

aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO
in Deutschland

Ausgabe 3/2009

Nr. 135



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 3/2009

Nr. 135

Inhaltsverzeichnis

Leitartikel

Runde Geburtstage: Gratulation! – Und Dank!	3
---	---

Magazin

40 Jahre Aikido-Abteilung Leonberg	3
BL in Frankenthal – hinter den Kulissen	4
Mein erster Aikido-Skilanglauf-Lehrgang	5
Alles Roger, oder was?!	8
DAB-Präsidentin bei Bundespräsident und Bundeskanzlerin	10
Stehen wie ein Baum	11
Ostern mit dem Schwert	11
Wahl des neuen Präsidiums im AVNRW	13
7. Dan Aikido für Horst Glowinski	13
Landeslehrgang mit Jacques Valère	14
Aikido-Telegramm	16

Aikido-Kids

Neuer Bundesjugendvorstand gewählt	17
Jugendlehrgang in Oelixdorf	18
Jugend am Kniebis	19

Technik-Serie

Kokyu-nage; von Bundestrainer Karl Köppel, 7. Dan	20
---	----

Forum

Wen die (Wehr-)Pflicht ruft	25
-----------------------------------	----

Daten und Fakten

Anschriften aktuell	29
Wichtige Termine	29
Verzeichnis der lizenzierten Prüfer des DAB für Kyu-Grade	29
Einl. zur 18. Bundesversammlung des DAB	33
Einl. zum BWL IV des DAB vom 10. – 17. Okt. 2009, HZH	34
Einl. zum BL des DAB am 24./25. Oktober 2009 in Frankfurt Flughafen	35
Einl. zum BL des DAB am 7./8. November 2009 in Kirchheim unter Teck	36
Lehrgangsplan des DAB 2010	37

Titelbild:

Meister Jacques Valère, 7. Dan Aikido, beim deutsch-französischen Freundschaftstreffen vom 1. – 3. Mai in Herne



Runde Geburtstage: Gratulation! – Und Dank!

Liebe Aikidoka,

um das Erscheinen dieser aa-Ausgabe herum haben etliche Menschen, die große Verdienste um Aikido und den DAB haben, runde Geburtstage. Ich möchte hier nochmals herzlich gratulieren und alles Gute für die nächsten Lebensjahre wünschen. Diese Anlässe sind aber auch eine schöne Gelegenheit, Dank zu sagen. Dieser Dank gilt euch allen für euren Einsatz im Ehrenamt, in der Organisation und auf der Matte. Exemplarisch möchte ich drei Aikidoka herausgreifen, denen ich anlässlich ihres Geburtstags besonders danken möchte:

Ich beginne mit einem Mitglied des DAB-Präsidiums. Manfred Jennewein wirkt dort als Vizepräsident Organisation und ist auch auf allen anderen Ebenen höchst aktiv. Bei der TK-Tagung im April wurde er zum 6. Dan Aikido graduiert, dazu ebenfalls herzlichen Glückwunsch. Gleichfalls auf allen Ebenen betätigt sich der rheinland-pfälzische Landesverbandsvorsitzende Ermano Olivan, der uns dieses Jahr wieder bei der Organisation der Bundesversammlung unterstützt. Und enden möchte ich mit einem unserer drei höchstgraduierten Aikidoka im DAB, Bundestrainer Alfred Heymann, der die meisten der aa-Leserinnen und -Leser schon bei Lehrgängen auf ihrem Do begleitet hat und hoffentlich noch lange begleitet.

Herzlichen Glückwunsch und ebensolchen Dank!

Ich bin immer für euch ansprechbar!

Eure

Barbara Oettinger

Dr. Barbara Oettinger,
DAB-Präsidentin



40 Jahre Aikido- Abteilung Leonberg

Möglicherweise gibt es außer der Aikido-Abteilung der TSG Leonberg noch andere Aikido-Vereine im DAB, die bereits ihr 40-jähriges Jubiläum erreicht haben. Aber mit Sicherheit gibt es keine andere, in der der Gründungsvorsitzende bis heute die Abteilung leitet, wie es bei Volker Uttecht der Fall ist.

1968 wurde in Leonberg mit Aikido im Rahmen der Karate-Abteilung begonnen. In einem der ersten Trainings war auch Volker Uttecht mit dabei und hat die Faszination dieser Kampfkunst aufgenommen. Als sich dann 1969 die Aikido-Abteilung gründete, war er Mitglied und wurde zum Vorsitzenden der Abteilung gewählt. Gerd Wischnewski, der „weiße Samurai“ und Schüler von O-Sensei, brachte die Kampfkunst damals nach Deutschland und wurde zum Lehrer von Volker Uttecht, der seine ersten Gurtprüfungen bei Gerd Wischnewski ablegte.

Als sich 1972 die Aikidoka vom Deutschen Judo-Bund trennten und unter Rolf Brand und Erhard Altenbrandt den Deutschen Aikido-Bund gründeten, gehörte Volker Uttecht wieder zu den Gründungsmitgliedern des DAB sowie des Aikido-Verbandes Baden-Württemberg. Im DAB wurde er sofort in den Bundesvorstand als Bundesjugendreferent gewählt, seit 1977 war er ebenfalls im Vorstand des AVBW

und dort erst für den Jugendbereich, später dann für Presse und Öffentlichkeitsarbeit zuständig.



Meister Volker Uttecht (3. Dan)

1972 legte Volker Uttecht die Prüfung zum 1. Dan Aikido ab, 1974 zum 2. Dan und 1985 zum 3. Dan. Er ist einer der ersten Aikido-Prüfer des DAB überhaupt, seine Prüferlizenz trägt die Nr. 7. Bis heute ist der inzwischen 70-Jährige regelmäßig in Leonberg auf der Matte, unter seiner Leitung gingen in Leonberg neun Dane hervor. Einige der höchsten Dane des DAB heute haben als Schüler von Volker Uttecht mit Aikido begonnen.

Welch passenderen Rahmen könnte es für ein solches Jubiläum geben als einen Lehrgang? Am 29./30. März versammelten sich über 30 Aikidoka aller Graduierungen, darunter viele aktuelle und ehemalige Schüler von Volker Uttecht, in Leonberg auf der Matte. Als Lehrer konnten die Leonberger Aikidoka einen der höchsten Danträger des DAB gewinnen: Horst Glowinski, 6. Dan.

Volker Uttecht und Horst Glowinski kennen sich seit vielen Jahren, „wir haben schon vor über 30 Jahren miteinander trainiert“, sagt Volker. An den beiden Lehrgangstagen zeigte Horst Glowinski eine Vielzahl unterschiedlicher Techniken mit und ohne Waffen, die auch erfahrene Aikidoka ganz schön ins Schwitzen brachten. Alle Teilnehmer waren begeistert.

Daher bleibt nur: herzlichen Dank an Horst Glowinski für den spannenden Lehrgang. Und: herzlichen Glückwunsch an Volker Uttecht zum Jubiläum. Mögest du unseren Aikido-Weg noch viele Jahre auf der Matte begleiten können!

*Kai Sonntag,
TSG Leonberg e. V.*

氣

BL in Frankenthal – hinter den Kulissen

Januar 2009: Der Vorstand des AVRVP traf sich schon frühzeitig, um den Ablauf des geplanten Bundeslehrgangs am 4. und 5. April 2009 zu besprechen und zu planen. Wie viele Matten werden benötigt? Wie und wann können die Matten aus den Vereinen (Aikido-Club Frankenthal und 1. Judo-Club Worms) in die Trainingshalle transportiert werden? Wer kümmert sich um das Frühstück, Kuchen, Helferliste???

Der Trainer stand fest: Martin Glutsch (6. Dan Aikido), der Lehrstoff war auch vorgegeben, alles darum herum wurde geplant.

Samstag, 4. April, Treffpunkt 9 Uhr zum Mattentransport! Wieder einmal hatten es die beiden Vereine des AVRVP geschafft, genügend Helfer zu finden, die beim Mattentragen und Aufbauen halfen. Insgesamt 20 fleißige Aikidoka (nur wenige durften beim Bundeslehrgang auch selbst trainieren) brachten es fertig, innerhalb von drei Stunden die Matten für eine Trainingsfläche von 500 Quadratmetern heranzutransportieren und aufzubauen. Der Lehrgang konnte beginnen!

Samstag 14 Uhr: Die ersten Helfer sind schon wieder zur Stelle und kümmern sich um die anreisenden Aikidoka. Während weitere fleißige Hände wohl noch mit Kuchen Backen für den nächsten Tag und Einkaufen der Frühstücksutensilien beschäftigt waren, trainierten 80 Aikidoka unter dem schwäbischen Meister Martin Glutsch. Thema des Tages waren Kokyunage und Tenchi-nage. Die Trainierenden schwitzten, die Helfer hatten für heute genug getan. Nur ein weiterer bekam nun die Schlüsselgewalt und damit die Verantwortung, alle, die am Abendessen teilnehmen und in der Halle übernachten wollten, weiter zu betreuen.

Sonntag, 5. April, 8 Uhr: der Helfermarathon geht weiter. Ca. 100 Brötchen wurden beim Bäcker abgeholt, zahlreiche Kannen Kaffee gekocht, es wurde gefrühstückt und alles wieder abgeräumt.

Während Martin Glutsch den Trainierenden die effektivste Art demonstrierte, sich gegen einen Messerangriff zu verteidigen, perfektionierten die Helfer im Vorraum der Halle den Umgang mit dem Messer beim Brötchenschmieren. In Rekordzeit halbierten und butterten zwei Paar fleißige Hände ca. 50 Brötchen. Weitere Helfer belegten die geschmierten Brötchenhälften und richteten das Büffet.

So konnten sich die nach dem schweißtreibenden Training frisch geduschten Aikidoka noch vor ihrer Abreise stärken.

Frisch gestärkt gingen auch die Helfer wieder ans Werk, die Matten warteten darauf, in die Vereinshallen zurückgebracht zu werden. Die Reste des Büffets wurden verteilt, es wurde aufgeräumt und gekehrt. Die letzten, die noch am Nachmittag in Sachen Bundeslehrgang unterwegs waren, waren wohl die LKW-Fahrer, um die Lastwagen wieder zurückzubringen.

Halt, ich sitze ja jetzt noch hier vor dem PC und schreibe zu Ehren der Helfer im Hintergrund einen etwas anderen Artikel für das aikido aktuell.

Vielen Dank allen helfenden Händen!

Simone Träger,
AVRP

道

Mein erster Aikido-Skilanglauf-Lehrgang

Als ich mich für diesen Lehrgang anmeldete, wusste ich, dass es eine mutige Entscheidung war; nein, sogar eher eine waghalsige. Nach mehr als zwei Jahrzehnten Aikido-Pause habe ich vor ein paar Monaten wieder angefangen, und das aus beruflichen Gründen leider eher unregelmäßig. Ich ahnte, dass ich an meine Grenzen stoßen würde, ich ging aber eher von konditionellen Problemen aus.

Es fing alles ganz harmlos an. Ich ergatterte ein supergünstiges Zugticket für die 1. Klasse von Hamburg nach Freiburg und hatte so ein ganzes Abteil für mich samt nettem Service (Ruhe vor dem Sturm). In Freiburg fand ich schnell ein paar andere Aikidoka und schloss mich denen bei der Weiterfahrt einfach an. Am letzten Stück mussten wir zu Fuß den Berg erklimmen, unser Gepäck sollte von einer Schneeraupe (genannt: „Katze“) nach oben gebracht werden. Da wir noch auf die Katze warten mussten, landeten wir in einem Café, was bei den routinierten Lehrgangsteilnehmern seit Jahren der allgemeine Treffpunkt zu sein schien.

Obwohl die anderen Teilnehmer sich untereinander schon gut kannten, gab es für mich als Neuling überhaupt kein Problem, ich wurde sofort integriert. Nur beim Zuhören der Erfahrungsberichte der letzten Jahre beschlichen mich erste Zweifel, ob ich hier richtig war. Diese Zweifel verflogen allerdings erst einmal wieder, da ich von der tollen Schneelandschaft abgelenkt war. Außerdem wurde mir ein schönes Zimmer zugewiesen und ich bekam eine nette Zimmergenossin dazu. Das ließ sich also alles sehr gut an.

Nach dem Mattenaufbau am Abend kam der erste Schock: Ich wurde dazu überredet (gedrängt oder genötigt würde wohl auch passen ... ;-)), diesen Bericht zu schreiben. Ich dachte dann nur, wenn die

wüssten, die kennen mich ja gar nicht ... und stimmte also zu.

Der nächste Schock war die erste Skistunde: Da sah ich mich mit Ängsten konfrontiert, von denen ich vorher nichts ahnte. Dabei sah das im Fernsehen doch immer so einfach aus ... Komischerweise schienen alle anderen viel weniger oder gar keine Probleme zu haben, was mein Selbstwertgefühl nicht gerade wachsen ließ. Als typisches Nordlicht hatte ich dann auch noch mit der ungewohnten Höhe zu kämpfen (bei uns stehen halt keine Berge im Weg rum), sodass ich erhebliche Anlaufschwierigkeiten fühlte. So waren die nächsten Skistunden für mich eine echte Herausforderung, die anderen wurden immer besser, ich immer ängstlicher.

Wahrscheinlich wurde ich für unseren supergeduldigen Skilehrer Helmut zu einer Herausforderung, seine Geduld wurde von mir mit Sicherheit überstrapaziert. Zumindest hat er mich schwer beeindruckt (als ich schon kurz davor war, die Skier abzu-

schnallen und nach Hause zu gehen), indem er mir todernst eröffnete: „Ich werfe dich gleich den Hang runter, wenn du nicht fährst.“ Ich stutzte kurz und fuhr dann tatsächlich los, es brachte mir sogar Spaß. Hinterher versprach Helmut mir aber hoch und heilig, dass er niemals jemanden den Berg herunterwerfen würde. Langsam wurde ich zwar ein wenig besser, aber nicht so gut, dass ich an dem am Donnerstag durchgeführten Tagesausflug (25 km mit viel Abfahrt) teilnehmen konnte.

Auch wenn ich die Gruppe vermisste, war ich doch sehr erleichtert. Nachmittags machte ich mich mit Schneeschuhen auf den Weg den Berg herunter, um mich dort mit der heimkehrenden, aber etwas erschöpften Gruppe zu treffen, da ich auch noch ein Stück der Schwarzwälder Kirschtorte abbekommen wollte. Da bestätigten mir alle, dass es besser gewesen war, dass ich nicht kam: War doch ein Skistock bei einem Zusammenstoß zerbrochen und ein Teilnehmer nach einem Sturz, der zwar

schmerzhaft, aber einigermaßen glimpflich ablief, mit dem Bus heimgefahren. Zumindest sollte es keinen abschrecken, an diesem Lehrgang teilzunehmen, Es konnten von den beiden Ski-Gruppen (Anfänger und Fortgeschrittene) nur zwei Teilnehmerinnen nicht mitfahren; das ist bei 25 Leuten ja ein guter Schnitt und ein echter Erfolg für Helmut, der alle anderen fahrtüchtig machen konnte. Beim letzten Langlauftraining am Freitag wuchs ich sogar über mich hinaus und schaffte plötzlich Sachen, an die ich vorher nicht im Entferntesten zu denken ge-



*Die Lehrer des kombinierten Lehrgangs
Helmut Müller und Horst Glowinski*

wagt hatte. Wer sagt' s denn? Danke, Helmut!

Mit noch mehr Spannung hatte ich das Aikido-Training erwartet, das immer nach dem Abendbrot nach einem bereits supersportlichen Tag zuerst etwas deplaziert und unüberwindbar schien. Da war ich auch nicht die Einzige, die stöhnte. Wenn man aber erst einmal aufgewärmt war, wurde alles wieder super kurzweilig, weil Horst uns viele bekannte und noch mehr neue Techniken zeigte. Für mich mit den zwei Jahrzehnten Unterbrechung erschien sowieso so ziemlich alles neu.

Wenn Horst uns etwas zeigte, wirkte das beim Zugucken auch oft ganz einfach, beim Selbermachen musste man sich doch so manches Mal die Zähne ausbeißen, gerade bei den Dingen, die er mit solcher Leichtigkeit vorführte. Dafür waren aber sehr viele Danträger auf diesem Lehrgang vertreten, sodass man wirklich gute Möglichkeiten hatte, das Gezeigte von ihnen richtig zu lernen. Das fand ich einfach klasse und ich für meinen Teil konnte gut etwas mitnehmen. Das ist natürlich sehr egoistisch bzw. sehr einseitig von mir, aber umgekehrt dürfte von mir nicht so viel gelernt worden sein. Die Gelegenheit, mit so vielen Danträgern und überhaupt mit so vielen Leuten aus sämtlichen Teilen Deutschlands zu trainieren, hat man ja wirklich nicht sehr oft, das war an sich schon sehr reizvoll.

Falls man beim Skifahren von blauen Flecken verschont blieb (zumindest das habe ich geschafft!), konnte man sich beim Aikido-Training ein paar schöne Flecken mitnehmen (das habe ich auch geschafft!). Aber es hat so einen Spaß gebracht und mich so motiviert, dass ich tatsächlich für mich das erste Mal meine nächste Gurtfarbe (blau) ins Auge fasste, wohl wissend, dass ich noch gar nicht wieder auf dem Stand meines momentanen Kyus bin! Aber vorher wollte ich davon gar nichts hören.

Die Gruppe fand ich insgesamt sehr klasse. Ich bekam viele tröstende Worte, einige hätten das Skifahren auch erst über die Jahre gelernt usw. Das gab mir den Mut, es trotz meiner Zweifel nächstes Jahr

noch einmal zu versuchen. Tut mir Leid, Helmut!

Auch so konnte man mit dieser tollen Truppe nach dem Training herrlich zusammensitzen und sich austauschen. Ein paar Mitglieder bereiteten sogar eine Schneebeschwörung vor, an der wir (fast) alle teilnahmen, um den Schneefall für nächstes Jahr zu sichern (die Schneebeschwörung vom letzten Jahr hat ja zumindest funktioniert, wir hatten richtig viel Schnee). Da war draußen so einiges vorbereitet: viel Schnee aufgehäuft, Fackeln, Essen, Trinken. Das war wirklich eine tolle Atmosphäre, wir blieben stundenlang draußen, tanzten viel und hatten super Spaß. Am Donnerstagabend gab es eine Abschlussfeier. Es gab wieder viele fleißige Leute, die Vorträge, Spiele, Musik usw. vorbereiteten, sodass es ein super gelungenes und abwechslungsreiches Fest wurde. Das war eigentlich das Faszinierende, dass sich immer wieder Leute fanden, die mit anpackten und es für alle schön machten.

Dabei fiel mir die ganze Woche über immer wieder eine Person besonders auf: Bernd aus Heidenheim an der Brenz (ja, Bernd, ich habe sogar nachgeguckt, wo das ist!)! Bernd hatte schier unendliche Vorräte an Naschkram und Getränken für uns mit. Er hatte sogar noch am Abend vor der Anreise Massen von Muffins für uns gebacken. Irgendwann fragte ich ihn dann, ob er überhaupt Klamotten mitgenommen hätte. Er meinte nur, ich sähe doch, dass er nicht im Adamskostüm herumliefe. Na ja, aber viel zum Anziehen kann er wirklich nicht mitgebracht haben oder er hatte mehrere Koffer! Und dann hatte er auch immer Zeit und Lust, für alle die Skier zu wachsen, auch dafür hatte er alles Mögliche mit. Er hat wirklich wie eine Mutter für uns gesorgt.

Abschließend kann ich nur sagen, dass ich anfangs die Kombination Skilanglauf und Aikido etwas merkwürdig, wenn auch interessant fand. Aber im Nachhinein musste ich feststellen, dass sich das eigentlich sehr gut ergänzt. Wenn man Angst vorm Fallen hat, traut man sich vielleicht

eher, im Schnee fallen zu lernen. Einsatz der Hüfte, bewusstes Atmen, Gleichgewichtssinn und Körperwahrnehmung braucht man bei beidem. Auch durch die Unterschiede nimmt man Sachen manchmal anders wahr und wird nicht „betriebsblind“.

Also vielen Dank an unsere Lehrer Horst Glowinski (7. Dan) und Helmut Müller (2. Dan) und an die super Gruppe für die super tolle Woche! Ich hoffe, wir sehen uns nächstes Jahr wieder!

*Kirsten Duggen,
BKSV Goliath e. V.*



Alles Roger, oder was?!

Es gibt schon Momente, da fragt man sich, ob man noch ganz richtig tickt. Wenn an einem verregneten Sonntagmorgen der Wecker schon um Viertel nach acht auf Gute-Laune-Musik schaltet, dann ist das sicherlich so ein Moment. Und wenn man zwei Stunden später mit kalten Füßen über klebrige Plastikmatten läuft und Katz und Maus spielt oder für die sich jagenden Tiere als Ampelmännchen fungiert, dann auch. Gut, dass mich jetzt niemand aus meinem anderen Leben sieht, denke ich dann im Stillen und frage mich, wie ich hier hineingeraten konnte. Aber die Frage habe ich mir schon oft gestellt, und eine Antwort darauf gibt es nicht.

Nein, ich bin kein Freund von sonntäglichem Frühsport, gebe

aber zu, dass man sich nach Bezwingung des inneren Schweinehundes und überstandenerm Training besser fühlt. Vielleicht nicht unbedingt wohler – die Beine sind schlapp, die Handgelenke schmerzen, die Bandscheibe hat sich auch irgendwie verhakt –, aber man hat wieder einen Stempel im Pass, und das ist, wenn man sich meinen ein wenig genauer ansieht, schon ein Anlass zur Freude.

Freunde, lasst mich ehrlich sein: Nicht nur bin ich kein Freund von sonntäglichem Frühsport, ich bin auch kein großer Freund von Aikido-Lehrgängen. Bin einfach eine faule Socke. Und mein Wochenende ist mir heilig. ABER: Ich gebe zu, geschadet hat es noch nie.

Diesmal also ein Landeslehrgang mit Roger Zieger beim Bramfelder SV. Extra aus Berlin ist der 5. Dan angereist – mit merkwürdigen Aufwärmspielchen im Gepäck, die bei den Jüngeren begeistertes Kreischen hervorrufen, bei den Älteren plötzlich auftretende Zipperlein. Och nee, muss das sein? Dieses Laufen, Rennen und Fangenspielen? Schon erstaunlich, wie geschickt sich die Generation 50+ in



Meister Roger Zieger (5. Dan)

den Ecken rumdrückt und irgendeinen Krampf in der Wade behandelt, während das Jungvolk juchzt und rennt: „Ich krieg dich, ich krieg dich. Tick, du bist!“

Beim Dehnen sind dann alle wieder dabei, sehen aber nicht unbedingt besser aus. Der große Meister bringt es auf den Punkt: „Übungen, die dem Körper gut tun, sehen leider nicht immer sehr ästhetisch aus.“ Die Übung „gekreuzte Hände falten, Arme zum Körper drehen und dann als Schlaufe über den Kopf ziehen“ gehört mit Sicherheit dazu. Wahrscheinlich muss man als indischer Yogi auf die Welt gekommen sein (oder als 5. Dan Aikido), dass man eine solche Gelenkigkeit an den Tag legen kann.

Der Rest der Lehrstunden behandelt Techniken, die uns vertrauter sind. Die wir deshalb aber noch lange nicht besser beherrschen. Irimi-nage, Ude-osae, Tekubi-osae, Kaiten-nage ...



Werner Conradi hat nichts zu lachen

Es ist erstaunlich, wie schnell man erneut bei null anfängt, wenn man diese Übungen einmal wieder ganz bewusst machen soll. Arme, Füße, Hände – alles führt ein Eigenleben und eigentlich möchte man den blauen Gurt sofort wieder abgeben. Besonders, wenn ein Orangegurt schneller begriffen zu haben scheint, um was es geht, während man selbst nichts mehr kapiert und nur noch so vor sich hin stümpert. Nein, das geht gar nicht! Bevor man heulend von der Matte schleicht, sucht man sich besser einen Schwarzgurt als Uke, da gehen die Frustrationsmomente nicht so ans Eingemachte. Ein 1. oder 2. Dan darf, nein, er MUSS schließlich korrigieren! Dieser Respekt vor Höhergraduierten geht manchem Orange- und Grüngurt leider einfach ab.

Ach, überhaupt, dieses ständige Wechseln. Alle Augenblicke hat man es mit einem neuen Partner zu tun. Kaum hat man einen lieb gewonnen, kommt der nächste.

„Also, dazu hab ich heute überhaupt keine Lust“, sagt Heike am Sonntag in ihrer unnachahmlichen Art. Sie ist meine Meisterin und duldet allgemein nur wenig Widerspruch. Nur deshalb (ich schwöre!) fügte ich mich ihrem Wunsch. Ansonsten hätte ich mich natürlich liebend gern wieder von einem überschlaunigen Orangegurt anmosern lassen. „Ich glaub, mit deiner Zentrumsarbeit stimmt was nicht!“

Aber so blieb ich eben folgsam bei Heike und es wurde doch noch ein schöner und lehrreicher Sonntagvormittag.

Einen Großen Dank an Roger, der mit seinen humorigen Bewegungsmetaphern („Tut so, als hättet ihr Kopfweh ...“) auch dem begriffsstutzigsten Blaugurt so manche technische Eselsbrücke baute und für intensive Aha-Erlebnisse sorgte.

Nur wie man auf E in seine Ohren atmet, diese ausgefeilte Technik muss er uns beim nächsten Mal noch etwas genauer erläutern. Wasser per Autosuggestion am Körper abperlen zu lassen, klappte dagegen schon ganz gut. Jedenfalls unter der Dusche.

*Petra Meyer-Scheffe,
HT Barmbeck-Uhlenhorst e. V.*



DAB-Präsidentin bei Bundespräsident und Bundeskanzlerin

Unsere DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger nahm am 10. März an einem Gespräch mit Bundespräsident Dr. Horst Köhler in dessen Bonner Amtssitz Villa Hammerschmidt teil, wozu sie ergänzend zum Präsidium des Deutschen Olympischen Sportbundes als Vorsitzende einer der drei DOSB-Konferenzen eingeladen war.

Barbara Oettinger gehört auch zu den 20 Unterstützerinnen der Kampagne „Frauen gewinnen!“ des DOSB. So war sie am 23. April beim Empfang der Bundeskanzlerin und Schirmherrin des „Jahres der Frauen im Sport“ Dr. Angela Merkel im Bundeskanzleramt in Berlin zugegen. Diesem Empfang ging weiterhin ein Erfahrungsaustausch auf Einladung des DOSB-Präsidenten Dr. Thomas Bach im Hauptstadtbüro des Deutschen Sports in Berlin voraus.



Foto (DOSB/Reineke) vom 10.03.09: Dr. Barbara Oettinger (links) mit Bundespräsident Dr. Horst Köhler (vorn Mitte) und DOSB-Präsident Dr. Thomas Bach (vorn rechts)

DAB-Geschäftsstelle

道



Foto (DOSB/Engler) vom 23.04.09: Dr. Barbara Oettinger (hinten 3. von links) mit Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel (vorn 3. von links), Dr. Thomas Bach (vorn Mitte) und weiteren Unterstützerinnen wie z. B. fünf Ministerinnen des Bundeskabinetts (von links: U. Schmidt, B. Zypries, I. Aigner, Dr. A. Schavan, Dr. U. von der Leyen)

Stehen wie ein Baum

Das dem Aikido zugrunde liegende, viel diskutierte Konzept der Energie Ki ist nicht nur im japanischen Sprachraum zu finden. Auch in China, dort als Qi bekannt, begründet diese Energie verschiedene andere Kampfkünste sowie die traditionelle chinesische Medizin (TCM). Dieser Zusammenhang veranlasste die Aikidoka der TGS Walldorf, am 25. und 26. April 2009 einen nicht ganz Aikido-typischen Lehrgang anzubieten: Qi Gong und Massage nach dem Vorbild der TCM.

Für uns stellte dies eine wunderbare Möglichkeit dar, das generelle Konzept der „Lebensenergie“ näher kennen zu lernen, die zudem aber auch wertvoll war, um das bisherige, Aikido-geprägte Verständnis des Ki mit der traditionellen chinesischen Sichtweise zu vergleichen.

So fand sich samstags eine bunte Truppe Aikidoka – diesmal neben der Matte – ein, um von Petra Scheible grundlegende Gedanken und Techniken des Qi Gong zu erlernen. Bereits hier wurde die Wichtigkeit der Energie-Leitbahnen besprochen, jene zusammenhängenden Linien, die sich über den gesamten Körper ziehen und den inneren Zustand des Körpers repräsentieren.

Die eigentlichen Übungen des Qi Gong kamen den Aikidoka dann erstmal ungewohnt statisch und dazu noch sehr formalisiert vor („erst den linken Fuß zur Mitte drehen, dann den Daumen auf Ring- und kleinen Finger legen und den Zeige- und Mittelfinger ausstrecken ...“), sodass einiges an „geistiger“ Energie nötig war, um die richtige Ausführung nachzuvollziehen. Als jedoch diese Hürde genommen war, wurde auch die Ausführung der Bewegungen weicher und fließender und erinnerte in der einen oder anderen Hinsicht sogar manchmal wieder an Aikido.

Und so „standen wir wie eine Kiefer“, „stützten den Himmel“ und ließen „die Lotusblüte aufblühen und welken“, was das

Zeug hielt. Und obwohl man sich nicht wirklich viel vom Fleck bewegt hatte, spürte man den ganzheitlichen Trainingseffekt am nächsten Tag ordentlich in den Muskeln!

Daher kam das Thema des zweiten Tages auch gleich wie gerufen: Tuina, Massage nach der TCM, erklärt von Heike Bizet. Auf dem Programm standen wieder die Energie-Leitbahnen, die diesmal in Partnerarbeit als Grundlage der zu massierenden Körperbereiche dienen. Heike präsentierte verschiedene Massagetechniken und -punkte, welche zum Erstaunen vieler Teilnehmer beim Ausprobieren weitaus stärkere und effektivere Auswirkungen hatten, als wir es anfänglich erwartet hatten. Der erhoffte entspannende und wohltuende Effekt blieb zum Glück dennoch nicht aus!

Beide Tage zusammen ergaben einen sehr gelungenen, umfassenden Einblick in das Thema Qi und dessen spürbaren Einfluss auf den Körper. Was bleibt ist, dass für uns Aikidoka durch diesen Lehrgang eine wertvolle Quelle erschlossen wurde, das eigene Verständnis von Ki zu erweitern und zu entwickeln.

*Till Steiner,
SKV Mörfelden e. V.*



Ostern mit dem Schwert

Karfreitag in Hannover: Draußen phantastisches Frühlingswetter – die halbe Stadt scheint am Maschsee zu sein –, in der Halle dagegen arbeiten gut 40 Menschen konzentriert an sich und dem Schwert. Vier Tage liegen vor den Teilnehmern – nach gut einem Jahr Vorarbeit ist es dem Aikido-Verband Niedersachsen gelungen, den französischen Meister Michel Martin für einen Osterlehrgang beim AVH in Hannover zu gewinnen.

Martin hat seine Kunst bei Meister Daniel Brun gelernt, einem Schüler von Tadasashi Abe, der wiederum bei O-Sensei trainiert hat. Abe vertrat ein sehr traditio-

nelles Aikido, wie es vor dem zweiten Weltkrieg gelehrt worden ist. Das gilt auch für die Arbeit mit den Waffen – alles ist stark vom traditionellen Schwertkampf geprägt. Ein Einblick, der uns selten ermöglicht wird.

So ist bereits das Begrüßungsritual für die meisten fremd. Martin tritt ganz in schwarz an, gruppiert Schüler und Meister auf allen vier Seiten der Matte. Dann geht es los – ganz und gar erstaunlich, was man mit einem Bokken so alles anstellen kann. Und wie viel davon so auf den Knien stattfindet: Ausfallschritt mit dem linken Fuß, Bokken auf die rechte Schulter, das andere Knie nach vorne und ein Schlag schräg nach hinten. Dann die Drehung auf den Knien und dabei das Schwert wieder wegstecken. Sieht auf den



ersten Blick eher aus wie ein Zaubertrick.

„Wenn man den Körper bewegt, bewegt sich auch das Schwert“, sagt Martin. „Wenn sich der Körper nicht bewegt, bewegt sich auch das Schwert nicht.“ Klingt einleuchtend, ist aber schwierig umzusetzen. „Bei der Arbeit mit dem Schwert geht es um Kontrolle, Gleichgewicht und die Wahrnehmung des Raumes“, predigt Martin und demonstriert, wie man sich im Kniesitz mit schlagbereitem Schwert um den Gegner herumbewegt.

Am Ostersonntag steht dann doch noch schwerpunktmäßig Aikido auf dem Programm, das im Gegensatz zur martialischen Schwertarbeit erstaunlich leicht, sanft und elegant ist. „Aikido ist zu 60 Prozent Führung“, sagt Martin, während er einen Kokyunage zeigt, „zu 30 Prozent Gleichgewichtsbrechung, und nur die restlichen 10 Prozent sind die eigentliche Technik.“

Ist das derselbe Martin, der am ersten Tag so



Meister Michel Martin (5. Dan)

streng und militärisch gewirkt hat? Offensichtlich: „Aikido“, scherzt Martin, „steht im Gegensatz zur Realität: Uke versucht, meinen Arm zu greifen; aber in dem Moment, wo er ihn greift, ist da schon etwas anderes.“ Am Montagmittag, nach einer letzten Runde mit Schwert und Stab, gibt Martin noch eine beeindruckende Demonstration davon, was man alles mit einem Fächer anstellen kann, dann ist der Lehrgang überstanden. Draußen herrscht noch immer strahlendes Frühlingswetter.

Wolfgang Stieler,
AV Hannover e. V.



Wahl des neuen Präsidiums im AVNRW

Auf der Jahreshauptversammlung am 27.02.2009 wurde das neue Präsidium des AVNRW gewählt. Damit geht der AVNRW von einem Vorstandsmodell zu einem Präsidialmodell über.

Mit diesem Wechsel gibt sich der AVNRW eine neue Struktur. Der Vorteil liegt u. a. in gestärkten Kompetenzen der neuen Präsidiumsmitglieder. So können die Bereiche Organisation und Technik unter der Leitung des Präsidenten nun eigenständiger und effektiver arbeiten. Mit diesem Präsidialmodell hat sich der AVNRW an seine Dachorganisation, den Deutschen Aikido-Bund (DAB), angeglichen, wo dieses Modell seit Jahren erfolgreich praktiziert wird.

Als neuer Präsident des AVNRW wurde Hubert Luhmann (6. Dan) vom Aikido-HBG in Dortmund gewählt. Hubert Luhmann praktiziert seit 1975 Aikido in Nordrhein-Westfalen und hatte über viele Jahre hinweg das Amt des „Leiter Technik“ inne. Hubert löst damit Horst Glowinski ab, der 24 Jahre lang 1. Vorsitzender im AVNRW war. Die Dienste von Horst Glowinski in dieser Zeit können nicht genug gewürdigt

werden. Ohne Horsts persönlichen Einsatz wäre der AVNRW nicht da, wo er heute steht. Als „kleine“ Anerkennung für seine Verdienste wurde Horst Glowinski zum Ehrenpräsidenten des AVNRW ernannt. An dieser Stelle möchten wir Horst im Namen aller Mitglieder herzlich für seinen unermüdlichen Einsatz danken.

Weitere Ehrungen wurden Jürgen Feldmann und Dietmar Seifer zuteil. Beide erhielten für ihre Tätigkeiten im AVNRW die bronzene Ehrennadel. Oliver Sell bekam für sein langjähriges Engagement die silberne Ehrennadel verliehen.

Kleinere Veränderungen gab es auch bei den neuen Aufgabenverteilungen. So entfielen die Positionen Pressereferent und Webmaster, welche durch die neu geschaffene Position „Referent Public-Relations“ abgelöst wurden.

Die weiteren Aufgaben verteilen sich wie folgt: Vizepräsidentin Organisation: Renate Behnke; Vizepräsident Technik: Frank Mercksak; Schatzmeisterin: Ada Sell; Jugendreferentin: Nadine Svensson; Lehrreferent: Dr. Michael Adler; Schulreferent: Arne Hüls; Frauenbeauftragte: Ulrike Putzka; Rechtsausschuss: Beate Hellmich; Referent Public-Relations: Carsten Rosengarth; Geschäftsstellenleiter: Oliver Sell.

Carsten Rosengarth,
AVNRW



7. Dan Aikido für Horst Glowinski

Die Technische Kommission des Deutschen Aikido-Bundes (DAB) besteht aus den 15 ranghöchsten Aikido-Danträgern Deutschlands. Horst Glowinski, selbst Mitglied der Technischen Kommission, Haupttrainer der Aikido-Abteilung des KSV Herne, Ehrenpräsident des Aikido-Verbandes Nordrhein-Westfalen sowie Träger des Bundesverdienstkreuzes, wurde nun die

Ehre zuteil, den 7. Dan verliehen zu bekommen.

Horst Glowinski ist zusammen mit den beiden Bundestrainern der ranghöchste Aikidoka im DAB. Er gründete im Jahre 1978 die Aikido-Abteilung des KSV Herne, die zwischenzeitlich eine der größten Aikido-Abteilungen Deutschlands geworden ist. Hierbei leitet er nicht nur das wöchentliche Kinder- und Erwachsenentraining, auch als Regionaltrainer für NRW steht er seit Jahren zur Verfügung.

Nach 24-jähriger ehrenamtlicher Tätigkeit gab Horst kürzlich das Amt des 1. Vorsitzenden im Aikido-Verband NRW weiter und ist seit dieser Zeit als Ehrenpräsident für den Verband tätig.

Die Aikido-Abteilung des KSV Herne 1920 e.V. gratuliert ihrem Haupttrainer recht herzlich zu dieser Ehre und ist stolz, unter ihm trainieren zu dürfen.



Meister Horst Glowinski erhält vom Landesvorsitzenden Hubert Luhmann die Urkunde zur Verleihung des 7. Dans Aikido überreicht.

Heike Mercsak,
KSV Herne 1920 e.V.



Landeslehrgang mit Jacques Valère

Vom 1. bis zum 3. Mai fand in Herne ein Landeslehrgang mit Jacques Valère (7. Dan) aus Frankreich statt. Der Lehrgang wurde aus Anlass des mittlerweile 6. deutsch-französischen Freundschaftstreffens zwischen dem „Circle d'Aikido traditionnel“ und dem „KSV Herne 1920 e.V.“ ausgerichtet.

Nach unserem Besuch in Frankreich vor zwei Jahren war es diesmal an uns, den Landeslehrgang in Herne mit Maître Jacques Valère als Trainer auszurichten. Da diese Treffen immer etwas Besonderes sind, haben wir den Lehrgang auf vier Trainingseinheiten ausgeweitet. Wenn ein internationaler Landeslehrgang stattfindet, dann soll auch so viel wie möglich trainiert werden.

Die Resonanz auf die Ausschreibung war riesengroß. Schon im Vorfeld stand fest, dass wir über einhundert Lehrgangsteilnehmer sein werden. Insgesamt fanden sich an den drei Lehrgangstagen 120 Teilnehmer aus ganz NRW und Frankreich ein. Besonders hat uns die hohe Anzahl (30) französischer Gäste gefreut, die zu uns nach Herne gekommen sind, um zusammen mit uns grenzübergreifendes Aikido zu praktizieren. Einige von ihnen hatten Anreisen von 16 Stunden Fahrt hinter sich.

Am Freitag ging es dann pünktlich um zehn Uhr morgens los. Nach den Begrüßungsansprachen durch Jacques Valère und Horst Glowinski folgten die offiziellen Ansprachen durch die Verbandspräsidenten Jean-Claude Rodriguez und Hubert Luhmann. Hubert hatte für alle Teilnehmer noch eine Überraschung mit im Gepäck. Auf der letzten Sitzung der Technischen Kommission des Deutschen Aikido-Bundes wurde beschlossen, Horst Glowinski den 7. Dan zu verleihen.

Nun ging es mit dem Training los. Während der ersten Trainingseinheit zeigte Jacques Valère Wurf- und Hebeltechniken ohne Waffen. Oft wurden die Techniken verkettet, sodass nach dem Wurf ein zusätzlicher Hebel zur Kontrolle des Partners eingesetzt wurde. Diese Kombination führte Jacques Valère dann auf den Knien fort. Spezielles Augenmerk lag auf den Ausweich- und Drehbewegungen, welche für das Gelingen der Technik sehr präzise ausgeführt werden mussten. Die erste Einheit ging wie im Flug vorbei. Da alle Teilnehmer eifrig trainierten, hatte sich auch jeder die Mittagspause redlich verdient.

In der Mittagspause haben wir für die Lehrgangsteilnehmer kulinarische Spezialitäten aus der Region vorbereitet. Kurz gesagt, es gab Currywurst und Reibekuchen. Insbesondere mit einem kühlen Bier kam die Verpflegung auch bei den französischen Gästen sehr gut an.

Die zweite Trainingseinheit wurde an Jean-Yves Le Marcou (7. Dan Aikido) delegiert. Jean-Yves zeigte in seiner Lehr-



gangseinheit Techniken mit dem Tambo (Kurzstab ca. 30 cm), welchen er meisterlich beherrscht. Für die deutschen Teilnehmer am Lehrgang war das Training mit dem Tambo neu. Trotzdem konnten sehr schnell eindeutige Verwandtschaften zwischen der Tambo-Technik und der Aikido-Technik erkannt werden. Vergleichbar etwa mit der Verwandtschaft zwischen Stab und

leerer Hand. Da die Techniken mit dem Tambo sehr hebelintensiv sind, schwenkte Jean-Yves im Laufe des Trainings auf Tritttechniken um. Das sollte die Gelenke für den nächsten Tag schonen, an dem Bokken auf dem Programm stand.

Am Abend folgte das gemeinsame Abendessen in der Bavaria Alm. Bei Schweinsaxe und Maßbier wurde mit den französischen Freunden ausgiebig gefeiert. Zum Schluss blieb die Erkenntnis, dass in eine Maß ein ganzer Liter Bier hinein passt. Zum Glück gibt es bei einem Lehrgang am nächsten Morgen wieder ein Training, bei dem man seine Fitness zurückerlangen kann.



Meister Jacques Valère (7. Dan)

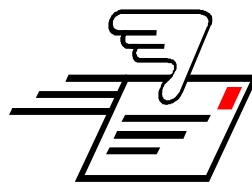
Der nächste Morgen begrüßte uns mit herrlichem Wetter. Hervorragend, da die nächste Trainingseinheit im Freien stattfinden sollte. Als Trainingsort wurde die Halde Hoheward in Herten ausgesucht. Mit einem Sonderbus der BoGeStra ging es von Herne aus zur Halde. Dort angekommen konnte gleich mit dem Aufwärmtraining begonnen werden. Der Aufstieg zur Halde beträgt 450 Stufen und ist bei weitem anstrengender als er zunächst aussieht. Belohnt wurde der Aufstieg mit einer großartigen Aussicht über das Ruhrgebiet. Trainiert wurde auf einem freien Platz direkt vor dem Obelisken. Jacques Valère zeigte eine Reihe von Techniken mit dem Stab und Bokken. Diese reichten von einer speziellen Stab-Kata bis hin zu Übungen Bokken gegen Bokken.

Nach einer kleinen Stadtrundfahrt gab es dann, zurück in den Flottmannhallen, am späten Mittag Kaffee und Kuchen. Leicht gestärkt ging es weiter zum Bergbaumuseum nach Bochum. Dort wurden zwei Führungen durch das Museum organisiert, eine in französischer und eine in deutscher Sprache. Nach der Führung durchs Museum standen das Abendessen und der freie Teil des Abends an.

Nachdem alle fit und munter den Samstagabend überlebt hatten, konnte das abschließende Sonntagstraining beginnen. Jacques Valère zeigte Techniken aus der französischen Kata zum 3. Dan. Diese Kata setzt sich in Frankreich aus Techniken mit dem Bokken zusammen. Anschließend wurde das Bokken gegen das Katana getauscht und es folgten Techniken des Schwertziehens. Auch die letzte Trainingseinheit ging leider wie im Flug zu Ende.

Jacques und Horst bedankten sich bei allen Lehrern, Teilnehmern und Helfern, die am Lehrgang mitgewirkt haben. Ein besonderer Dank gilt Jacques Valère, der als Lehrer das Programm sehr vielseitig gestaltet hat. Wir freuen uns alle auf den nächsten Lehrgang in zwei Jahren voraussichtlich in Clermont-Ferrand.

Carsten Rosengarth,
AVNRW



Aikido-Telegramm

Neue Trainer-B-Ausbildung

Eine aktuelle Info, die uns kurz vor Drucklegung erreichte: Vom 9. – 11. Oktober 2009 bietet der DAB in Bad Blankenburg/Thüringen eine Aikido-Trainer-B-Ausbildung/-Fortbildung an (Modul 1). Die komplette Ausschreibung ist auf den DAB-Internetseiten eingestellt: www.aikido-bund.de/lehrgange/lehrgange.html. Meldeschluss ist der 14. August 2009!

Gratulation!

Am 7. März fanden in Esslingen und Salzgitter-Beddingen Danprüfungen statt. Die Prüfungskommissionen bestanden aus: Karl Köppel (7. Dan, Vors.), Thomas Oettinger und Thomas Prim (jeweils 5. Dan) sowie Alfred Heymann (7. Dan, Vors.), Hubert Luhmann (6. Dan) und Edith Heymann (5. Dan). Zudem beschloss die Technische Kommission des DAB am 25. April die Graduierung weiterer hoher Meister.

Der DAB dankt den Mitgliedern der Prüfungskommissionen und der TK sowie den Ausrichtern für ihren stetigen und hervorragenden Einsatz zum Wohle unseres Verbandes.

Wir gratulieren herzlich:

zum 7. Dan:

Horst Glowinski, *KSV Herne*

zum 6. Dan:

Manfred Jennewein, *AC Niedernhausen*
Dr. Hans-Peter Vietze, *SKV Mörfelden*

zum 4. Dan:

Elisabeth Ackermann, *A.u.K.V. Augsburg*

C-D. Sonnenberg, *Braunschweiger JC*

zum 3. Dan:

Fred Schlenkrich, *AW Wedding*
Thomas Walter, *AC Aichtal*

zum 2. Dan:

Eugen Dorn, *ESV Augsburg*
Manfred Ellmaurer, *ASV Lorch*
Thorsten Kopp, *TG „Frei Heil“*
Heike Lifka, *ZfK Altenburg*
Roland Storck, *JSC Karlsdorf*

zum 1. Dan:

Thomas Au, *AC Knittlingen*
Viktor Bender, *AC Spandau*
Gudrun Moede, *Aikido Flugh. FFM*
Uwe Reinecke, *JKCS Goslar*
Ralph Zahn, *AV Esslingen*



Kinder- & Jugendseite

Neuer Bundesjugend- vorstand gewählt

Lehrgang in Frankreich

Stage interfédéral vom 03. bis 04.10.2009
Veranstalter: Fédération FFAAA, Comité Départemental Essonne et autres Fédérations

Lehrgangsort: 91700 Ste. Geneviève des Bois, Dojo Copernic, Avenue de la Liberté 1

Lehrgangsleiter: Michel Hamon, Avenue des Templiers 29, F-91420 Morangis/France; michel.hamon20@wanadoo.fr

Lehrer: Alfred Heymann (7. Dan), DAB

Zeitplan: Samstag, den 03.10.2009: morgens von 9.30 – 12 Uhr und nachmittags von 14.30 – 17 Uhr

Sonntag, den 04.10.09: 9.30 – 12 Uhr

Lehrgangsgebühr: 20 Euro (halber Tag = 10 Euro)

HV des AVHe

Die Hauptversammlung des Aikido-Verbands Hessen findet am 12. September um 18.30 Uhr in Niedernhausen statt.

Till Steiner,
Aikido-Verband Hessen

Im Rahmen des Jugendleiterworkshops am 9. und 10. Mai 2009 in Buchschwabach wurde die 2. Jugendvollversammlung (JVV) des DAB durchgeführt. Die JVV besteht aus allen Jugendleitern der Bundesländer und wählt den Bundesjugendvorstand inkl. des Bundesreferenten Jugend für einen Zeitraum von vier Jahren. Mindestens zwei der fünf Mitglieder müssen jünger als 27 Jahre alt sein.

Bei jeweils eigener Enthaltung wurden alle neuen Vorstandsmitglieder einstimmig gewählt. Der Vorstand setzt sich nun aus den folgenden fünf Personen zusammen:

Patrick David (Bundesreferent Jugend), 32 Jahre alt, war bereits die letzten 4 Jahre im Jugendvorstand aktiv. 10 Jahre lang betreute er die Kinder- und Jugendgruppe in seinem Heimatverein Clausthal, die er schweren Herzens im letzten Oktober an seine Nachfolger übergeben musste, als er nach Ingolstadt zog. Dort ist er jetzt bei Audi in der technischen Entwicklung tätig. Über diverse Lehrgänge und Kontakte zu seinem alten Verein ist er aber weiterhin auch in der aktiven Jugendarbeit vertreten.

Lilo Schümann, 52 Jahre alt, trainiert seit 1981 Aikido und hat vorher schon Bu-

doerfahrungen im Ju-Jutsu und Judo gemacht. Sie ist bereits seit mehreren Jahren im AVSH als Jugendleiterin tätig und organisiert seit 2004 das Samurai-Camp, ein fünftägiges Zeltlager mit ca. 100 Teilnehmern pro Jahr. Durch sehr gute und in der Vergangenheit bereits gepflegte Kontakte zur Deutschen Sportjugend wird sich Lilo um die Beantragung und Verwaltung der (Förder-)Gelder kümmern.

Jan Böttner, 19 Jahre alt, ist seit 2005 als Kinder- und Jugendtrainer tätig. Im Bereich des Aikido ist er in Bad Bramstedt bei Berthold Krause und Astrid Sieber groß geworden. Durch das Samurai-Camp ist Jan mit der Organisation von Jugendveranstaltungen in Kontakt gekommen. Beruflich ist Jan als Kommissaranwärter bei der Bundespolizei derzeit in Uelzen anzutreffen.

Laura Mirijam Ravenschlag, 21 Jahre, kommt aus Schwerte und ist aufgrund ihres Medizin-Studiums nach Aachen gezogen. Seit 10 Jahren betreibt sie Aikido und hat bis zu ihrem Abitur eine Kindergruppe betreut. Danach hat sie viel Zeit mit Reisen in ferne Länder verbracht und auch (zumindest teilweise) das „dortige Aikido“ angetestet.

Regine Häfner, 21 Jahre alt, ist Studentin der Biochemie in Bayreuth. Vor 11 Jahren begann sie mit dem Aikido-Training bei der EAG Heidenheim. Mit der Organisation von Jugendveranstaltungen war sie bereits bei den Pfadfindern vertraut, seit zwei Jahren ist sie Organisatorin des Jugendlehrgangs in Freudenstadt. Regine kündigte an, während ihrer Amtszeit für 6 oder 12 Monate ins Ausland zu gehen, aber da in der heutigen Zeit ja E-Mail die ge-

samte Welt verbindet, sah die Jugendvollversammlung darin kein Problem.

Der Jugendvorstand wird weiter an den Aufgaben der letzten Jahre arbeiten, dazu gehören unter anderem das Thema Corporate Identity und die Ausbildung der Kinder- und Jugendtrainer im Rahmen der Trainer-C-Ausbildung.

Patrick David,
Bundesreferent Jugend Aikido



Jugendlehrgang in Oelixdorf

Vom 13. bis zum 15.03.2009 fanden sich rund 20 Jugendliche im Alter von 14 bis 18 Jahren auf Einladung des Aikido-Verbandes Schleswig-Holstein in dem schönen norddeutschen (so norddeutsch, dass hier mit Reet bedachte Häuser die Regel sind) Oelixdorf zusammen, um unter der Leitung von Holger Bornholdt Aikido und unter dem eingeladenen Gastreferenten Tim Weigel die Grundlagen des Iaido zu trainieren.

Untergebracht waren wir in der Grundschule, wo wir eine eigene Sporthalle hat-



ten, die uns genügend Platz für unser Training bot. Geschlafen haben wir, wenn überhaupt, auch auf den Matten. Essen gab es im anliegenden Vereinsheim, und davon reichlich, auch für Vegetarier – ein herzliches Dankeschön an Holger und Michael, die hierfür verantwortlich zeichneten.

Nach unserer Ankunft um 18 Uhr ging es auch gleich mit dem Aikido-Training los, verbunden mit Kennenlern-Spielen und Ausweich-Übungen, die allen sehr viel Spaß bereitet haben. Am nächsten Morgen ging es sofort nach dem Frühstück mit dem Training weiter, allerdings musste der Zeitplan aufgrund einiger Langschläfer ein wenig verschoben werden. Diese Trainingseinheit beschäftigte sich mit Verkettungen von Techniken, bei denen wir Fehler unserer Ausführungen erkannten, indem sich der Angreifer aus der Technik herausdrehte. Beim zweiten Mal galt es dann, zielgerichteter zu arbeiten.

Nach einer kurzen Ruhepause und einem reichhaltigen Mittagessen ging es weiter mit einer Einheit Iaido. In den zwei Stunden Training unter der Leitung von Tim Weigel haben wir viel über die Etikette rund um das Schwert gelernt sowie drei Grundschläge trainiert. Dabei bekamen wir eine Vorstellung davon, was man beim Schlagen alles falsch machen kann.

Das anschließende Boßeln, eine norddeutsche Sportart, deren Ziel es ist, mit möglichst wenig Würfen eine Kugel durch die Feldmark zu rollen, wurde nur durch einen einsetzenden Nieselregen gestört. Ansonsten gefiel uns diese sportliche Aktivität.

Am letzten Tag lag der Trainingsschwerpunkt bei Hebeltechniken und Randori. Die Zu-

schaauer, bestehend aus dem Bürgermeister und dem Vorsitzenden der Oelixer Schützen, waren beeindruckt von unserer Kampfkunst. Im Anschluss an das schweißtreibende Training wurden die Halle und das Vereinsheim aufgeräumt und gesäubert, damit wir hoffentlich bald wieder die Chance haben, hierher eingeladen zu werden.

Uns hat der Jugendlehrgang sehr gut gefallen, war er doch sehr interessant. Die Themen Aikido und Iaido waren sehr eng miteinander verbunden und entsprechend beeindruckend.

*Simon Stutz, Lukas Hellwig,
SG Wolbrechtshausen-Hevensen e. V.;*
*Lilo Schümann,
Aikido-Verband SH*



Jugend am Kniebis

Auch dieses Jahr trafen sich 19 motivierte und aikidobegeisterte Jugendliche in der Nähe von Freudensstadt, um sowohl ihre physischen als auch mentalen Fähigkeiten unter der Anleitung von Frank Kuttler und unter der Aufsicht von Regine Häfner zu





Besuch im Bergwerk

beweisen, zu testen und zu erweitern. In 18 zum Teil aufreibenden Trainingsstunden wurden über fünf Tage hinweg nicht nur Aikidotechniken vermittelt und verbessert, sondern auch freundschaftliche Kontakte geknüpft. Als einer der neuen Teilnehmer habe ich nun das Vergnügen, über diese schöne Zeit auf dem Kniebis zu berichten.

Bei unserer Ankunft wusste ich noch nicht so recht, was ich von den Teilnehmern dieses Lehrganges halten sollte. Ein bunter Haufen junger Leute in meinem Alter zwischen 15 und 20 Jahren, die in einem Stuhlkreis auf der Terrasse des Naturfreundehauses saßen und sich anschwiegen. Auf was hatte ich mich da bloß eingelassen?

Doch spätestens nach dem Beziehen der Zimmer und beim anschließenden Training wurde klar, dass das nicht lange so bleiben würde. Die Gemeinschaft fand schnell zusammen, zumal sich einige schon von früheren Lehrgängen kannten. Als es dann endlich zu Fuß zur Halle ging, war die Vorfreude auf die kommende Woche schon fast greifbar und ich kann sagen, dass zumindest meine Erwartungen sogar noch übertroffen wurden.

Wenn ich Franks Aikido von meinem – unbedeutenden und unwissenden – Stand beschreiben müsste, würde es wohl „konsequent“ am besten treffen. Konsequenz zum einen in der Ausführung, durch klar definierte Formen und Figuren, wie z. B. das altbekannte Dreieck, auf deren Einhaltung er großen Wert legte. Zum anderen konsequent in der Idee, welche seinem Aikido inne-

wohnt – Effizienz. Ob am Eingang der Technik oder an deren Ende, immer wurden wir von dem Prinzip begleitet, den Angreifer auf klar definierten Linien zu führen und ihn dann für uns ungefährlich auf „seinen Weg“ zu schicken.

Und obwohl einige seiner Ansichten für einige, wie auch für mich, ungewohnt oder neu waren, zeigte sich keiner der Teilnehmer unwillig, sich auf diesen Gedanken einzulassen. Auf diese Weise konnten hoffentlich alle Teilnehmer einen Teil dieses Konzepts verinnerlichen und für sich nutzen, auch wenn sich Frank bei seinen Erklärungen unsicher war, ob er es „heute, gestern oder letztes Jahr“ schon erwähnt hatte.

Aber auch nach dem Training war der Tag noch nicht vorbei. Ob es nun das einstündige Waffentraining oder ein Besuch im Bergwerk (wo so mancher gleich als Knecht des Berges verpflichtet wurde), das Freizeitbad oder das gemeinsame Beisammensein am Lagerfeuer war, alle Teilnehmer kamen auf ihre Kosten.

*Matthias Höllein,
SV Böblingen e. V.*



Kokyu-nage

von Bundestrainer
Karl Köppel, 7. Dan

Kokyu-nage wird auch als Atemkraftwurf bezeichnet. Der Wurf erfolgt verstärkt durch den Einsatz der Atmung und endet, im Gegensatz zu einem „Schleuderwurf“, eher geradlinig bzw. schräg im Raum.

Kokyu-nage gegen Ryote-tori:

Bei dieser Ausführung signalisiert Nage bereits im Vorfeld (wie auch bei anderen Techniken), dass es für Uke sinnvoll erscheint, beide Hände zu fassen (Nage führt/lenkt bereits im Vorfeld; Bild 1).

Zum Fassen der Hände bringt Uke bereits eine Bewegungsenergie ein, was bedeutet, dass Uke, um fassen zu können, bereits eine Bewegung ausführen muss.

Diese Bewegung wird durch eine kurze Aufnahmephase von Nage durch eine Tsugi-ashi-Bewegung rückwärts oder einen Schritt (auch leicht im Halbreis möglich) ergänzt (Bild 2).

Gleichzeitig dreht Nage seine Ellenbogen nach außen; dadurch wird Uke etwas „geöffnet“ (Bild 3).

Sobald nun das stützende Bein von Nage den festen Stand erreicht hat, ist die Aufnahmephase beendet. Die Bewegungsrichtung ändert sich und mit der Ausatmung wird der Kraftfluss durch die Arme in den Raum nach vorne übertragen (Bild 3).

Aufgrund dieses Ablaufs (Aufnahme, Öffnung von Uke und Kraftfluss nach vorne) erfährt Uke einen Energieimpuls, bei dem er sein Gleichgewicht verliert und zu Fall kommt (Bild 4). Je nach Dynamik kann Uke abrollen oder „hart“ nach unten fallen.

Bei der weiteren Variante (ab Bild 7) ist die Anfangsphase gleich.

Nage signalisiert wieder, dass es für Uke leichter oder sinnvoller ist, Nage an den beiden Händen zu fassen (Bilder 7, 8).

Nage bewegt sich zurück, verlängert und verstärkt dadurch die Bewegungsenergie.

Nage dreht ebenfalls wieder die Ellenbogen nach außen bzw. nach oben und öffnet den Uke etwas (Bild 9).

In der Bewegungsfolge kniet Nage mit einem Bein nach hinten ab. Dadurch wird die Geschwindigkeit und Bewegungsenergie noch größer, Uke verliert das Gleichgewicht und fällt seitlich links bzw. rechts an/über der Schulter von Nage vorbei und kann sich durch eine Fallschule vorwärts abrollen.

道

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

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



TENNOSPORT

Mengenrabatt gibt es
schon ab 75,00 EUR

Sie finden uns im Internet unter:
WWW.TENNOSPORT.DE



(2)



(4)



(1)



(3)



(6)



(8)



(5)



(7)



(10)



(12)



(9)



(11)

Wen die (Wehr-) Pflicht ruft, ...

... der kann sich normalerweise nur schwer entziehen. Dienstverpflichtete junge Aikidoka müssen nicht selten ihr Training vorübergehend aufgeben, weil Dienstort und/oder -zeit eine Fortführung der gewohnten Übungen oft nicht zulassen.

Deshalb habe ich die Möglichkeiten des hiesigen Schulzentrums Hilden genutzt, um junge Zivildienstpflichtige hierher zu vermitteln und ihnen über ein intensives tägliches Training so etwas wie ein „Uchi-Deshi-Feeling“ zu vermitteln.

Felix Bühler und Lorenz Weiss aus Herrenberg bei Stuttgart waren die ersten, die den Weg zu mir nach Hilden gefunden haben.

In einem Gespräch habe ich ihre Erfahrungen und Eindrücke mal aufgenommen und hier so wiedergegeben, dass interessierte Leser sich ein ungefähres Bild machen können.

Hilden ist übrigens ein kleineres Städtchen und grenzt südöstlich an Düsseldorf.



*Klaus Meyer,
Dojoleiter der Aikido-IG Hilden*

Als Zivildienstleistende könnt ihr euch eure Dienststelle ja gewissermaßen aussuchen. So habt ihr also ins Schulzentrum Hilden und somit zu mir gefunden.

Am besten, ihr stellt euch zunächst kurz vor und sagt, wie es dazu gekommen ist.

Felix: Ich habe mein Abitur im Sommer 2008 in Herrenberg (Großraum Stuttgart) gemacht und stand dann vor der Wahl Zivildienst oder Bundeswehr. Die Bundeswehr war für mich nicht nur deswegen keine Option, weil ich aus einem eher pazifistischen Elternhaus stamme, sondern auch, weil dort (also bei der Bundeswehr) im Umgang mit Waffen das Töten oder Verletzen eines Feindes angepeilt wird.

Das sehe ich beim Aikido deutlich anders. Die unmittelbaren Vorläufer waren zwar auch überaus kriegerischer Natur, aber Aikido ist heute eher eine Wegübung.

Obwohl, und das habe ich hier mittlerweile erfahren, Klarheit und Schärfe auch entscheidende Merkmale eines Weges sind. Besonders augenfällig wird das bei der Arbeit mit Jo und Bokken (Holzschwert). Waren sie früher, vor allem das Schwert, Instrumente zum Töten bzw. Verletzen, stehen sie heute eher als Hilfsmittel für Kontrolle, Konzentration und Distanz im Vordergrund.

Trainiert habe ich Aikido sowohl in Herrenberg als auch gelegentlich an der Uni in Stuttgart.

Lorenz: Mein Werdegang war dem von Felix ähnlich. Wir gingen in die gleiche Schule, waren in der gleichen Klasse und haben zusammen Abitur gemacht. Auch bei mir war die Frage Wehr- oder Zivildienst keine wirkliche Frage. Ich habe mich schon sehr früh entschieden, einen Dienst zu leisten, aber ausschließlich Zivildienst und den womöglich im Ausland.

Ich habe wie Felix auch bereits in Herenberg Aikido geübt, aber in einer ganz anderen Gruppe und auch bei weitem nicht so intensiv. Meine Interessen lagen eher bei Handball, später Volleyball.

Wie kamt ihr auf die Idee, während des Zivildienstes Aikido zu üben?

F: Von einigen Bekannten hatte ich gehört, dass ihnen während des Zivildienstes nachmittags langweilig war. Deshalb wollte ich diesen Fehler nicht machen und die neun Monate des Zivildienstes nicht ungenutzt vergehen lassen.

L: Eigentlich waren es eher etwas mehr als sieben Monate, wenn man Urlaub, Heimfahrten, Zivi-Lehrgänge und Erkrankungen berücksichtigt.

Also Freizeitbeschäftigungen gibt's heute doch mehr als Freizeit! Und wieso Aikido?

F: Weil Aikido für mich schon etwas Besonderes war und ich damit bereits einen Großteil meiner Freizeit ausfüllte.

Außerdem hatte ich mir vorher schon einmal einen Uchi-Deshi-Aufenthalt überlegt. Solche Angebote habe ich aber in Deutschland nicht gefunden. Mittlerweile weiß ich, dass es sie gibt.

L: Eigentlich wollte ich mir eine Zivildienststelle im Ausland suchen. An die Art der Freizeitbeschäftigung habe ich eher nicht gedacht. Aber dann kam ich mit Felix ins Gespräch und es hat sich dann langsam in Richtung Aikido und Zivildienst hin entwickelt. Und in meiner Fantasie hatte ein „Kriegerdasein“ schon eine gewisse Faszination.

Obwohl ich überhaupt keinen Schimmer davon hatte, was da möglicherweise auf mich zukam.

Naja, so ein richtiges Uchi-Deshi-Training ist ja eher eine Ganztagsbeschäftigung und schon von daher kaum mit

einer anderen Ganztagsbeschäftigung wie z. B. einem Zivildienst vereinbar!?

F: Wir mussten unser Training natürlich auf den Zivildienst abstimmen. Viel Zeit für anderes blieb da nicht. Das war uns aber schon im Vorfeld klar.

L: Wobei es das eine ist, sich darüber im Klaren zu sein, aber noch etwas anderes, es dann zu tun und es auch durchzuhalten.

Wie habt ihr denn überhaupt davon erfahren?

F: Aufmerksam darauf geworden bin ich durch das Internet. Ich habe nach „Aikido und Zivildienst“ gesucht und bin ziemlich schnell auf die Seite der Aikido-IG Hilden und auf Ihr Angebot gestoßen.

Nun ja, in der Aikido-Szene bin ich ja eher weniger bekannt. Ich habe mit Unterbrechungen von etwa 1968 bis ungefähr 1986 bei Asai Sensei trainiert. Er war damals noch sehr jung und sehr agil und hat so auch seine damaligen Schüler geprägt. War davon in eurem Training heute noch etwas zu spüren?

F: Ich denke, das Training war im Vergleich zu den uns bekannten „Aikidoverhältnissen“ schon „knackig“.

L: Wir waren immer von Beginn bis Ende der Übungsstunde ununterbrochen beschäftigt. Es waren auch schon mal fast drei Stunden am Stück.

Soso, dann schildert doch mal, wie ihr Aikido so empfunden habt.

F: Sie hatten schon eine konsequente Art. D. h. konkret, dass eine Technik – einmal begonnen – auch zu Ende geführt wird. Wenn Uke versucht, dagegen zu arbeiten, kann es auch schon mal schmerzhaft werden.

Also ein eher hartes Aikido?

F: Nicht, wenn man als Uke richtig agiert.

L: Mittlerweile denke ich, dass so Begriffe wie hart und weich eigentlich ziemlich unpassend sind.

Das Thema Uke/Ukemi und seine Bedeutung als die andere Hälfte des Aikido haben wir ja auch ausführlich behandelt. Hier näher darauf einzugehen, würde schlicht diesen Rahmen sprengen.

Was habt ihr denn als das Besondere an eurer Verbindung von Zivildienst mit Aikido erlebt?

F: Die weiter oben bereits angedeutete Trainingsintensität.

Das heißt genau?

F: Also tagsüber Zivildienst und ab nachmittags Training, auch am Wochenende, wenn man von Heimfahrten, zivi-bedingten Lehrgängen, Erkrankungen etc. einmal absieht. Das schlaucht ganz schön.

Das Training hat also immer nach dem Dienst stattgefunden. Nennt mal eure Trainingszeiten.

L: Eigentlich von 17 – 18.30 Uhr und von 20 – 22 Uhr. Wobei wir an den Tagen, an denen Training ohne die IG-Gruppe war, auch oft von 17 – 20 oder 20.30 Uhr trainiert haben.

Kommen wir zum eigentlichen Training. Was habt ihr da gemacht?

F: Oh, ganz unterschiedlich. Am Anfang sehr wenige Techniken. Eigentlich nur Ikkyo-omote.

Viele Übungen, um das Gefühl für die Längsachse und die Mitte zu stärken. Also Tai-sabaki, Atemübungen, Stehen, Gehen etc.

Sie haben ja immer sehr darauf geachtet, WIE wir eine Technik machen. Wenn eine Bewegung sich anders entwickelt hat, aber aus der Mitte kam, war alles in Butter.

L: Also Prinzipien waren Ihnen schon sehr wichtig. Wenn man das Prinzip verstanden hat, kann man jede Technik schnell lernen. Um das Prinzip zu verstehen, muss man wenige Techniken sehr oft machen. So haben wir es auch im Training praktiziert.

Und wie haben wir eine Übungsstunde nur mit Ikkyo gefüllt?

F: Mit vielen Wiederholungen.

Das heißt konkret?

L: Bei Ikkyo: 20-mal links, 20-mal rechts und dann Wechsel. Bei Vorübungen zu Ikkyo 100-mal rechts, 100-mal links. Und alles recht temporeich. Da geht die Zeit schon um, vor allem, weil man immer langsamer wird ...

Das hört sich ja schon fast nach einer Art von Drill an.

F: Schon, aber Drill klingt ein bisschen negativ, finde ich. Drill klingt nach stupiden Wiederholungen. Ganz so war es nicht. Obwohl wir die Übungen sehr oft gemacht haben, haben Sie immer streng auf die Ausführung geachtet. „WIE wir es machen, WAS wir machen“, haben wir, glaube ich, verinnerlicht. Ich würde vielleicht eher „Motivation“ oder Ähnliches sagen.

Sinngemäß hatte ja auch O-Sensei gesagt: „Erarbeitet euch eine Technik (Bewegung) richtig und lasst daraus hundert neue entstehen.“

Aber jetzt wieder zu uns. Ihr hattet doch auch Waffenunterricht.

F: Die Arbeit mit dem Bokken (Holzschwert) wurde recht früh erst einmal lahm gelegt, weil dieses mir bei einem der ersten Schläge damit auf den – inzwischen ge-

lieben und verhassten – Autoreifen in der Mitte durchbrach.

L: Ja, allerdings erst später, ich hatte ja anfangs weder Bokken noch Jo.

Erst später besorgten wir uns neue Jo und Bokken und konnten den Waffenunterricht wieder aufnehmen. Der Hauptbestandteil lag bei unserem Training beim Bokken, mit dem vor allem die Suburi-Übungen Nr. 1 und 2 ausgeführt wurden. Dabei ist es auch sehr wichtig, die Mitte einzusetzen, um einen sauberen Schlag zu erzielen. Beim Üben wiederholten wir die Schläge oft mehrere hundertmal, was sich auch deutlich in den Armen und Handgelenken bemerkbar machte. Später spürte man die Arme immer weniger, da durch eine optimale Ausführung die Armmuskulatur kaum noch beansprucht wurde.

Welches Fazit würdet ihr rückblickend ziehen? Hat es sich gelohnt?

F: Was ich mir von dem täglichen Training erwartet habe, kann ich gar nicht so genau sagen. Dass ich Fortschritte machen würde, stand für mich aber außer Frage. Vielleicht war es auch einfach eine innere Stimme, die mir geflüstert hat, dass ich so schnell nicht mehr die Chance bekommen würde, eine solche Erfahrung zu machen

L: Auch ich konnte mir nicht vorstellen, was mich bei einem so intensiven Training erwarten würde. Aber wie Felix schon sagte, war ich mir sicher, dass ich Fortschritte machen musste. Es hat sich auf jeden Fall gelohnt, denn so eine Chance, jeden Tag zu trainieren, hat nicht jeder und nicht jeder hat zudem die Zeit dazu.

Würdet ihr ein derartiges Training anderen empfehlen?

L: Auf jeden Fall, allein schon aus den oben genannten Gründen. Der Fortschritt ist bei so einem Training einfach nicht zu übersehen. Natürlich hat jeder sein eigenes Tempo und der eine macht schnellere Fortschritte als ein anderer, aber trotzdem

kommt man viel schneller weiter, als wenn man nur zwei- oder dreimal die Woche trainiert.

F: Rückblickend kann ich sagen, dass die neun Monate die Entbehrungen wert waren. Es ist einfach eine (wahrscheinlich) einmalige Chance, Aikido so intensiv zu üben.

Eine Voraussetzung dafür, etwas damit anfangen zu können, ist natürlich, dass man mit vollem Eifer dabei ist. Denn mit dem Training, das man bekommt, geht man schon auch die Verpflichtung ein, regelmäßig (d. h. immer ...) zu kommen.

Wer also mit dem Gedanken spielt, so etwas zu machen, dem kann ich einen Zivildienst mit Aikido (in Hilden) nur wärmstens ans Herz legen.

Was würdet ihr nun jemandem als erstes anraten, der ähnliche Überlegungen anstellt?

L: Sich möglichst sofort nach der Anerkennung um einen Platz bewerben. Die Internetseite informiert da sehr gut.

Die Fortschritte, die ihr gemacht habt, waren auch für mich höchst aufschlussreich. Von mir befragte Teilnehmer der IG, die euch ja vom ersten Tag an erlebt hatten, bestätigten diese Fortschritte übereinstimmend.

Ich wünsche euch jedenfalls, dass die hier erworbenen Grundlagen ein tragfähiges Fundament sind für euren weiteren Weg des Aiki. Schließlich habt ihr ja hart genug daran gearbeitet.

Und vielen Dank auch für dieses Gespräch.

Dieses Interview sowie Bilder und kleine Videosequenzen sind auch im Internet zu finden unter:

www.hildenaikido.de/zivildienst/.

Klaus Meyer,
Aikido-IG Hilden





Anschriften aktuell

Neue Vereine des DAB

Aikido-Verband BY e. V.
ASV 1860 Neumarkt e. V.,
Ewald Kreuzer, Deininger Weg 78,
92318 Neumarkt i.d. Opf.; 09181/4069-00
info@asv-neumarkt.de

Anschriftenänderungen

(Änderungen sind kursiv gesetzt)

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

Aikido-Verband BW e. V.
VfL Sindelfingen 1862 e. V.,
Peter Pawlikowski, Sulzer Str. 80/9,
72218 Wildberg; Tel. 07054/4930025
p.pawlikowski@freenet.de



Wichtige Termine

22. Juli 2009: Meldeschluss für den Bundeswochenlehrgang ab 2. Dan in Bad Blankenburg vom 20. – 25. September 2009

11. Juli 2009: Meldeschluss für das Aikido-Jugendcamp des Aikido-Verbands Baden-Württemberg vom 31.08. – 04.09. 2009 in Freudenstadt

14. August 2009: Meldeschluss für die Aikido-Trainer-B-Ausbildung/-Fortbildung Modul 1 vom 09. – 11. Oktober 2009 in Bad Blankenburg

15. August 2009: Meldeschluss für den Bundeswochenlehrgang IV ab 4. Kyu im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald vom 10. – 17. Okt. 2009 (Lehrgang für Kyu-Grade mit Prüfung)

1. September 2009: Redaktionsschluss für das aa 4/2009

10. Oktober 2009: Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB am 24./25. Oktober 2009 in Frankfurt Flughafen

11. Oktober 2009: Meldeschluss für den Bundeslehrgang des DAB am 7./8. November 2009 in Kirchheim unter Teck

Verzeichnis der lizenziierten Prüfer des DAB für Kyu-Grade

(sortiert nach Postleitzahl, damit bei Bedarf der am nächsten gelegene Prüfer leicht gefunden werden kann. Stand: 01.06.2009)

Frank Zimmermann,
Am Südhang 2, 07546 Gera;
Tel.: 0365 / 4873663
4. Dan Aikido

Beate Heger,
Olbersstr. 55 M, 10589 Berlin;
Tel.: 030 / 3441166
3. Dan Aikido

Karsten Greisert,
Fredersdorfer Weg 27, 12589 Berlin;
Tel.: 030 / 64169881
3. Dan Aikido

Roger Zieger,
Schönwalder Allee 57, 13587 Berlin;
Tel.: 030 / 37595532
5. Dan Aikido

Werner Lättig,
Gorch-Fock-Str. 4, 20357 Hamburg;
Tel.: 040 / 4915899
3. Dan Aikido

Alfred Haase,
Roter Hahn 44, 22159 Hamburg;
Tel.: 040 / 6443893
3. Dan Aikido

Heike Griep,
Lipmannweg 15, 22399 Hamburg;
Tel.: 040 / 5246821
4. Dan Aikido

Eckhard Claaßen,
Tannenzuschlag 2 a, 22419 Hamburg;
Tel.: 040 / 5202149
5. Dan Aikido

Joachim Eiselen,
Lohe 23b, 22941 Bargteheide;
Tel.: 04532 / 283712
3. Dan Aikido

Carsten Foth,
Bismarckstr. 5 a, 23611 Bad Schwartau;
Tel.: 0451 / 289323
3. Dan Aikido

Markus Hansen,
Grenzweg 13, 24119 Kronshagen;
Tel.: 0431 / 688228
4. Dan Aikido

Berthold Krause,
Altonaer Str. 26, 24576 Bad Bramstedt;
Tel.: 04192 / 899499
5. Dan Aikido

Ulrich Schümann,
Stormarnring 17, 24576 Bad Bramstedt;
Tel.: 04192 / 9249
6. Dan Aikido

Roland Nemitz,
Pommernweg 22, 24784 Westerrönfeld;
Tel.: 04331 / 436808
6. Dan Aikido

Edith Heymann,
Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;
Tel.: 05523 / 303737
5. Dan Aikido

Alfred Heymann,
Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;
Tel.: 05523 / 303737
7. Dan Aikido

Claus-D. Sonnenberg,
Lebenstedter Str. 3, 38268 Lengede-
Broistedt; Tel.: 05344 / 1255
4. Dan Aikido

Hubert Luhmann,
Haferkampstr. 10, 44369 Dortmund;
Tel.: 0231 / 673780
6. Dan Aikido

Horst Glowinski,
Greifenberger Str. 7, 44581 Castrop-
Rauxel; Tel.: 02305 / 79606
7. Dan Aikido

Heike Kilimann,
Bahnhofstr. 121,
44629 Herne;
3. Dan Aikido

Jochen Richter,
Pommerellenstr. 10, 44789 Bochum;
Tel.: 0234 / 9734676
3. Dan Aikido

Renate Behnke,
Dahlienstr. 4, 45772 Marl;
Tel.: 02365 / 62964
4. Dan Aikido

Karl Behnke,
Dahlienstr. 4, 45772 Marl;
Tel.: 02365 / 62964
3. Dan Aikido

Frank Mercsak,
Obererle 30, 45897 Gelsenkirchen-Buer;
Tel.: 0209 / 594230
4. Dan Aikido

Volker Caspari,
Sandweg 18, 53721 Siegburg;
Tel.: 0160 / 97945132
3. Dan Aikido

Marianne Siffert,
Oberweg 14, 60318 Frankfurt/Main;
Tel.: 069 / 554192
3. Dan Aikido

Peter Siffert,
Oberweg 14, 60318 Frankfurt/Main;
Tel.: 069 / 554192
3. Dan Aikido

Heike Edith Bizet,
Auf der Schulwiese 26, 63303 Dreieich;
Tel.: 06103 / 699666
3. Dan Aikido

Jenni Härtig,
Feldbergstr. 72, 64546 Mörfelden-
Walldorf; Tel.: 06105 / 41356
3. Dan Aikido

Dr. Hans-Peter Vietze,
Zillering 47, 64546 Mörfelden-Walldorf;
Tel.: 06105 / 23779
6. Dan Aikido

Birte Thierolf,
Am Hardtwald, 64747 Breuberg;
Tel.: 06165 / 388533
3. Dan Aikido

Manfred Jennewein,
Bahnhofstr. 29, 65527 Niedernhausen;
Tel.: 06127 / 98027
6. Dan Aikido

Michael Helbing,
Imkerweg 10, 65527 Niedernhausen;
Tel.: 06127 / 997942
4. Dan Aikido

Thomas Träger,
Mozartstr. 8, 67258 Heßheim;
Tel.: 06233 / 371614
3. Dan Aikido

Ermano Olivan,
Hintergasse 26b, 67316 Carlsberg;
Tel.: 0171 / 5236003
3. Dan Aikido

Manfred Haas,
Zeppelinstr. 24, 70193 Stuttgart;
Tel.: 0711 / 2265762
3. Dan Aikido

Arno Zimmermann,
Millöckerstr. 16, 70195 Stuttgart;
Tel.: 0711 / 6990214
3. Dan Aikido

Michael Zimnik,
Auf dem Haigst 36, 70597 Stuttgart;
Tel.: 0711 / 760789
4. Dan Aikido

Joachim Eppler,
Aulendorfer Str. 33, 70599 Stuttgart;
Tel.: 0711 / 8827084
5. Dan Aikido

Martin Glutsch,
Ernst-Reuter-Str. 20, 71034 Böblingen;
Tel.: 07031 / 266547
6. Dan Aikido

Manfred Horschke,
Brühlstr. 61, 72770 Reutlingen;
Tel.: 07121 / 503512
4. Dan Aikido

Klaus-Dieter Pavan,
Kolpingstr. 30, 73433 Aalen;
Tel.: 07361 / 72207
3. Dan Aikido

Roland Rilk,
Sauerbachstr. 137, 73434 Aalen;
Tel.: 07361 / 43449
4. Dan Aikido

Thomas Prim,
Langertstr. 33, 73447 Oberkochen;
Tel.: 07364 / 919247
5. Dan Aikido

Wilfried Weng,
Kaminfegersgarten 3, 73457 Essingen;
Tel.: 07365 / 6835
4. Dan Aikido

Ingeborg Köppel,
Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;
Tel.: 07961 / 6581
3. Dan Aikido

Karl Köppel,
Mahdfeldstr. 10, 73492 Rainau;
Tel.: 07961 / 6581
7. Dan Aikido

Dr. Barbara Oettinger,
Stuttgarter Str. 32, 73547 Lorch;
Tel.: 07172 / 915110
5. Dan Aikido

Dr. Thomas Oettinger,
Stuttgarter Str. 32, 73547 Lorch;
Tel.: 07172 / 915110
5. Dan Aikido

Uwe Spitzmüller,
Oelbronnerstr. 11 a, 75015 Bretten;
Tel.: 07252 / 87663
3. Dan Aikido

Frank Kuttler,
Hauweg 13, 75045 Walzbachtal;
Tel.: 07203 / 922987
4. Dan Aikido

Jürgen Preischl,
Kanzelberg 2, 76646 Bruchsal-
Heidelsheim; Tel.: 07251 / 56639
4. Dan Aikido

Detlef Ritz,
Allmendweg 41, 76698 Ubstadt-Weiher;
Tel.: 07251 / 69114
3. Dan Aikido

Wolfgang Schwatke,
Ratoldstr. 30, 80995 München;
Tel.: 089 / 3148162
5. Dan Aikido

Elisabeth Ackermann,
Kastanienweg 45, 86169 Augsburg;
Tel.: 0821 / 708598
4. Dan Aikido

Werner Ackermann,
Kastanienweg 45, 86169 Augsburg;
Tel.: 0821 / 708598
4. Dan Aikido

Wolfgang Kronhöfer,
Regensburger Allee 3, 86399 Bobingen;
Tel.: 08234 / 5222
4. Dan Aikido

Gregor-Edgar Gimperlein,
Heibronner-Str. 93, 89522 Heidenheim-
Reutonen; Tel.: 07321 / 558771
3. Dan Aikido

Georg Jooß,
Illtsweg 4, 89555 Steinheim-Sontheim;
Tel.: 07329 / 5499
3. Dan Aikido

Rüdiger Scholz,
Fuchsweg 3, 89555 Steinheim-Sontheim;
Tel.: 07329 / 5486
3. Dan Aikido

Horst Hahn,
Brunnenweg 12, 90607 Rückersdorf;
Tel.: 0911 / 95339917
4. Dan Aikido

Dr. Dirk Bender, Am Kötschauer Weg 49,
99510 Saaleplatte-Kleinromstedt;
Tel.: 036425 / 204921
4. Dan Aikido

18. Bundesversammlung des Deutschen Aikido-Bundes e. V. am 26. September 2009 in Frankenthal – Einladung und Tagesordnung

Lorch, den 1. Juni 2009

An

- das Präsidium des DAB
- die Aikido-Landesverbände des DAB
- die Kassenprüfer des DAB

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

die 18. Bundesversammlung des Deutschen Aikido-Bundes e. V. (DAB) findet am Samstag, den 26. September 2009, in Frankenthal statt (Hotel Central, Karolinenstraße 6, 67227 Frankenthal, Tel. 06233/8780, E-Mail info@hotel-central.de, Internet www.hotel-central.de). Hierzu lade ich satzungsgemäß unter Veröffentlichung dieser Einladung in aikido aktuell ein. Die Bundesversammlung beginnt um 14 Uhr. Es geht um 12.30 Uhr ein gemeinsames Mittagessen am Tagungsort voraus, zu dem der DAB die Delegierten (einen pro ALV) einlädt.

Tagesordnung:

- 01 Feststellung der form- und fristgerechten Einberufung
- 02 Feststellung der Stimmberechtigung
- 03 Genehmigung des Protokolls der 17. Bundesversammlung des DAB
- 04 Festsetzung der Tagesordnung
- 05 Totenehrung
- 06 Berichte der Mitglieder des Präsidiums und der Jugend des DAB mit Aussprache
- 07 Bericht der Kassenprüfer
- 08 Entlastung des Schatzmeisters und der weiteren Präsidiumsmitglieder
- 09 Wahl der Mitglieder des Präsidiums, der Kassenprüfer und der Beisitzer des Rechtsausschusses (soweit beantragt bzw. erforderlich)
- 10 Bestätigung des Bundesreferenten Jugend des DAB
- 11 Festsetzung von Beiträgen, Gebühren und Materialkosten (soweit beantragt)
- 12 Genehmigung des Haushaltsplanes
- 13 Änderung der Satzung des DAB (soweit beantragt)
- 14 Änderung von Ordnungen des DAB (soweit beantragt)
- 15 Behandlung vorliegender Anträge mit Beschlussfassung
- 16 Durchführung von Ehrungen (soweit beantragt)
- 17 Festlegung von Zeit und Ort der nächsten Bundesversammlung
- 18 Verschiedenes

Die Berichte der Mitglieder des Präsidiums, der Jugend des DAB und der Kassenprüfer sowie die Anträge der Aikido-Landesverbände, der Mitglieder des Präsidiums und der Jugend des DAB müssen spätestens am Samstag, den 15.08.2009, bei mir eingereicht sein (DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger, Stuttgarter Straße 32, 73547 Lorch). Ich wäre dankbar, wenn diese Unterlagen bereits zwei Wochen vorher bei mir eingehen

würden. Die Vertretungsberechtigung und die Verfahrensfragen sind in der Satzung des DAB geregelt.

Vereine ohne Vertretung durch einen Landesverband sind ebenfalls herzlich eingeladen und erhalten die Unterlagen auf Anfrage.

Übernachtungen sollten die Delegierten bitte falls erforderlich selbst buchen. Der 1. Vorsitzende des AV Rheinland-Pfalz Ermano Olivan steht freundlicherweise als Ansprechpartner vor Ort zur Verfügung (Hintergasse 26b, 67316 Carlsberg, Tel. 06356 / 919549, Mobil 0171 / 5236003). Ich wünsche eine gute Anreise zur Versammlung!

Mit besten Aikido-Grüßen

Dr. Barbara Oettinger
Präsidentin des DAB

Einladung zum Bundeswochenlehrgang IV ab 4. Kyu im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald vom 10. – 17. Okt. 2009 (Lehrgang für Kyu-Grade mit -Prüfung)

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

Lehrer: Hubert Luhmann, 6. Dan Aikido

Lehrgangsführer: Hubert Luhmann, Haferkampstraße 10, 44369 Dortmund;
Tel.: 0231 / 673780, E-Mail Hubert.Luhmann@t-online.de

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

Teilnahmeberechtigt: Alle Aikidoka des DAB ab 4. Kyu Aikido. Gäste aus anderen Verbänden mit entsprechender Graduierung sind herzlich willkommen.

Lehrstoff: Täglich 2 Unterrichtseinheiten gemäß Prüfungsordnung für Kyu-Grade des DAB (POK-DAB) mit Varianten nach Maßgabe des Lehrers. Die restliche Zeit steht zur freien Verfügung der Teilnehmer.

Zeitplan:

Samstag, den 10. Okt. 2009: Anreise bis 16 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten.

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

Samstag, den 17. Okt. 2009: Abreise auf Wunsch nach dem Frühstück (Lunchpaket) bzw. nach dem Mittagessen

Kosten: Die Kosten für Unterbringung in Zwei-/Dreibettzimmern sowie reichhaltige Verpflegung (7 Tage Vollpension) betragen:

3-Bett-Zimmer DU/WC	305,-- Euro/Person
2-Bett-Zimmer DU/WC	340,-- 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 **15. August 2009** 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 vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen. Prüfungsanwärter müssen die nach der Verfahrensordnung für Aikido-Kyu-Prüfungen des DAB (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*

*Hubert Luhmann,
Lehrgangsleiter*

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 24./25. Oktober 2009 in Frankfurt Flughafen

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

Ausrichter: Aikido Flughafen Frankfurt/Main e.V.

Lehrer: Alfred Heymann, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

Lehrgangsleiter: Jürgen Hohm, Spessartstraße 3, 63868 Großwallstadt;
Tel.: 06022 / 25168, E-Mail: juergen_hohm@freenet.de

Lehrgangsort: Flughafen Frankfurt, Sporthalle am Tor 26, Geb. 461

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

Lehrstoff: Schwert- und Messertechniken, Kote-mawashi, Sumi-otoshi, Rest nach Maßgabe des Lehrers

Zeitplan:

Samstag, den 24.10.2009: bis 14.30 Uhr Anreise, 15 – 17.30 Uhr Aikido-Training. Anschließend auf Wunsch gemeinsames Abendessen und gemütliches Beisammensein. Bitte bei Lehrgangsbeginn angeben, ob Teilnahme gewünscht wird. Die Auswahl des Menüs erfolgt vor Lehrgangsbeginn.

Sonntag, den 25.10.2009: 9.30 – 12 Uhr Aikido-Training, anschließend Mattenabbau, Verabschiedung und Abreise

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

Lehrgangsgebühr: Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben.

Unterkunft: Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Ein Hotelnachweis und Anreiseplan werden mit der Lehrgangsbestätigung übersandt. Übernachtung im Dojo ist möglich.

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben!) möglich unter Angabe von Name, Vorname und Aikido-Grad.

Meldeschluss: Die Anmeldung wird bis spätestens **10. Oktober 2009** erbeten (Posteingang beim Lehrgangsleiter). Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Bundeslehrgang auf dem Frankfurter Flughafen.

Achtung: Zum Betreten des Flughafengeländes ist unbedingt der Personalausweis oder Reisepass mitzuführen!

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Jürgen Hohm,
Lehrgangsleiter*

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 7./8. November 2009 in Kirchheim unter Teck

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

Ausrichter: VfL Kirchheim e. V., Abt. Aikido

Lehrer: Karl Köppel, 7. Dan, Bundestrainer

Lehrgangsleiter: Markus Rebmann, Teckstraße 40, 73779 Deizisau;
Tel. 07153 / 23455, E-Mail: technik@aikido-kirchheim.de

Lehrgangsort: Sporthalle des Ludwig-Uhland-Gymnasiums, Hahnweidstraße 34,
73230 Kirchheim unter Teck

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

Lehrstoff: Aiki-bu-jitsu, Koshi-nage; Rest nach Maßgabe des Lehrers

Zeitplan:

Samstag, den 07.11.2009: 15.30 – 18 Uhr Aikido-Training. Auf Wunsch gemeinsames Abendessen, bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Sonntag, den 08.11.2009: 9.30 – 12 Uhr Aikido-Training. Anschließend Mattenabbau, Verabschiedung und Heimreise.

Leistungen: Der Deutsche Aikido-Bund übernimmt die Kosten für den Lehrer und die Organisation des Lehrganges.

Lehrgangsgebühr: Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben.

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

Sonstiges: Am Samstag, den 07.11.2009, findet eine Sitzung des DAB-Präsidiums statt. Die Einladung hierzu erfolgt separat.

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

Meldeschluss: Die Anmeldung wird bis spätestens **11. Oktober 2009** erbeten. Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Markus Rebmann,
Lehrgangsleiter*

Deutscher Aikido-Bund e. V.

Lehrgangsplan 2010 (Änderungen vorbehalten)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
16.01.10	Zentraltraining / Schwerpunkt: Nage- und Katame- waza bis 2. Kyu (2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
23./ 24.01.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Koshi-nage und Mes- sertechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	offen	offen
30.01. bis 06.02.10	Aikido- und Ski-Langlauflehrgang ab 5. Kyu / Lehrstoff nach Maßgabe der Lehrer	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	offen
06./ 07.02.10	DFL ab 2. Dan / Schwerpunkt: 3. Kata und Kokyu- nage, Stabkata; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Niedernhausen	Alfred Heymann, 7. Dan
13.02.10	Zentraltraining / Schwerpunkt: Nage- und Katame- waza, Programm bis 1. Kyu (2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
05. bis 07.03.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Bewegungsver- wandtschaften / Stabtechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Jena	Karl Köppel, 7. Dan

13./ 14.03.10	Dan-Prüfung voraussichtlich bis 3. Dan Aikido	gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einla- dung des BPA
20.03.10	Zentraltraining / Schwerpunkt: Nage- und Katame- waza, Programm bis 1. Dan (2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
26. bis 28.03.10	TK-Sitzung, Workshop TK-Mitglie- der	Niedernhausen	TK, VPT
27.03.10	Präsidiumssitzung	Niedernhausen	PR
17.04.10	Zentraltraining / Schwerpunkt: Aiki-no-kata (1. Form im Stand, 2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
23. bis 25.04.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Stabkata, Stabtech- niken, Sumi-otoshi; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Emsland	Karl Köppel, 7. Dan
noch offen	Trainer-Fortbildungslehrgang	DAB / offen	Lehrer gemäß Einla- dung des BLA
noch offen	Trainer-Fachlehrgang 1 für Trainer-Anwärter/-innen	DAB / offen	Lehrer gemäß Einla- dung des BLA
08./ 09.05.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Stabkata, Stabtech- niken, Sumi-otoshi; Rest nach Maßgabe des Lehrers	AVNRW	Alfred Heymann, 7. Dan
22. bis 24.05.10	Internationaler Aikido-Pfingstlehr- gang ab 2. Kyu / Lehrstoff: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	Heidenheim	offen
15.05.10	Zentraltraining / Schwerpunkt: Abwehr und Anwen- dung des Stabes (Jo, 2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
18. bis 20.06.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-bu-jitsu, Koshi- nage, Stabtechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Bietigheim	offen
03. bis 10.07.10	Bundeswochenlehrgang I (mit Dan-Prüfung *) für 1. Kyu und 1. Dan (nach Maß- gabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Karl Köppel, 7. Dan
10. bis 17.07.10	Bundeswochenlehrgang II (mit Dan-Prüfung *) ab 1. Kyu und alle Aikido-Dane (nach Maßgabe freier Plätze)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	Alfred Heymann, 7. Dan

11.09.10	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Abwehr von Angriffen mit dem Messer (Tanto, 2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
09./10.10.10	Dan-Prüfung voraussichtlich bis 3. Dan	gemäß Weisung des BPA	Prüfer gemäß Einladung des BPA
09. bis 16.10.10	Bundeswochenlehrgang für Aikidoka ab 4. Kyu (mit Kyu-Prüfung **)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn (Schwarzwald)	offen
16.10.10	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-no-kata (2. Form am Boden, 2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
23./24.10.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Schwert- und Messertechniken, Kote-gaeshi; Rest nach Maßgabe des Lehrers	evtl. Berlin	Alfred Heymann, 7. Dan
noch offen	Trainer-Fachlehrgang 2 für Trainer-Anwärter/-innen, mit Prüfung	DAB / offen	Lehrer gemäß Einladung des BLA
13.11.10	Treffen des DAB-Präsidiums mit den ALVs	Mörfelden-Walldorf	PR, VPO
13.11.10	Präsidiumssitzung	Mörfelden-Walldorf	PR
13./14.11.10	Bundeslehrgang ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aiki-bu-jitsu, Koshinage; Rest nach Maßgabe des Lehrers	Frankfurt Flughafen	Karl Köppel, 7. Dan
20.11.10	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Hanmi-hantachi, Programm 2. Dan (2 UE); Rest nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister
11.12.10	Zentraltraining ab 1. Kyu / Schwerpunkt: Aikido-Techniken nach Maßgabe des Lehrers	Ausrichter sind die Aikido-Landesverbände des DAB	Regionaltrainer bzw. beauftragter Meister

Anmerkungen:

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

Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB

合氣道

Die letzte Weisheit:

Kein Weg führt zum Glück –
der Weg ist das Glück.

Buddha