

aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO
in Deutschland

Ausgabe 3/2020

Nr. 179



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 3/2020

Nr. 179

Inhaltsverzeichnis

Leitartikel

Rückkehr zum Aikido	3
---------------------------	---

Magazin

Corona-Übergangsregeln für Aikido im DAB	3
Corona-Pandemie: weitere Planung	6
Berufsausbildung zum Budopädagogen (IfBP)	7
Alfred in Bestform	9
Der Deutsche Aikido-Bund nimmt Abschied von einem langjährigen Bundestrainer	10
Trauer in Jagstheim um Reinhold Ilg	10
Buchbesprechung: „Aikido und Embodiment“	11
Vereinswettbewerb des DOSB: „Starke Netze gegen Gewalt“	13
Wichtige Termine	14

Technik-Serie

Irimi-nage, Ausführung mit dem Stab; von Bundestrainer Martin Glutsch, 7. Dan	15
---	----

Daten und Fakten

Einl. zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 18. – 20.09.2020 in Bad Malente	19
Einl. zum BL vom 23. – 25. Oktober 2020 in Mörfelden-Walldorf	20
Einl. zum BL am 14./15. November 2020 in Kaltenkirchen	21
Einl. zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 04. – 06.12.2020 in Bad Blankenburg ...	22
Lehrgangsplan des DAB 2021	24

Titelbild:

Meister Alfred Heymann, 8. Dan, beim Bundeslehrgang in Reutlingen (2020); s. Artikel S. 9



Rückkehr zum Aikido

Liebe Aikidoka,

die Corona-Pandemie stellt eine schwere Prüfung für die ganze Welt, für unser Leben und unser gesamtes Tun dar. Täglich ergeben sich Herausforderungen, alles ist im Fluss. An was können wir uns halten? Welche Vorgaben gibt es?

Der DAB hat sich in den vergangenen Wochen und Monaten bemüht, sich und alle Mitglieder auf dem Laufenden zu halten, was es an Bundes- und Ländervorgaben gab und gibt. Als Kampfkunst mit seinen auf Kontakt ausgelegten Techniken gehören wir zu den Sportarten, die es am schwersten haben, wieder in die normale Übungspraxis zurückzukehren.

Die Übergangsregeln, die wir in Abstimmung mit den Aikido-Landesverbänden (ALVs), der Technischen Kommission inkl. Bundestrainern und dem Präsidium des DAB erarbeitet haben, sollen einen Orientierungsrahmen bilden, um dies zu erleichtern. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) veröffentlicht die in unserem Konzept beinhalteten zehn „DOSB-Leitplanken“ sowie die Übergangsregeln vieler Mitgliedsverbände inkl. unserer auf seiner Internetseite www.dosb.de/medien-service/corona-virus/sportartspezifische-uebergangsregeln/?leitplanken= Wie der DOSB schreibt, „ersetzen [sie] nicht die Berücksichtigung spezifischer Maßnahmen vor Ort.“

Unsere Übergangsregeln gingen den Vereinen/Abteilungen des DAB zu und sind auf der DAB-Internetseite www.aikido-bund.de abrufbar. Außerdem veröffent-

lichen wir sie im Anschluss an diesen Leitartikel, wohlwissend, dass sie nur eine Momentaufnahme darstellen und vor dem Hintergrund der Regelungen von Bund, Bundesländern, Kommunen, Deutschem Olympischem Sportbund und Landessportbünden zu sehen sind. So ergaben sich schon kurz nach ihrer Veröffentlichung Entwicklungen, die wir im Artikel von Seite 6/7 „Corona-Pandemie: weitere Planung“ berücksichtigen und ansonsten zeitnah über unsere Homepage bzw. im direkten Kontakt mit den ALVs und Vereinen zu vermitteln versuchen.

Ich bin immer für euch ansprechbar!

Eure

Dr. Barbara Oettinger,
DAB-Präsidentin



Corona-Übergangsregeln für Aikido im DAB

vom DOSB auf seiner Internetseite
www.dosb.de/medien-service/corona-virus/sportartspezifische-uebergangsregeln/?leitplanken= veröffentlicht;

**beim DAB unter www.aikido-bund.de
abrufbar (Stand 15.06.2020)**

1. Name des Verbandes:

Deutscher Aikido-Bund e. V.

2. Wie können sportartspezifische und an die DOSB-Leitplanken angelehnte Übergangsregeln Ihres Verbandes für die Sportarten und Disziplinen, für die Sie zuständig sind, aussehen?

Aikido ist eine Disziplin, bei der in der Regel mindestens zwei Teilnehmer*innen zusammen trainieren. Aufgrund dieser Tatsache widerspricht die Natur unserer Sportart zwei momentan gültigen Regeln der Bundesregierung und mindestens zwei der 10 Leitplanken des DOSB zum Wiedereinstieg in den geregelten Vereinssport. Um keinen signifikanten Nachteil gegenüber anderen Sportarten zu erfahren, schlägt der DAB folgende Übergangsregeln für den Vereinssport vor, die zum Teil erst dann in Kraft treten können, wenn die Bundesregierung die entsprechenden Regeln zur Abstandsregelung und zur Kontaktbeschränkung gelockert hat.

Dabei sind die jeweiligen Vorgaben der Länder maßgebend. (s. Links unten)

a) eigene Ausübung der Sportart ohne Anleitung:

- Nutzung von teilweise bereits vorhandenen Online-Angeboten (Training zu Hause);
- auch zum Erhalt und Aufbau der eigenen Fitness.

b) Trainingsbetrieb im Freien (unter Anleitung eines/einer Übungsleiter*in/Trainer*in):

- Die Teilnahme am Training ist freiwillig;
- die Aikido-Budo-Regeln werden beachtet;
- ein Abstand von 1,5–2 m wird eingehalten;
- die Kontaktbeschränkungen werden eingehalten;

- mögliche Trainingsinhalte: Grundschole, Stab- und Schwertübungen, Kata ...

c) Trainingsbetrieb in der Halle (unter Anleitung eines/einer Übungsleiter*in/Trainer*in):

- Die Teilnahme am Training ist freiwillig;
- die Aikido-Budo-Regeln werden beachtet;
- ein Abstand von 1,5–2 m wird eingehalten;
- Duschen zu Hause;
- namentliche Notierung der Trainingsteilnehmer*innen mit Bestätigung, dass nach eigener Selbstbeurteilung keine Symptome vorliegen und bei einem Kontakt vorher eine 14-tägige Auszeit mit ärztlicher Bestätigung vorliegt;
- mögliche Trainingsinhalte: Grundschole, Stab- und Schwertübungen, Kata ...

d) Trainingsbetrieb in der Halle (unter Anleitung eines/einer Übungsleiter*in/Trainer*in) mit engerem Kontakt:

- Die Teilnahme am Training ist freiwillig;
- die entsprechenden Vorgaben und Möglichkeiten richten sich nach den jeweiligen Länderbestimmungen;
- Duschen zu Hause;
- namentliche Notierung der Trainingsteilnehmer*innen mit Bestätigung, dass nach eigener Selbstbeurteilung keine Symptome vorliegen und bei einem Kontakt vorher eine 14-tägige Auszeit mit ärztlicher Bestätigung vorliegt;
- mögliche Trainingsinhalte entsprechen den Vorgaben der Länder für Hallensport bzw. Kontaktsport mit immer gleichen Partner*innen.

3. Haben Sie ergänzende Hinweise zur Durchführung Ihrer Sportart?

Der DOSB hat für den Fall, dass der Sportbetrieb in den Vereinen wieder zugelassen wird, Übergangsregeln erarbeitet, deren Einhaltung das Ansteckungsrisiko mit dem Virus SARS-CoV-2 minimieren soll.

Hierzu hat ja der DOSB die folgenden zehn „Leitplanken“ herausgegeben, die uneingeschränkt gelten.

- Distanzregeln einhalten
- Körperkontakte müssen unterbleiben
- Mit Freiluftaktivitäten starten
- Hygieneregeln einhalten
- Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen
- Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen
- Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen
- Trainingsgruppen verkleinern
- Angehörige von Risikogruppen besonders schützen
- Risiken in allen Bereichen minimieren

Die Zusatz-Leitplanken des DOSB (Halle): Lüftungspläne:

In Sporthallen und Indoor-Sportstätten ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen genutzt werden, bzw. zusätzliche Pausen eingeführt werden. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden. Falls Klima- bzw. Frischluftanlagen vorhanden sind, sollte eine fachgerechte Bedienung und Wartung sichergestellt sein, um eine Fehlfunktion als „Infektionsverbreiter“ auszuschließen.

Desinfektionskonzept:

Zusätzlich zum regelmäßigen Händewaschen sollten beim Betreten und Verlassen der Sportstätte eine Gelegenheit zur Händedesinfektion zur Verfügung gestellt werden. Vor und nach der sportlichen Aktivität sollten in den geschlossenen Räumen Mund-Nase-Masken getragen werden. Flächen wie Türklinken, die von vielen Personen in kurzer Zeit genutzt werden, müssen konsequent und regelmäßig desinfiziert werden. Zudem ist eine Reinigung der Sanitärräume und die Bereitstellung von Seife und Händedesinfektionsmittel sicherzustellen.

Sportgeräte:

Insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen durch mehr als eine Person ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig.

Anmeldung:

Im Indoor-Bereich ist ein Anmelde- und Anwesenheitsmanagement auf Grund des begrenzten Platzangebots besonders hilfreich. Grundsätzlich sollten sich Mitglieder einer Trainingsgruppe bei den Trainer*innen anmelden, um vorher zu wissen, wie viele Aktive an welchem Tag und an welchem Angebot teilnehmen. Dies erleichtert die Steuerung der Gruppengröße und erlaubt eine Nachverfolgung und die Einleitung von Quarantänemaßnahmen, falls es Infektionsfälle gibt. Den jeweiligen behördlichen Vorgaben zur flächenbezogenen Gruppengröße ist auch hier strikt Folge zu leisten. Durch gestaffelte Start- und Endzeiten des Trainings können größere Personenansammlungen und Überbelegungen vermieden werden.

4. Wen haben sie zur Beratung herangezogen?

Informationen des DOSB, Informationen der Landesverbände, Informationen der Bundesregierung

5. Sonstiges:

Dem DAB ist bewusst, dass unsere Übergangsregeln aufgrund der speziellen Sportart bzw. Budokunst teilweise gegen gültige Leitplanken und Regeln der Bundesregierung sprechen. Dennoch ist der DAB der Auffassung, dass wir die gesundheitlichen Aspekte weitestgehend berücksichtigen. Aikido funktioniert nur paarweise so wie auch andere Sportarten.

Klar ist auch, dass die speziellen Vorgaben der Länder eingehalten werden (s. nachfolgende Links auf die entsprechenden FAQs):

<https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/faq-corona-verordnung/>
https://www.blsv.de/fileadmin/user_upload/pdf/Corona/Handlungsempfehlungen.pdf
https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/Sport/sport_corona_rili.html
<https://www.afcvnrw.de/cms/verband/1461-faq-corona-und-sport.html>
<http://www.lpbb.de/index.php/nachrichten/faq-der-landessportbuende-zum-umgang-der-vereine-mit-den-einschraenkungen-durch-die-coronavirus-pandemie.html>
<https://www.swr.de/sport/hintergrund/artikel-diese-sportarten-sind-ab-montag-wieder-erlaubt-100.html>
<https://www.sport-fuer-sachsen.de/sportnachrichten/detail/sport-in-zeiten-des-corona-virus/>
<https://bildung.thueringen.de/ministerium/coronavirus/>
<https://www.lsb-niedersachsen.de/landessportbund/alltag-mit-corona/?L=0>
<https://www.hamburg.de/faq-corona/>
<https://www.landessportbund-hessen.de/servicebereich/news/coronavirus/>



Corona-Pandemie: weitere Planung

Vorgehen bis 31.08.2020:

Nach Abwägung aller Möglichkeiten haben wir uns schweren Herzens entschieden, aufgrund der Corona-Pandemie weiter bis zum 31. August 2020 alle ursprünglich vorgesehenen DAB-Maßnahmen (d. h. Lehrgänge und Danprüfungen) abzusagen. Es geht nun um einen behutsamen Wiedereinstieg in der Hoffnung, dass wir bald wie

der unbeschwert Aikido so üben können, wie wir es uns wünschen.

Planung September/Oktober 2020:

Uneinheitlich von Bundesland zu Bundesland sind überwiegend bereits Lockerungen erkennbar, sodass wir vermutlich ab September 2020 den DAB-Plan zumindest in Teilen umsetzen können, natürlich weiterhin unter Einhaltung der entsprechenden Vorgaben. Diese ermöglichen jedoch ggf. wieder das Üben von Aikido im direkten Kontakt, sei es im Vereinstraining oder bei Lehrgängen wie dem Bundeswochenlehrgang IV in Baden-Württemberg, unter Bildung möglichst fester Trainings-/Übungs-paare aufgrund einer nun dort geltenden Corona-Verordnung Sport.

Insofern sind die oben aufgeführten „Corona-Übergangsregeln für Aikido im DAB“ in manchen Bundesländern modifiziert anzuwenden.

zu Dan-Prüfungen:

– Beim **BWL IV** vom 27.09.–04.10.2020 auf dem Herzogenhorn wird eine **zusätzliche** Dan-Prüfung angeboten.

– BPA Thomas Walter (Mail pruefungswesen@aikido-bund.de) bittet **alle im Herbst 2020 an einer Dan-Prüfung Interessierten, ihm den Teilnahmewunsch zukommen** lassen, sodass geprüft werden kann, wann, wo und wie viele Dan-Prüfungen stattfinden. Dieser geäußerte Teilnahmewunsch ersetzt allerdings nicht die formelle Anmeldung.

– Die Voraussetzungen bezüglich Lehrgangsbesuchen werden für die in diesem Jahr vorgesehenen Prüfungen als erfüllt angerechnet.

– Bitte offene Fragen zu Dan-Prüfungen direkt an BPA richten.

zu ZT/DVL:

– Die Aikido-Landesverbände müssten ihre Vereine informieren, falls ZT/DVL bzw. sonstige Landesmaßnahmen aufgrund der Landesvorgaben weiterhin ausfallen.

Falls auch DAB-Maßnahmen aufgrund geltender Ländervorgaben im Septem-

ber/Oktober 2020 ausfallen bzw. im Falle von Sitzungen virtuell stattfinden sollten, wird die Information möglichst zeitnah erfolgen.

DAB-Vorstand

道

Berufsausbildung zum Budopädagogen (IfBP)

... eine Weiterbildung, die mich weiterbrachte

2018 ist es soweit. Ich melde mich zu einer Ausbildung an, die sich über fast zwei Jahre erstreckt. Was da genau auf mich zukommt, weiß ich zu diesem Zeitpunkt nur grob, jedenfalls ist nun die Zeit reif, all das zu lernen, was der Prospekt des Bundesverbands der Budopädagogen/-innen (BfBP) verspricht.

Schon mehr als 15 Jahre zuvor hatte ich das Buch „Kampfkunst als Therapie“ von Dr. Wolters mit großer Neugier gelesen. Ein Untersuchungsbericht zur erziehungswissenschaftlich begründeten Behandlung

für hochaggressive jugendliche Gewaltstraftäter. Hier wurde wohl der Keim gepflanzt, mehr über das zu erfahren, was hinter den Kampfkünsten steckt.

Durch das Auswahlverfahren habe ich es schon mal geschafft und im Sommer 2018 drücke ich nun Herrn Wolters persönlich die Hand. Nun kann's losgehen. Außer mir sind noch weitere Aspiranten angereist: ein Professor, der Wing-Tsun übt, ein Selbstverteidigungslehrer, ein Schullehrer, der Yiquan praktiziert, ein Sprachwissenschaftler, der Karate trainiert, eine Sozialpädagogin, die Karate und Iaido lernt, und ich, der Ingenieur, der Aikido übt. Ich bin überrascht, wie vielfältig die Zusammensetzung ist.

Dieses Mal ist es eine kleine Gruppe. An fünf langen Wochenenden in verschiedenen Dojos und einer ganzen Woche in Schweden werden wir nun zusammen den Vorträgen lauschen, in Teamarbeit Themen ausarbeiten, uns austauschen, unsere Erfahrungen berichten, täglich meditieren, eine Kata ausarbeiten, bis in die Nacht diskutieren, gemeinsam kochen und essen, im Dojo übernachten.

Gelebtes Budo, eine 29-tägige Achtsamkeitsübung. Kein Frontalunterricht, sondern Erlebnispädagogik pur, am eigenen Leib erlebt.

Leicht war das nicht, denn immer wieder kam ich an persönliche Grenzen der Selbstzweifel, an Ängste, bekannte Muster zu verlassen, Glaubenssätze über Bord werfen zu müssen, die Orientierung endgültig zu verlieren. Auch die körperlichen Strapazen gleichen bisweilen leicht denen der Samurai auf dem Schlacht-



feld. Selbsterfahrung eben – Budo eben. Damit nicht genug, es musste jeder Ausbildungsblock protokolliert werden sowie jeweils eine umfangreiche Hausarbeit samt Literaturstudium erstellt werden. Meine Bibliothek ist dabei auf über 150 Bücher angewachsen.

Und ich schaffte es, mein eigenes über Aikido und Embodiment fertigzustellen.

Aber eins nach dem anderen. Warum interessiert mich die Budopädagogik so sehr, dass ich das alles auf mich nehme? Nun ja, irgendetwas hat mir wohl noch gefehlt. Seitdem meine Frau und ich unser eigenes Dojo betreiben und wir uns „so nebenbei“ mit den Fragen und Problemen von inzwischen 70 Schülern auseinandersetzen dürfen, entstanden viele Fragen nach dem „Warum?“ und „Wozu?“, dem „Was bringt’s?“, dem „Wie am besten?“ und dem „Wo bleiben wir selbst?“.

Daher fassten wir den Beschluss, dass ich mir Rat bei den Profis dieser Themen hole. Im Prospekt las ich irgendwo: „Budo wird als eine körper-, bewegungs- und haltungsorientierte Ausdrucksform vermittelt und kann als eine besonders erlebnisintensive Methode der Sonder-/Erlebnis-Pädagogik betrachtet werden, deren Ziel die positive Persönlichkeitsentwicklung und ein selbstbewusstes und partnerschaftlich-prosoziales, friedliches Verhalten ist. Durch die Budopädagogik kann gezielt die Selbstsicherheit, Wachsamkeit, Präsenz, Erdung und Zentrierung gesteigert werden, Aggression und Angst geklärt und bewältigt werden, Depressionen und auch ADHS heilend begleitet werden.“ OK, das könnte Antworten bringen. Und die Ausbildung gibt’s schon seit 25 Jahren, über 140 Absolventen. Das kann so schlecht nicht sein.

Also: Am ersten Wochenende geht’s darum, zunächst einmal Budo zu definieren und abzugrenzen von Sport und SV. Als würde mir Ueshiba ins Ohr flüstern: „Pass gut auf, das habe ich auch immer gesagt: Vergiss die Technik.“ Jörg Wolters bringt es immer wieder auf den Punkt: Budo ist eine Lebens- und Charakterschule, in der es um Persönlichkeitsförderung und spirituelle Selbstentwicklung geht, nicht um Ur-

kunden und Graduierungen. Aha, als hätte ich es geahnt: Budo braucht einen Sensei, keinen Prüfer.

Und Budo ist höchst individuell und daher nicht standardisierbar oder in ein allgemeingültiges Lehrschema pressbar. Daher macht es auch letztlich keinen Unterschied, ob wir Yiquan, Karatedo oder Aikido praktizieren. Nicht die äußere, messbare Leistung, sondern die innere Reifung und Menschwerdung, auch im Sinne einer Heilkunst, steht im Mittelpunkt der Weg-Lehre der Kampfkünste. Aha, dachte ich mir, kommt mir bekannt vor. Nach und nach verstehe ich, warum und wozu ich nun schon über 30 Jahre und sicher schon „eine Million Mal“ diesen Shiho-nage erklärt habe und dass das Nachahmen einer Kata zur Erreichung des nächsten Dan-Grades nicht alles gewesen sein kann. „Vergiss die Technik“. Mehrere hundert Stunden intensive Beschäftigung mit dem, was sich dahinter verbirgt, ergeben doch einige neue Erleuchtungen.

Dr. Wolters Fachkompetenz als Budoka und Psychologe lässt keine Frage unbeantwortet. Seine engagierten Ausbilder, allesamt Budo-Therapeuten und -Pädagogen berichten aus dem Nähkästchen der Praxis. Endlich erfahre ich, was Dojo im eigentlichen Sinne bedeutet, was einen wahren Sensei ausmacht (es ist nicht die Ziffer vor dem Dan!), warum Zen so wichtig ist. Nach und nach begreife ich, wie wichtig meine Arbeit mit Kindern in meinem Dojo ist und wie ich sie gezielter gestalten kann, sodass Aikido auch einen Sinn macht und nicht nur Sport ist. Ich erfahre, wie wichtig die gemeinsame Arbeit und das Aikido-Üben mit meiner Frau ist und dass es Vorrang hat vor einer Graduierung. Und ich merke, welches Potenzial im Aikido steckt, wenn man die sechs Elemente und sechs Prinzipien des Budo aktiv lebt.

Für meine Abschlussarbeit wähle ich das Thema „Budopädagogik in der Burn-out-Prophylaxe und im Teambuilding“. Ein Gesamtkonzept von den Grundlagen des Budo bis zur Vermarktung von Seminaren in der Erwachsenenbildung. Mit dieser Problematik hatte ich während meines Berufs-

lebens ausreichend Berührungspunkte, sodass ein 120-seitiges Werk entstand. Meine Kommilitonen schrieben zu Themenbereichen wie „Die Verflochtenheit der Kräfte“, „Die Kampfkunst Yiquan im budopädagogischen Kontext“, „Budopädagogik zur Unterstützung von Schülern beim Schulwechsel“ oder „Budopädagogik in der Arbeit mit geistig behinderten Jugendlichen“. Wie man sieht, ist die Methode in vielen Bereichen anzuwenden.

Inzwischen halte ich die Berufsurkunde in Händen, die bescheinigt, im Medium der Kampfkunst zielgruppen- bzw. einrichtungsbezogene Konzepte und wissenschaftlich fundierte Angebote und Projekte entwickeln und durchführen zu können. Schade, dass Corona mir derzeit einen Strich durch die Rechnung macht und weder im Dojo noch bei den geplanten Firmenseminaren eine Umsetzung derzeit möglich ist.

Jedoch, was ich auch gelernt habe: Do ist nicht der Weg von zu Hause in eine Turnhalle, sondern ein Prozess der Persönlichkeitsentwicklung. Einen Schritt bin ich weitergekommen, einen wichtigen.

Im September startet ein neuer Kurs. Melde dich an. Es lohnt sich.

Näheres findet ihr unter:
www.budopaedagogik.de

Leo Beck,

Sportleistungszentrum Buchschwabach e. V. 

Alfred in Bestform

Vom 8. – 9. Februar 2020 konnte man in der Reutlinger Rennwiesenhalle wieder Aikido in höchster Präzision erleben! Gelegenheit dazu gab es beim Bundeslehrgang des Deutschen Aikido-Bundes, organisiert und veranstaltet von der Abteilung Aikido der TSG Reutlingen.

Als Lehrer kam unser Bundestrainer, Alfred Heymann, 8. Dan, aus Bad Sachsa nach Reutlingen. Alfred, der letztes Jahr

seinen 80igsten Geburtstag feierte, lebt und trainiert Aikido seit seiner Jugend. Er hatte u. a. den legendären André Nocquet, einen direkten Schüler von Morihei Ueshiba, als Lehrer.

In Reutlingen standen neben Wurf- und Hebeltechniken vor allem der Umgang mit dem Schwert und die Abwehr von Messerangriffen auf dem Programm. Nach einem kurzen Aufwärmprogramm ging es mit dem Bokken los. Grund- und Sabaki-Übungen wurden mit dem Partner trainiert. Ausführlich wurden Irimi-nage und Kote-mawashi mit und ohne Bokken erklärt und gezeigt. Alfreds Ausführungen zu den einzelnen Techniken waren wie immer sehr präzise und gut nachvollziehbar.

Der zweite Teil des Lehrgangs war dem Tanto gewidmet. Aus verschiedenen Angriffen wurden Kote-gaeshi, Ude-garami, Kote-hineri, Kokyu-nage und schließlich Sumi-otoshi gezeigt und geübt. Besonderen Wert legte Alfred auf die Ganzheitlichkeit der Bewegung und die Notwendigkeit, stets sein Zentrum einzusetzen.

Zu diesem Lehrgang kamen gut 50 Aikidoka aus unterschiedlichen Bundesländern und wir konnten auch wieder unsere französischen Gäste begrüßen. Am Samstagabend stand für die Zugereisten dann noch eine spontane Stadtbesichtigung, natürlich mit Durchquetschen durch die engste Straße der Welt, plus Ausklang in einer Reutlinger Lokalität mit selbstgebrauten Bieren auf dem Programm.

An beiden Tagen verfolgten interessierte Zuschauer aufmerksam die dargebotenen Formen und waren neben den gut demonstrierten Techniken sicher auch von der erstaunlichen Fitness und körperlichen Präsenz Alfred Heymanns beeindruckt. Als Dank für seinen abwechslungsreichen und interessanten Lehrgang, den Alfred mit allerlei Lebensweisheiten garnierte, überreichte ihm unser Orga-Chef Manfred König zum Abschluss einige kulinarische Reutlinger Erinnerungen, inklusive eines schwäbischen Wörterbuchs. Alfred versprach, etwas schwäbisch zu üben, bis wir uns das nächste Mal wiedersehen ...



Meister Erhard Altenbrandt (1984)

Nach dem gemeinsamen Mattenabbau durften sich dann alle über das sehr reichliche, leckere Buffet hermachen, welches die vielen Helfer hergerichtet hatten, während wir auf der Matte schwitzten.

Harald Noll,
TSG Reutlingen e. V.

氣

Der Deutsche Aikido-Bund nimmt Abschied von einem langjährigen Bundestrainer

Am 15. Mai dieses Jahres verstarb im Alter von 80 Jahren Meister Erhard Altenbrandt – 8. Dan Aikido.

Mehr als 50 Jahre seines Lebens widmete Meister Altenbrandt dem Studium und der Verbreitung des Aikido. Als einer

der ersten Aikidoka in Deutschland war er von Anfang an ein Vorbild für andere. Er unterrichtete zahllose Aikidoka und prägte viele von ihnen auch mit seiner beeindruckenden, dynamischen Technik.

Prägend war er auch für den Deutschen Aikido-Bund, dem er seit dessen Gründung bis zum Jahr 2002 angehörte. In zahlreichen Funktionen, nicht zuletzt als Vizepräsident Technik und Bundestrainer, nahm Meister Altenbrandt eine führende Position ein. Dabei beschränkte sich sein Wirkungskreis nicht nur auf den DAB. Meister Altenbrandt beförderte

das Aikido auch im europäischen Ausland, so z. B. in Slowenien.

So bedauerlich es für viele von uns war, dass er den DAB 2002 verließ, um zusammen mit anderen einen neuen Verband zu gründen, ändert das doch nichts an der Tatsache, dass der DAB und seine Mitglieder Meister Altenbrandt viel zu verdanken haben.

Über seine Schüler bleibt sein wertvolles technisches Vermächtnis hoffentlich noch lange ein Teil unseres Weges.

Roger Zieger,
Aikido-Verband Berlin-Brandenburg e. V.

道

Trauer in Jagstheim um Reinhold Ilg

Reinhold Ilg ist am Sonntag, 5. April 2020, nach kurzer und schwerer Krankheit im Alter von 63 Jahren verstorben. Die Jagstheimer Aikidoka sind fassungslos und kön-

nen diesen großen Verlust noch immer nicht verstehen.

Reinhold kam 2001 nach Jagstheim zur Aikidoabteilung. Schnell erreichte er den 2. Kyu. Weiteren Prüfungen konnte er sich aufgrund einer Schulterverletzung nicht mehr stellen. Als ehemaliger Judoka fand er beim Aikido eine neue sportliche Heimat – er fühlte sich wohl.

Jahrelang leitete er das Anfängertraining mit großer Freude. Im Jahr 2010 wurde er als stellvertretender Abteilungsleiter gewählt. Diese Tätigkeit ging er mit großem Engagement an. Als Mitglied des Gesamtvorstandes des VfB Jagstheim nahm er an allen Sitzungen teil und vertrat mich auch bei der Jahreshauptversammlung des AVBW. Im Jahr 2017 wurde ihm die Ehrennadel des WLSB in Bronze verliehen.

Reinhold war keiner der großen Töne. Sachlich, aber deutlich sagte er seine Meinung. Auch außerhalb der Matte war Reinhold immer dabei. Sei es bei Wanderungen, Kegelabenden, Radtouren oder beim Grillen – usw.



Unvergessen auch seine Fähigkeiten als „Hobbybäcker“. Seine Köstlichkeiten waren in der Abteilung sehr beliebt.

Jetzt ist er auf einmal nicht mehr da.

Reinhold – Du wirst immer einer von uns bleiben.

Manfred Meiser,
VfB Jagstheim e. V.



Buchbesprechung

„Aikido und Embodiment“

Unsere gesellschaftlichen Veränderungen wirken sich auf unseren Körper, Geist und unsere Gefühlswelt aus. Diese äußeren Einflüsse können uns aus dem Gleichgewicht bringen. Kampfkünste wie Aikido können dabei helfen, dieses Gleichgewicht wiederherzustellen. In seinem Sachbuch „Aikido und Embodiment – Lösungswege aus Stress, Konflikt und Burnout“ schildert Leonhard Beck, wie das funktionieren kann.

Leo Beck praktiziert Aikido seit 34 Jahren, seit 2008 ist er zusammen mit seiner Frau Brigitte Inhaber eines eigenen Dojo in Buchschwabach. Der Inhalt des Buches basiert auf der langjährigen Erfahrung als Dipl. Ingenieur, Industrie-Manager, Budo-Pädagoge und Aikido-Meister.

Nach einer kurzen Einführung zur Geschichte des Aikido und zur Person des Begründers Morihei Ueshiba geht der Autor auf alle erdenklichen gesellschaftlichen Wandlungen aus sozialwissenschaftlicher Sicht und deren Auswirkungen auf unsere psychische Gesundheit ein. Dieser Teil ist recht ausführlich, der Autor weist den Leser an der entsprechenden Stelle allerdings darauf hin, dass diese Kapitel (für „Insider“) auch übersprungen werden können.

Hauptaussage des Buches ist, dass es einen unbedingten Zusammenhang zwischen der Kampfkunst Aikido, deren Philosophie und vielen Bereichen unseres alltäglichen Lebens gibt (ein Beispiel wäre Konfliktmanagement). Der Autor beschreibt eine Verbindung zwischen der Philosophie des Aikido und zahlreichen sozialwissenschaftlichen Themen wie beispielsweise Entstehung von Stress und dessen Reduktionsmöglichkeiten sowie dem so genannten Embodiment. Dabei handelt es sich um die Wechselwirkung unserer Körperhaltungen und Bewegungen bis hin zu psychischen Zuständen:

Wie stellen wir uns auf, wenn wir von einer Person mit einem Messer angegriffen werden? Was für eine innere und äußere Haltung nehmen wir dabei ein? Hat diese Haltung einen Einfluss auf das, was folgt? Oder andersherum gefragt: Welche Körperhaltung nehmen wir bei bestimmten Situationen oder bei einer vorherrschenden Emotion ein? Das sind beispielhafte Fragen, die das Embodiment aufgreift.

Insgesamt ist das Sachbuch in einer sehr gut verständlichen Sprache geschrieben und enthält ergänzend viele verdeutlichende und vom Autor eigens erstellte Zeichnungen und Darstellungen. Immer wieder wird der Leser anhand eines Symbols dazu angeregt, über das soeben Gelesene kurz nachzudenken und einen Bezug zu sich selbst herzustellen.

Die inhaltliche Aufteilung ist übersichtlich strukturiert. Jedes Kapitel wird am Ende mit einer kurzen Zwischenbilanz zusammengefasst.

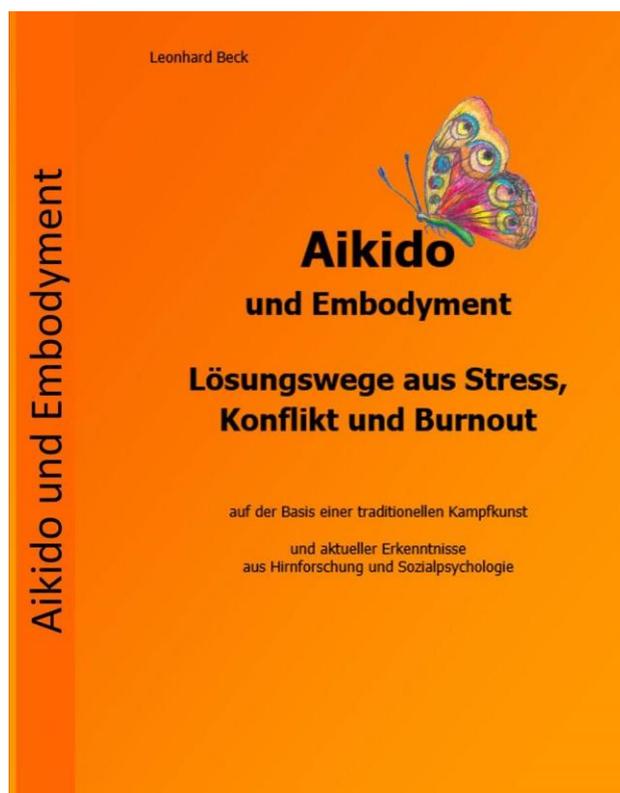
Im letzten Kapitel schildert der Autor etappenweise eine fiktive Geschichte mit Momenten, die dazu führen können, sich unwohl oder gefährdet zu fühlen. Zugleich werden unterschiedliche Szenarien und mögliche Reaktionen auf die beschriebenen Situationen aufgezeigt. Ein sehr spannendes Kapitel, das nochmals und sehr eindeutig den direkten Bezug zu den unterschiedlichen Elementen des Aikido herstellt (z. B. das Irimi- und Tenkan-Prinzip, Achtsamkeit, Wahl des Weges, Distanz, „Nicht-Kämpfen“).

Insgesamt handelt es sich um ein lesenswertes Sachbuch für Aikido-Interessierte, für Anfänger und Fortgeschrittene bis hin zum Meister in Verbindung mit persönlicher Weiterentwicklung:

Was macht uns als Person aus? Was bringt uns aus dem Gleichgewicht? Welche Regularien haben wir, um uns wieder in eine Mitte zu bringen? Wie kann man mit Stress und Konflikten umgehen? Wie ist unser sozialer Umgang miteinander? Das Buch beschreibt Aikido nicht als einen Sport, der sich ausschließlich zum Auspowern anbietet, sondern vielmehr (!) als ein spannendes Konzept für die gesamte ei-

gene Persönlichkeitsbildung. Man kann einiges herauspicken, das zur eigenen Persönlichkeit passt.

„Von den Meistern der Kampfkünste können wir lernen, wie es möglich ist, sich zu stabilisieren und in die Mitte zurückzufinden, auch wenn uns manche Angriffe zu überwältigen drohen.“ (Leonard Beck)



Kurz-Interview

Wie bist du zum Aikido gekommen?

Beck: „Durch ein Buch von André Protin“
Ist das dein erstes Buch?

Beck: „Nein, es gibt noch Praxisleitfaden, Kindertrainer im Budo (2009) und ein Lernkartenset, 99 Aikido-Begriffe japanisch/deutsch (2017).“

Siehst du eine Verbindung in deinem Buch zur aktuellen Corona-Krise?

Beck: „Gerade in Stress-Situationen wie Corona tritt der körperliche Aspekt des Aikido in den Hintergrund und wir können umso mehr von den philosophischen Inhalten profitieren.“

Info: „Aikido und Embodiment – Lösungswege aus Stress, Konflikt und Burnout“ ist 2020 im Eigenverlag von Leonhard Beck erschienen und kann direkt über ihn bezogen werden (mail@aikido-beck.de). Es kostet inklusive Versand innerhalb Deutschlands 28 Euro.

Hanne Schnitzler,
TS Göppingen e. V.



Vereinswettbewerb des DOSB: „Starke Netze gegen Gewalt

Die Folgen der Corona-Pandemie haben unser gesellschaftliches Leben stark verändert; soziale Kontakte wurden eingeschränkt und Risiken für Konflikte häuslicher Gewalt sind größer geworden. Gerade in dieser Zeit möchten wir die Möglichkeiten des Sports nutzen, für Gewalt in all ihren Facetten zu sensibilisieren, Aufmerksamkeit zu erzeugen und Betroffene zu unterstützen.

Daher ruft der DOSB dazu auf, diese Möglichkeiten des Sports und die Kraft seiner 90.000 Vereine zu nutzen und gemeinsam mit unseren Kooperationspartner*innen und weiteren Akteur*innen starke Netze gegen Gewalt zu knüpfen!

Der Titel unserer Aktion verdeutlicht: Wir handeln nicht allein, für unser Anliegen haben wir wichtige Partner*innen an unserer Seite, denn gemeinsam sind wir noch stärker! Gerade auf regionaler und lokaler Ebene vervielfacht die Vernetzung mit gleichgesinnten Akteuren unsere Möglichkeiten. Ein wertvoller Partner ist zudem das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, das den DOSB-Vereinswettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt!“ in seiner nunmehr fünften Auflage erneut unterstützt. Wir danken dem BMFSFJ dafür, so können wir beispielhafte Aktivitäten würdigen und bekannt machen.

Wir rufen alle Sportvereine auf: Wir wollen gemeinsam ein festes Netz knüpfen, das Gewalt keinen Raum lässt! Macht mit, klärt auf, vernetzt euch! Und beteiligt euch am Wettbewerb!

Gewürdigt werden starke Netzwerke im Kampf gegen Gewalt auf lokaler und regionaler Ebene. Dazu zählen z.B.

- **Aufklären:** Kooperationen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit (z. B. gemeinsam erstelltes Informationsmaterial, gemeinsame Pressearbeit etc.)
- **Vernetzen:** Kooperationen, die sich für die Sensibilisierung und Enttabuisierung des Themas einsetzen (z. B. Mitarbeit an „Runden Tischen gegen Gewalt“)
- **Hinsehen und handeln:** Aktivitäten, die auf Präventions- und Beratungsangebote vor Ort hinweisen (z. B. ein gemeinsamer Aktionstag)
- **Sichere Räume schaffen:** Aktivitäten wie z. B. die Entwicklung von Schutzkonzepten und die Sensibilisierung über Präventionsmaßnahmen (Verhaltenskodex etc.)

Welche Voraussetzungen sind zu erfüllen?

- In welcher **Kooperation** haben Sie gearbeitet? (Mindestens eine*n Partner*in angeben, wie Opferschutzorganisationen, Frauenhäuser, Gleichstellungsstellen, Beratungsstellen oder vergleichbare Organisationen und Einrichtungen)
- Auf welcher **regionalen Ebene** haben Sie die Aktivität durchgeführt? (Bezirk, Stadtteil, Kommune oder Landkreis)
- Die Aktivitäten müssen im **Zeitraum** 1. Januar – 30. September 2020 stattfinden.
- Wie haben Sie bei Ihrer Aktivität auf die DOSB-Aktion „Starke Netze gegen Gewalt: Keine Gewalt gegen Mädchen und Frauen!“ **hingewiesen**? (Fotos, Flyer o. Ä.)

Sportvereine, die einer Mitgliedsorganisation des DOSB angeschlossen sind, können sich gemeinsam mit ihren Kooperationspartner*innen bis zum 30. September 2020 bewerben!

Der 1. Preis ist mit 5.000 €, der 2. Preis mit 3.000 € und der 3. Preis mit 2.000 € dotiert.

Die Preisverleihung findet am 25. November 2020, dem „Internationalen Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen“, statt.

Die Bewerbungsunterlagen und weitere Informationen zu der Aktion gibt es unter: <https://gleichstellung.dosb.de/themen/starke-netze-gegen-gewalt/>

Wir rufen alle Vereine zum Mitmachen und Bewerben auf und sind gespannt auf vielfältige und beispielgebende Aktivitäten.

DOSB-Information vom 19.06.2020



Wichtige Termine

13. Juli 2020: Meldeschluss zum Bundeswochenlehrgang IV ab 4. Kyu vom 27.09. – 04.10.2020 im LZ Herzogenhorn

26. Juli 2020: Meldeschluss zum Trainer-C-Fortbildungslg. vom 18. – 20.09.2020 in Bad Malente-Gremsmühlen

2. August 2020: Meldeschluss zum Fachlehrgang 2 der Ausbildung zum Aikido-Trainer C vom 20. – 25.09.2020 in Bad Blankenburg

30. September 2020: Meldeschluss zum BL vom 23. – 25.10. 2020 in Mörfelden-Walldorf

18. Oktober 2020: Meldeschluss zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 04. – 06.12.2020 in Bad Blankenburg

1. November 2020: Meldeschluss zum BL am 14./15. November 2020 in Kaltenkirchen

道

合

PHOENIX
BUDOSPORT
ERSTKLASSIG AUSGERÜSTET
www.phoenix-budoshop.de

Irimi-nage, Ausführung mit Stab

von Bundestrainer Martin Glutsch, 7. Dan

Ausgangsposition: Jo-hidari-kamae; Uke fasst den Stab.



(1)

Führen der Jo-Spitze aus Sicht von Uke nach vorne in Schulterhöhe.



(2)

Nage geht unter dem Jo an der linken Körperseite von Uke vorbei, löst die rechte Hand und setzt sie neben die linke, sodass beide Daumen zueinander zeigen.



(3)

Weiterführen der Stabspitze über das „verlängerte Zentrum, die Mitte“ von Uke, um Uke so zu zwingen, sein inneres (Nage nahestehendes) Bein nach vorne zu setzen.



(4)

Sobald dies geschieht, tritt Nage hinter Uke ein.



(5)

Die Führung und Kontrolle zu Irimi-Nage geschehen wie in der waffenlosen Grundform auch.



(6)

Entgegen der waffenlosen Form erfolgt die Führung des Jo und damit des Uke in einer weiten kreisförmigen Bewegung.



(7)



(8)

Wichtig, um die zentrierte Energie von Uke, welche durch die Führung von Nage und durch das Fassen des Jo durch Uke entsteht, wirksam ins Leere laufen zu lassen: nicht versuchen, zu früh einzutreten, sondern Uke seine Bewegung zu Ende führen (ins Leere laufen) lassen.



(9)

Maßgebend für die erfolgreiche Ausführung ist, dass die Jo-Spitze nicht nur mental, sondern auch tatsächlich hinter den Rücken von Uke geführt wird.



(10)



(11)



(12)

氣

Einladung zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 18. – 20.09.2020 in Bad Malente-Gremsmühlen

Wir hoffen, dass der Lehrgang wie geplant stattfinden kann; dies ist aber natürlich von der weiteren Entwicklung der Corona-Pandemie abhängig.

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

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

Lehrer: Lehrwart des AVSH u. a.

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

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

Teilnahmeberechtigt: Inhaber der Trainerlizenz C Aikido des DAB (mit Vorrang für Inhaber, deren Lizenz 2020 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. Der Unterricht wird nach Planungsstand 01.07.2020 parallel in zwei Gruppen (Theorie/Praxis) stattfinden.

Zeitplan:

Freitag, den 18.09.2020: bis 16.30 Uhr Anreise, anschließend Erledigung der Formalitäten, 18 Uhr Abendessen, 19 – 20.30 Uhr Unterricht. Zeitplan und Detailinfos werden per Mail an die Teilnehmer versandt oder bei Lehrgangsbeginn verteilt.

Samstag, den 19.09.2020: Unterricht in Theorie und Praxis

Sonntag, den 20.09.2020: Unterricht in Theorie und Praxis, Abreise nach dem Mittagessen

Lehrgangsgebühr: Für Angehörige des DAB wird keine Lehrgangsgebühr erhoben. Für Angehörige anderer Aikido-Verbände beträgt die Teilnahmegebühr 50 EUR. Unterrichtsmaterialien werden nach Möglichkeit gestellt oder zum Selbstkostenpreis abgegeben.

Unterkunft: Im Sport- und Bildungszentrum Malente wurden 25 Unterbringungsplätze in einfachen Standard-Mehrbettzimmern reserviert. Der Aufenthaltspreis beträgt für Übernachtung, Frühstück, Mittag- und Abendverpflegung (Freitagabend bis Sonntagmittag) insgesamt 60 EUR. Die Zimmerbelegung wird im Detail von den zu gegebener Zeit vorliegenden Corona-Bestimmungen abhängen.

Verpflegung: Für Teilnehmer, die keine Unterkunft im SBZ in Anspruch nehmen wollen, besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an der Verpflegung im SBZ. Die Gesamtteilnehmerzahl kann dadurch voraussichtlich jedoch nicht erhöht werden.

Meldungen/Überweisung: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben), Überweisung der Unterbringungskosten auf das Konto DAB (**Achtung neu nach Bankfusion!**) Nr. **DE70 2219 1405 0063 5867 50** (BIC: GENODEF1PIN) bei der VR-Bank Schleswig-Holstein und Teilnahmebestätigung des Lehrgangsleiters möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: NAME, Vorname, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikido-Grad, Lizenznummer, Gültigkeitsdauer der Lizenz. Auf der Internetseite des DAB wird ein Anmeldeformular eingestellt werden. Die so gemeldeten Teilnehmerdaten werden an den Bundesreferenten Lehrwesen weitergemeldet und dort für den Zweck einer Lizenzverlängerung vermerkt.

Meldeschluss: Die Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens zum **26. Juli 2020** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht an der Trainer-Fortbildung 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.

Lizenzverlängerung: Da eine Lizenzverlängerung nur noch zum Jahresende durch den Bundesreferenten Lehrwesen erfolgen kann, werden Lizenzdokumente für den Lehrgang nicht benötigt, sondern nur den DAB- oder Lehrgangsausweis, in dem die Teilnahme vermerkt wird. Die Teilnehmerdaten werden durch den Lehrgangsleiter an den Bundesreferenten Lehrwesen weitergemeldet.

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*

*Dr. Dirk Bender,
Bundesreferent Lehrwesen*

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB vom 23. – 25. Oktober 2020 in Mörfelden-Walldorf

Wir hoffen, dass der Lehrgang wie geplant stattfinden kann; dies ist aber natürlich von der weiteren Entwicklung der Corona-Pandemie abhängig.

Veranstalter: Deutscher Aikido-Bund e.V.

Ausrichter: TGS Walldorf e.V. & SKV Mörfelden e.V.

Lehrgangsleiter: Dirk Schlüter, Schillerstraße 25, 64546 Mörfelden-Walldorf;
Tel.: 0151 / 166 36508, E-Mail: d.schluefer62@gmx.de

Lehrer: Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

Lehrgangsort: Stadthalle Walldorf, Waldstraße 100, 64546 Mörfelden-Walldorf

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

Lehrstoff: Tekubi-osae, Ude-kime-osae, Messertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers. Es werden insgesamt 4 Trainingseinheiten der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

Zeitplan:

Freitag, den 23.10.2020: Anreise bis 18 Uhr; Training 18.30 – 20.45 Uhr

Samstag, den 24.10.2020: Training 10 – 12.15 Uhr; danach wird ein kleiner Imbiss in der Halle angeboten. Training: 15 – 17.15 Uhr; gemeinsames Abendessen 18.30 Uhr.

Sonntag, den 25.10.2020: Training 10 – 12.15 Uhr; anschließend Abreise

Sonstiges: Sofern die Corona-Situation dies zulässt, finden am Samstagabend ein Treffen des DAB-Präsidiiums mit den Aikido-Landesverbänden und am Sonntag nach dem Training eine DAB-Präsidiumssitzung statt. Die Einladungen hierzu erfolgen ggf. separat.

Lehrgangsgebühr: Für Aufwendungen des Ausrichters sind 15 €/Teilnehmer zu zahlen.

Unterkunft: muss selbst organisiert werden. 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 ist automatisch bestätigt, wenn keine separate Absage erfolgt.

Meldeschluss: Die Meldung muss bis spätestens **30.09.2020** 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*

*Dirk Schlüter,
Lehrgangsleiter*

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 14./15. November 2020 in Kaltenkirchen

Wir hoffen, dass der Lehrgang wie geplant stattfinden kann; dies ist aber natürlich von der weiteren Entwicklung der Corona-Pandemie abhängig.

Veranstalter: Deutscher Aikido-Bund e. V.

Ausrichter: Aikido-Abteilung der Kaltenkirchener Turnerschaft von 1894 e. V.

Lehrgangsleiter: Rolf Steenbock, Tel.: 04191 / 8163,
E-Mail: aikido-kaltenkirchen@gmx.de

Lehrer: Martin Glutsch, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

Lehrgangsort: Sporthalle der Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Flottkamp 32, 24568 Kaltenkirchen

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

Lehrstoff: Kote-mawashi, Koshi-nage, Verkettungen; weitere Inhalte nach Maßgabe des Lehrers. Es werden 2 TE der Gruppe A gem. VOD-DAB anerkannt.

Zeitplan:

Samstag, 14.11.2020: Es wird um Anreise bis 15 Uhr gebeten. 15.30 – 18 Uhr Aikido-Training; danach auf Wunsch gemeinsames Essen und gemütliches Beisammensein.

Sonntag, 15.12.2020: 9.30 Uhr – 12 Uhr Aikido-Training, Verabschiedung und Abreise

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

Unterkunft: Es wird gebeten, Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Übernachtung in der Sporthalle ist möglich.

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur möglich nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung per E-Mail an aikido-kaltenkirchen@gmx.de unter Angabe von Name, Vorname, Aikido-Grad; ggf. Wunsch zur Teilnahme am Abendessen. Die Anmeldung gilt automatisch als bestätigt, wenn keine separate Absage erfolgt.

Meldeschluss: Die Meldung sollte bis spätestens **01.11.2020** 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*

*Rolf Steenbock,
Lehrgangsleiter*

Einladung zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 04. – 06.12.2020 in Bad Blankenburg

Wir hoffen, dass der Lehrgang wie geplant stattfinden kann; dies ist aber natürlich von der weiteren Entwicklung der Corona-Pandemie abhängig.

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

Ausrichter: Aikido-Verband Thüringen e. V.

Lehrer: Bundesreferent Lehrwesen und andere

Lehrgangsleiter: Dr. Dirk Bender, Am Kötschauer Weg 49, 99518 Bad Sulza;
Tel.: 036425 / 204921, Fax: 036425 / 204922, E-Mail: lehrwesen@aikido-bund.de

Lehrgangsort: Landessportschule, Wirbacher Straße 10, 07422 Bad Blankenburg;
Tel. 036741 / 620, Fax: 036741 / 62510, www.sportschule-badblankenburg.de

Teilnahmeberechtigt: Inhaber der Trainerlizenz C Aikido des DAB (mit Vorrang für Inhaber, deren Lizenz 2020 ausläuft)

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

Zeitplan:

Freitag, den 04.12.2020: 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 05.12.2020: Unterricht in Theorie und Praxis

Sonntag, den 06.12.2020: Unterricht in Theorie und Praxis, Abreise nach dem Mittagessen

Leistungen: Der DAB übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsführer 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 gepflegt. Die Kosten hierfür sind auf das Konto DAB-BLA Dr. Dirk Bender, **IBAN DE13 8207 0024 0535 9344 00** zu überweisen (Verwendungszweck: „TrC-FB_Dez_2020, 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 15 €/Nacht (gesamt 150 €/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 Lehrgangsführer (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 OTC-DAB (Ziffer 4.4.2) verwiesen. Die Lizenzverlängerung kann im letzten Quartal der Gültigkeit beim BLA beantragt werden.

Meldeschluss: Die Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens **18. Oktober 2020** 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 Lehrgangsführer 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,
Bundesreferent Lehrwesen*

Deutscher Aikido-Bund e. V.

Lehrgangsplan 2021

vorbehaltlich Genehmigung durch die TK (Stand: Juli 2020; Änderungen vorbehalten)

Wir hoffen, dass die Veranstaltungen wie geplant stattfinden können; dies ist aber natürlich von der weiteren Corona-Entwicklung abhängig.

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
09./ 10.01.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Hanmi-hantachi, Kokyu-nage, Ude-kime-nage Rest nach Maßgabe des Lehrers	Berlin	Frank Mercsak, 6. Dan, TK-Mitglied
16.01.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Nage- und Katame- waza bis einschl. 2. Kyu, unter- schiedliche Angriffsarten (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
30.01. – 06.02.2021	Aikido- und Ski-Langlauflehrgang ab 5. Kyu / Lehrstoff nach Maß- gabe des Lehrers	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Sabine Walter; Ed Grund, 6. Dan, TK-Mitglied
05.02. – 07.02.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Sumi-otoshi, Stabkata, Stabtechniken Rest nach Maßgabe des Lehrers	Waldörfer SV e. V./ Hamburg	Alfred Heymann, 8. Dan, BT
13.02.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Nage- und Katame- Waza, Programm 1. Kyu (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
06./ 07.03.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Kote-hineri, Ude- garami, Schwerttechniken Rest nach Maßgabe des Lehrers	Post-SV Nürnberg e. V.	Martin Glutsch, 7. Dan, BT
13.03.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Nage- und Katame- Waza, Programm 1. Dan (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
20./ 21.03.2021	Dan-Prüfung	gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einla- dung des BPA
26./ 27.03.2021	TK-Sitzung, Workshop der TK-Mitglieder	Hachen	TK, VPT
28.03.2021	Präsidiumssitzung	Hachen	Leitung: PR
10.04.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-no-kata (1. Form im Stand, 1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister

17./ 18.04.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Sumi-otoshi, Waffe gegen Waffe (Aiki-bu-jitsu) Rest nach Maßgabe des Lehrers	ASV Lorch e. V.	Martin Glutsch, 7. Dan, BT
01./ 02.05.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Tenchi-nage, Stabtechniken Rest nach Maßgabe des Lehrers	TSG Stuttgart e. V.	Alfred Heymann, 8. Dan, BT
15.05.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Abwehr und Anwen- dung des Stabes (Jo) (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
22.05. – 24.05.2021	Internationaler Aikido- Pfungstlehrgang ab 2. Kyu / Lehrstoff: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	EAG Heidenheim e. V.	Lehrer ist noch nicht beauftragt
18.06. – 20.06.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Kote-hineri, Schwert- und Messertechniken Rest nach Maßgabe des Lehrers	JC Bietigheim e. V.	Alfred Heymann, 8. Dan, BT
03.07. – 10.07.2021	Bundeswochenlehrgang I (mit Dan-Prüfung*) für 1. Kyu und 1. Dan (nach Maß- gabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Martin Glutsch, 7. Dan, BT
10.07. – 17.07.2021	Bundeswochenlehrgang II (mit Dan-Prüfung*) ab 1. Kyu und alle Aikido-Dane (nach Maßgabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Alfred Heymann, 8. Dan, BT
11.09.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Abwehr von Angrif- fen mit dem Messer (Tanto) (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
18.09. – 25.09.2021	Bundeswochenlehrgang III ab 2. Dan (mit Dan-Prüfung)	Bad Blankenburg	gemäß TK-Vorgabe
02.10. – 09.10.2021	Bundeswochenlehrgang IV für Aikidoka ab 4. Kyu (mit Kyu-Prüfung**)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn	Roland Nemitz, 7. Dan, TK-Mitglied
16.10.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-no-kata (2. Form am Boden), (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
23./ 24.10.2021	Dan-Prüfung	gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einladung des BPA
29.10. – 31.10.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Verkettungen, Stab- techniken Rest nach Maßgabe des Lehrers	Mörfelden-Walldorf	Alfred Heymann, 8. Dan, BT

30.10.2021	Bundesversammlung	Mörfelden-Walldorf	Leitung: PR
31.10.2021	Präsidiumssitzung	Mörfelden-Walldorf	Leitung: PR
13.11.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Hanmi-hantachi, (Programm 2. Dan) (1 TE-B) Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
20./ 21.11.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Messertechniken, Ude-kime-osae, Koshi-nage Rest nach Maßgabe des Lehrers	SV Leipziger Sport- löwen e. V. / Leipzig	Martin Glutsch, 7. Dan, BT
04./ 05.12.2021	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Kokyu-nage, 3. Kata Rest nach Maßgabe des Lehrers	VfL Kirchheim e. V./ Kirchheim/Teck	Manfred Jennewein, 7. Dan, TK-Mitglied
11.12.2021	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers, (1 TE-B)	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister

Weiterhin sind noch Kurse zur Trainer-Aus- und -Fortbildung vorgesehen:

Diese Termine sind aber noch spekulativ, weil sie von den Sportschulen noch nicht bestätigt sind. Weiterhin ist das Zustandekommen davon abhängig, ob die Trainerausbildung in diesem Jahr wie geplant abgeschlossen werden kann. Ggf. muss eine Verschiebung um ein Jahr erfolgen.

Trainer-C-Ausbildung (6 x Wochenendlehrgang)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 22.– 24.01.2021 | 4. 04.– 06.06.2021 |
| 2. 05.– 07.03.2021 | 5. 24.– 26.09.2021 |
| 3. 23.– 25.04.2021 | 6. 26.– 28.11.2021 |
- jeweils in der Landessportschule Bad Blankenburg

Trainer-C-Fortbildung

1. 19.–21.02.2021 in der Sportschule Frankfurt, verantw. BLA
2. Juni 2021 in der Sportschule Ruit, verantw. Lehrwart AVBW (Arno Zimmermann)
3. 17.–19.12.2021 in der Landessportschule Bad Blankenburg, verantw. BLA

Anmerkungen:

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

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Martin Glutsch, Alfred Heymann,
Bundestrainer des DAB*

合氣道

Impressum

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

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

Die letzte Weisheit:

„Do“ ist nicht der Weg
von zu Hause in eine Turnhalle,
sondern ein Prozess
der Persönlichkeitsentwicklung.

(Leo Beck)

Redaktionsschluss für „aikido aktuell 4/2020“:

1. September 2020