

# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO  
in Deutschland

Ausgabe 2/2018

Nr. 170



# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 2/2018

Nr. 170

## Inhaltsverzeichnis

### Leitartikel

10-jähriges Jubiläum des Netzwerks gegen Gewalt gegen Mädchen und Frauen .....	3
--	---

### Magazin

Ausflug nach Malmö .....	4
Jubiläum „for free“ .....	5
30 Jahre Aikido im DJK Germania Lenkerbeck .....	6
Hubert Luhmann im SBZ Malente .....	8
Patrick David in Schleswig-Holstein .....	9
Bücher aktuell: „Japanisch kochen ganz easy“ .....	11
Wichtige Termine .....	11
Verkettungen in der Kampfkunst Aikido (Fortsetzung) .....	19

### Technik-Serie

Mune-tori-Shomen-tsuki (Tanto) – Juji-garami-Koshi-nage .....	13
---	----

### Aikido-Kids

Einl. zum Bajuwarencamp vom 4. – 11. August 2018 in Inzell .....	17
--	----

### Daten und Fakten

Einl. zum BL am 5./6. Mai 2018 in Hannover .....	23
Einl. zum Internat. Aikido-Pfingstlehrgang vom 19. – 21. Mai 2018 in Heidenheim .....	24
Einl. zum Trainer-B-Weiterbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Frankfurt/M.....	25
Einl. zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Ostfildern-Ruit .....	26
Einl. zum Bundeslehrgang des DAB vom 22. – 24. Juni 2018 in Herten .....	27
Einl. zum BWL I ab 1. Kyu vom 30. Juni – 7. Juli 2018 im LZ Herzogenhorn .....	28
Einl. zum BWL II ab 1. Kyu vom 7. – 14. Juli 2018 im LZ Herzogenhorn .....	30
Einl. zum BWL III ab 2. Dan vom 16. – 21. September 2018 in Bad Blankenburg .....	31
Einl. zum Fachlg. 2 der Ausbild. zum Trainer C vom 12. – 16. Nov. 2018 in Ruit .....	32
Lehrgangspläne 2018: DAB und AVBW (Änd.) .....	34

### Titelbild:

Meister Karl Köppel (8. Dan) mit Rüdiger Scholz (4. Dan) als Uke beim Jubiläumslehrgang des Aikido-Verbands Bayern (s. Artikel auf S. 5) Hier stehen fast 90 Jahre Aikido-Erfahrung als geballte Aikido-Power auf der Matte!



## 10-jähriges Jubiläum des Netzwerks gegen Gewalt gegen Mädchen und Frauen

Liebe Aikidoka,

2008 begann der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) eine Kampagne zur Prävention gegen Gewalt an Mädchen und Frauen, die zunächst den Namen „Gewalt gegen Frauen – nicht mit uns!“ hatte und seit 2015 „Starke Netze gegen Gewalt!“ heißt.



Der DAB war von Anfang an Aktionspartner und wir haben die Vereine in aikido aktuell und auch direkt regelmäßig darüber informiert, was gerade läuft bzw. sich ändert und wie eine Beteiligung möglich ist. Entsprechend können wir nun auf den Zeitraum von 10 Jahren zurückblicken, in denen wir uns auf Bundesebene und einige unserer Mitgliedsvereine sich vor Ort aktiv eingebracht haben.

Wir wollen uns für das Null-Toleranz-Prinzip bei Gewalt einsetzen und Selbstbehauptungs- bzw. -verteidigungsmaßnahmen anbieten, die präventiv vor Gewalt schützen sollen, ggf. unter Einbindung lokaler Hilfe-/Beratungsstellen. Bei Aikido-Schnupperkursen können Mädchen und Frauen ihr Selbstvertrauen stärken, zudem ihre Fitness und das persönliche Wohlbefinden verbessern. Außerdem sind beispielsweise Aktionstage oder die Beteiligung am Vereinswettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt“ möglich, den es seit 2014 gibt und der anstrebt, regionale und lokale Kooperationen zu fördern.

Das 10-jährige Jubiläum bietet den Anlass, die Aktion hier besonders hervorzuheben und für die vielen in deren Rahmen initiierten Maßnahmen danke zu sagen.

Auch der DOSB will das Thema „Keine Gewalt gegen Mädchen und Frauen“ in Kooperation mit den Aktionspartnerinnen und -partnern das Jahr über an verschiedenen Standorten platzieren und in seinen Medien darüber berichten.

Die Vereine können sich Materialien rund um die Jubiläumsaktion „Starke Netze gegen Gewalt!“ unter [www.aktiongegen-gewalt.dosb.de](http://www.aktiongegen-gewalt.dosb.de) herunterladen und Aktivitäten auf <https://starke-netze.dosb.de> veröffentlichen.

Ich möchte euch auch motivieren, euch entweder neu oder weiterhin an der Aktion zu beteiligen und deren Chancen zu nutzen. Außer den genannten Zielen bietet sich die Möglichkeit, die eigene Aikido-Gruppe mit ihren Vorteilen bekannt zu machen. Beispielsweise nehmen die Teilnehmerinnen bei Aikido-Kursen unmittelbar am eigenen Körper wahr, dass Aikido die genannten, zunächst allgemein formulierten Aktionsziele wie die Steigerung des Selbstbewusstseins, der Fitness und des Wohlbefindens sowie die Gewaltprävention individuell auf beste Weise zu erreichen hilft.

Diese Erkenntnis führt hoffentlich dazu, dass solche Kurse bzw. Aktionstage der geeignete Beginn eines kontinuierlichen Übens unserer attraktiven Kampfkunst sind, also des Aiki-Do.

Ich bin immer für euch ansprechbar!  
Eure

*Barbara Oettinger*

Dr. Barbara Oettinger,  
DAB-Präsidentin





## Ausflug nach Malmö

Rund 1000 km ins Dojo hatten wir vor uns, als wir im September morgens um 4 Uhr ins Auto stiegen. 21 Mitglieder und Freunde/-innen der Erhard-Aikido-Gruppe fanden sich zusammen, um für eine ganze Woche nach Malmö zu fahren. Dort hatten wir Gelegenheit, bei Stefan Stenudd (7. Dan Aikido) zu trainieren.



*Meister Stefan Stenudd, 7. Dan*

In der ersten Trainingseinheit zeigte Stefan mit kurzen, ganz sanft aussehenden Bewegungen, wie einfach und doch wirksam Aikido sein kann. Das waren alles Techniken, die wir kannten, ausgeführt mit kleinen Änderungen. Dass es einfacher aussah, als es war, merkten wir schnell, als wir das Gesehene umsetzen wollten. Da funktionierten die altbekannten Techniken, die sonst wie von selbst gingen, plötzlich doch nicht bei allen. Doch mit viel Eifer, viel Geduld und Humor von Stefan und mit viel

Unterstützung der schwedischen Aikidoka waren alle bei der Sache und trainierten solange, bis Stefan und sie selbst zufrieden waren.

Am zweiten Abend zeigte Stefan hauptsächlich Techniken mit dem Schwert. Auch hier waren wir alle mit Feuereifer dabei und trainierten mit Konzentration und Ausdauer. Dabei kam der Spaß nicht zu kurz. Das kurzweilige Training ließen wir anschließend in einer entspannten, fröhlichen Atmosphäre bei schwedischem Essen und Trinken ausklingen.

Aber auch die Kultur kam bei unserem Ausflug nicht zu kurz. Unsere schwedische Reiseführerin, die Aikidoka Therese Milde aus Heidenheim, hatte ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Besuche in Lund und in der dänischen Hauptstadt Kopenhagen standen ebenso auf der Agenda wie ein schwedischer Saunabesuch mit anschließendem Abkühlen in der Ostsee. Beim Hochseefischen konnten wir unsere Angelkünste unter Beweis stellen und kehrten mit reichlich Heringen und Dorschen ans Ufer zurück.



*Kopenhagen*

Auch ein Besuch bei den Ales stenar (Steine von Ale) in der Nähe von Ystad gehörte zum Angebot. Diese Steine sind den Menhiren in Stonehenge vergleichbar. Faszinierend war die Führung durch das Schloss von Malmö und die wechselvolle Geschichte dieses Gebäudes. In den Gemäuern, in denen einst Könige regiert hatten, waren später Sträflinge untergebracht. Besonders beeindruckt waren alle von den Zellen im Keller. Da, wo früher das Pulver für die Kanonen aufbewahrt worden war, mussten Verdächtige ohne Tageslicht und ohne Essen ausharren, bis sie gestanden. Mit Schauern stellte sich die Gruppe vor, dass damals viele gestanden hatten, auch wenn sie unschuldig waren, um diesem Martyrium zu entkommen.

Mit vielen neuen Eindrücken, die uns noch lange in angenehmer Erinnerung bleiben werden, und in dem Bewusstsein, dass dies nicht das letzte Treffen mit Stefan Stenudd war, traten wir nach einer Woche die Heimreise an.

*Elisabeth Kömm-Häfner,  
EAG Heidenheim e. V.*

氣

## Jubiläum „for free“

Am 13. November 2017 wurde der Aikido-Verband Bayern (AVB) 40 Jahre alt. So ein Jubiläum muss natürlich gefeiert werden. Aufgrund des ohnehin vollen Terminkalenders beschloss der Vorstand, den kurz danach traditionell Anfang Dezember stattfindenden Christkindles-Landeslehrgang als Jubiläumslehrgang zu veranstalten.

Wir hatten überlegt, welcher Lehrer dafür angefragt werden sollte. Schnell war man sich einig, an Karl Köppel heranzutreten. Karl hat den AVB und seine Mitglieder wie wenige andere auf der technischen Seite immer unterstützt.

Als Verband wollten wir aber, dass die Veranstaltung auch etwas an die Mitglieder zurückgibt. Wir beschlossen daher, dass

dieses Mal sowohl der vorhergehende Kinderlehrgang, welcher dieses Mal von Werner Ackermann (5. Dan) und seiner Frau Elisabeth (4. Dan) geleitet wurde, als auch der Lehrgang für die Erwachsenen ohne Teilnehmergebühren, also „for free“, stattfinden sollte.

Um einen ausreichenden Besuch des Lehrgangs brauchten wir uns bei dieser Kombination sicher keine Gedanken machen. Letztendlich fanden sich beim Kinderlehrgang ca. 30 und bei den Erwachsenen ca. 145! Teilnehmer ein.

Auch für den ausrichtenden Verein, den Post-SV Nürnberg, war dies einer der größten jemals durchgeführten Lehrgänge. Obwohl man dort in der glücklichen Lage ist, 500 Matten in eigener Halle zu haben, wurden aus einer weiteren Vereinshalle zusätzliche Einheiten geholt, sodass schließlich eine Fläche von insgesamt 575 m<sup>2</sup> zur Verfügung stand.

Karl verstand es in „gewohnter Manier“, Techniken zu üben, bei deren Ausführung auch die Danträger ins Grübeln und Basteln kamen. Langeweile entstand jedenfalls nicht und die beiden Trainingseinheiten waren jeweils gefühlt schnell vorbei.



*Meister Karl Köppel, 8. Dan*

Für die Abendveranstaltung hatte ich in der Gaststätte extra einen größeren Raum komplett angemietet, da wir nicht durch andere Gruppen gestört sein wollten. Ich

war ursprünglich in Sorge, genügend Teilnehmer zu finden, da ich dem Wirt eine Mindestbelegung zugesichert hatte. Aber auch hier wurde ich mit dem gegenteiligen Problem überrascht: Es gab mehr Anmeldungen als Plätze und ich musste leider einigen absagen. So fand das Abendessen in geselliger Runde mit ca. 70 Teilnehmern statt.

Besonders freute mich, dass sich mehrere „alte“ Weggefährten eingefunden hatten. Anlässlich des 40-Jährigen fragte ich „junger Hupfer“ mit nur 37 Jahren Aikido in Stufen nach, wie lange denn die Teilnehmer schon Aikido übten. Als ich mit meiner Frage bei 40 Jahren angekommen war, hatte ich immerhin noch fünf in der Runde. Für diese Ehrengäste – sofern sie an diesem Abend nicht ohnehin Gäste des AVB waren – wurden die Getränke von uns übernommen.

Da ich meine Umfrage damit beendete, wurde ich prompt eines Besseren belehrt: Unser SF Rüdiger Scholz ist schon seit 45 Jahren (länger geht's kaum in Deutschland) aktiv! Rüdiger war für den DAB auch schon bei der Gründung des AVB unterstützend tätig – danke!

In dem Zusammenhang wurde auch unseres früheren AVB-Vorsitzenden, des leider kurz vor der Veranstaltung verstorbenen Edmund Kern, gedacht, der ebenso wie Manfred Basevi (Gründungsmitglied des AVB und seit ca. 38 Jahren Abteilungsleiter beim Post-SV Nürnberg) als Ehrengast eingeladen war. Neben den offiziellen Grußworten war der Abend vor allem auch eine Gelegenheit, sich mit Freunden auszutauschen, die man zum Teil seit Jahren nicht mehr gesehen hatte.

Der Lehrgang ging „wie gewohnt“ am Sonntag mit dem weiteren Training und einem abschließenden Imbiss zu Ende – ein Fest mit Freunden!

Danke an alle, die unseren Verband seit langen Jahren unterstützen!

Danke an alle, die mir geholfen haben, diesen Lehrgang so zu veranstalten!

Eine Chronik des AVB, die unser langjähriger Vorsitzender und Regionaltrainer Wolfgang Schwatke erstellt hat, kann von

Interessierten auf der Homepage heruntergeladen werden.

Ich wünsche unserem Verband viele weitere solch schöne Jubiläen.

*Horst Hahn,  
Aikido-Verband Bayern e. V.*

道

---

## **30 Jahre Aikido im DJK Germania Lenkerbeck**

Am 16.12.2017 begingen wir unser 30-jähriges Bestehen als Aikido-Abteilung im DJK Germania Lenkerbeck 1955 e. V. mit einem Jubiläumslehrgang, der von Renate Behnke, 5. Dan, und Jarek Pierchala, 3. Dan Aikido, geleitet wurde.

Unsere Gruppe fand sich im Jahr 1987 zusammen und hat bis heute Bestand. Diesem Umstand zollte unser Vereinsvorsitzender, Herr Uwe Wegener, in seinem Grußwort seinen größten Respekt. In seiner Ansprache wies er darauf hin, dass es in einem so großen Spartenverein wie dem DJK Lenkerbeck keine Selbstverständlichkeit ist, dass überhaupt eine Abteilung über einen so langen Zeitraum existiert, zumal es sich bei Aikido nicht um eine Ballsportart handelt. Es erfülle ihn mit Stolz, dass es diese Abteilung über den langen Zeitraum geschafft hat, immer noch im Verein präsent zu sein, und das zeuge auch von einem guten Miteinander im Verein. Für unseren weiteren Weg (Do) wünschte uns Uwe alles Gute.

Neben dem Grußwort unseres Vereinsvorsitzenden meldete sich auch der Bürgermeister der Stadt Marl, Herr Werner Arndt, zu Wort. In seiner Ansprache bemerkte er kurz, dass er während seiner bisherigen Amtszeit fast alle Sportarten in seiner Stadt kennengelernt hat. Aktuell fehlen ihm noch Handball, Yachtclub und Aikido. Letzteres könne er nunmehr in seiner Liste abhaken. Der Bürgermeister führte in seiner Rede aus, dass er von den



runden und fließenden Bewegungen im Aikido fasziniert sei. Mit Respekt hätte er die Effektivität des Aikido als Selbstverteidigung gewürdigt. Er bedankte sich ausdrücklich für die freundliche Aufnahme im Dojo und die ausführlichen Erklärungen, die ihm während seines Besuches zuteil wurden.

Der Reigen der Ehrengäste endete hier aber nicht. Frank Mercsak, 6. Dan Aikido und Verbandspräsident unseres Landesverbandes Nordrhein-Westfalen, nahm ebenfalls an unserem Jubiläumslehrgang teil. Auf die Frage des Bürgermeisters, ob das alle anwesenden Würdenträger seien, meldete sich noch Roger Zieger (6. Dan Aikido und Verbandspräsident des Aikido-Verbands Berlin-Brandenburg); auch dieser hatte es sich nicht nehmen lassen, extra aus Berlin anzureisen, um uns zu besuchen. Vielen Dank dafür, Roger.

Als eine besondere Wertschätzung empfanden wir danach den Artikel, den Bürgermeister Arndt auf seinem Facebook-Profil mit großem Sachverstand gepostet hat. Er war noch so freundlich, auch einige Bilder vom Lehrgang zu veröffentlichen. Ein großes Dankeschön dafür.

Michael Hoffmann, der Vereinsvorsitzende des Judo und Budo Club Marl, den ein Stück Vereinsgeschichte mit uns verbindet, hat unseren Vereinslehrgang ebenfalls besucht.



*dichtes Gedränge bei der Gymnasik*

Mit knapp 30 Gästen aus den unterschiedlichsten Vereinen, unter denen sich auch etliche ehemalige Mitglieder unseres Vereins befanden, eröffnete Renate Behnke den Lehrgang. Wie immer brachte Renate alle Teilnehmer mit einer knackigen Gymnastik zum Schwitzen. Die anschließende Fallschule wurde auch von den ehemaligen Vereinsmitgliedern, trotz der langen Pause, souverän gemeistert. Selbst als es darum ging, den Partner an der Hand zu fassen, um mit ihm gemeinsam eine Vorwärtsrolle zu machen, zeigten die Teilnehmer keine Spur von Angst. In den folgenden Techniken Shiho-nage, Kokyu-nage und Irimi-nage legte Renate großen Wert auf die Aufnahme und den Sabaki.

Die erste Hälfte des Lehrgangs verging wie im Flug. Nach einer kurzen Pause, in der sich jeder stärken konnte, leitete Jarek Pierchala die zweite Hälfte ein.

Zunächst wurde die korrekte Aufnahme des Angriffs geübt, bevor Jarek ein Feuerwerk von Techniken abbrannte. In kurzen Abständen stellte Jarek Wurf- und Ablegeformen aus unterschiedlichen Angriffen vor. Wie immer verblüffte er uns mit der Vielzahl an Möglichkeiten, die auf einen Angriff folgen können. Zum Abschluss wurden noch verschiedene Techniken mit dem Stab und dem Schwert zum Besten gegeben.

Es hat wie immer sehr großen Spaß gemacht. Vielen Dank an Renate und Jarek für diesen tollen Lehrgang.





Selbstverständlich gab es nach dem Lehrgang noch ein Geschenk. Daneben haben wir uns aber noch eine besondere Überraschung einfallen lassen: Man muss wissen, dass die Homepage des AC Hertens schon seit langer Zeit nicht mehr online war. Ein Vereinsmitglied hat sich nun an die Arbeit gemacht und die Seite neu aufgebaut. Mittels Beamer wurde die neue Seite präsentiert, welche seitdem sehr zur Freude von Renate und Jarek unter [www.aikido-herten.de](http://www.aikido-herten.de) wieder aufgerufen werden kann.

Der Lehrgang endete zwar offiziell um 18 Uhr, das anschließende gemeinsame Zusammensein dauerte aber noch bis nach 22 Uhr. Es war ein toller Lehrgang mit vielen neuen Eindrücken. Als Résumé lässt sich sagen, dass wir in der langen Zeit als Aikido-Abteilung viele Spuren in der Welt des Budo hinterlassen haben, und das erfüllt uns alle mit Stolz.

Vielen Dank an alle helfenden Hände und Kuchenspender. Vielleicht schafft es ja der eine oder andere Ehemalige wieder auf die Matte. Allein deshalb hätte es sich mehr als gelohnt.

*Klaus Michelbrink,  
Germania Lenkerbeck 1955 e. V.*



---

## **Hubert Luhmann im SBZ Malente**

Die Matte im Sport- und Bildungszentrum Malente in Schleswig-Holstein platzte vom 19. – 21. Januar vor Personen aus allen Nöhten. Glücklicherweise war, wer einen der begehrten Plätze für den Bundeslehrgang mit dem Bundestrainer Hubert Luhmann ergattert hatte. Dieses Jahr konnte Hubert denn auch wirklich kommen und musste nicht kurzfristig einen Polizeieinsatz leiten. Die Anreise klappte auch bei allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen, was im Januar nicht selbstverständlich ist. Tief Friederike, das

am Tag zuvor noch das halbe Land lahmgelegt hatte, hatte sich verzogen.

Bei uns ging es dann gleich sportlich zu: neun Stunden Aikidotraining standen auf dem Programm: In fünf Trainingseinheiten erwarteten uns u. a. Schwert und Verkettungen. Und Hubert ließ sich nicht lumpen. Gut verständlich und einprägsam erklärte und zeigte er die Grundlagen der Schwertarbeit, beginnend beim richtigen Fassen des Bokken, Ausholen, Schlag, Haltung: Alles, was man so braucht – nicht nur für bella figura. In verschiedenen Partnerübungen versuchten wir, zunächst die Mitte zu besetzen – wie man es auch im Kendo praktiziert – und dann anhand des Ziels auf verschiedene Trefferflächen den richtigen Abstand zu finden. Nachdem wir uns mit dem Bokken angefreundet hatten, zeigte er u. a. zwei schöne Kokyu-nage-Formen, die wir fleißig übten.

Der Samstag war ebenso vollgepackt mit schönen Techniken. Am Morgen sollten wir uns mit den ersten Verkettungen beschäftigen. Hier gilt es immer, sich zu sensibilisieren für die schwachen Punkte in der Ausführung des Uke bzw. des Nage, je nach Rollenverteilung. Dieses Prüfungsfach setzt eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Funktion der einzelnen Elemente und ihrer Anordnung in der Technik voraus; kein Wunder also, dass es bei uns erst auf den 4. Dan geprüft wird.

Meiner Ansicht nach besteht bei den Verkettungen immer die Gefahr, dass es zu Knoten im Hirn kommt. Zwar machten wir zwischendrin mit einer Nachmittagseinheit Messer mal Pause vom Verketteten, aber am Abend verzweifelte so mancher, weil er/sie durcheinanderkam: Wer muss jetzt was machen? Gleiche Rolle, wechselnde Rolle? Das war sehr lustig.

Hubert erklärte stets präzise, verständlich und nachvollziehbar die Funktionsweisen der einzelnen Techniken. Besonderen Wert legte er darauf, die komplette Angriffssituation im Blick zu haben und den/die Uke wirklich in einem sicheren Endhebel zu fixieren, sodass nichts mehr passieren und man ggf. Hilfe herbeirufen kann.



Meister Hubert Luhmann, 7. Dan

Am Sonntag machten wir in unserer letzten Einheit noch einmal Waffe gegen Waffe. Wir übten z. B. die Abwehr von Shomen-uchi mit dem Bokken mittels Stab, Schwert, Messer und Togatana. Ma-ai und Zentrumseinsatz sind hier unerlässlich, um Uke aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Sehr gut gefallen hat mir, dass Hubert die Themen der Einheiten stets so wählte, dass es sehr abwechslungsreich war und man nach Phasen des intensiven Rollens dann mit Grundübungen zu den Waffen in den Stand zurückkehren konnte.

Ich habe viel gelernt, viel Spaß gehabt, habe abends munter geplauscht und mich weder an Grippe angesteckt noch verletzt. Ein gelungener Lehrgang.

Vielen Dank an Hubert für das schöne Training und an Ulrich für die Organisation.

Frauke Drewitz,  
AC Lübeck e. V.

氣

## Patrick David in Schleswig-Holstein

Am ersten Wochenende des neuen Jahres begrüßte die Kaltenkirchener Turnerschaft Patrick David (3. Dan) aus Ingolstadt zu einem Wochenend-Seminar.

Obwohl jemand sagte, dass er nicht mehr zu den gaannz Jungen gehörte, so hinterließ Patrick doch einen anderen Eindruck: Aufwärmen mit ihm ähnelte einem riesigen Gewühle auf dem Pausenhof in der Schule. Was mit einem einfachen Durcheinanderlaufen begann, steigerte sich in schnell wechselnde Übungen mit einem Entgegenkommenden. Begeistert klatschten wir mit Hand und Fuß ab, hüpfen wie bewegliche Wiesel (ja, wirklich alle!) auf der knapp 260 m<sup>2</sup> großen Mattenfläche, lachten, kicherten, fielen hin und standen immer wieder auf.

Damit jedem der 50 Teilnehmer ohne Ausnahme der Schweiß auf der Stirn stand, wurden zwei Aikidoka als Jäger benannt, die jeweils einen anderen „einfangen“, einhakten und sich mit viel Spaß neue „Opfer“ suchten. Unschwer lässt sich an dieser Stelle bereits erahnen, dass Patrick als Trainer oft mit Kindern und Jugendlichen zu tun hat.

Mit kleinen Übungsausschnitten begann Patrick, die Teilnehmer an sein Thema heranzuführen: Nicht jede Technik kann mit jedem Angreifer auf die identische Art und Weise ausgeführt werden. Es gibt bewegliche Uke, die sich gleich Wasser in jeder Lage perfekt führen lassen, und andere, die an einen Felsblock erinnern. Insofern kann niemals von der richtigen Technik gesprochen werden. Es gibt immer eine Bandbreite, in der sich Nage je nach Situation bewegen sollte. Es ist immer ein Abwägen!

Von Anfang an achtete Patrick darauf, die Fußbewegung deutlich zu benennen, um die Technik mit den Händen zu erleichtern; es gab klare Vorgaben mit klaren Aus-

führungen; nichtsdestotrotz manchmal schwierig in der Umsetzung. Wenn der Blickwinkel verändert wird, dann wandelt sich eine vermeintlich „simple“ Übung in eine Kopfknochelei. Diese kleine Veränderung zwang so manchen, das an sich gewohnte Ausüben eines Ude-osae dann doch wieder einmal ruhig und bedächtig durchzuführen, auch wenn viele Jahre Trainingserfahrung den Körper konditioniert hatte.



Meister Patrick David, 3. Dan

Interessant ist dann das Hervorheben der unterschiedlichen Stile zwischen den Teilnehmern, die alle auf ihre Art richtig sind, doch ihre Vor- und Nachteile besitzen, je nachdem mit welchem Partner oder Impuls gearbeitet werden darf. Patrick führte die zwei Extreme zusammen, verband sie und stellte einen neuen Aspekt in den Vordergrund:

Ude-osae lässt sich einerseits mit einer sehr eleganten Aufnahme des entgegengebrachten Impulses ausführen, als begleite Nage seinen Uke zur Tanzfläche. Andererseits kann mit dem Heben des greifenden Armes vor dem Zentrum das Gleichgewicht des Uke sofort gebrochen werden. Wie leicht glauben wir daran, dass es immer den einen richtigen Weg gibt, nur weil er unserer Überzeugung entspricht! Wie bereichernd ist dann die Auffassung junger Generationen, die sich die Gegensätze

anschauen, diese zusammenführen und etwas Neues erwachsen lassen!

Patrick übernahm den Beginn der eleganten Version, führte Uke mit seinem Impuls knapp an sich vorbei, drehte diesen mit dem Arm wieder zu sich, sodass Uke ein Bein heben musste, um sein Gleichgewicht wieder herstellen zu können; an diesem Punkt greift dann wieder die direkte Form. Im Grunde ist es simpel, dennoch bedarf es einiger Übung.

So fanden sich während des Trainings immer wieder neue Aspekte für alte Formen, die Patrick mit viel Energie und bildhafter Sprache verdeutlichte: Eine Handhaltung wurde dadurch zur „Sprechpuppe“ oder gar zur „WC-Ente“. Schritte pointierte er mit Hüpfen oder schnellen Drehungen um Uke herum, damit bei der Hand-Fuß-Koordination eine leichtere Erinnerung und Umsetzung stattfinden konnte.



Die Zeit verging durch das energiegelolle Treiben wie im Fluge und hinterließ durchweg das gute Gefühl, eine Menge neues Wissen mit viel Spaß beigebracht bekommen zu haben. Das ist doch ein guter Start ins neue Aikido-Jahr, oder?

Die Kaltenkirchener Turnerschaft bedankt sich bei Patrick für diesen schönen „Neujahrs-Lehrgang“ und freut sich auf ein Wiedersehen! Bis bald auf der Matte!

Christine F. Behrens,  
Kaltenkirchener TS e. V.

道



## Bücher aktuell

Rezension des Buches von Harumi Kurihara

### „Japanisch kochen ganz easy“

Das Kochbuch enthält 75 Rezepte, wobei die Autorin sich bemüht hat, eine original japanische Küche auf bei uns Erhältliches anzupassen. Allerdings machen die Liste der „unentbehrlichen Zutaten“ und ihre Erläuterung zu Beginn des Buchs rasch klar, dass das dennoch einen gewissen Aufwand erfordert. Supermärkte, Sonderaktionen von Discountern, Asia-Shops und das Internet führen aber hoffentlich zum Erfolg und die beschriebenen Speisen sollten dann auch von weniger ambitionierten Köchinnen und Köchen schnell und einfach zubereitet werden können.



Die japanische Küche wird immer wieder als gesund beschrieben und die aufgeführten Rezepte unterstreichen dies, beispielsweise aufgrund der Verwendung von viel Gemüse. Es fehlen allerdings Nährwertangaben und Hinweise zur Verträglichkeit der Zutaten; auch sonstige Hintergrundinformationen kommen etwas zu kurz. Wenn jemand nur ein „japanisches“ Kochbuch im Schrank stehen haben möchte, muss er z. B. berücksichtigen, dass es bei einem einzigen Rezept zur Zubereitung von Sushi bleibt und die Rubrik „Desserts“ fehlt.

Schöne Fotos verdeutlichen allerdings, dass nicht nur Japanfans sich mit dieser Anleitung leckere Gerichte zu Hause zubereiten können und keine Fernreise notwendig ist, um Japan kulinarisch näher zu kommen.

Harumi Kurihara:

Japanisch kochen ganz easy

ISBN 978-3-8310-1631-0, 19,95 €

Verlag: Dorling Kindersley; 4. Auflage 2016, 192 Seiten, 100 Farbfotografien, gebunden, 26,3 x 20,5 cm

aa-Redaktion



## Wichtige Termine

**2. April 2018:** Meldeschluss für den BL des DAB am 21./22. April 2018 in Bietigheim

**15. April 2018:** Meldeschluss für den Trainer-C-Weiterbildungslehrgang vom 1. – 3. Juni 2018 in Bad Blankenburg

**28. April 2018:** Meldeschluss für den BL des DAB am 5./6. Mai 2018 in Hannover

**4. Mai 2018:** Meldeschluss für den Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Ostfildern-Ruit



**5. Mai 2018:** Meldeschluss für das Bajuwercamp vom 4. – 11. August 2018 in Inzell

**6. Mai 2018:** Meldeschluss für den Internationalen Aikido-Pfingstlehrgang vom 19. – 21. Mai 2018 in Heidenheim

**7. Mai 2018:** Meldeschluss für den BWL II vom 7. – 14. Juli 2018 im LZ HZH

**13. Mai 2018:** Meldeschluss für den Trainer-B-Weiterbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Frankfurt/M.

**31. Mai 2018:** Meldeschluss für den BWL I vom 30. Juni – 7. Juli 2018 im LZ HZH

**10. Juni 2018:** Meldeschluss für den BL vom 22. – 24. Juni 2018 in Herten

**14. Juli 2018:** Meldeschluss für den BWL III ab 2. Dan Aikido vom 16. – 21. September 2018 in Bad Blankenburg

**28. September 2018:** Meldeschluss für den Fachlehrgang 2 der Ausbildung zum Aikido-Trainer C vom 12. – 16. Nov. 2018 in Ostfildern-Ruit

氣

---

Anzeige:



## Weiterbildung

zur Budopädagogin<sup>©</sup>  
zum Budopädagogen<sup>©</sup>

Das Institut für Budopädagogik (IfBP) bietet die nächste Ausbildungsstaffel der **berufsqualifizierenden Weiterbildung (2018–2020)** in Kooperation mit dem Berufsverband (BvBP) und den international führenden Instructors für Budopädagogik an. Als zusätzliche Referenten sind Budopädagogik-Master und Budotherapeuten sowie hochrangige Budolehrer und Experten aus Wissenschaft und Praxis vorgesehen.

Die **Termine und Ausbildungsorte des 14. Ausbildungsganges** sind:

- September 2018 im Kloster Hainburg (*Hessen*),
- Februar 2019 in einem Budo-Dojo in Schifferstadt (*Rheinland-Pfalz*),
- eine Intensivwoche im Mai 2019 in einem alten Gutshof in Südschweden (*Småland*),
- im Juli 2019 in einem Gutshaus in Glashagen (*Mecklenburg-Vorpommern*),
- im September 2019 in einem Budo-Dojo in Wien (*Österreich*) und
- das Abschlusskolloquium im März 2020 in der Kampfkunst-Akademie Stade,
- auf Wunsch: Januar 2020 ein zusätzliches Vorkolloquium in Frankfurt.

**Die Bewerbungsfrist beginnt jetzt! Achtung, begrenzte Teilnehmerzahl!**

Ausschreibung auf: [www.budopaedagogik.de](http://www.budopaedagogik.de)

## Mune-tori-Shomen-tsuki (Tanto) – Juji-garami-Koshi-nage

von Bundestrainer Hubert Luhmann, 7. Dan

Uke zieht Nage mit einer Hand am Revers auf sich zu, während sie zeitgleich mit dem Messer in Richtung Unterleib/Bauch sticht.

(1)



Nage verkürzt die Distanz zu Uke, indem er die Zugbewegung Ukes nutzt. Dabei führt er den Ellbogen des Arms von Uke, der das Revers greift, nach oben.

(2)



Die waffenführende Hand wird mit der anderen Hand Nages nach vorn geführt. Wichtig ist dabei der richtige Augenblick, damit Uke außer Gleichgewicht gebracht werden kann.

(3)



Nage setzt seine Bewegung fort. Ukes oberer Arm wird weiter nach oben und vorn geführt, während Nage seine Hüfte und sein Zentrum unter das Zentrum Ukes bringt.

Auch die waffenführende Hand Ukes wird kontinuierlich weiter nach vorn geführt.

(4)



Beide Ellbogen Ukes werden übereinander gelegt. Nages Hüfte blockiert dabei den Körper Ukes. Die Gleichgewichtsbrechung Ukes wird jetzt durch die Führung von Ukes Oberkörper über die Hüfte Nages weiter betrieben.

(5)



Mit einer Drehbewegung seines Oberkörpers und der zeitgleichen Anhebung des eigenen Zentrums setzt Nage die Gleichgewichtsbrechung weiter fort. Das Messer weist dabei von Nage weg.

(6)



Nach der endgültigen Gleichgewichtsbrechung wird Uke zu Boden geworfen. Nage kontrolliert die Fallbewegung am Ellbogen Ukes bzw. am Handgelenk der waffenführenden Hand.

(7)



Nachdem Uke auf dem Boden aufgekommen ist, wird dieser sofort durch Nage mittels Druck auf das Ellbogengelenk von der Seiten- in die Bauchlage gedreht.

(8)



Nage fixiert Uke am Boden, während er das Handgelenk Ukes nach innen kippt und so das Messer aus dem Griff Ukes löst.

(9)





Detailaufnahme der Drehung: Nage kontrolliert Ellbogengelenk und Handgelenk. Die Drehung Ukes in die Bauchlage wird durch Druck auf das Ellbogengelenk erzielt.

(10)



Das Zentrum Nages ist oberhalb der Schulter Ukes positioniert und trägt so zur Fixierung Ukes in Bauchlage bei.

(11)



Nage fixiert Uke indem er ein Knie auf den Kopf und das andere Knie in den Bereich der Hüfte Ukes setzt.

**Wichtiger Hinweis:** Auf keinen Fall das Knie auf den Nacken Ukes setzen!

Uke wird am Ellbogengelenk und am Handgelenk kontrolliert.

道

(12)



# BAJUWARENCAMP

der Jugend des Deutschen Aikido-Bundes e. V.  
vom 4. – 11. August 2018



**Ausrichter:** Aikido-Verband Bayern e. V.

**Ort:** Sportcamp Inzell, Holzen 4 – 6, 83334 Inzell;  
[www.blsv-sportcamp-inzell.de](http://www.blsv-sportcamp-inzell.de)

**Organisator:** Josef Nemeth, Jugendleiter AVBy e. V.

**Trainer:** Patrick David, 3. Dan; Ralf Salfer, 3. Dan; Markus Daigeler, 2. Dan;  
Karina Rettenberger, 1. Dan; Markus Gruber, 1. Dan; Marc Fachinger, 1. Dan, und andere

**Betreuer:** Erfahrene Betreuer/-innen sind rund um die Uhr für euch da.

**Wer darf dabei sein:** alle Aikidoka von 9 bis 18 Jahren ohne Gürtelbeschränkung, ältere Teilnehmer nach Absprache

**Was erwartet euch:** Aikido in Theorie und Praxis, Lagerleben mit Nachtwanderung, Grillen, Lagerfeuer, Gitarre und Gesang. Weitere sportliche Freizeitangebote wie Fußball, Tischtennis, Schwimmen, Beachvolleyball, Beachsoccer, Geocaching, Slackline, Bogenschießen, Kletterwand usw.

**Unterbringung:** erfolgt in Blockhütten zu etwa 10 bis 14 Personen

**Kosten:** 215 € für Übernachtung, Vollverpflegung, Anlagennutzung und Beiprogramm. Die Bettwäsche kann mitgebracht oder gegen 5 € Gebühr ausgeliehen werden.

**Anmeldung:** schriftlich bis zum **5. Mai 2018** über euren Verein bei Josef Nemeth, Buchenlandstr. 1, 86438 Kissing, Mail: [jugend@aikido-bayern.de](mailto:jugend@aikido-bayern.de). Bitte verwendet für die Anmeldung das Formblatt, welches auf [www.aikido-bayern.de](http://www.aikido-bayern.de) bzw. [www.aikido-jugend.de](http://www.aikido-jugend.de) zu finden ist. Darin ist auch die zwingend erforderliche Elternerklärung abgedruckt.

Die Teilnahmegebühr (ohne Bettwäsche 215 €, mit Bettwäsche 220 €) ist bis 05.05.2018 auf das folgende Konto zu überweisen: AVB e. V., IBAN: DE75 7316 0000 0001 8056 90, BIC: GENODEF1MIR **Bitte „BC18“ und die Namen der Teilnehmenden mit angeben!!** Bei nicht fristgerechtem Eingang der Teilnehmergebühr kann der Platz anderweitig vergeben werden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine Zu- bzw. Absage erfolgt direkt nach dem Meldeschluss.

**Mitbringen:** Eine Packliste steht unter den oben angegebenen Internetadressen bereit.

**Anreise:** müsst ihr selbst bzw. über den Verein/die Abteilung organisieren. Wer mit der Bahn kommt, wird in Traunstein am Bahnhof abgeholt.

**Beginn:** am Samstag, den 04.08.2018, ab 14 Uhr

**Ende:** am Samstag, den 11.08.2018, ca. 11 Uhr



Das Bajuwarencamp wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP) gefördert.



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Fiona Lüdecke,  
Bundesreferentin Jugend des DAB e. V.

Josef Nemeth,  
Organisator und Jugendleiter des AVB e. V.



## Verkettungen in der Kampfkunst Aikido

Zulassungsarbeit für die Prüfung zum 5. Dan Aikido von Wolfgang Kronhöfer, Eisenbahner-SV Augsburg e.V. (2016)

(Fortsetzung von Heft 4/2017)



Bild 25

### 5.2.5 Ude-osae / Kokyu-nage

Nach der Körperdrehung und dem anschließenden Herunterführen des Armes kann Uke durch eine schnelle Bewegung nach vorn ein Mae-ukemi ausführen und könnte den Nage mitziehen und z. B. als Kokyu-nage werfen.

Anwendungsform: wR/wT



Bild 24

### 5.2.6 Ude-osae / Aiki-otoshi

Nach der Körperdrehung und dem anschließenden Herunterführen des Armes wurde das Gleichgewicht des Uke nicht gebrochen. Uke stabilisiert sich und greift von hinten in die Kniekehlen des Nage (z. B. Aiki-otoshi).

Anwendungsform: wR/wT



Bild 26



### 5.2.7 Ude-osae / Kote-gaeshi

Nage vollendet die Technik bis zum anschließenden Hebeln des Armes am Boden. Es gelingt ihm aber nicht, die Schulter des Uke zu kontrollieren und Uke kann sich durch Hochdrücken seines Beckens über die am Boden liegende Schulter nach vorn wegrollen.

Je nachdem, wie der Uke sich aus dem Hebel rollt, muss Nage entsprechend reagieren, um den Uke noch kontrollieren zu können (z. B. Kote-gaeshi).

Anwendungsform: gR/wT



Bild 27



Bild 28



Bild 29



Bild 30

Das Ergebnis dieser kurzen beispielhaften Technikdarstellungen zeigt, dass es einen Moment der Entscheidung gibt, wer ab diesem Zeitpunkt die Führung übernimmt und die gleiche oder eine andere Technik ausführen kann.

## 6. Ziel des Übens von Verkettungen

Grundsätzlich ist davon auszugehen, dass ein Aikidoka gewillt ist, seine Verteidigungstechnik immer zielorientiert und konsequent einsetzen, um einen unvermeidlichen Angriff so schnell wie möglich abzuwehren.

Durch das lehrmethodische Üben der Verkettungen, also durch wechselweises Angreifen von Uke und Nage, wird der Aikidoka darauf sensibilisiert, sich augenblicklich auf veränderte Verteidigungsvarianten einzustellen. Er bekommt ein frühzeitiges Gespür dafür, ob und wann seine Technik zum gewünschten Erfolg führt.

Der Aikidoka lernt, seine Technik zielgerichtet einzusetzen, ohne aber geistig an sie gebunden zu sein. So nimmt er während der Ausführung einer Technik sein Umfeld und besonders den Trainingspartner bewusst wahr, um sich situationsbedingt augenblicklich neu orientieren zu können. Er erspürt augenblicklich, wann sein Gegenüber geistig und körperlich instabil wird, um ihn dann selbst zu kontrollieren.

Das Prinzip „Erkennen der Zusammenhänge“ wird ihm beim Üben deutlich erkennbar. Er lernt, wann welche Technik zum richtigen Zeitpunkt auch tatsächlich die erhoffte Wirkung erzielt.

Ebenso wird das Prinzip „Erkennen des Augenblicks“ deutlich. Er lernt, wann der richtige Augenblick für den Ansatz einer Technik vorliegt, um diese auch zielorientiert einzusetzen.

Das Üben von Verkettungen trainiert – aufgrund der ständigen Positionswechsel und ggf. Rollenwechsel – die körperliche Belastbarkeit und geistige Flexibilität.

Deshalb ist es sinnvoll, im Training Verkettungen zu üben.

## 7. Wie können Verkettungen verhindert werden?

Beim Üben von Verkettungen muss dem Aikidoka bewusst sein, dass bei einer rich-

tigen, konsequenten Ausführung einer Technik die Verkettung nicht zustande kommt.

Nur wenn der Aikidoka Schwachstellen in seiner Technik hat, bietet sich für Uke die Möglichkeit, hier mit „Kontertechniken“ auf den Nage einzuwirken.

Bereits zu Beginn einer Technik muss der Aikidoka daher mögliche Schlüsselpositionen (Neutralisationspunkte) erkennen und verhindern, dass hier eine Veränderung der Technik möglich wäre. Mit dem richtigen Einsatz der Elemente und Prinzipien muss der Nage die Technik so ausführen, dass er immer eine Kontrolle über den Uke besitzt.

Hilfreich ist es für den Nage zu wissen, wo mögliche Neutralisationspunkte liegen, um zu verhindern, dass der Uke die Kontrolle über die Technik und somit über den Nage übernimmt.

Um hier einen realistischen Ablauf zu üben und zu trainieren, ist es wichtig, dass der Uke richtig, also mit genügend Energie angreift.

## 8. Abschließende Bemerkung

Bei der Ausführung einer Technik ergeben sich an verschiedenen Stellen Schlüsselpositionen. Dies gilt für unterschiedliche Stellungen auch im zeitlichen Ablauf. Hieraus ergibt sich eine Vielzahl von möglichen Technik-Kombinationen.

Abhängig davon in welchen Positionen Nage und Uke zueinander stehen und die jeweiligen Elemente und Prinzipien situationsbedingt zum Tragen kommen, können sich nach Erreichen der Schlüsselpositionen unterschiedliche Bewegungsabläufe entwickeln und folglich unterschiedliche Technik-Ausführungen entstehen. Dies kann bedeuten, dass sich an der ersten Schlüsselposition eine andere mögliche Technik-Kombination als an der zweiten Schlüsselposition ergibt.

Beim Üben von Verkettungen werden hohe Ansprüche auch an den Uke gestellt. Er muss wie der Nage über die fachlichen Voraussetzungen verfügen, um alle

Schlüsselposition der zahlreichen Techniken zu kennen und zu beherrschen. Auf diesem Niveau muss er ebenfalls über die körperlichen und geistigen Fähigkeiten verfügen, um zu erspüren, wann sich der Nage – aufgrund seines fehlerhaften Verhaltens – in einer körperlichen und geistigen instabilen Lage befindet. Er muss bewusst wahrnehmen können, wann die Angriffsbewegung des Gegenübers soweit an Heftigkeit verloren hat, dass diese ohne Kraft und daher neutralisiert ist.

Gerade beim Üben von Verkettungen sind der gegenseitige Austausch und die gegenseitigen Unterstützungen und ggf. die wohlwollende Kritik zwischen Nage und Uke wichtig. Nur so können sich beide in der gewünschten Weise positiv körperlich und geistig entwickeln.

Mit dem Wissen und frühzeitigen Erkennen der o. g. Schlüsselpositionen ist davon auszugehen, dass der Aikidoka gewillt ist, seine Verteidigungstechniken immer zielorientiert und konsequent einzusetzen, um einen unvermeidlichen Angriff so schnell wie möglich abzuwehren. Mit seinem konsequenten Einsatz ist der Aikidoka bestrebt, seinem Gegenüber keine Chance zu einem nochmaligen Angriff zu ermöglichen. Daher ist die etwaige Vermutung nicht stichhaltig, dass der Nage bewusst eine Verkettung entstehen lässt (also eine wirkungsvolle Gegenreaktion des Uke zulässt), um den Uke in einem zweiten An-

satz zu überwinden. Dies würde bedeuten, sich ohne Not nochmals in Gefahr zu bringen, und es widerspricht dem Grundsatz der Verteidigung im Aikido.

Abschließend ist festzustellen, dass aufgrund der hohen geistigen und körperlichen Anforderungen, die beim Trainieren von Verkettungen an die Aikidoka gestellt werden, dieser Bereich wohlwissend auf diesem Niveau als Prüfungsinhalt beim DAB eingestuft wird.

Dessen ungeachtet sollten Aikidoka aber nicht erst zu den jeweiligen Prüfungen an die Verkettungen herangeführt werden. Auch bei den Kyu-Graden sollten – entsprechend dem Leistungsstand – einfache Formen der Verkettungen zum Heranführen an die Elemente und Prinzipien des Aikido und zum Üben der körperlichen Mobilität trainiert werden.

So können die durchaus traditionellen Formen der Verkettungen schon frühzeitig zur positiven körperlichen und geistigen Entwicklung der Aikidoka auf der Ebene der Kyu-Grade und der Dan-Grade gleichermaßen beitragen.

## 9. Literaturhinweise:

- Rolf Brand: Aikido; Falkenverlag
- W. Schwatke: Lehrhilfe vom 20.12.2011
- W. Schwatke: „Die Aufgabe des Uke“; Artikel aus aikido aktuell, Heft 3/2014



SCHNELL - FLEXIBEL - KOMPETENT.

IHR STARKER  
PARTNER IN SACHEN  
**AIKIDO**

Besuchen Sie uns auf  
[phoenix-budoshop.de](http://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](mailto:info@phoenix-budo.de)  
[www.phoenix-budo.de](http://www.phoenix-budo.de)

- 
- H. Luhmann: „Eigenschaft eines Uke aus Sicht von erfahrenen Trainerinnen und Trainern“; Artikel aus aikido aktuell, Heft 3/2014 Bobingen, den 18.01.2016
  - Werner Lind: Das Lexikon der Kampfkünste *Wolfgang Kronhöfer*




---

## Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 5./6. Mai 2018 in Hannover

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e. V.

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

**Lehrer:** Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Jens Nagel, Harenberger Str. 26, 30453 Hannover;  
Jens.Nagel@Aikido-Verein-Hannover.de

**Lehrgangsort:** Freie Waldorf Schule, Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 70, 30173 Hannover

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

**Lehrstoff:** Ude-kime-osae, Ude-kime-nage, Messertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers. Es werden insgesamt 2 Trainingseinheiten der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 05.05.2018:** 15.30 Uhr – 18.00 Uhr Aikido-Training; anschließend auf Wunsch gemeinsames Essen und gemütliches Beisammensein

**Sonntag, den 06.05.2018:** 9.30 Uhr – 12.00 Uhr Aikido-Training; anschließend Verabschiedung und Abreise

**Lehrgangsgebühr:** Es wird eine Lehrgangsgebühr in Höhe von 10 € erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Eine Übernachtung im Dojo ist nicht möglich.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher 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 möglich. Die Anmeldung gilt automatisch als bestätigt, wenn keine separate Absage erfolgt.

**Meldeschluss:** Die Meldung muss bis spätestens **28. April 2018** erfolgt sein.

Wir wünschen allen, die am Lehrgang teilnehmen, eine gute Anreise, sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,*  
Präsidentin des DAB

*Karl Köppel,*  
Vizepräsident Technik des DAB

*Jens Nagel,*  
Lehrgangsleiter



## Einladung zum Internationalen Aikido-Pfingstlehrgang vom 19. – 21. Mai 2018 in Heidenheim

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

**Ausrichter:** Erhard Aikido-Gruppe e. V. (EAG), Heidenheim.

**Lehrerin:** Miranda Saarentaus, 6. Dan Aikikai Tokio, aus Helsinki

**Lehrgangsleiter:** Georg Jooß, Iltisweg 4, 89555 Steinheim;  
Tel.: 07329 / 5499, E-Mail: georg.jooss@t-online.de

**Lehrgangsort:** Sporthalle beim Werkgymnasium, Römerstraße 101, 89522 Heidenheim

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 2. Kyu mit e. V. gültigem Aikido-Pass.  
Gäste aus anderen Verbänden ab 2. Kyu sind herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** nach Maßgabe der Lehrerin, Schwerpunkt Jo

### **Zeitplan:**

**Samstag, den 19. Mai 2018:** bis 15.30 Uhr Anreise, Abwicklung organisatorischer Angelegenheiten, 16 – 18.15 Uhr Aikido-Training, 19.30 Uhr Abendessen auf Wunsch (bitte bei der Meldung angeben).

**Sonntag, den 20. Mai 2018:** ab 9 Uhr Einlass, 9.30 – 11.45 Uhr Aikido-Training; 15.30 Uhr Einlass, 16 – 18.15 Uhr Aikido-Training

**Montag, den 21. Mai 2018:** ab 9 Uhr Einlass, 9.30 – 11.45 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Heimreise

**Kosten:** Es wird eine Lehrgangsgebühr von 15 Euro erhoben. Unterbringung und Verpflegung sind von den Teilnehmern selbst zu bezahlen.

**Unterkunft:** Zimmerangebote stehen im Internet unter  
[www.heidenheim.de/tourismus-kultur/uebernachten-essen-und-trinken/uebernachten.html](http://www.heidenheim.de/tourismus-kultur/uebernachten-essen-und-trinken/uebernachten.html).

Anfahrtsskizze bitte aus [www.aikido-heidenheim.de](http://www.aikido-heidenheim.de) entnehmen.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung bis spätestens **6. Mai 2018** und Bestätigung durch den Lehrgangsleiter möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Aikido-Grad und ggf. Teilnahme am Abendessen.

**Hinweis:** Die Lehrgangsplätze sind begrenzt! Nach Meldeschluss werden keine Anmeldungen mehr berücksichtigt. **Bitte die üblichen Übungswaffen nicht vergessen!**

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Georg Jooß,  
Lehrgangsleiter*

## Einladung zum Trainer-B-Weiterbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Frankfurt/M.

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Hessen e.V.

**Lehrer:** Bundesreferent Lehrwesen und andere

**Lehrgangsleiter:** Dr. Dirk Bender, Am Kötschauer Weg 49, 99510 Saaleplatte;  
Tel.: 036425 / 204921, Fax: 036425 / 204922, E-Mail: lehrwesen@aikido-bund.de

**Lehrgangsort:** Landessportschule Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt;  
Tel. 069 / 6789-0, [www.landessportbund-hessen.de/bereiche/sportschulen-tagungsstaetten/frankfurt/](http://www.landessportbund-hessen.de/bereiche/sportschulen-tagungsstaetten/frankfurt/)

**Teilnahmeberechtigt:** Inhaber der Trainerlizenz B Aikido des DAB

**Lehrstoff:** Vertiefung und Erweiterung von Themenbereichen gemäß OTB-DAB etc.

**Zeitplan:**

**Freitag, den 15.06.2018:** bis 17 Uhr Anreise, anschließend Erledigung der Formalitäten; 18 Uhr Abendessen, 19 – 20.30 Uhr Unterricht. Der weitere Zeitplan wird bei Lehrgangsbeginn verteilt.

**Samstag, den 16.06.2018:** Unterricht in Theorie und Praxis

**Sonntag, den 17.06.2018:** Unterricht in Theorie und Praxis, Abreise nach dem Mittagessen

**Leistungen:** Der DAB übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsleiter und die Organisation des Lehrganges.

**Lehrgangsgebühr:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Unterrichtsmaterialien werden nach Möglichkeit gestellt oder zum Selbstkostenpreis abgegeben.

**Unterkunft:** Die Teilnehmer werden in der Sportschule untergebracht und verpflegt. Die Kosten hierfür sind auf das Konto DAB-BLA Dr. Dirk Bender, **IBAN DE13 8207 0024 0535 9344 00** zu überweisen (Verwendungszweck: „TrB-WB Juni\_2018, Vereinsname, Teilnehmername“) und betragen bei Gewährung von Vergünstigungen 120 €/Person im 2-Bett-Zimmer, soweit in der Teilnahmebestätigung kein anderer Betrag genannt wird. Bei Inanspruchnahme eines Einzelzimmers erhöhen sich die Übernachtungskosten um 10 €/Nacht (gesamt 140 €/Person).

**Verpflegung:** Für Teilnehmer, die keine Unterkunft in Anspruch nehmen wollen, besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an der Verpflegung in der Sportschule.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben), Überweisung der Unterbringungskosten bis zum Anmeldeschluss und schriftlicher Bestätigung möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikido-Grad, Lizenznummer, Gültigkeitsdauer der Lizenz.

**Lizenzverlängerung:** Für die Verlängerung der Lizenz sind weitere Voraussetzungen zu erfüllen. Es sei auf die OTB-DAB (Ziffer 3.2.2) verwiesen. Die Lizenzverlängerung kann im letzten Quartal der Gültigkeit beim BLA beantragt werden.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens **13. Mai 2018** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am Trainerlehrgang teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird um sofortige Mitteilung an den Lehrgangsleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik)*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesref. Lehrwesen, Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 15. – 17. Juni 2018 in Ostfildern-Ruit**

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Baden-Württemberg e. V.

**Lehrer:** verschiedene Referenten des AVBW und andere

**Lehrgangsleiter:** Arno Zimmermann, Gustav-Mahler-Str. 16, 70195 Stuttgart;  
Tel.: 0711 / 88819585, E-Mail: lehrwesen@aikido-avbw.de

**Lehrgangsort:** Sportschule Ruit, Kirchheimer Str. 125, 73760 Ostfildern;  
Tel. 0711 / 3484-0, [www.landessportschule-ruit.de](http://www.landessportschule-ruit.de)

**Teilnahmeberechtigt:** Inhaber der Trainer-C-Fachlizenz Aikido des DAB (mit Vorrang für Inhaber, deren Lizenz 2018 ausläuft). Für eine Lizenz-Verlängerung sind noch die weiteren Voraussetzungen der OTC-DAB (Abschnitt 4.4.2) zu erfüllen.

**Lehrstoff:** Vertiefung und Erweiterung von Themenbereichen gemäß OTC-DAB etc.

**Zeitplan:**

**Freitag, den 15.06.2018:** bis 17 Uhr Anreise, anschließend Erledigung der Formalitäten. 17.45 Uhr Abendessen, 19.30 – 21 Uhr Unterricht. Der weitere Zeitplan wird bei Lehrgangsbeginn verteilt.

**Samstag, den 16.06.2018:** Unterricht in Theorie und Praxis

**Sonntag, den 17.06.2018:** Unterricht in Theorie, Abreise nach dem Mittagessen

**Leistungen:** Der DAB übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsleiter und die Organisation des Lehrganges.

**Lehrgangsgebühr:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Unterrichtsmaterialien werden zum Selbstkostenpreis abgegeben.

**Unterkunft:** Die Teilnehmer werden in der Sportschule untergebracht und gepflegt. Die Kosten hierfür sind auf das Konto **Aikido-Verband BW, IBAN: DE24 6325 0030 0046 0361 17** zu überweisen (auf der Überweisung bitte den Namen eintragen) und betragen 130 €/Person im 2-Bett-Zimmer. Bitte Einzelzimmer selbst in der Sportschule anmelden und bei der Anmeldung bei der Rezeption bezahlen (15 €/Nacht).



**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung (schriftlich oder per E-Mail) über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben) und schriftlicher Bestätigung möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Geburtsdatum und -ort, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikido-Grad, Lizenznummer, Gültigkeitsdauer der Lizenz.

**Meldeschluss:** Die Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens zum **4. Mai 2018** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist auf 24 begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am Trainer-Lehrgang teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird um sofortige Mitteilung an den Lehrgangsleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräs. Technik*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesref. Lehrwesen*

*Arno Zimmermann,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundeslehrgang des DAB vom 22. – 24. Juni 2018 in Herten-Westerholt**

**Veranstalter:** Aikido-Bund e. V.

**Ausrichter:** Aikido-Club Herten e. V.

**Lehrer:** Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Jarek Pierchala, Kronprinzenstr. 18, 45128 Essen

**Lehrgangsort:** Turnhalle der Glück Auf-Schule, Hasselbruchstr. 24, 45701 Herten;  
E-Mail: jaroslaw@pierchala.de, Tel.: 0176 / 45903362

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

**Lehrstoff:** Tenchi-nage, Morote-waza, Verkettungen; Rest nach Maßgabe des Lehrers. Es werden insgesamt **4 Trainingseinheiten** der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

**Zeitplan:**

**Freitag, den 22.06.2018:** bis 18.30 Uhr Anreise, Erledigung der Formalitäten;  
19 – 21.15 Uhr Aikido-Training

**Samstag, den 23.06.2018:** 9.30 – 11.45 Uhr Aikido-Training; 12 – 15 Uhr Mittagspause;  
15.30 – 17.45 Uhr Aikido-Training. Anschließend auf Wunsch gemeinsames Essen und gemütliches Beisammensein.

**Sonntag, den 24.06.2018:** 9.30 – 11.45 Uhr Aikido-Training; anschließend Verabschiedung und Abreise

**Lehrgangsgebühr:** Es wird eine Lehrgangsgebühr in Höhe von 10 € erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Eine Übernachtung im Dojo ist nicht möglich.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher 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 möglich. Die Anmeldung gilt automatisch als bestätigt, wenn keine separate Absage erfolgt.

**Meldeschluss:** Die Meldung muss bis spätestens **10. Juni 2018** erfolgt sein.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Jarek Pierchala,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang I ab 1. Kyu vom 30. Juni – 7. Juli 2018 im LZ Herzogenhorn (Lehrgang für Kyu- und Dan-Grade mit Dan-Prüfung)**

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

**Lehrer:** Hubert Luhmann, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Hubert Luhmann, Haferkampstraße 10, 44369 Dortmund;  
Tel.: 0231 / 673780 oder 0151 / 22113188, E-Mail: hubert.luhmann@t-online.de

**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 ([www.herzogenhorn.info](http://www.herzogenhorn.info))

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu

**Lehrstoff:** Es werden täglich (Sonntag bis Dienstag, Donnerstag) 7 Lehreinheiten (LE), am Samstag, den 30.06., 2 LE und am Mittwoch 3 LE gem. Nr. 7.2 VOD-DAB nach Maßgabe des Lehrers angeboten. Je nach Anzahl der Prüfungsteilnehmer werden ggf. am Freitag noch 2 weitere LE angeboten. Die restliche Zeit steht zur Verfügung der Teilnehmenden.

Es werden insgesamt **11 Trainingseinheiten** der Gruppe A gem. Nr. 7.2 VOD-DAB vermittelt.

### **Zeitplan:**

**Samstag, der 30.06.2018:** Anreise bis 17 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten

Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn besprochen.

**Freitag, der 06.07.2018:** Dan-Prüfung; je nach Zahl der Prüfungsanwärter findet ggf. ein Training am Vormittag statt.

**Samstag, der 07.07.2018:** Abreise nach dem Mittagessen bzw. nach dem Frühstück mit Lunch-Paket (optional ohne Kosten; Wünsche nach einem Lunchpaket werden vor dem Abreisetag abgefragt)

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

3-Bett Zimmer DU/WC	360,-- Euro/Person
2-Bett Zimmer DU/WC	395,-- Euro/Person

Die Kosten werden nach Lehrgangsbeginn vor Ort in bar kassiert. Zur Erleichterung der Administration des Lehrgangs bittet der Lehrgangsleiter darum, die Zahlung passend und pro Verein zu leisten. Auf Wunsch wird vor Ort eine personenbezogene Quittung ausgehändigt.

**Meldungen:** Für diesen Lehrgang wird ein Onlineverfahren angewendet. Die Meldungen für Mitglieder des DAB sind ausschließlich über die Vereine des DAB möglich. **Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!**

Zur Anmeldung der Teilnehmenden nutzen die Vereine folgenden Link:  
[www.aikido-hbg.de/teilnahmeverwaltung/](http://www.aikido-hbg.de/teilnahmeverwaltung/)

Darüber hinaus ist folgendes Passwort einzugeben: Hzgh2018BWL1

Per Link und Passwort wird eine Internetseite erreicht, auf der eine Tabelle mit den entsprechenden Daten auszufüllen ist. Alle Felder müssen ausgefüllt werden; nur dann besteht die Möglichkeit, die Daten freizugeben. **Erst nach Freigabe der Daten wird die Tabelle beim Lehrgangsleiter befüllt und das Anmeldeverfahren ist beendet.** Die Vereine haben bis zum Meldeschluss die Möglichkeit, auf dem gleichen, oben beschriebenen Weg weitere Teilnehmer nachzumelden.

Der Lehrgangsleiter bestätigt nach dem Meldeschluss die Teilnahme am Lehrgang per Mail. Die Zuteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (angeforderte) Zimmerkategorie.

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen werden bis spätestens **31. Mai 2018** erbeten. Danach ist das Onlineverfahren nicht mehr zugänglich, da der Link automatisch abgeschaltet wird.

Die Platzzuweisung erfolgt in der ersten Juniwoche 2018. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung der Vereine an den DAB vergeben.

Bei Verhinderung ist eine rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der frei werdende Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden. Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen und es besteht nach Rücksprache mit dem Lehrgangsleiter die Möglichkeit, Partner/Freunde mitzubringen, die nicht am Aikido-Training teilnehmen. Prüfungsanwärter müssen die nach der Verfahrensordnung für Aikido-Dan-Prüfungen des DAB (VOD-DAB) vorgeschriebenen Unterlagen zeitgerecht beim Bundesreferenten Prüfungswesen des DAB (BPA-DAB) eingereicht haben. Eine Prüfungsteilnahme ist nur mit Bestätigung durch den BPA-DAB möglich.

Wir wünschen den Teilnehmenden am Lehrgang viel Freude und den Teilnehmenden an der Dan-Prüfung viel Erfolg.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Hubert Luhmann,  
Lehrgangsleiter*



## Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang II vom 7. – 14. Juli 2018 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald

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

**Lehrer:** Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Alfred Heymann, Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;  
Tel./Fax: 05523 / 303737, E-Mail: aeheyman@aol.com

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

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

**Lehrstoff:** täglich soweit möglich dreimal Unterricht gemäß Prüfungsordnung für Dan-Grade des DAB (POD-DAB) und nach Maßgabe der angestrebten Prüfungen. Die restliche Zeit steht zur freien Verfügung der Teilnehmer.

### **Zeitplan:**

**Samstag, den 07.07.2018:** Anreise bis 17 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten

Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

**Samstag, den 14.07.2018:** Abreise auf Wunsch nach dem Frühstück (Lunchpaket) bzw. nach dem Mittagessen

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung und 7 Tage Vollpension betragen:

3 Bett-Zimmer DU/WC	360,00 Euro/Person
2 Bett-Zimmer DU/WC	395,00 Euro/Person

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

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

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

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen werden bis spätestens **7. Mai 2018** erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt sofort nach dem vorstehenden Meldetermin. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung an den DAB vergeben.

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

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

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Alfred Heymann,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundeswochenlehrgang III ab 2. Dan Aikido vom 16. – 21. September 2018 in Bad Blankenburg**

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

**Lehrer:** Hubert Luhmann, 7. Dan-Aikido (Bundestrainer)

**Lehrgangsleiter:** Dr. Dirk Bender, Am Kötschauer Weg 49, 99510 Saaleplatte;  
Tel.: 036425 / 204921, Fax: 036425 / 204922, E-Mail: vizepraesident@avth.de

**Lehrgangsort:** Landessportschule Bad Blankenburg, Wirbacher Straße 10, 07422 Bad Blankenburg, Tel.: 036741 / 620; [www.sportschule-badblankenburg.de](http://www.sportschule-badblankenburg.de)

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB **ab 2. Dan Aikido** mit gültigem Aikido-Pass. Gäste anderer Verbände sind bei gleichen Voraussetzungen herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Es werden täglich soweit möglich 2 TE-A Aikido nach Maßgabe des Lehrers angeboten (Training, Workshop, Theorithemen). Die restliche Zeit steht zur Verfügung der Teilnehmenden. Es werden insgesamt **9 Trainingseinheiten der Gruppe A** gem. VOD-DAB vermittelt.

### **Zeitplan:**

**Sonntag, den 16.09.2018:** Anreise bis 17 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung, Erledigung der Formalitäten und Mattenaufbau. Die restliche Zeiteinteilung wird zum Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

**Freitag, den 21.09.2018:** Abreise nach dem Frühstück

**Leistungen:** Die Kosten für Unterbringung inkl. reichhaltiger Verpflegung betragen voraussichtlich bei Unterbringung im Doppelzimmer 250 €, im Einzelzimmer 275 €. Die Gebühr ist nach Erhalt der Teilnahmebestätigung auf das Konto des DAB-BLA, Dirk Bender, IBAN: DE13 8207 0024 0535 9344 00 einzuzahlen.

Die Kosten für den Lehrer und die Organisation des Lehrgangs übernimmt der DAB.

**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, Aikido-Grad, Zimmerwunsch, ggf. Ernährungsbesonderheiten. Die Verteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (angeforderte) Zimmerkategorie.

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen werden bis spätestens **14. Juli 2018** an den Lehrgangsleiter erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt sofort nach dem vorstehenden Meldetermin. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung an den DAB vergeben. Bei Verhinderung ist rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

**Wichtige Hinweise:** Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgeannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen. Interessenten werden gebeten, den Lehrgangsleiter zu kontaktieren.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger, Karl Köppel, Hubert Luhmann, Dr. Dirk Bender,*  
*Präsidentin DAB Vizepräsident (Technik) Bundestrainer Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Fachlehrgang 2 der Ausbildung zum Aikido-Trainer C vom 12. – 16. Nov. 2018 in Ostfildern-Ruit**

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Baden-Württemberg e.V. (AVBW) und Württembergischer Landessportbund e.V. (WLSB)

**Lehrer:** verschiedene Referenten von AVBW und WLSB

**Lehrgangsleiter:** Arno Zimmermann, Gustav-Mahler-Str. 16, 70195 Stuttgart;  
Tel.: 0711 / 88819585, E-Mail: lehrwesen@aikido-avbw.de

**Lehrgangsort:** Sportschule Ruit, Kirchheimer Str. 125, 73760 Ostfildern;  
Tel. 0711 / 3484-0, [www.landessportschule-ruit.de](http://www.landessportschule-ruit.de)

**Teilnahmeberechtigt:** Aikidoka, die

- in einem dem DOSB angeschlossenen und Aikido-treibenden Verein Mitglied sind,
- in den letzten zwei Jahren die sportartübergreifende Basisqualifizierung sowie den Trainer-C-Fachlehrgang 1 des DAB abgeschlossen haben,
- eine Empfehlung des zuständigen Vereines vorlegen können,
- mindestens den 1. Kyu Aikido des DAB oder DOSB-Mitgliedvereins besitzen,
- mindestens 18 Jahre alt sind,
- den Ehrenkodex für Trainer verbindlich anerkennen,
- in den letzten 24 Monaten vor Anmeldung mindestens zehn der in Ziffer 7.2 VOD-DAB aufgeführten und definierten Trainingseinheiten (Gruppe A oder B) besucht haben (Aikidoka, die dem DAB nicht angehören: siehe Anhang 1, Technische Fortbildung),
- den Nachweis einer abgeschlossenen Erste-Hilfe-Ausbildung im Umfang von mindestens neun Lerneinheiten à 45 Minuten oder einer vergleichbaren Ausbildung erbringen, die nicht länger als zwei Jahre zurückliegt, und
- den geforderten Kostenbeitrag auf das Lehrgangskonto überwiesen haben.



**Lehrstoff:** gemäß Themenkatalog der OTC-DAB

**Zeitplan:**

**Montag, den 12.11.2018:** bis 10 Uhr Anreise, anschließend Erledigung der Formalitäten, 12 Uhr Mittagessen, danach Unterricht gem. Unterrichtsplan

**Freitag, den 16.11.2018:** Abreise nach dem Mittagessen

**Leistungen:** Der WLSB und der DAB übernehmen die Kosten für die Organisation des Lehrganges. Unterrichtsmaterialien werden nach Möglichkeit gestellt oder zum Selbstkostenpreis abgegeben.

**Unterkunft:** Die Lehrgangsteilnehmer werden in der Sportschule untergebracht und verpflegt. Die Kosten einschließlich DAB-Pauschale sind auf das Konto Aikido-Verband BW, **IBAN: DE24 6325 0030 0046 0361 17** zu überweisen (auf der Überweisung bitte den Namen eintragen) und betragen 300 €/Person im Zweibettzimmer. Zu viel gezahlte Beträge werden erstattet.

Bitte Einzelzimmer selbst bei der Sportschule anmelden und bei der Anmeldung an der Rezeption bezahlen (15 €/Nacht).

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

Der Anmeldung sind Kopien des gültigen DAB-Passes zum Nachweis der technischen Lehrgänge sowie der Nachweis über den Grundlehrgang, Fachlehrgang 1 und einen Erste-Hilfe-Kurs beizufügen. Die Originale sind zum Lehrgang mitzubringen.

**Meldeschluss:** Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens zum **28. September 2018** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Teilnehmer begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am Fachlehrgang 2 teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird um sofortige Mitteilung an den Lehrgangsleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden. Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräs. Technik*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesref. Lehrwesen*

*Arno Zimmermann,  
Lehrgangsleiter*

**Bildungszeit:**

Am 1. Juli 2015 ist das Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg in Kraft getreten. Damit haben auch Beschäftigte in Baden-Württemberg einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freistellen zu lassen. Die Freistellung erfolgt unter Fortzahlung des Arbeitsentgeltes. Die bezahlte Bildungsfreistellung kann u. a. für die Qualifizierung zur Wahrnehmung bestimmter ehrenamtlicher Tätigkeiten genutzt werden. Weitere Informationen dazu gibt es unter <https://rp.baden-wuerttemberg.de/Themen/Bildung/Seiten/Bildungszeit.aspx>

Dieser Lehrgang findet in Kooperation zwischen dem WLSB und dem AVBW statt. Anerkannter Träger im Sinne des Bildungszeitgesetzes ist der WLSB.

## Deutscher Aikido-Bund e. V.

Lehrgangsplan 2018 (Änderung)

(Stand: 07.03.2018)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
22.09.2018	Dan-Prüfung im Rahmen der Trainer-B-Ausbildung	DAB / Ostfildern-Ruit	Prüfer gemäß Einladung des BPA
07. – 09.12.2018	Trainer-C-Fortbildungslehrgang	AVNRW / Hachen	Lehrer gemäß Einladung

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesreferent Lehrwesen des DAB*

---

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

Lehrgangsplan 2018 (Änderungen)

(Stand: 28.01.2018)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
05.05.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
23.06.2018	Landeslehrgang	Waiblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
07.07.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
08.09.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
27.10.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
10.11.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
01.12.2018	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan

*Ulrich Kühner, Technischer Leiter des AVBW*

合気道

## **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, Stuttgarter Str. 32, 73547 Lorch

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**

Es gibt kein zufälliges Treffen:  
Jeder Mensch in unserem Leben  
ist entweder ein Test, eine Strafe  
oder ein Geschenk ...

Redaktionsschluss für „aikido aktuell 3/2018“:

1. Juni 2018