



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 2/2025

Nr. 198

Aus Fehlern lernen wir – stimmt das denn?

„Wieder falsch! Der Fuß muss mehr nach hinten, der Arm höher, die Atmung passt nicht. Bleib entspannter, pass doch auf.“ Fehlermöglichkeiten gibt es im Aikido viele.

Ob wir nun Schüler oder Lehrer sind. Ständig musst du auf der Hut sein, alles richtig zu machen. Und sobald du in einem anderen Dojo, bei einem anderen Lehrer bist, geht es gefühlt wieder von vorne los. Nichts ist richtig. Zweifel, Unzufriedenheit, Resignation. „Da höre ich lieber wieder auf. Denen kann man es nicht recht machen und sowieso ist das alles zu kompliziert.“ Und wieder ein Mitglied weniger.

Vor allem im Aikido scheint die Gefahr sehr groß zu sein, dass Neulinge überfordert werden. Zum Ersten sind die technischen Bewegungsabläufe im Vergleich zu anderen Sportarten komplex, auch weil der Schüler mit unterschiedlichen Trainingspartnern üben muss. Die Anzahl der Techniken ist nahezu unbegrenzt. Und da gibt es noch den oder die Trainer im Dojo, den oder die Trainer auf dem Zentraltraining, verschiedenste Lehrgangstrainer usw. Vor allem als Anfänger siehst du bei der gleichen Technik mehrere Ausführungsformen und wirst verunsichert. „Wie soll man da zu einem Ziel kommen, ein Erfolgserlebnis bekommen? Ich mache es ja ständig falsch.“ Richtig messbar wäre es in einem Wettbewerb. Aber den gibt es nicht im Aikido.

Zum Zweiten gibt es die philosophische Spezialität des Aikido: nicht kämpfen, keine Gewalt, den Angreifer als Partner sehen, die Kraft des Angreifers nutzen. So stand es auf dem Flyer und genau deshalb bin ich zum Aikido gekommen. Aber wie soll das gehen? Und warum erklärt mir das keiner so richtig? Schlimmer noch: So mancher Trainer scheint das anders zu sehen, geschweige denn, dass es in irgendeinem Training thematisiert wird.

Und zum Dritten noch etwas Grundsätzliches: Ich mache Sport, weil ich Freude und Erfolg haben will. Was ich nicht will, ist ständig auf meine Unvollkommenheit hingewiesen werden. Misserfolg und das Gefühl, nicht voranzukommen, das habe ich im täglichen Leben schon genug.

All das führt dazu, dass immer weniger sich diesen „Spezial-Aikido-Stress“ antun und sich stattdessen lieber eine „leichtere“ Sportart suchen, in denen sie Erfolge im Wettbewerb haben, kein kompliziertes philosophisches Beiwerk zu bewältigen ist und einfache Bewegungen auszuführen sind, die eine große Fehlertoleranz aufweisen. Schwimmen, Fahrradfahren, Fitness-Center ... Und wieder ein Mitglied weniger.

Aus wissenschaftlichen Untersuchungen (Zeitschrift Gehirn&Geist, 10/2024; Dem Fehlerteufel auf der Spur, Frank Luerweg) können wir Folgendes lernen:

- Der Mensch sucht nach einem positiven Selbstbild. Fehler bedrohen unser Selbstwertgefühl. Statt sich mit Fehlschlägen zu beschäftigen, stecken wir lieber den Kopf in den Sand und tun so, als hätten wir gar keinen Fehler gemacht.
- Einen Fehler zu bemerken ist die eine Sache; danach das Verhalten zu verändern, eine ganz andere. Aus Fehlern lernen wir nicht zwangsläufig und unmittelbar.
- Negative Rückmeldungen und bloßes Aufzeigen von Fehlern demotivieren. Der Lerneffekt ist dann gleich null.

Was kann der Verband/Verein/Trainer also in Bezug auf die Fehlerkorrektur tun, um mehr Menschen im Dojo zu halten?

- Reduziere die Fehlermöglichkeiten, indem du die Komplexität reduzierst. Überdenke deinen Trainingsaufbau!
- Reduziert die Trainer-Vielfalt für untere Kyu-Grade. Überdenke deine Lehrgangsausschreibungen mit den Teilnehmer-Zulassungen.

- Reduziere die Technikvielfalt. Nutze Zwischengürtel. Überdenkt die Prüfungsordnung.
- Vermittle Erfolgserlebnisse, schaffe ein positives Selbstbild, überprüfe die eigene Korrekturmethodik, lobe mehr als dass du kritisierst; motiviere. Überdenkt die Trainerausbildung.

Oder lasse alles so wie es ist. Geht mich nix an. Wird schon irgendwie weitergehen ...

Nix für ungut,

*euer Leo Beck,
SLZ Buchschwabach e.V.*

Fehler – das Nonplusultra für die eigene Entwicklung!

Lieber Leo,

deinen Ausführungen zu deinem letzten Artikel „Aus Fehlern lernen wir – stimmt das denn?“ muss ich etwas widersprechen: Ohne Fehlerkorrektur durch Lehrende können Studierende in keiner Weise Fortschritte machen.

Es macht aber einen entscheidenden Unterschied, wie ich diese Korrektur anbringe, wie das beim Schüler ankommt und vor allem, wie er sich dabei fühlt! Wichtig ist aber auch, dass die Fehlerkorrektur in der Gruppe bereits implementiert ist. In der Tat ist Aikido kein einfacher Weg und meine Ausbildung wird in absehbarer Zeit ebenfalls nicht abgeschlossen sein. Das mag für einige Praktizierende und vor allem Anfänger manchmal frustrierend sein – aber ich freue mich jedes Mal, wenn ich die Matte betreten und mich durch das Begehen von Fehlern verbessern kann!

Ich hatte noch nie Angst, Schüler aufgrund von Fehlerkorrekturen zu verlieren. Wer eine neue Kunst lernt, muss üben. Dazu gehört auch die Einsicht, dass man am Anfang nur Fehler macht. Das fängt ja bei der Etikette mit dem Betreten des Dojo an, geht über die richtigen Umgangsformen (Betreten der Matte, Zazen, Meditation, Rei ...) und zeigt sich erst zuletzt bei den körperlichen Bewegungen. Hier nehme ich Anfänger ganz bewusst an die Hand und erkläre, dass wir uns alle (mich eingeschlossen) am Anfang komisch bewegt haben. Wenn den Anfängern diese Angst erst einmal genommen werden konnte, haben wir schon den ersten Schritt in Richtung einer entspannten Trainingsatmosphäre genommen.

Und jetzt erst fängt der eigentliche Weg des Aikidoka an. Und ja – hier gibt es Hindernisse, die überwunden werden müssen, und einige Täler, in denen man sich wiederfinden kann. Hier sind die Schüler gefordert, den nötigen „Biss“ zu zeigen und nicht bei der ersten Schwierigkeit die Flinte ins Korn zu werfen. Aber dein Gefühl ist richtig: durchbeißen, sich etwas erkämpfen – dazu scheinen die nachfolgenden Generationen nicht mehr richtig in der Lage zu sein. Aber meiner Meinung nach wird es nicht besser, wenn wir die Anforderungen immer weiter herunterschrauben à la: „Hey, du hast deinen Anzug richtig angezogen – hier ist dein gelber Gürtel!“

Nein. Anfänger brauchen den besten Lehrer, den sie bekommen können. Dieser Lehrer besticht im Anfängertraining nicht dadurch, dass er 1000 akrobatische Übungen in 20 Minuten vorführt. Nein. Die richtigen Lehrer zeigen nach umfangreichen Sabaki- und Ukemi-Übungen standardisierte Grundtechniken, die dann immer wieder wiederholt werden. Und in meinem 90 Minuten dauernden Unterricht bekomme ich hier meistens „nur“ zwei Techniken im Anfängertraining unter.

Du siehst: Deinen ersten provokanten Punkt berücksichtige ich bereits seit Jahren. Und auch dein letzter Punkt wurde mir bereits 2001 in der Trainerausbildung des DAB beigebracht – nach erforderlichen Korrekturen: Bestätige die Teilnehmenden mit einem Lächeln und zustimmenden Nicken!

Bei den weiteren Anmerkungen muss ich aber vehement widersprechen!

Was die Trainerauswahl und die Zugangsbeschränkung von Lehrgängen betrifft, sind die Wochenendlehrgänge doch die Bonbons und Highlights beim Voranschreiten auf dem Weg. Dort werden auch mal Ausführungsformen jenseits der Prüfungsordnung und auch andere Bewegungsvorbilder gezeigt. Oftmals hilft es Lernenden, Erklärungen mal von anderen Lehrenden zu hören. Sinnvoll ist natürlich, dass ich als Unterrichtender ebenfalls an diesen Lehrgängen teilnehme. Dann weiß ich, wovon meine Schüler evtl. im nächsten Unterricht sprechen, und kann etwaige Fragen beseitigen.

Dann möchte ich noch auf deine Forderung der Zwischengürtel oder zum Überdenken der Prüfungsordnung eingehen. Im Kinderbereich mögen die Zwischengürtel durchaus Sinn machen, wenn ich als Lehrer nicht anders motivieren kann. An der Prüfungsordnung – ich gehe davon aus, dass du das Kyu-Programm meinst – sollte nicht weiter herumgebastelt werden, da hier eine gute Bewegungsbasis geschaffen wird, um mit der richtigen Ausbildung beginnen zu können. Leider

fehlt vielen hier jedoch das richtige Verständnis der Ausbildungsstufen. Viele beginnen mit der Kunst, um den schwarzen Gürtel zu erreichen – dabei wird das Wort „Shodan“ (das Synonym für 1. Dan) jedoch als Anfängergrad bezeichnet. Hier habe ich lediglich mal den Fuß auf die erste Stufe des eigentlichen Weges gesetzt und kann nach erfolgreicher Bewältigung der „Basis-techniken“ mit der Feinarbeit beginnen.

Also lieber Leo, ich weiß, dass man manchmal in einer Zwickmühle sitzt, wenn man auf eine gewisse Anzahl von Schülern angewiesen ist, um das Dojo zu finanzieren. Aber als Lehrer sind wir in der Pflicht, unsere Schüler auch mal bis über ihre Grenzen zu fordern und auch zu fördern. Und ja – Schüler, die dafür zu weich sind, kehren dem Aikido den Rücken. Denen muss man aber auch klipp und klar sagen, dass sie dann auch im weiteren Leben vermutlich als Versager enden. Aber diese Entscheidung – ob ich ein Gewinner oder Verlierer sein will – muss der Schüler für sich alleine treffen. Wir Lehrer können da nur beraten und unterstützen – wenn das denn gewollt ist. Doch hier sind zuerst die Schüler in der Pflicht zu beweisen, dass sie unsere Zeit als Lehrende nicht verschwenden.

Nix für ungut!

*Thomas Walter,
Post-SV Nürnberg e.V.*

125 Jahre ASV Lorch: wunderschöne Feier mit Aikido im Mittelpunkt

Am Donnerstag, dem 20. März, feierte der Athletik-Sport-Verein (ASV) Lorch e.V. sein 125-jähriges Bestehen. Der 1. Vorsitzende Dr. Thomas Oettinger, zugleich auch Leiter der Geschäftsstelle des Deutschen Aikido-Bundes e.V. (DAB), konnte gefüllte Reihen in der stimmungsvollen Stadthalle Lorch begrüßen. Ein kurzweiliges Programm beinhaltete Vorführungen der Aikido- und Karate-Abteilungen, Interviews mit den Ehrengästen sowie Ehrungen.

Als Gratulant für den Württembergischen Landessportbund vertrat WLSB-Vorstandsmitglied und Präsident des gleichfalls sehr traditionsreichen Württembergischen Schützenverbandes Reinhard Mangold den erkrankten WLSB-Präsidenten. Der Sportkreis Ostalb war mit seinem Vorstandssprecher Marcel Winter ebenso hochkarätig vertreten. Videogrüße kamen von Michaela Röhrbein, Vorstand Sportentwicklung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB), und Uwe Tronnier, stellvertretender DOSB-Konferenzvorsitzender.



ASV-Vorsitzender Dr. Thomas Oettinger, 7. Dan, bei der Aikido-Vorführung



Aikido-Vorführung mit Bundestrainer und DAB-Vizepräsident Karl Köppel, 8. Dan, Uke: Thomas Oettinger

Stolz zeigte sich die Bürgermeisterin der Stadt Lorch Marita Funk über den ASV auch angesichts seiner die gesamte Kommune bereichernden Aktivitäten wie einer regelmäßigen Beteiligung am Schülerferienprogramm, einem Angebot im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung für die Stadtverwaltung, seinen Beiträgen zur Präsentation von Lorch nach außen und vielen sportlichen Erfolgen, die an der jährlichen Beteiligung an den Lorcher Sportlerehrungen zu erkennen sind. Mario Capezzuto, langjähriger Stadtverbandsvorsitzender der Lorcher Sportvereine, ergänzte dies durch den Hinweis, wie vielfältig sich ASV-Mitglieder im Stadtverband einbringen und dass der Verein drei Lorcher Sportpioniere stellt, nämlich die drei Aikidoka Johannes Schmiedt, 2. Dan, Dr. Thomas Oettinger, 7. Dan, und unsere DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger, 7. Dan, die auch als ASV-Vorstandsmitglied und -Trainerin, DOSB-Konferenzvorsitzende und WLSB-Vorstandsmitglied wirkt. Zudem erinnerte er an seine eigene Teilnahme an Wettbewerben für den ASV in seiner Jugend.



Aikidoka des ASV bei der Vorführung einer Stabkata mit Partnern: Harald Mayr, 1. Dan, Dr. Vera Oettinger, 2. Dan, sowie Dres. Barbara und Thomas Oettinger



Thomas und Barbara Oettinger, 7. Dan, bei der Vorführung einer Synchron-Stabkata

Für den DAB stand unser Vizepräsident (Technik) Karl Köppel mehrfach im Fokus. Der Vorsitzende der Technischen Kommission, Bundestrainer und Träger des 8. Dan – der höchsten Graduierung im DAB – eröffnete die Vorführungen mit einer beeindruckenden Verteidigung gegen mehrere Angreifende. Vor knapp 50 Jahren hatte er bei der Gründung der Aikido-Abteilung des ASV mitgeholfen, indem er den damaligen Abteilungsleiter Johannes Schmiedt unterstützt hatte. Er berichtete als Zeitzzeuge, wie er als Trainer und Prüfer immer wieder zum ASV gekommen war, um die neue Abteilung mit auf die Beine zu stellen. Gleichzeitig war der ASV damals einer der ersten Vereine bei der Gründung des DAB gewesen und hatte wiederum bei dessen Aufbau geholfen.



*Vorführung der Aikido-Abteilung;
hier: Anja Daiminger, 1. Dan,
mit Uke Birgit Braun, 3. Kyu und 80 Jahre alt*



Abgrüßen nach der Aikido-Vorführung

Johannes Schmiedt, der zwischenzeitlich 93-jährige Ehrenvorsitzende und langjährige ASV-Vorsitzende, erinnerte beispielsweise daran, dass der heutige 1. Vorsitzende Thomas Oettinger am ersten Aikido-Anfängerkurs teilgenommen hatte und wie zum gleichen Zeitpunkt auch die Karate-Abteilung gegründet worden war.

Die Präsentation „125 Jahre ASV Lorch“ ließ die gesamte Existenzzeit des Vereins nochmals lebendig werden und rückte den Hallenschmuck – die historische, handgestickte ASV-Fahne sowie schwere, alte Kugelhanteln – in den Blick.

Ehrungen erhielten der 2. Vorsitzende des ASV Ralf Hilger (WLSB-Ehrennadel in Silber), die Aikido-Abteilungsleiterin Claudia Emunds-Roß, 1. Dan Aikido (WLSB-Ehrennadel in Bronze), Karl-Heinz Wörner (ASV-Ehrennadel in Gold und -Ehrenmitgliedschaft) sowie Barbara Oettinger (ASV-Ehrenmitgliedschaft), welche auch unterhaltsam durch das Programm führte.



*Aikido-Abteilungsleiterin Claudia Emunds-Roß, 1. Dan,
bei der WLSB-Ehrung durch den Vorstandssprecher
des Sportkreises Ostalb Marcel Winter*



*neues ASV-Ehrenmitglied
Dr. Barbara Oettinger*

Ein liebevoll gestaltetes Jubiläumsshirt erwies sich als allseits begehrte Jubiläumsgabe, die nicht nur die Ehrengäste, sondern auch sämtliche an der Organisation der Veranstaltung Beteiligten mit nach Hause nehmen durften. Speis und Trank rundeten die Feier ab. Die Teilnehmenden zeigten sich einig, dass die Festveranstaltung überaus gelungen war und der Verein angesichts der stets erfolgreichen Anpassungen in der Vergangenheit sehr optimistisch in die Zukunft schauen kann.



*Karl Köppel und Vera Oettinger
mit dem ASV-Jubiläumsshirt*

Neben Worten gab es Geschenke für den feiernden Verein, der sich über Zulauf gleichfalls von Kindern und Jugendlichen sowohl in der Aikido- als auch der Karategruppe freuen kann. Weitere Informationen finden sich im Internet unter aikido-lorch.de und karate-lorch.de.



große Freude über die gelungene ASV-Jubiläumsfeier

*Dr. Vera Oettinger,
ASV Lorch e.V.*

Gratulation

Am 22.03.2025 fanden Dan-Prüfungen in Hamburg (Prüfungskommission: Markus Hansen, 5. Dan, Dr. Damian Magiera, 5. Dan, und Andreas Kalbitz, 5. Dan) sowie in Mörfelden-Walldorf (Prüfungskommission: Dr. Hans-Peter Vietze, 7. Dan, Thorsten Reck, 5. Dan, und Dagmar Petigk, 3. Dan) statt.

Wir gratulieren herzlich folgenden Aikidoka:

zum 5. Dan:

Joachim Eiselen, *Walddorfer Sportverein*

zum 3. Dan:

Piet Sach,
Daniel-Sebastian
Tippelt, *Uni-Dojo Zanshin Lübeck
TGS Walldorf*

zum 1. Dan:

Hendrik Friebe, *TGS Walldorf*
Veit Handke, *Aikido-HBG Dortmund*
Fu Li Hofmann, *EAG Heidenheim*
Joachim Moeser, *AV Hannover*
Lisa Steinmann, *Werler Turnverein 1894*

*Thomas Walter,
Bundesreferent Prüfungswesen Aikido*

Aikido und Perspektive – Jugendlehrgang des Aikido-Verbandes Schleswig-Holstein

Am 22. März 2025 trafen sich 19 Kinder und Jugendliche, um an einem besonderen Lehrgang des AVSH mit Lilo Schümann und Christian Pingel beim Großenasper Sportverein in der dortigen schönen Sporthalle teilzunehmen.

Das Thema des Lehrgangs war „Perspektive“, und die Teilnehmer hatten sich im Vorfeld Gedanken gemacht, was diese Perspektive im Kontext des Aikido bedeuten könnte.



Neue Perspektiven in Aikido-Techniken

Bereits zu Beginn des Lehrgangs wurde klar, dass die Aikido-Techniken auf unterschiedliche Weise gezeigt und interpretiert werden sollten.

Bei der Technik Ude-osae fragte ein Kind, wessen Handhaltung (Spiegel) nun Anwendung finden sollte – die von Christian, dem heimischen Trainer, oder die von Lilo, der anwesenden Trainerin. Es wurde beschlossen, dass zunächst die von Lilo gezeigte Handhaltung übernommen werden sollte, um eine neue Sicht (Perspektive) auf eine gewohnte Ausführung einzunehmen.

Es folgten verschiedene Techniken, die neue Sichtweisen eröffneten, wie die Irimi- und Tenkan-Varianten, bei denen die Kraft des Angreifers genutzt und aufgenommen wurde. Besonders herausfordernd war das Üben der Technik Hanmi-hantachi, bei der der Verteidiger im Kniestand agierte. Weitere interessante Übungen beinhalteten das Ausführen von Techniken mit geschlossenen Augen, um ein ganzheitliches Erspüren zu fördern, sowie das Abwehren von Schlagangriffen, bei denen die Energie des Angreifers sanft abgewehrt und umgelenkt wurde.

Die Synchronisation mit der Energie des Angreifers öffnete den Teilnehmern neue Perspektiven in der Aikido-Praxis. Auch die Fallschule, die mit eingebauten Schwierigkeiten versehen wurde, präsentierte sich in einem neuen Licht.

Besonders viel Spaß machte das Üben der Vorwärtsrolle mit einem großen Gymnastikball, bei dem die Angst vor der „großen Rolle“ spielerisch überwunden werden konnte.



Konzentration und geistige Flexibilität

Ein weiteres Highlight des Lehrgangs war das Training von Verkettungen, die eigentlich erst im Dan-Bereich zum Programm gehören. Diese Übungen sorgten für hohe Konzentration und geistige Flexibilität.

Eine weitere Einführung war der Tenchi-nage – der Himmel-Erde-Wurf –, bei dem zwei Gegensätze miteinander verbunden und die eigene Position versetzt wurden.

Der gemeinsame Shiho-nage-Tanz bereitete Vergnügen, ebenso die vielen eingestreuten Spiele wie Wäscheklammer-Klauen, Seilspringen und Partner-Übungen.

Ausflug zum Ketelviert

Der Ausflug zum Ketelviert, einem Aussichtsturm in Großenaspe, bot eine neue räumliche Perspektive, den Blick von oben auf die Landschaft.

Kreativität und Improvisation

Der Lehrgang wurde mit sehr viel Improvisation gestaltet, aus einem Kasten und Gymnastikmatten wurde ein Tisch gebaut und mit einer großen Tischdecke geschmückt. Stepp-Bretter dienten als Sitzgelegenheit. Das gesamte Geschirr und Besteck stammten aus den Privathaushalten der Trainer.

Die Halle war sehr schön geschmückt mit einer Kamiza, dem Bild von Morihei Ueshiba, dem Aikido-Schriftzug, einem von Christian gebauten Torii sowie zwei prachtvollen Schwertern und einer mit Frühlingsblumen bepflanzten Schale.

Am Abend hatte die Gruppe gemeinsam entschieden, Spiele zu spielen und gemütlich zu plaudern. Die Abendruhe wurde pünktlich eingehalten. Übernachtet wurde in der Turnhalle.



Abschluss und Ausblick auf kommende Lehrgänge

Am Sonntagmorgen wurde ausgiebig gefrühstückt. Das anschließende Training mit dem Schwerpunkt der Perspektive verlief nach Plan.

Das schönste Lob für die Trainer und Organisatoren war die Frage der Kinder und Jugendlichen, wann denn der nächste Lehrgang stattfinden wird. Dieser wird voraussichtlich im Herbst 2025 in Hohenwestedt ausgerichtet, eine Ausschreibung wird noch folgen.

In der Sommerpause findet wieder das beliebte Samurai-Camp an der Ostsee statt, diesmal nicht mehr in Scharbeutz, sondern in Lenste bei Grömitz. Weitere Informationen und die Ausschreibung findet ihr unter folgendem Link: <https://aikido-jugend.de/lehrgangsplan.php>.

Bei der Nachbesprechung wurde das Thema „Perspektive“ erneut aufgegriffen, diesmal mit Bezug auf das Leben. Ein wichtiger Aspekt war das Anhören anderer Standpunkte und das Finden von Kompromissen. Das gemeinsame Trainieren mit Teilnehmern aus unterschiedlichen Vereinen und das Austauschen von Kontaktdaten bereicherten den Lehrgang und eröffneten neue Möglichkeiten zur Vernetzung.

*Lilo Schümann,
Jugendleiterin des AVSH*

Zwischen Seminarraum und Kampfsporthalle

Bericht vom Trainer-Prüfungslehrgang 2025 in Bad Blankenburg

Am Ende des ersten Aufbaulehrgangs „Trainer C Aikido“ hatten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer viele neue Ideen und Anregungen im Kopf und außerdem Zugang zu einem Berg an Materialien zum Vertiefen der jeweiligen Fachinhalte. Dirk Bender, der Ausbildungsleiter, hatte Präsentationen, Textdokumente, Links und Videos in einen Moodle-Raum hochgeladen und darüber hinaus hatten alle ein sorgsam zusammengestelltes Buch „Lehrmaterial Aikido-Trainer C“ mit knapp 500 Seiten, bedruckt in Schriftgröße 2 (gefühlte), im Gepäck. Das war im Frühjahr 2024.

Natürlich glaubt man bei der Abreise, dass ein Jahr lang sei und man bis zum nächsten Treffen viel Zeit haben werde, sich intensiv mit alledem zu beschäftigen. Das dicke Buch lag auf dem Nachttisch oder in der Küche. Und Zeit zum Lesen findet sich ja immer mal, im Zweifel dann morgen.

Aber ebenso natürlich stand dann viel schneller als erwartet im Frühjahr 2025 der zweite Aufbaulehrgang auf dem Programm. Beim Einchecken in der Landessportschule Bad Blankenburg traf man hier und dort auf bekannte Gesichter, eine vertraute Umgebung und einen Stundenplan, der die Gruppe von Beginn an forderte. Vom Frühstück bis in die Abendstunden wechselte man zwischen Seminarraum und Kampfsporthalle. Und es gab so viel Input, dass man die Themen gar nicht alle einzeln aufzählen kann.

In der Theorie vermittelte Dirk diesmal zum Beispiel „Aufgaben des Trainers und seine Handlungsmöglichkeiten“, in der Praxis die (sehr anregende) Einheit „Methodik des Kata-Unterrichts“. Unterstützt wurde er von Markus Hansen, der im Seminarraum anschaulich und unterhaltsam über Dojo-Etikette referierte und auf der Matte Anregungen zum Training von „Gruppen mit heterogenem Leistungsgefüge“ vermittelte. Alexander Riemer informierte fachkundig über Grundsätze der Selbstverteidigung mit Aikido. Und auch Frank Zimmermann war wieder mit im Team und brachte seine vielfältigen Erfahrungen (auch aus anderen Kampfsportarten) in das Programm ein.

Eigentlich erinnerten die vollgepackten Tagesabläufe an den Lehrgang vor einem Jahr, nur die abendliche Runde im Champions-Pub war auffällig kleiner, schließlich wollten ja alle einen erfolgreichen Abschluss erwerben. Und somit saßen abends viele noch in ihrem Zimmer über Büchern, Tablets und Papier, wie sich das für fleißige Trainer-Anwärter/-innen gehört.



Die neuen Trainer "normal" ...



... und völlig von der Rolle.

Gegen Ende der Woche standen dann die Prüfungen an: zunächst eine zweistündige Theorie-Prüfung, später dann eine Serie von Lehrproben, die von allen viel Präsenz erforderte, schließlich musste man nicht nur selbst einmal die Rolle der Trainerin oder des Trainers einnehmen und Teile eines eigenen Konzepts umsetzen. Es ging auch darum, den wechselnden Leitungen die ganze Aufmerksamkeit und den Lehrproben Energie auf der Matte zu schenken. Eine Herausforderung!

Am Ende haben es aber alle geschafft. Bestanden. Erneut führen sie mit vielen Eindrücken und Anregungen nach Hause, bis nach Kiel oder in Regionen südlich des Elbtunnels. Erschöpft, dankbar für das Engagement der Referenten und insbesondere des souveränen Ausbildungsleiters, aber auch ein wenig stolz auf die frisch erworbene Lizenz „Trainer C Aikido“.

*Fu Li Hofmann,
EAG Heidenheim e.V.*

Neue Mitglieder

Wie wir in den letzten Jahren feststellen mussten, fallen neue Mitglieder nicht einfach so vom Himmel in unseren Vereinen. Damit einher geht der Umstand, dass sich mehr Vereine auflösen als neue Vereine hinzukommen.

Es herrscht die Ansicht vor, man bräuchte nur etwas über Aikido und den Deutschen Aikido-Bund im Internet und in den sozialen Medien zu veröffentlichen, dann würden die neuen Mitglieder von ganz alleine nur so strömen. Dies ist ein gewaltiger Irrtum.

Um bei den sozialen Medien halbwegs erfolgreich zu sein, ist ein unermüdlicher Einsatz gefordert. Man muss über mehrere Monate im Zwei-Tages-Rhythmus neue interessante Texte, Bilder und Filme veröffentlichen. Darüber hinaus müssen möglichst viele Mitglieder natürlich in ihren Accounts dahin verlinken und die Texte, Bilder und Filme liken. Man darf auch nicht vergessen: Wir sind nicht die Einzigen, welche um die Gunst der jungen Leute werben. Da geraten wir schnell aus dem Blickfeld, wenn wir uns nicht ununterbrochen um ihr Interesse bemühen.

In unsere Satzung § 3.1 steht: „Zweck und Aufgaben des DAB sind: die Qualität von Lehre und Technik des Aikido zu erhalten und seine Verbreitung zu fördern; ...“

Hiermit ist jedes Mitglied gefordert, aktiv für die Verbreitung zu sorgen. Das Präsidium kann dies alleine nicht leisten.

Es gab mal eine Zeit, da wurde während der Übungsleiter-Ausbildung auch die Verbreitung des Aikido durch persönlichen Einsatz vermittelt (Kopien der Lehrgangsunterlagen können bei mir angefordert werden).

Und das ist genau das, was wir wieder brauchen, um neue Mitglieder zu werben:

=> den persönlichen Einsatz eines jeden Einzelnen zur Neuwerbung.

Zumindest jeder Dan-Träger ist hier gefordert, einen neuen Verein oder eine neue Sparte in einem Verein zu gründen und neue Mitglieder aktiv einzuwerben; im Besonderen jene Dan-Träger, welche sich aufgrund ihrer sogenannten Verdienste um das Aikido um den nächsten Dan-Grad bewerben. Zu diesen Verdiensten gehört normalerweise, sehr viel zur Verbreitung, also der Neuwerbung von Mitgliedern, beigetragen zu haben.

Daher ist es an der Zeit, die Neuwerbung einer Mindestanzahl von Mitgliedern direkt als Anforderung für die Bewerbung auf den nächsten Dan-Grad festzuschreiben.

*Gisbert Burckardt,
TSV Winsen e.V.*

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.