



# DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

## Herbstzeit = Lehrgangszeit

Zum wiederholten Mal war der MTSV Hohenwestedt Ausrichter eines Kinder- und Jugendlehrgang des Aikido-Verbandes Schleswig-Holstein. Auch zum wiederholten Mal gab es die Lehrerkombination Detlef Kirchhof, 3. Dan, und Jessica Neuschl, 1. Dan.



Unter dem Thema „Stark und selbstbewusst im Aikido“ trafen sich 22 junge Aikidoka aus vier Vereinen pünktlich am Samstagvormittag. Nach den Formalitäten und der Begrüßung starteten die beiden Lehrer mit Kennlern- und Vertrauensspielen; mit weiteren Spielen aller Art wurden die insgesamt zehn Lehreinheiten begonnen und beendet. Klassiker wie „Kröte“, „Schmetterling“ und das „Burger-Spiel“ durften nicht fehlen, aber auch Staffelspiele, „Gürtelklau“ und zum Lehrgangsabschluss das „Sonne-und-Mond-Spiel“ versprachen Spaß.

Viel Geschick war gefragt, als es darum ging, sich nach Vornamen sortiert in alphabetischer Reihenfolge auf einer Bank zu positionieren, ohne diese zu verlassen. Detlef und Jessi verlangten viel von den Teilnehmenden in ihrem Angebot – sich nur an der passenden Prüfungsordnung zu orientieren war nicht ihre Intention. So gab es einiges aus dem höheren Bereich zum Kennenlernen und Üben.



Sie lagen damit aber auch komplett richtig und die Teilnehmenden trainierten sehr fleißig. Die Fallschulübungen wurden so gestaffelt, dass sich sogar einige trauten, am Sonntagmorgen nach entsprechenden Vorübungen in den „freien Fall“ zu gehen. Eines der Highlights war sicherlich auch die Idee, dass sich junge Aikidoka mal als „Trainer“ fühlen sollten und ihre Lieblingsübung oder Technik vor der Gruppe präsentierten und anleiteten. Es war schon sehr erstaunlich, was da zum Besten gegeben wurde. Jessi und Detlef ergänzten die Ausführungen mit der richtigen Bezeichnung und Kleinigkeiten. Es war aber eben auch wichtig, dass (wie im Lehrgangsangebot üblich) die vorne stehende Person die Ausführungsidee vorgab und alle das dann so auch üben sollten.



Abends gab es gemeinsame Angebote wie Kartenrutschen oder eben auch Grüppchen, die sich zum Werwolf oder anderen Spielen zusammenfanden. Eine Geschichte aus dem Buch „Erinnerungen an O-Sensei“ sorgte für Gespräche über das Miteinander-Trainieren, Rücksicht und Toleranz. Die Nacht war zwar kurz, aber ruhig. Die Halle wurde schon vor dem Frühstück wieder von allen Schlafutensilien aufgeräumt. So konnte nach dem Frühstück noch eine Runde trainiert werden.

Ein schöner, wirklich harmonischer Lehrgang endete am Sonntagmittag mit großem Applaus an die Lehrenden und diese revanchierten sich mit einem Beifall an die jungen Aikidoka. Erst sie machen den Lehrgang zu dem, was es sein soll: ein Riesenspaß und eine tolle Gelegenheit, miteinander Zeit zu verbringen. Das Ganze schreit also förmlich nach einer Wiederauflage und diese soll es auch 2024 in Hohenwestedt geben.



Detlef und Jessi haben noch lange nicht fertig und werden auch nächstes Mal wieder genug im Köcher haben.

*Detlef Kirchhof,  
MTSV Hohenwestedt e.V.*