal das schon traditionelle Samurai-Camp statt. Der hohe Anteil an Mädchen (46) bewies einmal mehr, dass Aikido keine reine Männersache ist. Zum ersten Mal kamen in diesem Jahr die Teilnehmer aus vier verschiedenen Bundesländern.

Untergebracht waren wir auf dem Gelände des Jugendzeltlagers der Stadt Wetzlar. Uns standen 16 große Zelte zur Verfügung, in denen jeweils ca. acht Teilnehmer untergebracht waren. Top war auch, dass nicht nur gute Dusch- und Waschräume, sondern auch eine eigene Sporthalle für das Training zur Verfügung standen. Für die Verpflegung sorgte das Küchen-Team des Zeltlagers, sodass wir uns ums Kochen und alles, was damit zusammenhing, nicht zu kümmern brauchten. Das war vielleicht auch besser so: Das Essen war nämlich auf diese Weise wirklich gut und reichlich.

Schon am ersten Nachmittag fand das Eröffnungstraining für alle Teilnehmer in der Sporthalle des Zeltplatzes statt. Bei 122 Aikidoka musste man schon etwas

zusammenrücken, aber sonst übten wir, zum Teil auch mehrmals täglich, in kleineren Gruppen. Neben Fallschule und unbewaffneten Techniken hatten alle Teilnehmer in den verschiedenen Trainingseinheiten auch Gelegenheit, die Waffen Bokken und Jo näher kennenzulernen. Höhepunkt war sicher ein Training mit Waffen abends am Strand.

Ja der Strand: Selbstverständlich wurde in den sechs Tagen nicht nur Aikido trainiert. Wir hatten viel Zeit, um in der Ostsee baden zu gehen oder Volleyball zu spielen und dabei alte Freundschaften zu erneuern oder neue zu knüpfen. Sogar das Angebot, schon morgens vor dem Frühstück kurz zum Schwimmen zu gehen, wurde viel genutzt. Ein Besuch im Hansapark, eine Grusel-Nachtwanderung, eine Lagerolympiade sowie das Bergfest, das gemeinsame Grillen, die Gitarrenmusik und die vielen Spielabende rundeten das Programm ab.

Aus der Sicht von zwei Teilnehmern lässt sich sagen, dass dieser Aufenthalt zu den Erlebnissen zählt, an die man sich sicher immer wieder gern erinnert. Nicht zuletzt lag das auch am Team der elf Betreuer, die ein abwechslungsreiches Programm boten, sodass nie Langeweile aufkommen konnte. Herzlichen Dank!

Wie schon im letztjährigen Bericht (aa Ausgabe 1/2008, S. 27 ff.) erwähnt wurde, hat sich die Organisatorin des Samurai-Camps wieder hohe Ziele gesteckt: Verantwortung übernehmen, Teamgeist und ein harmonisches und respektvolles Miteinander, das für die jungen Aikidoka weit über das Lager hinaus eine Rolle spielen sollte, waren nur einige wenige.

Wir glauben, dass das Zeltlager alle seine Ziele erreichen konnte und dass so sicher noch, wenn auch vielleicht eher unterbewusst, mehr als nur die Erinnerung an eine schöne Woche und an neue Aikidotechniken vermittelt werden konnte: Wir denken, dass auch ein bisschen vom Geist des Aikido erlebt wurde.

Klaus-Peter,  
Christopher Becker,  
TG „Frei Heil“ 1892 e. V. Rheingönheim



## Anschriften aktuell

### Anschriftenänderungen

(Änderungen sind kursiv gesetzt!)

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

TSV Plattenhardt e. V.,  
Sonja Sauer, Ernst-Reuter-Str. 20,  
71034 Böblingen; Tel. 07031 / 264666  
sonja2012@gmx.net

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

TSV Lohr am Main e. V.,  
Thomas Neuhaus, Talstr. 27,  
97816 Rodenbach/Main;  
Tel. 09352 / 70562



## Wichtige Termine

**18. Oktober 2008:** Meldeschluss für den DFL des DAB am 8./9. November 2008 in Niedernhausen

**19. Oktober 2008:** Meldeschluss für den Übungsleiter-/Trainer-Fortbildungslehrgang vom 28. – 30.11.2008 in Malente

**15. November 2008:** Meldeschluss für den Aikido-Skilanglauf-Lehrgang im LZ Herzogenhorn vom 31.01. – 07.02.2009

**1. Dezember 2008:** Redaktionsschluss für das Heft aa 1/2009

**15. Dezember 2008:** Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB am 7./8. Februar 2009 in Nürnberg

**21. Dezember 2008:** Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB am 24./25. Januar 2009 in Bergkamen

**20. Januar 2009:** Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB vom 27. Februar – 1. März 2009 in Malente

**1. März 2009:** Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB am 4./5. April 2009 in Frankenthal



## Aikido-Telegramm

### Gratulation!

Im Rahmen der Sommerlehrgänge im Leistungszentrum Herzogenhorn fanden diesmal drei Danprüfungen statt, welche sehr erfolgreich genutzt wurden.

Die Prüfungsteams bestanden aus: Karl Köppel (7. Dan, Vors.), Renate Behnke (4. Dan), Arno Zimmermann (3. Dan); Alfred Heymann (7. Dan, Vors.), Edith Heymann (5. Dan), Werner Ackermann (4. Dan) sowie Martin Glutsch (6. Dan, Vors.), Edmund Grund (5. Dan) und Manfred Haas (3. Dan)

Der DAB dankt den vorbereitenden Meistern und den Prüfern für ihre Arbeit zum Wohle der Aikidoka und des Verbandes.

Wir gratulieren herzlich:

#### **zum 3. Dan:**

Dr. Magiera, Damian SV Munster

#### **zum 2. Dan:**

Bartel, Andreas	SV Böblingen
Chelmieniecki, Petra	RV Leinach
Egger, Josef	TV Türkheim
Kühner, Ulrich	AG Waiblingen
Oginschus, Siegfried	RV Leinach
Ostgathe, Bernd	SV Böblingen
Schröder, Hans-Georg	SV Böblingen

#### **zum 1. Dan:**

Bertram, Susanne	AV Hannover
Braune, Carola	TG Rheingönheim
Breuer, Dirk	Aikido Flugh. Ffm
Böttner, Jan	Bramstedter TS
Bornholdt, Holger	AC Kellinghusen
Burkart, Christa	1. Bruchsaler BC
Denzinger, Oliver	AV Esslingen
Edelmaier, Frank	AG Waiblingen
Geiger, Karlheinz	1. Bruchsaler BC
Gertz, Monika	VfL Kirchheim
Glutsch, Manuel	SV Böblingen
Martl, Robert	USC Clausthal-Z.
Michel, Hans Gerd	ATG Freudenstadt
Pahlke, Elsbeth	AC Herten
Rocker, Hilde	TSV Godshorn
Schnarr, Christian	USC Clausthal-Z.
Weinhold, Uwe	1. Bruchsaler BC

#### *Buchempfehlung*

### Was wäre, wenn ...

Aikido-Fachbücher gibt's jede Menge, Aikido-Krimis auch einige, aber ein Buch, in dem Aikido in einer „Traumwelt“ vorkommt – bis jetzt nur eines: von den Brüdern Reiner und Heiko Martin.

Mein Schüler Reiner Martin ist begeisterter Aikidoka in Nauheim (bei Rüsselsheim) und hat in seiner sehr knappen Freizeit (Leiter Rechnungswesen bei einer großen japanischen Firma und Familienvater) ein fantastisches Werk verfasst. Er hat damit einen Preis beim P.M. Magazin gewonnen.

Mich fesselte das Buch mit seinen intensiv glaubhaften Ideen – ich kann es nur empfehlen!

Vielleicht gönnt Ihr es Euch – spätestens zu Weihnachten!? Der Titel heißt „Gier“. Reiners E-Mail: RMartin@AikidoTVNauheim.de

Jenni Härtig,  
TV Nauheim e. V.

---

## **Jahrbuch des Sports 2008/2009**

Mit modernem Aussehen, aber dennoch den seit Jahrzehnten bewährten Inhalten gab der Deutsche Olympische Sportbund jetzt wieder ein neues „Jahrbuch des Sports“ heraus.

Durch das kontinuierliche Erscheinen wurde es auch weit über die deutsche Sportszene hinaus zum unentbehrlichen Helfer.

Unter den etwa 10.000 aktualisierten Anschriften findet man die Organisationen und Institutionen des Deutschen Sports mit den jeweiligen Ansprechpartnern in der gewohnten übersichtlichen Anordnung.

Deutscher Olympischer Sportbund, Landessportbünde, olympische und nichtolympische Spitzenverbände, Verbände mit besonderen Aufgaben, Stadt- und Kreissportbünde sowie Sportverwaltungen in Politik und Verbänden seien als Beispiele genannt.

Der Präsident des Deutschen Olympischen Sportbundes, Herr Dr. Thomas Bach, schreibt in seinem Vorwort über dieses Buch:

„Kommunikation ist ein wichtiges Element im Sport. Doch nicht immer ist es einfach, den richtigen Ansprechpartner schnell und unkompliziert zu finden, um ein anliegendes Problem zu lösen.

Seit Jahren hilft dabei das Jahrbuch des Sports.“

*Jahrbuch des Sports 2008/2009*

*herausgegeben vom Deutschen Olympischen Sportbund*

*674 Seiten, DIN A5, ISBN 978-3-88500-372-1*

*19,00 Euro zuzüglich Porto und Nachnahmegebühr*

*oder gegen Vorkasse zuzüglich Porto (derzeit 2,20 Euro) auf das Postgirokonto der Schors-Verlags-Gesellschaft mbH, Kto.-Nr. 505 56-605, BLZ 500 100 60*

---

## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 24./25. Januar 2009 in Bergkamen**

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

**Ausrichter:** TLV Rünthe 77 e. V.

**Lehrer:** Eckhard Claaßen, 5. Dan Aikido

**Lehrgangleiter:** Arne Hüls, Springweg 3, 59192 Bergkamen;  
Tel.: 02307 / 967742, E-Mail: lehrgang@aikido-ruenthe.de

**Lehrgangsort:** Turnhalle des Gymnasiums, Hubert-Biernat-Str. 1, 59192 Bergkamen

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

**Lehrstoff:** Koshi-nage und Messertechniken, Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Samstag, den 24.01.2009:** bis 15 Uhr Anreise, 15.30 bis 18 Uhr Aikido-Training. Anschließend gemeinsames Abendessen und gemütliches Beisammensein. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob eine Teilnahme gewünscht wird.

**Sonntag, den 25.01.2009:** 9.30 bis 12 Uhr Aikido-Training, anschließend Mattenabbau, 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. Auf Wunsch wird ein Hotelverzeichnis übersandt. Eine Übernachtung im Dojo des TLV ist möglich (Schlafsäcke und Isomatten nicht vergessen), Kostenbeitrag hierfür incl. Frühstück 5 €. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

**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 sowie ggf. Übernachtung im Dojo.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis **spätestens 21. Dezember 2008** 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*

*Arne Hüls,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Aikido-Skilanglauf-Lehrgang im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald vom 31.01. – 07.02.2009**

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

**Lehrer:** Horst Glowinski, 6. Dan Aikido; Helmut Müller, 2. Dan Aikido

**Lehrgangsleiter:** Horst Glowinski, Greifenberger Straße 7, 44581 Castrop-Rauxel;  
Tel.: 02305 / 79606

**Lehrgangsort:** Sportschule des Trägervereins Olympiastützpunkt Freiburg-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 Aikidoka des DAB ab 5. Kyu mit gültigem Aikido-Pass. Im Lehrgangspass wird 1 TE-A eingetragen.

**Lehrstoff:** Das tägliche Training wird je 90 Minuten im Aikido und Skilanglauf umfassen. Beim Skilanglauf wird in zwei Leistungsgruppen (Anfänger und Fortgeschrittene) trainiert. Die übrige Zeit steht zur freien Verfügung der Lehrgangsteilnehmer.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 31.01.2009:** Anreise bis 16.30 Uhr, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten. Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekanntgegeben.

**Samstag, den 07.02.2009:** Abreise nach dem Mittagessen bzw. nach dem Frühstück mit Lunch-Paket

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

Zimmer ohne Dusche	266,-- Euro/Person
Zimmer mit Dusche/WC	336,-- Euro/Person

Die vorgenannten Kosten beinhalten auch alle Sonderleistungen. Der Betrag ist passend mitzuführen.

**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/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 15. November 2008** 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.

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,*

*Horst Glowinski,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 7./8. Februar 2009 in Nürnberg**

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

**Ausrichter:** Post-SV Nürnberg e.V.

**Lehrer:** Alfred Heymann, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

---

**Lehrgangisleiter:** Horst Hahn, Brunnenweg 12, 90607 Rückersdorf;  
Tel.: 0911 / 95339917; mobil: 0171 / 5335712, Fax: 0911/576026;  
E-Mail: 2AbtLeiter@aikido-nuernberg.de

**Lehrgangsort:** Sportzentrum Nordost, Neumeyerstr. 80, 90411 Nürnberg

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

**Lehrstoff:** 3. Kata, Kokyu-nage, Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Samstag, den 07.02.2009:** 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 08.02.2009:** 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. Auf Wunsch wird eine Hotel-/Pensionsliste übermittelt. Dojo-Übernachtung ist möglich – bitte bei der Anmeldung angeben.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung (möglichst per E-Mail) über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangisleiter (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. Dezember 2008** 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*

*Horst Hahn,  
Lehrgangisleiter*

---

## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB vom 27. Februar – 1. März 2009 in Malente**

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Schleswig Holstein e.V.

**Lehrer:** Karl Köppel, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangisleiter:** Ulrich Schümann, Stormarnring 17, 24576 Bad Bramstedt;  
Tel.: 04192 / 9249, E-Mail: tl@aikido-sh.de

**Lehrgangsort:** Budo-Zentrum im Sport- und Bildungszentrum des LSV-SH in 23714 Bad Malente-Gremsmühlen, Eutiner Straße 45

---

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

**Lehrstoff:** Bewegungsverwandtschaften, Stabtechniken, Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Freitag, den 27.02.2009:** bis 17.30 Uhr Anreise, 17.45 – 18.30 Uhr Abendessen, 19 – 21 Uhr Aikido-Training, anschließend gemeinsame Runde im Kaminzimmer

**Samstag, den 28.02.2009:** 8.15 – 9 Uhr Frühstück, 9.15 – 11.15 Uhr Aikido-Training, 12 – 12.45 Uhr Mittagessen, 15 – 16.30 Uhr Aikido-Training, 17.45 – 18.30 Uhr Abendessen, 19 – 20.30 Uhr Aikido-Training, anschließend gemeinsame Runde im Kaminzimmer

**Sonntag, den 01.03.2009:** 8.15 – 9 Uhr Frühstück, 9.15 – 11.15 Uhr Aikido-Training, 12 – 12.45 Uhr Mittagessen, anschließend Abreise

Auf diesem Lehrgang werden insgesamt **vier Trainingseinheiten der Gruppe A** gem. VOD-DAB angerechnet.

**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:** Im Sport- und Bildungszentrum wurden 45 Unterbringungsplätze reserviert. Der Aufenthaltspreis beträgt für Übernachtung, Frühstück, Mittag- und Abendverpflegung (Zimmer mit Dusche/WC; Freitagabend bis Sonntagmittag) 86 € für Erwachsene und 56 € für Jugendliche.

**Sonstiges:** Im Sport- und Bildungszentrum können nach Absprache und gegen Entgelt Schwimmbad und Saunen genutzt werden.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung (möglichst per E-Mail) über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben!), Überweisung der Unterbringungskosten und Bestätigung möglich. Für die Organisation werden folgende Angaben benötigt: Name, Vorname, Aikido-Grad, Geburtsdatum/Alter, Unterbringung (ja/nein, ggf. Zimmerpartner), Telefon, möglichst E-Mail-Adresse. Ein Anmeldeformblatt kann demnächst von der Internetseite des AVSH ([www.avsh.de](http://www.avsh.de)) heruntergeladen werden.

Liegen mehr Anmeldungen vor als Unterbringungsplätze zur Verfügung stehen, können in einem begrenzten Umfang noch Teilnahmemöglichkeiten am Training und an der Verpflegung ermöglicht werden.

Kontoverbindung: AVSH, Technischer Leiter, Konto-Nr. 20144150 bei der Raiffeisenbank Bad Bramstedt (BLZ 200 691 30), Kennwort „**BL Malente feb\_2009 – Vereinsname**“

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis **spätestens 20. Januar 2009** 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*

*Ulrich Schümann,  
Lehrgangsleiter*

## Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 4./5. April 2009 in Frankenthal

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Rheinland-Pfalz e. V.

**Lehrer:** Martin Glutsch, 6. Dan Aikido

**Lehrgangsleiter:** Ermano Olivan, Hintergasse 26 b, 67316 Carlsberg;  
Tel.: 06356 / 919549, mobil: 0171 / 5236003

**Lehrgangsort:** Turnhalle der Andreas-Albertschule (Berufsschule), Petersgartenweg 9,  
67227 Frankenthal.

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

**Lehrstoff:** Tenchi-nage, Kokyu-nage, Messertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Samstag, den 04.04.2009:** 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 05.04.2009:** 9.30 bis 12 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Abreise

**Leistungen:** Der Deutsche Aikido-Bund e. V. 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 Unterkunftsreservierung selbst vorzunehmen. Auf Wunsch ist eine Übernachtung im Dojo möglich.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung 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 1. März 2009** 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*

*Ermano Olivan,  
Lehrgangsleiter*

## Deutscher Aikido-Bund e. V.

### Lehrgangsplan 2009

(Änderung, Ergänzungen)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
<b>31.01. – 07.02.2009</b>	Aikido- und Skilanglauf-Lehrgang ab 5. Kyu / Lehrstoff nach Maßgabe des Lehrers	DAB/ LZ Herzogenhorn (Schwarzwald)	Horst Glowinski, 6. Dan
30.05. – 01.06.2009	Internationaler Aikido- Pfungstlehrgang ab 2. Kyu / Lehrstoff: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	Heidenheim	<b>Jorma Lyly, 5. Dan Aikikai, Stockholm</b>
10. – 17.10.2009	Bundeswochenlehrgang für Aikidoka ab 4. Kyu (mit Kyu-Prüfung)	DAB / LZ Herzogenhorn (Schwarzwald)	<b>Hubert Luhmann, 6. Dan</b>

Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB

---

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

### Lehrgangsplan 2009

(Stand: 01.09.2008, Änderungen vorbehalten)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
17.01.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Thomas Prim Karl Köppel
18.01.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
14.02.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch Karl Köppel
15.02.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
07./ 08.03.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu Aikido	AC Aichtal e. V.	N.N.
14.03.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Thomas Oettinger Karl Köppel
15.03.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
18.04.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Barbara Oettinger Karl Köppel

19.04.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
04./ 05.04.2009	Landeslehrgang ab 2. Kyu Aikido	1. Bruchsaler Budo-Club e. V.	Werner Notheis
16.05.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Thomas Prim Karl Köppel
17.05.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
20./ 21.06.2009	Landeslehrgang Ab 05. Kyu Aikido	Aikido-Club Knittlingen	N.N.
27./ 28.06.2009	Aikido Workshop des AVBW ab 2. Dan Aikido	Schloss Flehingen	N.N
01. – 08.08.2009	Landes-Wochenlehrgang ab 4. Kyu Aikido	LZ Herzogenhorn	N.N.
12.09.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch Karl Köppel
13.09.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
17.10.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Thomas Oettinger Karl Köppel
14.10.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
14.11.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Barbara Oettinger Karl Köppel
15.11.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
21./ 22.11.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu Aikido	AG Waiblingen e. V.	Joe Eppler
12.12.2009	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Thomas Prim Karl Köppel
13.12.2009	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch
28.12.2009 – 01.01.2010	Landeslehrgang ab 5. Kyu Aikido	1. Bruchsaler Budo-Club e. V.	Werner Notheis

**Anmerkungen:**

Trainingsbeginn für die vorstehenden Veranstaltungen:

- Landestraining 5. – 2. Kyu um 13.30 Uhr; Zentraltraining ab 1. Kyu um 15.30 Uhr
- Dan-Vorbereitungslehrgang sonntags 10 Uhr
- alle anderen Lehrgänge: Samstag um 15.30 Uhr und Sonntag um 10 Uhr

Wochenlehrgang im LZ Herzogenhorn gemäß separater Ausschreibung!

*Silvia Samendinger,  
Technische Leiterin des AVBW*

## Aikido-Verband Niedersachsen e. V.

### Lehrgangsplan 2008

(Änderungen)

Datum	Veranstaltung	Ausrichter / Ort	Lehrer	Sonstiges
13.12.2008	Zentraltraining ab 1. Kyu	Einbecker SV v. 2006 e. V.	Manuela Magiera, 4. Dan Aikido	Übungswaffen mitbringen
14.12.2008	Landestraining ab 5. Kyu	Einbecker SV v. 2006 e. V.	Norbert Knoll, 3. Dan Aikido	Übungswaffen mitbringen

## Aikido-Verband Niedersachsen e. V.

### Lehrgangsplan 2009

(Stand 08.09.2008)

Datum	Veranstaltung	Ausrichter / Ort	Lehrer
17.01.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Manuela Magiera, 4. Dan Aikido
18.01.2009	Landestraining ab 5. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Damian Magiera, 3. Dan Aikido
14.02.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
14.02.2009	Vorstandssitzung des AVNI	Hannover / Misburg	
15.02.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
21./ 22.02.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	TSV Godshorn v. 1926 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
14.03.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
15.03.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
10. – 13.04.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	Aikido-Verein Hannover e.V.	Michel Martin, 5. Dan Aikido, 4. Grad Katana
18.04.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
19.04.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
02./ 03.05.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	VfB Langenhagen e.V.	Manuela Magiera, 4. Dan Aikido
16.05.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido

17.05.2009	Landestraining ab 5. Kyu	*SG v. 1896 Misburg e.V.	Claus-Dieter Sonnenberg, 3. Dan Aikido
06./ 07.06.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	JKCS Goslar e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
05./ 06.09.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	Braunschweiger Judo-Club e.V.	Roger Zieger, 4. Dan Aikido
12.09.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
12.09.2009	Vorstandssitzung des AVNI	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	
13.09.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
03.10.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	SG Benefeld-Cordingen e.V.	
17.10.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Beddingen e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
18.10.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	TSV Beddingen e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
14.11.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
15.11.2009	Danvorbereitungs- lehrgang ab 1. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
21./ 22.11.2009	Landeslehrgang ab 5. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Alfred Heymann, 7. Dan Aikido
12.12.2009	Zentraltraining ab 1. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Manuela Magiera, 4. Dan Aikido
13.12.2009	Landestraining ab 5. Kyu	Einbecker Sportverein v. 2006 e.V.	Norbert Knoll, 3. Dan Aikido

### Orte für Zentraltraining, Danvorbereitungslehrgänge und Landestraining:

- Hannover OT Misburg, Ludwig-Jahn-Straße
  - \* Aufgrund angekündigter Sanierungsarbeiten an der Sporthalle in Misburg kann der Trainingsort kurzfristig nach Godshorn verlegt werden. Bitte aktuelle Ausschreibung beachten!
- Einbeck, Hubeweg (Hubehalle II)
- Beddingen, Hafestraße
- Godshorn, Schule im Rährweg

### Trainingszeiten:

- Zentraltraining jeweils von 15.30 bis 18 Uhr
- Danvorbereitungslehrgänge und Landestraining jeweils von 9.30 bis 12 Uhr

Die Einladungen zu den Landeslehrgängen, Landestrainings und Landesjugendlehrgängen gehen den Vereinen und Abteilungen vom AVNI aus gesondert zu.

Markus Traupe,  
1. Vorsitzender des AVNI

Dr. Damian Magiera,  
Technischer Leiter des AVNI

合氣道

## **Die letzte Weisheit**

Lasst eure Verteidigung dem Angriff ohne einen Moment des Stockens folgen; dann gibt es keine zwei getrennten Momente, genannt Angriff und Verteidigung.

Morihei Ueshiba