DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

Freundschaftsseminar in Waiblingen

Am 25. Juli 2026 fand in Waiblingen (BW) ein Freundschaftsseminar statt, bei dem drei junge Aikido-Lehrer aus verschiedenen Verbänden zusammenkamen: Anissa Bouali vom DAB, Robin Seliger vom Aikikai und Felix Kulhavý von Sansukai.

Teilnehmer aus ganz Deutschland und darüber hinaus sind angereist, um einen schönen Trainingstag gemeinsam zu verbringen. Das Seminar zeigte, dass die Praktizierenden trotz ihrer Zugehörigkeit zu verschiedenen Organisationen durch eine gemeinsame Leidenschaft für die Kampfkunst Aikido verbunden sind.

Das Programm umfasste grundlegende Bewegungsmuster, darunter Sabaki. Die Teilnehmer setzten sich damit auseinander, wie man auf einen Angriff durch einen direkten Einstieg, bekannt als Irimi, sowie durch Drehbewegungen wie Tai-sabaki reagiert. Der Fokus lag insbesondere auf Ukemi, einem wichtigen Bestandteil des Aikido-Trainings. Den ganzen Tag über erkundeten die Teilnehmer ihre Fähigkeit, Techniken sicher anzunehmen, indem sie eine Reihe von Fall- und Rolltechniken anwendeten, darunter auch anspruchsvollere Stürze im Zusammenhang mit Koshi-nage-Techniken.

Ihre Rückmeldungen unterstrichen den Wert dieses verbandsübergreifenden Formats: Viele fanden es spannend, innerhalb eines einzigen Tages verschiedene Unterrichtsstile, technische Interpretationen und Trainingspartner kennenzulernen. Vertraute Techniken gewannen neue Dimensionen, da die Praktizierenden dazu ermutigt wurden, langjährige Gewohnheiten beiseitezulassen und sich auf ungewohnte Ansätze einzulassen.

„Egal, welchen Aikido-Hintergrund die lehrende Person hat: Die Prinzipien innerhalb der Techniken sind immer gleich. Das konnte man bei diesem Lehrgang besonders gut erkennen“, so ein Teilnehmer. Weiterhin wurde betont, dass der Wechsel zwischen drei Lehrern dazu führte, dass die längeren Trainingseinheiten bemerkenswert schnell vergingen und es immer etwas Neues zu entdecken gab. Die Kombination aus drei unterschiedlichen Ansätzen sowie die seltene Gelegenheit, mit Mitgliedern verschiedener Vereine zu trainieren, wurden gelobt.

Foto: Artem Talmann, Waiblingen

Für einige Teilnehmer war das Üben über die Grenzen ihres eigenen Stils hinaus sowohl bereichernd als auch anspruchsvoll, selbst bei scheinbar einfachen Übungen: Jahrelange, automatisierte Bewegungsmuster mussten neu überdacht werden. Sie schätzten die unterschiedlichen Interpretationen und Techniken, denen sie im regulären Training normalerweise nicht begegnen.

Über das technische Programm hinaus erinnerten sich die Teilnehmer an die einladende Atmosphäre und das lebhafte gemeinsame Abendessen nach zwei intensiven Trainingseinheiten. Ihr Feedback war im Kern einstimmig: Das Seminar war interessant, lehrreich und wiederholenswert.

Ein besonderer Dank gilt der Aikido-Gruppe Waiblingen, allen Teilnehmern, die zur Organisation beigetragen haben, sowie den Lehrern, die das Seminar ermöglicht haben. Wir planen und freuen uns darauf, auch im nächsten Jahr noch mehr Aikido-Praktizierende zu einem weiteren inspirierenden Tag des gemeinsamen Trainings und Austauschs begrüßen zu dürfen.

Anissa Bouali,
Aalener Sportallianz e.V.