



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 4/2024

Nr. 196

Bundeswochenlehrgang II in Bad Blankenburg 2024

Liebe Leser, in diesem Jahr machen wir es anders: Wir schreiben keinen Lehrgangsbericht, wie großartig alles war und wie toll das Training von Karl, denn beides war – wie immer – gegeben.

Dieses Mal haben wir zwei Videos von einer 13er-Stabkata erstellt. Eines mit der ganzen Gruppe und eines in kleiner Besetzung. Die Videos könnt ihr, liebe Blog-Leser, euch jetzt gerne anschauen. Und, wenn ihr euren Stab auspackt, euch vor den Bildschirm stellt und einfach mitmacht, werdet ihr merken, wie großartig alles war und wie toll das Training von Karl.

Wir wünschen viel Spaß beim Schauen (und Mitmachen).



Links zu den Videos:

<https://lerntwas.de/wp-content/uploads/2024/07/Video1.m4v>

<https://lerntwas.de/wp-content/uploads/2024/07/Video2.m4v>

*Nikolaus Borchert, TV 08 Lohmar e.V.
(stellvertretend für alle Teilnehmer des BWL II)*

Dan-Prüfungen im Sommer

Bei der Dan-Prüfung am 13.07.2024 anlässlich des Bundeswochenlehrgangs in Bad Blankenburg haben mehrere Aikidoka die Prüfung bestanden und den angegebenen Grad erreicht. Die Prüfungskommission setzte sich zusammen aus Karl Köppel (8. Dan, Vors.), Roland Nemitz (7. Dan) und Nikolaus Borchert (5. Dan).

Wir gratulieren herzlich:

zum 5. Dan:

Thorsten Reck, *Bushido Amorbach*

zum 4. Dan:

Leonhard Beck, *SLZ Buchschwabach*
Christoph Gieritz, *PSV Kiel*

zum 3. Dan:

Sven Edelmann *PSV Kiel*

zum 2. Dan:

Tobias Högerl, *TSV München-Milbertshofen*

zum 1. Dan:

Nicole Kaklamanis, *SLZ Buchschwabach*
Oliver Schiffner, *Aikido Berlin-Charlottenburg*
Karen Zoufal, *Braunschweiger JC*

Geschäftsstelle des DAB

Vorgehen bei Dan-Prüfungen

Was muss zur **Anmeldung für eine Dan-Prüfung** (6 Wochen vor Prüfungstermin) beim Bundesreferenten Prüfungswesen Aikido (BPA) vorliegen?

Es sind folgende Unterlagen / Nachweise in Kopie einzureichen:

- Zulassungsantrag für den gewünschten Dan-Grad (kann über die DAB-Internetseite im Bereich „Downloads“ digital ausgefüllt und dann gespeichert werden),
- DAB-Pass,
- evtl. roter Lehrgangspass (falls der blaue Pass nicht mehr für die Lehrgangsnachweise ausreicht, da in den letzten 24 Monaten bis zum Prüfungstermin mindestens 10 TE, davon mindestens 5 TE-A, nachzuweisen sind),
- Quittungsmarke für Dan-Prüfungen,
- Bescheinigung über abgeschlossene Erste-Hilfe-Ausbildung (nur für 1. Dan),
- Nachweis einer gültigen Trainerlizenz Aikido (ab 3. Dan),
- Schriftliche Hausarbeit (ggf. für 5. Dan)

Alle benötigten Unterlagen können mittlerweile digital per Mail zugesandt werden, sodass der postalische Versand der Original-Pässe nicht mehr erforderlich ist. Nach Eingang der Mail erhaltet ihr zunächst eine Bestätigungsmail. Solltet Ihr von mir keine Eingangsbestätigung erhalten, dann bitte ich um schnellstmögliche Kontaktaufnahme, damit ihr zum Prüfungstermin noch berücksichtigt werden könnt.

Was muss zur **Prüfung** den Prüfern vorgelegt werden?

- DAB-Pass,
- grüne Quittungsmarke für Dan-Prüfungen,
- evtl. Nachweis über noch besuchte Lehrgänge nach Anmeldeschluss

Bei Fragen oder für weitere Anregungen stehe ich euch natürlich nach wie vor zur Verfügung.

Viele Grüße von

Thomas Walter (BPA)

Landeslehrgang AVNI – 40-jähriges Mattenjubiläum von Damian Magiera

Das Yin-Yang-Prinzip im Aikido

Am Wochenende vom 14./15.09.2024 feierte Dr. Damian Magiera, 5. Dan Aikido, im Rahmen eines Aikido-Landeslehrganges sein 40-jähriges Mattenjubiläum. Über 30 Aikidoka verschiedenster Grade sind aus ganz Niedersachsen angereist, um Damian zu seinem Mattenjubiläum zu gratulieren und es mit ihm zu feiern. Norbert Knoll, 5. Dan Aikido und 1. Vorsitzender des Aikido-Verbandes Niedersachsen, überreichte Damian feierlich die Urkunde zum 40. Aikidojahr. In dem Rahmen wurde zu seiner Überraschung dann auch Norbert Knoll, der ebenfalls einen Grund zum Feiern hatte, herzlich gratuliert, denn er feierte kürzlich einen runden Geburtstag. Happy Birthday!



Norbert Knoll und Damian Magiera

Der erste Lehrgangstag stand im Zeichen konzentrierter Zentrumsarbeit. Aufgrund der vollen Matte legte Damian den Schwerpunkt auf kurze, präzise Ausführungen. Damian demonstrierte eindrucksvoll, welche Auswirkungen bereits kleine Bewegungen des eigenen Zentrums auf das Zentrum des Partners entfalten können. Immer wieder verdeutlichte er ein „Geben und Nehmen“ mit dem Yin-Yang-Prinzip. Das Yin-Yang-Symbol zeigt entgegengesetzte Kräfte, die sich nicht bekämpfen, sondern ergänzen. Dieses Prinzip lässt sich wunderbar auf Bewegungen im Aikido übertragen; wenn eine Bewegung im „Yin-Bereich“ an ihre Grenze stößt, kann sie im „Yang-Bereich“ vollendet werden, und umgekehrt. Das ist nur ein Abriss einer tiefen Philosophie, die dennoch im Training für alle sehr nachvollziehbar war.



Besonders beeindruckend war einmal mehr die Erkenntnis, dass viele Techniken kaum körperliche Kraft erfordern. Damian betonte immer wieder, dass das Wesen von Aikido nicht auf physischer Stärke, sondern auf Führung und Timing beruht. Dies setzt natürlich ein sinnvolles und realistisches Angriffsverhalten des Uke voraus, der stets auch auf seinen Eigenschutz achten sollte. Eine zusätzliche Hilfe bot die Analogie zur Schwerhaltung, die Damian in verschiedenen Techniken einbezog.

Der erste Lehrgangstag endete mit großem Applaus der Teilnehmenden, die sichtlich von den neuen Erkenntnissen begeistert waren. Anschließend traf sich ein Großteil der Gruppe zum gemeinsamen Abendessen in einem chinesischen Restaurant, in dessen Nähe Damian damals gewohnt hatte. In gemütlicher Runde wurden die Erfahrungen des Tages ausgetauscht, und viele erinnerten sich an Damians Aikido-Anfänge, die vor 40 Jahren in einer schulischen AG ihren Ursprung fanden.

Auch am zweiten Tag setzte sich die sehr schöne familiäre Atmosphäre fort. Damian knüpfte an die kurzen Formen des Vortages an, da die Matte weiterhin sehr gut gefüllt war. Damian verdeutlichte das Yin-Yang-Prinzip an weiteren Techniken. Zum Beispiel, wie wir beim Kote-gaeshi nicht nur über den „oberen Kreis“ den Hebel führen können, sondern auch über den „unteren Kreis“. Beim Sumiotoshi und Kaiten-nage-soto demonstrierte Damian erneut, wie mit kleinen Bewegungen das Gleichgewicht des Uke schon bei der Annahme beeinflusst werden kann.



Am Ende des zweiten Lehrgangstages überreichte Manuela Damian zu seinem 40. Jubiläum eine von allen Lehrgangsteilnehmenden unterschriebenes Gästebuch in Form einer Holzzahl, welche symbolisch für das Wachstum und die Entwicklung sowie die Wegbegleiter der vergangenen Jahre stand. Wir danken Damian für diesen sehr schönen Lehrgang und für sein Engagement in der Aikido-Welt der letzten Jahrzehnte. Wir wünschen ihm viel Freude auf seinem weiteren Do und sind froh, diesen Weg noch viele weitere Jahre mit ihm gehen zu dürfen.

Am Ende blicken wir auf einen Landeslehrgang, der nicht nur Damians umfassendes Wissen und Können im Aikido widerspiegelt, sondern auch den Respekt und die Wertschätzung der Aikido-Gemeinschaft für seinen jahrzehntelangen Einsatz verdeutlicht.

*Stefan Renschke,
Pressewart AVNI*

Ausschreibung

Liebe Aikidoka,

nun beginnt die dunkle Jahreszeit und in den Vereinen startet wieder der geregelte Trainingsbetrieb. Das ist die ideale Zeit, sich einer gruppenbildenden Maßnahme zuzuwenden. Daher lädt der DAB zu einem kleinen

Synchronkata-Wettbewerb

ein. Teilnehmen darf jede und jeder, der einen Stab halten kann und eine kleine Gruppe von Mitstreiter/-innen zusammenbekommt. Die Aufgabe besteht darin, eine vorgegebene Stabkata

(siehe Link: <https://www.aikido-bund.de/> unter **Kata: Stabkata-Wettbewerb**)

in einer Formation von drei bis sieben Personen zu präsentieren und als Video an uns zu senden.



Dabei werden folgende Punkte in die Bewertung mit einbezogen:

- **Synchronität** – wie gut ihr als Gruppe zusammen auftrittet und wie gleichmäßig eure Bewegungen sind.
- **Ausführung der Technik** – wie energetisch und korrekt die eigentliche Technik ausgeführt wird. Dabei wird bei Kyu-Graden der Stand der Graduierung mit berücksichtigt.
- **Individuelle Gestaltung** – etwa besondere Formationen, interessante Kameraführung oder schöne Kulisse.
- **Kreativitätsbonus** – Wir wissen nicht, was euch sonst noch alles einfällt, aber gute Ideen bringen natürlich Extrapunkte.

Ganz wichtig ist uns, dass der Spaß dabei im Vordergrund steht. Wir sind ja immer noch Aikidoka und keine Wettkampfsportler/-innen. Um einen kleinen Anreiz zu schaffen, werden die Videos aber von einer kleinen Expertenjury begutachtet und bewertet. Den besten drei Gruppen winken dabei neben einer schönen Urkunde fürs eigene Dojo folgende Preise:

1. Preis: z.B. ein Bokken
2. Preis: z.B. ein Jo
3. Preis: z.B. ein Tanto

Das Video bitte über folgenden Link hochladen:

<https://aikido-bund.de/nextcloud/index.php/s/j9JQwsZimZCs3wk>

Der **Einsendeschluss** für die fertigen Beiträge ist der **31.01.2025**.

Da wir die Videos der Preisträger/-innen gerne auf der Homepage des DAB präsentieren möchten, bitten wir bei Einsendung um eine Bestätigung, dass alle Personen im Video der Veröffentlichung zugestimmt haben.

Und nun wünschen wir euch viel Spaß bei der Vorbereitung und sind gespannt auf eure Ergebnisse.

*Karl Köppel,
VPT*

Dan-Prüfung am Herzogenhorn

Im Rahmen des Landeswochenlehrgangs des Aikido-Verbands Baden-Württemberg fand am 07.08.2024 auch eine Dan-Prüfung statt. Geprüft haben Martin Glutsch (7. Dan, Vors.), Beate Heger (5. Dan) und Andreas Weindl (4. Dan).

Wir gratulieren:

zum 3. Dan:

Christian Putschäw,

Bramfelder SV

zum 2. Dan:

Karen Jakuszeit,

Bramfelder SV

Svenja Stürmer,

Bramfelder SV

zum 1. Dan:

Holger Ditting,

SV Böblingen

Geschäftsstelle des DAB

Impressum

Herausgeber: Deutscher Aikido-Bund e.V. (DAB)
Verantwortlich: Dr. Thomas Oettinger, Geschäftsstelle des DAB;
Kantstr. 7, 73655 Plüderhausen; Tel.: 07181 / 9946010;
E-Mail: aikido.aktuell@aikido-bund.de
Redaktion: Dres. Barbara und Thomas Oettinger

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