

# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO  
in Deutschland

Ausgabe 1/2019

Nr. 173



# aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Ausgabe 1/2019

Nr. 173

## Inhaltsverzeichnis

### Leitartikel

Ai im Kontext konstruktiver Diskussion .....	3
--	---

### Magazin

Neues aus der TK .....	3
Nix mache! .....	4
Aikido auf Bretonisch .....	5
Ein offenes Geheimnis .....	7
Dan-Prüfung in Nauheim .....	8
AVBW-Landeslehrgang in Bietigheim .....	8
Nordrhein-Westfalens Aikidoka zu Gast beim DJK Germania Lenkerbeck .....	9
Trainer-C-Prüfungslehrgang .....	10
Wichtige Termine .....	11
Aikido-Telegramm .....	12
Das Schwert (Bokken) im Aikido-Unterricht; Zulassungsarbeit von A. Haase .....	15

### Technik-Serie

Yokomen-uchi (Bokken) – Kokyu-nage (mit Tanto); von Hubert Luhmann, 7. Dan .....	13
--	----

### Daten und Fakten

Einl. zum Workshop des DAB-Jugendvorstandes für Jugendtrainerinnen und -trainer auf Bundesebene am 9./10. März 2019 in Kissing .....	23
Einl. zum BL am 9./10. März 2019 in Frankfurt/M. ....	24
Einl. zum BL am 6./7. April 2019 in Jagstheim .....	25
Einl. zum BL am 4./5. Mai 2019 in Erfurt .....	25
Einl. zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 14. – 16. Juni 2019 in Ruit .....	26
Einl. zum BWL I ab 1. Kyu vom 6. – 13. Juli 2019 im LZ Herzogenhorn .....	28
Einl. zum BWL II vom 13. – 20. Juli 2019 im LZ Herzogenhorn .....	29
Einl. zum Samurai-Camp vom 15. – 20. Juli 2019 in Scharbeutz .....	31
Lehrgangsplan DAB 2019 (Erg.) .....	32
Lehrgangspläne 2019 AVBW, AVBy .....	33

### Titelbild:

Meister Martin Glutsch, 7. Dan, beim Kyu-Wochenlehrgang 2018 auf dem Herzogenhorn (s. Artikel S. 4)



## Ai im Kontext konstruktiver Diskussion

Liebe Aikidoka,

am 10. und 11. November 2018 fanden in Mörfelden-Walldorf zunächst ein Treffen der Aikido-Landesverbände (ALVs) mit dem DAB-Präsidium und anschließend eine Präsidiumssitzung statt. Den Rahmen bildete ein hervorragend organisierter und sehr gut besuchter Bundeslehrgang mit dem scheidenden Bundestrainer Hubert Luhmann als Lehrer.

Bei der Vorbereitung ergaben sich einige Themen wie Datenschutz und Prävention sexualisierter Gewalt als aktuell besonders wichtig, die auf den ersten Blick den Wunsch des von äußeren Einflüssen ungestörten Aikido-Übens auf der Matte erschweren, wengleich sie auf den zweiten Blick und letztendlich Grundlagen dafür darstellen.

Der Austausch darüber sowie über alle anderen Tagesordnungspunkte erfolgte an beiden Tagen in einer regen Diskussion. Wir fanden für alle vorhandenen bzw. neu vorgetragenen Problemstellungen Lösungen oder zumindest Lösungsansätze, wobei wir am Sonntag im Präsidium die Erkenntnisse aus dem Treffen mit den ALVs zugrunde legen konnten.

Als ich am Samstagabend im Kreis von ALVs und Präsidium abschließend darauf zu sprechen kam, dass ich am Sonntagmorgen zu Beginn der BL-Einheit über das Treffen informieren wolle, und danach fragte, was auf jeden Fall erwähnt werden sollte, kam die prompte, unisono artikulierte Antwort: „Der Austausch war von großer Harmonie geprägt.“ Als Aikidoka ist uns die

japanische Silbe „Ai“, d. h. Harmonie, besonders wichtig. Dieser Satz mag deshalb schon hier und da gefallen sein. Dass dieser Tenor bei den genannten sensiblen Themen war und auch anschließend quasi als geflügeltes Wort noch wiederholt an jenem Wochenende zitiert wurde, freut sicher alle Aikidoka, zeigt dies doch die zu unserer Kampfkunst passende Grundstimmung deutlich.

Ich bin immer für euch ansprechbar!

Eure

*Dr. Barbara Oettinger,  
DAB-Präsidentin*



## Neues aus der TK

Eine kurze Info aus der letzten TK-Sitzung vom April 2018 in Niederjosbach. Wieder waren Vertreter der Landesverbände als Gäste geladen. Dies war so gewünscht und wurde zahlreich angenommen.

### **Trainerausbildung/Lehrgänge:**

Bei der Trainer-C-Ausbildung haben 28 Aikidoka an der Ausbildung teilgenommen. Die Trainer-B-Lizenzen waren es 13 Aikidoka.

Die Trainerlizenzen werden künftig über den DOSB zugestellt. Die Meldung an den

DOSB erfolgt über den Bundesreferenten Lehrwesen Aikido.

### **Bundestrainer:**

Nach vier Jahren stand wieder die Wahl der Bundestrainer an. Hubert Luhmann stellte sich aus beruflichen Gründen nicht mehr zur Verfügung. An dieser Stelle vielen Dank für seine Bereitschaft und für die Impulse, die er auf den Bundeslehrgängen unseren Mitgliedern gegeben hat.

Bei der Wahl wurden Alfred Heymann und Martin Glutsch für die nächsten vier Jahre als Bundestrainer gewählt.

### **Dan-Graduierungen:**

SF Rüdiger Scholz wurde auf den 5. Dan Aikido graduiert.

An dieser Stelle noch einmal herzlichen Glückwunsch.

### **Sonstiges:**

Evtl. notwendige Änderungen für die kommende BV wurden diskutiert bzw. vorbereitet.

Es gab positive Rückmeldungen zum Workshop in Bad Blankenburg und es bestand der Wunsch einen solchen Workshop noch in 2018 durchzuführen. Dies wurde dann gleich terminlich eingeplant.

*Karl Köppel,  
Vizepräsident Technik*



---

## **Nix mache!**

Die erstaunlichste Anweisung des diesjährigen Kyu-Wochenlehrgangs von Martin Glutsch auf dem Herzogenhorn lautete tatsächlich „NIX mache!“

Wie soll man Aikido machen, wenn man NIX macht? Das klärte sich im Laufe der Woche für die 47 Teilnehmenden doch auf.

Auffällig waren der für einen Kyu-Lehrgang hohe Anteil an Dan-Trägern sowie

der hohe Frauenanteil. Hat das vielleicht etwas mit Martins Aikido zu tun? Was dafür spricht, ist die Art, wie bei Martin der Nichteinsatz eigener Körperkraft betont wird. Des Öfteren wies Martin darauf hin, doch den Uke einfach die ganze Arbeit machen zu lassen und dann die Schwerkraft zu nutzen, die den Uke ja grundsätzlich zu Boden bringt.

Nun könnte man meinen, dass Martins Aikido sehr kraftlos daherkommt. Und tatsächlich hatten wir beim ersten Hinsehen manchmal den Eindruck, dass die Vorführ-Ukes nur aus reiner Gefälligkeit umfallen. Greift man dann Martin jedoch selber mit der richtigen Intention an, findet man sich selbst umgehend am Boden wieder. Manchmal ohne zu spüren, wie das eigentlich passieren konnte.

Es war genau dieser Aspekt, den wir die ganze Woche über übten: Sobald man Kraft einsetzt, um eine Technik zu machen, sperrt Uke automatisch und die Technik ist im Zweifel gar nicht mehr durchzuführen. Gerade bei deutlich stärkeren Ukes kann das zum Problem werden. Wenn man jedoch keine eigene Kraft einsetzt, hat Uke nichts, wogegen er arbeiten könnte. Aus dem Gleichgewicht gebracht, ist er so ein leichtes Spiel für die Schwerkraft.

Voraussetzung ist dabei natürlich, dass Uke auch wirklich angreifen will. Richtiges Uke-Verhalten ist beim Training also unabdingbar! Während der gesamten Technik sollte Uke sich zum Nage hin ausrichten und versuchen, sein Gleichgewicht zu halten bzw. den Angriff fortzusetzen oder zu modifizieren.

Klingt leicht, ist aber gar nicht so einfach. Da Martin die ganze Bandbreite von Gelb- bis Schwarzgurt-Techniken aufgerufen hat, hatten alle wirklich so einiges, was sie sich neu erarbeiten mussten. Ungewöhnlich waren – zumindest für diejenigen, die noch nie bei Martin trainiert hatten – seine Kontaktübungen. Dabei wurde zunächst in Katate-tori gyaku-hanmi versucht, den Partner durch kleine Zentrumsbewegungen aus dem Gleichgewicht zu bringen. Das gelang bei vielen noch gut. Danach übten wir das Gleiche, aber nur durch Kon-

takt über den Handrücken bis hin zum Kontakt nur über die Fingerspitzen. Das war zwar ziemlich schwierig, aber Martin zeigte uns, dass es sogar mit Fingerspitze gegen Jo möglich ist.

Seine Bewegungen sind dabei kaum noch zu sehen, daher lag der Fokus immer wieder auf dem Spüren, wo genau die Energiebahn und die Schwerkraft wirken. Das wirkt dann magisch, wie das Aikido im Liegen (Nage liegt und führt den Angreifer sanft zu Boden). Die Böblinger kannten das schon, wir Nordlichter freuten uns, wenn wir das zumindest teilweise umsetzen konnten.



Meister Martin Glutsch, 7. Dan

Zum Glück gab es auch etwas großräumigere Techniken. Hierbei machte Martin immer wieder klar, wie wichtig das Führen des Zentrums von Uke ist. Das lässt sich klassisch z. B. über die korrekte Verhebelung von Hand/Ellenbogen/Schulter erreichen. Durch die Einnahme von Ukes Zentrum ist dann auch sein Gleichgewicht gebrochen. Die wohl lustigste Analogie war der Hinweis, beim Koshi-nage den Uke zu einem Sack Zement zu machen, nicht zu

einem Sack Kartoffeln, da sich letzterer viel schwieriger bewegen lässt.

Und so langsam klappte die Abwehr des Uke im Laufe der Woche immer besser! Bis Martin mit dem nächsten Vorschlag kam: „Schon schön. Jetzt mach das nochmal, diesmal absichtslos.“ In den Augen der Übenden breiteten sich erneut Fragezeichen aus. Aber wir wollen ja auch nochmal wiederkommen.

Wer allerdings glaubt, dass Martins regelmäßige Bemerkung in ordentlichem Schwäbisch „Nix mache!“ zu Untätigkeit auf der Matte führte, liegt falsch. Alle waren körperlich gut gefordert und vor allem im Kopf gab's den einen oder anderen Knoten. „Nix mache“ ist halt gar nicht so einfach.

Danke, Martin, für diesen sehr anregenden und humorvollen Lehrgang auf dem Horn! Es hat uns viel Spaß gemacht.

Christian Jansen, VfB Langenhagen e. V.  
Joachim Moeser, AV Hannover e. V.

道

## Aikido auf Bretonisch

Ich liebe die Bretagne. Ich war nun zum 27. Mal dort. Und wenn man zum 27. Mal wo ist, dann entwickelt man auch mal ungewöhnliche Ideen. Man fragt dann z. B. bei einem örtlichen Aikido-Verein an, ob man mal mittrainieren darf. MAN DARF!

Auf einem Campingplatz hatte ich schon bei meinem 25. Mal in der Bretagne ein Plakat entdeckt, auf dem ein Aikido-Verein abgebildet war. So kam ich auf die Idee, dort zu fragen, ob ich einmal teilnehmen darf. Bei meinem 26. Bretagne-Urlaub kam es tatsächlich dazu: Ostern 2018.

So bin ich bei Robert Le Vourc'h, 6. Dan FFAB (Fédération Française d'Aikido et Budo) und seiner Gruppe gelandet; im Penn ar Bed (bretonisch) = Finistère (französisch) = am Ende der Welt (deutsch); mit einem „Degemer mad!“ = „Bienvenue“ = „Willkommen“. Robert ist Trainer im Aiki-



club Lesneven, Finistère Nord, 12 km weiter nördlich versinkt das Land leise im Meer. SOOO SCHÖN DORT!

Der Aikiclub Lesneven hatte mich sogar auf einen großen internationalen Lehrgang 2018 eingeladen, mit Yamada Sensei, 8. Dan, und Fukuma Sensei, ebenfalls 8. Dan; schlussendlich waren dort 280 Teilnehmer aus 21 unterschiedlichen Nationen! Auch im Jahr 2019 wird dieser Lehrgang (dann von 13. – 21. Juli 2019) wieder stattfinden, siehe unter: [www.lesneven-aikido.com](http://www.lesneven-aikido.com); INTERESSANT!!!

Ob ich mit meinem 5. Kyu da wohl klar komme? Ist Aikido auf Bretonisch anders als Aikido auf Schwäbisch? Ob ich wohl alles verstehe mit meinem fehlerhaften Französisch? Hoffentlich sind die nett ...? – DIE SIND KLASSE!

Da ich mir irgendwo eine Schleimbeutelentzündung am Ellbogen eingehandelt hatte, dachte ich: „Da geht nix“; frage ich halt, ob ich zuschauen darf. ES GING WAS!

Robert meinte, ich solle mitmachen, was gehe, und was nicht gehe bleiben lassen. Irgendwie konnte ich um die verletzte Stelle drum herumrollen. Zu JEDEM, mit dem ich trainiert habe, sprang Robert sofort hin und sagte stets „Attention! Elle a une blessure!“. VERTRAUENSBLDEND!

Sieben Danträger und ein 3. Kyu war da. RESPEKTEINFLOSSEND!



Irimi-nage und Kote-gaeshi haben wir trainiert. Beim Irimi-nage waren sie nicht so zufrieden mit mir, aber nach längerem gemeinsamem Trainieren des Kote-gaeshi gab mein Uke irgendwann ein zufrieden gestöhntes „parfait!“ während des Fallens von sich ... STOLZ!

„Pas tirez!!!“, „moins fort!!!“ und „sans force!!!“ war ihre Hauptkritik an mir, da musste ich schmunzeln, weil mir das aus Göppingen sehr bekannt vorkommt ... auf Bretonisch und auf Schwäbisch also gleich. Bei einer Übung durfte ich deshalb den Uke gar nicht wirklich anfassen, eigentlich gar nicht anfassen; aber Uke führte mich total kooperativ in die richtige Bewegung hinein. SEHR HILFREICH!!!

Am Ende des Trainings wurde ich, als ich gehen wollte, am Oberarm festgehalten und jemand sagte, dass ich jetzt noch nicht gehen dürfe. Gleich neben der Matte in diesem Riesen-Dojo gibt es nämlich einen geheimnisvollen Raum mit einem Kühlschrank. Daraus wurde dann ein kleiner Imbiss im Stehen und ich musste eine Dose 1664er Bier trinken. GERNE!!!



Dabei erfuhr ich, dass ALLE das Video des DAB vom Herzogenhorn geschaut hatten, welches u. a. auf der Aikido-Website der Turnerschaft Göppingen zu finden ist. Ich hatte den Link zuvor geschickt. Auch den NWZ-Zeitungsartikel von Anfang 2018, den ich dabei hatte und welcher Thomas Oettinger/TS Göppingen beschreibt, haben sie sehr interessiert angeschaut und ich musste ihn übersetzen.

Diesen August wäre ich sehr gerne, also beim 27. Bretagne-Urlaub, ein zweites Mal zum Training am „Ende der Welt“ gegangen, aber auch Bretonen fahren einmal in Urlaub und sind dann einfach nicht da, obwohl die es dort soooo schön haben. Deshalb versuche ich es beim 28. Bretagne-Urlaub wieder. SCHADE!



Also der größte Unterschied vom bretonischen Aikido zum schwäbischen Aikido war für mich eigentlich nur die Sprache, aber genau die war beim Training am allerwenigsten nötig. Durch Mimik, Gestik und vor allem natürlich die Körpersprache dieses Sports habe ich eigentlich alles verstanden. TOLLE ERFAHRUNG!!!

„D'ur wech all“ = „À la prochaîne!“ = „Bis zum nächsten Mal!“

Hanne Schnitzler,  
Turnerschaft Göppingen e. V.



## Ein offenes Geheimnis

Keiner kann es wirklich sagen, keiner kann es in verständliche Worte fassen und doch weiß es jeder mit einer unverrückbaren Sicherheit, wenn in einem unbedarften Moment das Denken vergessen wird. Ein antwortender Blick hält es in der Sekunde des Aufeinandertreffens in seiner Einfachheit aufrecht und gibt es gleich einem wärmenden Händedruck weiter:

Intensive Tage mit verspielt lockerem und trotzdem ausgesprochen ernsthaftem Training schenken Seminarteilnehmern neue Einsichten in den tiefen Weiten der

Techniken, als drehe sich in der eigenen Hand ein gewickeltes Bonbon, dessen Papieröffnung nicht gleich ersichtlich und doch mit ein wenig Mühe schließlich erreichbar wurde.

Lernen war nichts Gleichförmiges oder Stetes: Höhen lagen neben Tiefen, ruhiges Erfassen neben fahrigem Ungeduld oder Aufmerksamkeit neben einem Insichgekehrtsein. Die Anforderung an das eigene Aufnahmevermögen ließ nicht nur für das vom Trainer Gezeigte offen werden. Ohne es zu bemerken, entwickelte sich eine prinzipielle Geisteshaltung dem Neuen gegenüber. Für den menschlichen Sinn war es dann egal, ob das zu Lernende die runden Bahnen einer Technik beinhalten oder die verschlungenen Wege der Persönlichkeit des Trainingspartners.

So erfolgte das Verstehen oftmals erst mit langsamen Bewegungen. Es blieb nicht aus, genau dann die kleinen Facetten der Konzentration des Gegenübers wahrzunehmen: Manchmal zeigte sich Frustration, manchmal musste sich gegenseitig aufgebaut werden, manchmal ergab sich dadurch ein Lächeln und schließlich zu guter Letzt Freude über das eigene Gelingen.

Die Kampfkunst fand sich in ihrer schönsten Form im intensiven Wechselspiel der Bewegungen. Durch eine starke Ausprägung des Tuns erfolgte von ganz allein ein genaues Hinsehen; es war sozusagen unabdingbar für ein Gelingen.

Im Grunde entsprach das Auf und Ab des Empfindens einem Ergänzen, einem Ineinanderführen, einem Miteinander-Verzahn des Handelns und Seins. Hände wurden gereicht, Arme verhakt, Figuren erschaffen und schließlich fand sich die Erdanziehung als eine unwiderstehliche Kraft zur Bildung einer gemeinsamen Form. Diese betonte Aufmerksamkeit öffnete das sich so oft versteckende Innere. Das Merkwürdige und Schöne lag dann in der unterschiedlichen Wahrnehmung des Momentes, der sich dem Einzelnen anpasste, als wäre er ganz allein für ihn bestimmt.

Sieben Tage mit intensivem Lernen und Leben vergingen und es fiel beim Verab-



schieden schwer, dem normalen Alltag wieder entgegensetzen. Nach unzähligen Umarmungen, Wünschen für die Heimfahrt, einem gegenseitigen Versichern eines baldigen Wiedersehens hielt mich meine Zimmermitbewohnerin in den Armen und sah meine Traurigkeit; sie drückte mich und meinte schließlich:

„Aikido verbindet, nicht wahr?“

Mein Lächeln gehörte ihr und der ganzen Welt.

*Christine F. Behrens,  
Kaltenkirchener TS e. V.*

氣

---

## Dan-Prüfung in Nauheim

Am Samstag, den 13.10.2018, fand im Dojo des TV Nauheim eine Dan-Prüfung statt.

In der Kategorie „Kulinarisches“ erfreute insbesondere die kreierte Kata „Schokokuchen“ von Melanie Schad nicht nur die Augen und Gaumen des Prüfers, sondern alle Sinne auf vortreffliche Weise.

In perfekter innerer und äußerer Haltung und persönlicher Ausstrahlung offenbarte er sich bis zum Ende. Ruhend, vermeintlich unbeweglich im Hara und doch in seinen Bann ziehend, verzauberte er bei jedem Biss den Genießer kontinuierlich, so auch den Prüfer während der gesamten Präsentation immer wieder aufs Neue.

Technisch ausgereift, sicher im Geschmack und der nötigen Distanz begegnete er jedem Angriff. Gleich ob Irimi oder Tenkan, Ai in Vollendung. Sabaki in noch nie da gewesener Artistik. Verschmelzung in Perfektion. Einmal gekostet durchdrang sein Ki den Genießer und machte ihn gefügig für ein zweites und drittes Stück!

Bescheiden und selbstlos auf dem Do.

Fazit: Die Kata „Schokokuchen“ brillierte durch eine faszinierende Erfüllung der Elemente und Prinzipien auf einem außergewöhnlichen Weg. Herzlichen Dank, Melanie Schad, für deine wunderbare Kata-Kreation – 3. Dan mit Bravour bestanden.

Uke zu sein, war mir ein Vergnügen. Immer wieder gerne.

Da „isst“ liebend gerne der Prüfer.

*Joe Eppler (Prüfer),  
AC Aichtal e. V.*

道

---

## AVBW-Landeslehrgang in Bietigheim

Bunt wie das Herbstlaub vor dem lichtdurchfluteten Dojo waren die Gürtelfarben der gut zwanzig Teilnehmer, die der Einladung zum Landeslehrgang nach Bietigheim gefolgt waren. Der Ausschreibung waren keine Hinweise auf die Themenschwerpunkte zu entnehmen gewesen, sodass alle gespannt waren, welches Programm sich Trainer Karl Köppel, 8. Dan Aikido, für eine solche heterogene Gruppe würde einfallen lassen.

Zentrales Element der jeweils zweistündigen Vormittags- und Nachmittagseinheit war die Position, in der sich alle Trainierenden nach dem Ausweichen mit Tenkanashi schon oft genug wiedergefunden hatten: Schulter an Schulter, Arm an Arm mit Uke. Zum einen stellte Karl dar, aus welchen unterschiedlichen Angriffen sich diese einnehmen lässt: Naheliegend ist der Fassangriff Katate-tori gyaku-hanmi und der Fauststoß Shomen-tsuki, aber die Teilnehmer konnten auch die Verteidigung gegen Schläge Shomen-uchi üben. Mit Stöcken und den von ihm eigens mitgebrachten Schlauchstücken als Waffe ließ sich das auch für die weniger Fortgeschrittenen gut trainieren.

Zum anderen führte Karl mit Shiho-nage, Kokyu-nage, Kote-gaeshi, Kotehineri, Irimi-nage und Ude-garami ein weites Spektrum an Techniken vor, die sich an diese Position anschließen lassen.

Am Ende waren sich die Trainierenden mit Lehrgangsleiter Arno Zimmermann einig, der in seinem Schlusswort feststellte,

dass für jeden etwas dabei gewesen sei. Mit einem kleinen Geschenk bedankte er sich bei Karl und äußerte die Hoffnung, ihn vielleicht einmal wieder nach Bietigheim locken zu können. Schön wäre es, wenn ein so hochklassiges Angebot dann auch in anderen Vereinen auf Interesse treffen würde.

Stefan Romer,  
JC Bietigheim e. V.



## Nordrhein-Westfalens Aikidoka zu Gast beim DJK Germania Lenkerbeck

Unser letzter Landeslehrgang lag bereits zwei Jahre zurück und wir wollten in diesem Jahr wieder einen Landeslehrgang in Marl durchführen. Wir entschlossen uns, den Lehrgang wie auch beim letzten Mal in der zweiten Jahreshälfte auszurichten, und einigten uns schnell auf den 13. und 14. Oktober 2018. Mit der Wahl von Ulrich Schümann, 7. Dan Aikido, als Lehrer für diesen Lehrgang luden wir einen der ranghöchsten Dan-Träger des Deutschen Aikido-Bundes ein.



Ulrich war 14 Jahre alt, als er 1970 mit dem Aikido unter seinem damaligen Lehrer Rolf Brand begann. Heute, mit fast 50 Jahren Mattenerfahrung, kann man ihn getrost als Urgestein des Deutschen Aikido-Bundes bezeichnen. Ganz im Zeichen des heißen Sommers 2018 konnte man die Temperaturen an beiden Lehrgangstagen als durchaus hochsommerlich bezeichnen.

Knapp 40 Teilnehmer aus ganz Nordrhein-Westfalen folgten trotz des heißen Wetters unserer Einladung zu unserem zweitägigen Landeslehrgang in Marl. Die Hütte war jedenfalls brechend voll. Es dauerte auch nicht lange, bis Ulrich alle Teilnehmer des Lehrganges in seinen Bann gezogen hat. Beherrschendes Thema des Lehrganges war die „Gleichgewichtsbrechung des Partners unter Aufrechterhaltung der Bewegung“.



Meister Ulrich Schümann, 7. Dan

Zu jeder Zeit war zu spüren, dass es Uke, einmal in Bewegung gesetzt, nicht mehr in der Hand hatte, die eigene Bewegung zu stoppen oder der eigenen Bewegung eine andere Richtung zu geben. Unter der vorbereitenden Gleichgewichtsbrechung bei Aufrechterhaltung des Bewegungsflusses von Uke war es möglich, jede Technik nahezu kraftlos abschließend anzuwenden. Sobald aber die Bewegung von Uke stoppte oder er die Chance hatte, sich

in eine andere Richtung zu bewegen, war es nicht mehr möglich, kraftlos zu arbeiten bzw. die Technik überhaupt erfolgreich zu Ende zu führen.

Ulrich zeigte im Lauf der beiden Lehrgangstage ein Vielfaches an Techniken und neuen Bewegungsabläufen, die von den Teilnehmern auch immer wieder geübt wurden. Besonders den höher Graduierten fiel es schwer, sich an neue Bewegungen zu gewöhnen, da sie bereits eigene Verhaltensmuster verinnerlicht hatten. Aber gerade das machte den Lehrgang für alle Teilnehmer so interessant und reizvoll.

Mit seinen weiträumigen Ausweichbewegungen war Ulrich jederzeit in der Lage, seinen Partner in Bewegung zu halten und das Gleichgewicht so zu brechen, dass die gezeigten Wurf- oder Ablegetechniken nahezu kraftlos angewandt wurden. Für die Lehrgangsteilnehmer bedeutete die Umsetzung dieser Maxime ein großes Stück Arbeit und jede Menge Schweiß, was in diesem Fall nicht nur den hohen Temperaturen in der Halle geschuldet war.



Wie immer gingen die zwei Lehrgangstage viel zu schnell zu Ende und es gibt, wie immer nach einem Lehrgang, viele offene Fragen. Darin liegt aber gerade der Reiz und die Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung. Zum Abschluss des Lehrganges gab es noch das Lehrgangsgeschenk an Ulrich. Wir hatten uns überlegt, ihn mit einem Geschenkkorb mit Spezialitäten aus verschiedenen Regionen Nordrhein-Westfalens zu überraschen.

Seiner Reaktion entnehmen wir, dass uns das auch gelungen ist.

Ein großes Dankeschön an Ulrich und natürlich auch an seine Frau Lilo für diesen tollen Lehrgang. Nicht zu vergessen sind die vielen freiwilligen Helfer und guten Geister im Hintergrund, ohne die wir diesen Lehrgang gar nicht hätten ausrichten können. Ein Dankeschön auch an alle Kuchenspender. Wir, als ausrichtender Verein, haben uns sehr darüber gefreut, dass trotz der hochsommerlichen Temperaturen so viele Aikidoka unserer Einladung gefolgt sind und an unserem Lehrgang teilgenommen haben. Deshalb geht noch einmal ein ganz besonderer Dank an alle Lehrgangsteilnehmer, die trotz der Hitze so fleißig mit uns trainiert und unseren Lehrgang erst so erfolgreich gemacht haben.

Wir sehen uns das nächste Ma(r)l.

*Klaus Michelbrink,*

*DJK Germania Lenkerbeck 1955 e. V.*



---

## Trainer-C- Prüfungslehrgang

Vom 12. – 16.11.2018 fand in der Sportschule Ruit der zweite Teil der Trainerausbildung C in Kooperation mit dem Württembergischen Landessportbund (WLSB) und dem Aikido-Verband Baden-Württemberg (AVBW) statt.

24 Teilnehmer fanden sich pünktlich um 10.30 Uhr im Seminarraum ein. Schon da war eine allgemein angespannte Stimmung zu spüren, schließlich war es ja der Prüfungslehrgang. Arno Zimmermann (4. Dan Aikido) und Petra Walther (Sportdozentin an der Sportschule) begrüßten uns. Sie erläuterten den Ablauf der bevorstehenden Woche: Wiederholungen und Vertiefungen der noch aufgetretenen offenen Fragen während der häuslichen Theorievorbereitung, einige Übungslehrproben und noch ein paar weitere zu beherrschenden Themen bildeten den Schwerpunkt der ersten zwei Tage.

Per Los wurden die Themen für die praktische Lehrprobe gezogen. Da gab es einige Ach und Ohs. Montag- und Dienstagabend hatten wir Zeit für die Planung der Lehrproben. Immer wieder wurde versucht, unseren Dozenten Arno und Petra mal ein bisschen was in Sachen Theorieprüfung herauszulocken; guter Versuch – leider vergeblich.

Am Mittwoch wurde der Seminarraum umgebaut. Saßen wir vorher in einem schönen U mit Nachbarn links und rechts, mussten wir nun an Einzeltischen Platz nehmen. Zwei Stunden Zeit hatten wir zur Beantwortung der sportartübergreifenden und aikidospezifischen Fragen. Ab dem Nachmittag begannen dann die Lehrproben. Die Prüfungskommission bestand aus Martin Glutsch (7. Dan Aikido), Arno Zimmermann (4. Dan Aikido), Petra Walther und Herrn Werner Fischer vom Regierungspräsidium.

Fast jedem war die Anspannung in den ersten Minuten der praktischen Lehrprobe anzumerken. Man merkte auch, wer schon längere Zeit als Trainer vor Gruppen fungierte – die gingen das etwas lockerer an. Aber sehr interessante, methodische Vorgehensweisen und unterschiedliche zukünftige Trainer-Typen machten es sehr abwechslungsreich. Nach jeweils zwei Lehrproben gab es von der Prüfungskommission ein Feedback.

Freitagmittag war dann der praktische Block beendet. Die Spannung war kaum noch zu bewältigen, als es hieß, wir versammeln uns vor dem Seminarraum und werden einzeln hineingerufen. Versuche, im Vorwege einen Trend erkennen zu können, wurden abgeblockt. Bei fast allen gab es dann den befreienden Jubel – mal still vor sich hin, mal etwas lauter –, als man das begehrte angestrebte Zertifikat erhielt. Nun dürfen wir uns „staatlich anerkannte Trainer C Breitensport mit Fachrichtung Aikido“ nennen.

Bei aller Anspannung, bei allem Prüfungsstress kam natürlich auch der Spaß nicht zu kurz – der Austausch an den Abenden in der angrenzenden Gaststätte war einfach nur klasse. Jeder hat einiges

aus seinem Aikidoleben zu Besten gegeben und so wurde viel gelacht.

Detlef Kirchhof,  
MTSV Hohenwestedt e. V.

道



## Wichtige Termine

**13. Januar 2019:** Meldeschluss zum Fachlehrgang 1 der Ausbildung zum Aikido-Trainer C vom 3. – 8. März 2019 in Bad Blankenburg

**21. Januar 2019:** Meldeschluss zum BL am 9./10. Februar 2019 in Hannover

**17. Februar 2019:** Meldeschluss zum Workshop des DAB-Jugendvorstandes für Jugendtrainerinnen und -trainer auf Bundesebene am 9./10. März 2019 in Kissing

**22. Februar 2019:** Meldeschluss zum BL am 9./10. März 2019 in Frankfurt/M.

**10. März 2019:** Meldeschluss zum Samurai-Camp vom 15. – 20. Juli 2019 in Scharbeutz

**17. März 2019:** Meldeschluss zum BL am 6./7. April 2019 in Jagstheim

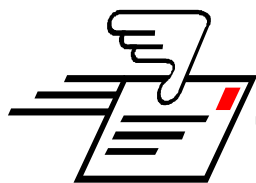
**31. März 2019:** Meldeschluss zum Bundes-Wochenlehrgang I ab 1. Kyu vom 6. – 13. Juli 2019 im LZ Herzogshorn

**13. April 2019:** Meldeschluss zum BL am 4./5. Mai 2019 in Erfurt

**4. Mai 2019:** Meldeschluss zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 14. – 16. Juni 2019 in Ruit

**13. Mai 2019:** Bundes-Wochenlehrgang II vom 13. – 20. Juli 2019 im LZ Herzogshorn





## Aikido-Telegramm

Wiese, Sebastian      *SV Perleberg*  
Zieroff, Claudia      *TV 08 Lohmar*  
Zysk, Reinhard      *TC Gelsenkirchen*

*DAB-Geschäftsstelle*

---

### Gratulation!

Am 22.09. und 13.10.2018 fanden mehrere Danprüfungen in Ruit, Coswig und Nauheim statt. Wir danken hierfür den ausrichtenden Vereinen. Die Prüfungskommissionen setzten sich zusammen aus: Roland Nemitz (7. Dan, Vors.), Edmund Grund (6. Dan) und Ermano Oliván (4. Dan); Manfred Jennewein (7. Dan, Vors.), Thomas Prim (6. Dan) und Joe Eppler (6. Dan) sowie Dr. Damian Magiera (5. Dan, Vors.), Manuela Magiera (4. Dan) und Thomas Walter (4. Dan).

Wir gratulieren herzlich

#### **zum 4. Dan:**

Kalbitz, Andreas	<i>Bramfelder SV</i>
Salfer, Ralf	<i>TSV Milbertshofen</i>
Türk, Andreas	<i>SG Misburg</i>

#### **zum 3. Dan:**

Thiedke, Frank	<i>Seishinkai ZD Jena</i>
Wess, Rainer	<i>TSV Dachau</i>
Zieger, Barbara	<i>AC Spandau</i>

#### **zum 2. Dan:**

Diringer-Feyrer, A.	<i>Post-SV Nürnberg</i>
Grunow, Jenny	<i>ZfK Gera</i>
Wawrzyniak, Paul	<i>TC Gelsenkirchen</i>
Ziesnies, Uwe	<i>Aikido Charlottenb.</i>

#### **zum 1. Dan:**

Hoffmann, Martin	<i>Judoschule Falkensee</i>
Mateev, Ivan	<i>ZfK Altenburg</i>
Reinhardt, Joachim	<i>TV Nauheim</i>
Rohloff, Tom	<i>AC Stuttgart</i>
Vogel, Alexander	<i>SLZ Buchschwabach</i>

### DAB-Präsidentin in ihren DOSB-Funktionen einstimmig wiedergewählt

Unsere DAB-Präsidentin Dr. Barbara Oettinger wurde am 30. November 2018 in Düsseldorf einstimmig als Vorstandsmitglied der Führungs-Akademie des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) sowie als Vorsitzende der Konferenz der Verbände mit besonderen Aufgaben (VmbA) im DOSB wiedergewählt.

Die Mitgliederversammlung der Führungs-Akademie des DOSB sowie die VmbA-Konferenztagung fanden im Vorfeld der DOSB-Mitgliederversammlung vom 1. Dezember 2018 statt, an welcher Barbara Oettinger auch als Delegierte des DAB teilnahm.

*DAB-Geschäftsstelle*

---

### Neue Adresse der DAB-Geschäftsstelle

Die DAB-Geschäftsstelle ist umgezogen:

Dr. Thomas Oettinger  
Kantstr. 7  
73655 Plüderhausen  
Tel.: 07181 / 9946010  
Fax 07181 / 9946011  
E-Mail: [geschaeftsstelle@aikido-bund.de](mailto:geschaeftsstelle@aikido-bund.de)

*DAB-Geschäftsstelle*





## Yokomen-uchi (Bokken) – Kokyu-nage (mit Tanto)

von Hubert Luhmann, 7. Dan

Die Distanz zum Bokken ist wichtig, damit Uke für die Durchführung eines Angriffs zunächst die Distanz reduzieren muss. Nage bleibt bis zur Aktion Ukes außerhalb des unmittelbaren Gefahrenbereichs.



(1)

Synchron mit dem Angriff Ukes bewegt sich Nage durch das Sabaki auf Uke zu und verkürzt so auch die Distanz. Damit kann Uke den Vorteil der Distanzwaffe nicht mehr optimal nutzen.



(2)

Nage führt mit der linken Hand die obere Hand Ukes. Das Tanto wird durch eine Drehbewegung in Richtung von Ukes Kopf geführt.



(3)

Mit der Führungshand an den Händen Ukes und der zweiten Hand Nages, die das Messer führt, wird Uke in dessen Bewegungsrichtung aus dem Gleichgewicht gebracht.



(4)

Die Gleichgewichtsbrechung wird konsequent fortgesetzt, bis Uke zu Fall gebracht wird.



(5)

Detailaufnahme von der Führung der Hände Ukes und der Führung mit dem Messer in Richtung des Kopfes von Uke.



氣

(6)

## Das Schwert (Bokken) im Aikido-Unterricht

### Überlegungen zur Bereicherung des Aikido Unterrichts durch Nutzung des Bokken

#### Ausschnitte aus der Zulassungsarbeit für die Prüfung zum 5. Dan Aikido von Alfred Haase, Bramfelder SV e. V. (2017)

*Ob du dieser oder jener Schwertkunst folgst,  
welche Bedeutung kann darin liegen,  
wenn du sie nicht mit ganzem Wesen übst?  
(Morihei Ueshiba, Begründer des Aikido)*

#### Vorwort

Diese Arbeit soll Aikido-Lehrer unterstützen und ermutigen, das Bokken mit in ihren Unterricht einzubauen. Dafür zeige ich Grundlagen und einen kleinen Ausschnitt der Wege, wie dieses dabei eingesetzt werden kann. Ich beziehe mich dabei überwiegend auf die Handhabung, wie sie beim Takemusu Aikido gelehrt wird.

Die meisten Bildfolgen zeigen die Bewegungen ohne Hakama. Dadurch soll die Fuß- und Beinsetzung besser sichtbar werden.

Wenn sich jemand entscheidet, das Bokken im Unterricht einzubinden, sollte derjenige vom Umgang damit etwas verstehen. Zum weiteren Einstieg ist ein geeigneter Lehrer aus dem Takemusu Aikido oder dem Kenjutsu auf jeden Fall zu empfehlen.

Ich möchte mich bei meinen drei Lehrern bedanken, die mich auf meinem Weg bis hierher am meisten beeinflusst haben.

ECKHARD CLAASSEN war mein erster Lehrer. Ich trainierte unter ihm 25 Jahre lang bis zu seinem Ausscheiden als Lehrer. Besonders schätzte ich an ihm seine Loyalität, seine Verlässlichkeit und sein gutes Auge für Techniken.

EDMUND KERN hat mich wieder zu den Grundtechniken zurückgeführt und mein Fundament gestärkt. Außerdem wurden mir durch ihn die Waffen im Aikido nahe gebracht. Das von ihm unterrichtete Takemusu Aikido hatte mir gezeigt, dass ich noch überhaupt nichts konnte und an vielem, besonders an meiner Genauigkeit, zu arbeiten hatte.

BERTHOLD KRAUSE zeigte mir auf, dass Aikido auch ohne Kraft funktioniert. Er hatte immer ein wissendes Auge auf meine Techniken und zeigte mir die Grenzen, aber auch Wege, um diese auszuräumen. An ihm bewundere ich seinen Mut und die Standhaftigkeit, allen Widrigkeiten die Stirn zu bieten.

Bei WERNER CONRADI bedanke ich mich für seine technische Unterstützung und bei TIM KRAUSE für die tollen Fotos.

Abschließend möchte ich anmerken, dass keinerlei Haftung für Verletzungen übernommen wird, die sich der Leser beim Trainieren der hier beschriebenen Techniken zuzieht oder verursacht.

#### Definition

Der international verbreitete Name Bokken (木剣) setzt sich zusammen aus den zwei Wörtern „Bo“ und „Ken“:

Bo (木) = Stock

Ken (剣) = Schwert (mit zweischneidiger Klinge)

In Japan selbst wird dieses Holzschwert eher Bokuto (木刀) genannt:

Boku (木) = Holz

To (刀) = Schwert (mit einschneidiger Klinge)

#### Anmerkung zur Arbeit

Die Idee, die Bildfolgen in dieser Art darzustellen, habe ich den Büchern von Ethan Monnot Weisgard abgeschaut. Die Basislinie mit einer zentralen Markierung zeigt genau, ob und nach welcher Seite die Angriffs- bzw. die Verteidigungslinie verlassen wird. Ebenfalls erhält der Betrachter einen Eindruck über die Bewegungsrichtung und -länge vor und zurück. Ethans Methode ist optimal, deshalb habe ich diese hier übernommen.

Die unterschiedlichen, von Morihiro Saito überlieferten Kata mit dem Ken im Takemusu Aikido sind bis ins Kleinste festgelegt. Das bedeutet, die hier aufgeführten Suburi (Bewegungsübungen mit dem Schwert) und Partnerübungen sind nur in einer Form richtig. Aus diesem Grund sind die Übereinstimmungen der Bilder in den Kapiteln 7 Suburi bis 8 Ken-awase mit dem Buch „BUKIWAZA, Basic and Advanced Aiki Ken“ von Ethan Monnot Weisgard von mir gewollt.

Mein Anliegen ist es, den Blickwinkel innerhalb des DAB wieder auf die Rückbesinnung der von O-Sensei zuletzt genutzten Waffen zu führen.

Als Lehrhilfe für den weiter interessierten Aikidoka empfehle ich unbedingt die beiden Bücher von Ethan Monnot Weisgard „BUKIWAZA, Basic and Advanced Aiki Ken und Aiki Jo“.

## 1. Einleitung

Den Übungswaffen im Aikido galt schon immer mein großes Interesse. So waren die ersten Montage im Monat meine favorisierten Übungstage, da unser Lehrer Eckhard an diesem Tag immer Training mit dem Jo anbot. Auch auf Lehrgängen mit Rolf Brand, Erhard Altenbrandt und anderen Lehrern mit einem Dan-Grad jenseits meiner Vorstellung wurde ab und an der Stab in das Lehrprogramm für uns kleine Kyu-Grade eingebaut. Das war schon etwas und reichte mir zu der damaligen Zeit vollkommen. Die anderen Übungswaffen nahm man zu der Zeit nur am Rande bei den hochrangigen Aikidoka wahr.

Zum ersten Mal musste ich das Bokken auf dem Übungsleiter-Fachlehrgang 1 des DAB im März 1996 in Bad Blankenburg nutzen. Ich hatte mir natürlich schon gleich zu Beginn meiner Zeit als Aikidoka ein Bokken gekauft, ihn aber seitdem nie richtig zur Hand genommen. Nun gab uns Rolf als Aufgabe, Techniken „Stab gegen das Schwert“ zu entwickeln. Zu meiner Gruppe gehörte Constanze, die gerade kurz vorher ihren ersten Dan erhalten hatte. Sie war damit aufgrund ihres Ranges sofort die Fachfrau. Wir erwarteten wohl etwas zu

viel von einer Hakama-Trägerin, denn sie war auch nicht viel schlauer als wir anderen. Aus unseren Bemühungen kam tatsächlich noch etwas heraus und alle waren ziemlich stolz. Alle anderen Teilnehmer waren nämlich auch nicht erfahrener als unsere Gruppe.

2001 erfuhr ich zum ersten Mal von dem Takemusu-Aikido-Stil und dem Aikido-Lehrer Edmund Kern. Werner Conradi nahm mich mit zu einem Lehrgang nach Lübbecke. Das war zu dieser Zeit schon etwas gewagt, denn Rolf achtete sehr darauf, dass neben seinem „Klassischen Aikido“ kein weiteres zu uns dringen durfte. Dieser Lehrgang war die Geburtsstunde, mich mehr mit dem Bokken und dem Takemusu-Lehrsystem zu beschäftigen. Seitdem wurde Edmund mein zweiter Lehrer neben Eckhard Claaßen.

Das Takemusu-Lehrsystem unterscheidet sich sehr stark von dem beim DAB gewohnten. Die Übungsstunde ist immer je zur Hälfte aufgeteilt in einen Teil mit dem Jo oder Ken (Buki-waza) und den Übungsteil ohne Waffen (Tai-jutsu). Selbst der Neueinsteiger wird sofort mit den Übungswaffen konfrontiert. So werden mit dem Jo und dem Ken die tradierten Suburi und Partnerübungen immer wieder geübt. Der Tai-jutsu-Teil wird bis zum mittleren Dan-Rang hauptsächlich im Kihon (Grundschule der Basistechniken) geübt. Das ist schon eine Herausforderung für jemanden, der im Training gewohnt war, eine Technik sportlich in fließenden Bewegungen durchzuführen. Der Vorteil des Übens im Kihon ist aber, dass nach jedem Bewegungsfortschritt immer wieder die Position zum Partner, Haltung, Wirksamkeit usw. überprüft werden kann. Vernachlässigt wird der Bewegungsfluss. So wirken untere Takemusu-Dan-Grade in ihren Ausführungen häufig etwas roboterhaft. Welches System im Tai-jutsu nun eher zum Erfolg führt, kann ich nicht beantworten.

Das sofortige Üben mit den historischen Waffen führt aber auf jeden Fall dazu, dass ein Schüler des Takemusu-(Iwama)-Lehrsystems sofort bei der Handhabung mit diesen auf der Matte auffällt. Das Führen

der Waffen erfolgt in einer Form, in der sofort von Außenstehenden die Wirksamkeit erkannt wird. Ohne ein langes von einem Meister begleitetes Üben wirkt es dagegen eher wie ein „Gefuchtel“.

## 2. Aikido-Lehrer, bei denen traditionell Bokken zum Training gehören

In einigen Aikido-Stilen ist die Benutzung des Bokken tradiert. Das bedeutet, im Unterricht hat die Handhabung des Schwertes einen hohen Stellenwert. Dies gilt besonders für das von Morihiro Saito (31.03.1928 – 13.05.2002) gelehrte Takemusu-Aikido, das Nishio-Aikido (Shoji Nishio; 05.12.1927 – 15.03.2005) und das Aikido rund um den Cercle Christian Tissier und Toshiro Suga von der Fédération Française d'Aikido et de Budo. Von vielen Lehrgängen kennen wir auch Michel Martin, 7. Dan Aikido und 5. Dan Katana, aus Frankreich. Er unterrichtet neben Aikido auch „Katana“.

MORIHIRO SAITO wurde vom Aikikai der 9. Dan verliehen. Er war bis zum Tod des Begründers 23 Jahre lang sein ständiger Schüler. Durch seinen Beruf war es ihm möglich, am morgendlichen persönlichen Waffentraining Morihei Ueshibas teilzunehmen. Sein größter Verdienst ist es, diese Waffenformen strukturiert und in ein Unterrichtssystem gebracht zu haben. Er sah seine Bestimmung darin, die Aikido-Formen des Begründers so weiterzugeben, wie dieser sie in Iwama gelehrt hatte. Er wurde von O-Sensei als Hüter des Aikido-Schreins in Iwama eingesetzt.

SHOJI NISHIO war neben dem 8. Dan Aikikai auch Inhaber des 8. Dan Iaido, des 7. Dan Karate und 6. Dan Judo. Er verknüpfte seine breite Kampfkunsterfahrung mit dem Aikido. Dabei schuf er Kata-Folgen mit dem Schwert, die den Zusammenhang zwischen Aikido und dem Gebrauch des Schwertes erklären. Nishio nannte dies Aikido Toho Iai.

CHRISTIAN TISSIER (8. Dan Aikikai) trainierte während seines 8-jährigen Aufenthalts in Japan im Aikikai Hombu-Dojo. Daneben studierte er Kenjutsu im Kashima-Shin-Ryu-Stil unter Meister Minoru Inaba sowie Kickboxen. Seine Erfahrungen im

Kenjutsu transponierte er in seinen Aikido-Unterricht und passte die Schwertformen entsprechend an.

TOSHIRO SUGA (7. Dan FFAB und 6. Dan Aikikai) begann 1968 Aikido noch unter Morihei Ueshiba. Es studierte danach bei vielen Lehrern des Aikikai, unter anderem auch bei Morihiro Saito und Mitsugi Saotome. 1971 kam er nach Paris, um dort an der Kunsthochschule zu studieren. Seitdem lernte er unter Nobuyoshi Tamura bis zu dessen Tod 2010. Toshiro Suga nimmt in Deutschland Dan-Prüfungen der FDAV (Freie Deutschen Aikido-Vereinigung) ab. Sein Umgang mit dem Ken ist sehr stark an die Formen Morihiro Saitos angelehnt.

## 3. Was spricht nun dafür, Bokken im Aikido Unterricht einzubinden?

Beim Waffentraining handelt es sich eigentlich nicht um eine zusätzliche Sache neben dem Aikido-Training. Das Training mit Waffen und dem der leeren Hand folgt den gleichen Prinzipien. Die Formen und Bewegungsabläufe sind identisch. Das ist nur natürlich, denn viele Bewegungen im Aikido haben ihren Ursprung in den klassischen Waffenkünsten. Die Angriffe Shomen-uchi, Yokomen-uchi und Tsuki leiten sich von den Hieben und Stößen mit dem Schwert ab. Daraus folgt, dass die Reaktion auf diese Angriffe ebenfalls aus der Anwendung mit dem Schwert kommt. Das Schwert ermöglicht uns, diese Bewegungsabläufe besser zu verstehen.

Die harmonische Distanz, Ma-ai, (間合い) gehört zu den Elementen im Aikido. Das Trainieren mit dem Schwert schärft das Gefühl für Distanz und den „wahren Augenblick“ für die eigene Bewegung.

Unsere körperliche Haltung und Ausrichtung zum Partner wird uns mit der Waffe in der Hand eindeutiger. Damit wird es leichter zu verstehen, wie wir die Angriffslinie verlassen müssen und über eine Irimi-Reaktion in eine neue Linie eintreten bzw. durch einen Tenkan Platz für den angreifenden Partner schaffen.

Teil des Trainings bei den Fortgeschrittenen ist die Verteidigung gegen Waffen.



Wir benötigen dafür zum Üben unbedingt eine korrekte Ausführung der Angriffe.

Aiki-ken unterstützt das Lernen im Aikido, insbesondere in den Bereichen Atmung, Energie, Präsenz, Haltung, Position, Timing, Balance, Zentrierung, Hüft- und Beinarbeit. Dieses lässt sich dann auch im waffenlosen Training gut erkennen.

Das Training Waffe gegen Waffe bzw. Verteidigung gegen eine Waffe lehrt uns, den Uke als Ganzes wahrzunehmen; weg von der Fixierung auf den bindenden, gefährlichen Punkt wie z. B. die Faust oder das Messer. Erst so kann sich Nage mit den Bewegungen des Angreifers harmonisieren und Aiki anwenden.

Durch das Üben der Suburi wird der Körper gekräftigt, besonders Schultern und Arme. Die Beweglichkeit der Hüfte bei einem stabilen Gleichgewicht wird geschult. Die Koordination aller Bewegungsabläufe wird besser.

Ein wichtiger Satz, den ich mehrmals von Toshiro Suga vernahm: „Wenn deine Techniken nicht funktionieren, nimm ein Bokken in die Hände und führe sie damit aus.“ Er meinte dabei, nicht unbedingt wirklich ein Schwert in die Hände zu nehmen. Es reicht häufig auch nur die Vorstellung aus, entsprechende Bewegungen würden mit dieser Waffe durchgeführt. Danach verwundert zunächst, dass auf einmal alles viel leichter erscheint. Die Position zum Partner scheint zu stimmen und auch die Führung und Kontrolle bis zum Abwurf fühlt sich richtig an.

### **3.1 Was lässt uns häufig an den Ausführungen der Techniken scheitern?**

#### **3.1.1 Das Uke-Verhalten**

Häufig scheinen die Techniken mit einigen Partnern gut zu funktionieren und mit anderen läuft es überhaupt nicht. Der erste Gedanke ist dann: „Es klappt nicht, der Partner hat die Schuld.“ Ein geflügelter Satz meines Aikido-Freundes Dieter Tretow ist: „Wenn der Bauer nicht schwimmen kann, hat die Badehose die Schuld.“ Damit meint er natürlich, es funktionierte mal wieder nicht, weil zum Beispiel „falsch“ ange-

griffen wurde. Als erfahrene Aikidoka weisen wir das zunächst zurück. Es gibt keinen falschen Angriff, sondern nur eine falsche Ausführung der Technik.

Ich behaupte aber, dass eine Menge Wahrheit darin liegen kann. Halbherzige Angriffe bringen uns auf dem Weg des Aiki nicht weiter. Dazu kommt unser Lehrsystem beim DAB. Wir hangeln uns sehr stark an den Techniken entlang. Bei den Kyu-Prüfungen werden Techniken zu vorgegebenen Angriffen abgefragt. Da kommt natürlich der nächste Spruch, den ich häufig höre: „Ein guter Uke ist die halbe Miete.“ Wir benötigen aber immer einen „guten Uke“, der uns für eine auszuführende Technik genau die Energie zur Verfügung stellt, die dafür benötigt wird. Andernfalls wird aus der Technik Krampf und wir zwingen den Partner in eine Bewegung hinein, die nicht zu den angebotenen Energien passt.

Nun sind viele aber nicht zum Karate, zum Boxen oder zu sonstigen schlagenden Kampfkünsten gegangen, sondern ausgerechnet zum Aikido. Der Grund liegt vielleicht darin, dass wir es nicht so mit dem Angreifen haben. Hemmungen, jemandem weh zu tun, lassen uns im Schlag innehalten. Der Energiefluss ist unterbrochen. Auch fällt häufig auf, dass nach einem Schlag der Angreifer wie ein Denkmal da steht und nur noch auf die Ausführung der Technik wartet. In seinen Augen ist sein Teil der Arbeit abgeschlossen und nun ist der Verteidiger dran. Auch dieses Verhalten führt dazu, dass damit der Fluss seiner Angriffsenergie zum Stillstand kommt.

Ein wichtiger Punkt im Verhalten von Uke liegt darin, dass er auch auf seine eigene Sicherheit im gesamten Verlauf des Annehmens der Technik bedacht ist. Er darf sich im Verlauf der Bewegungen keine Blöße geben. Das heißt, gefährdete Teile seines Körpers nicht für einen Gegenangriff wie einen Schlag zu präsentieren oder gar Nage den Rücken zuzuwenden. In so einem Fall braucht Nage kein Aikido mehr. Ein Schlag ins Gesicht bzw. zum Kehlkopf oder ein Tritt in die Kniekehle beenden den Angriff viel effektiver.

So etwas würden wir natürlich als Aikidoka nicht in Erwägung ziehen. Es ist aber eine Möglichkeit, mit der ein Angreifer rechnen und sich entsprechend einstellen sollte. Ein stetiger Energiefluss bleibt nur erhalten, wenn sich Uke stets wieder zu Nage ausrichtet und versucht, wieder das Zentrum des Verteidigers zu übernehmen. Nur so ist ein gutes, unverkrampftes Üben (Fühlen und Reagieren) miteinander möglich.

Was kann uns also zu einem korrekten Uke-Verhalten verhelfen?

Die stetigen Suburi bringen uns auf jeden Fall dazu, effektiv mit vollem Körpereinsatz zuzuschlagen. Es kann ohne Angst vor einem versehentlichen Treffer geübt werden, denn es geht nur um die korrekte Ausführung der Schnitte. Das unbeschwertere Schneiden in Richtung Partner ergibt sich bei den vielen Kata-Übungen der Awase-Formen Ken tai Ken.

### 3.1.2 Verschmelzen des eigenen Ki mit dem des Partners (Ki-musubi)

Die Awase-Formen Ken tai Ken, also die Partnerübungen, trainieren das stetige Ausrichten zum Zentrum des Partners und die Übernahme der Führung über das Zentrum des Gegenübers.

Bei vielen Anfängern beobachte ich, dass bei Ausweichbewegungen viel zu weit seitlich ausgewichen wird. Das Schwert ist aber wie ein Zeiger, welcher uns hilft, uns auf das Zentrum des Partners auszurichten. Bei einem Schnitt oder Stich wird es Richtung Partner geführt oder nach dem Parieren weist es in Zentrumsrichtung und kontrolliert damit den Partner.

Jeder sollte einmal probieren, ein von Uke gehaltenes ausgestrecktes Schwert

mit einer Hand von Nage am Griff zu kontrollieren. Dies funktioniert nur, wenn Nage Kontakt auf das Zentrum von Uke hat und damit die volle Kontrolle darüber gewinnt. Weicht Nage auch nur eine Spur von dieser Richtung ab, hat Uke die Möglichkeit, unbehelligt zu reagieren und mit dem Schwert zu schneiden.

### 3.1.3 Harmonisierung mit dem Partner (Synchronisieren mit der Angriffsbewegung)

Würden Aikidoka auf einen geübten Faustkämpfer treffen, hätte ein großer Teil von ihnen keine Chance. Wir sind im „richtigen“, realen Kämpfen nicht geübt. Ruck zuck würden ihnen mehrere Schläge verpasst werden, ehe überhaupt an eine Reaktion zu denken wäre.

Aikido kommt ohne Offensivtechniken aus, die eventuell präventiv in so einem Fall zur „Beruhigung“ angewendet werden könnten.

Ein Aikidoka kann also nur reagieren. Ungeübt kommt die Reaktion aber zum falschen Zeitpunkt. Meistens wird zu spät reagiert und der Schlag erreicht sein Ziel. Erfolgt die Reaktion zu früh, ist das auch nicht gut, denn das Resultat wird durch eine folgende Korrektur des Angriffes dasselbe sein.

Harmonisieren bzw. Synchronisieren mit einem Angriff bedeutet Gleichzeitigkeit in den Bewegungen. Das ist viel schwerer, als es mal eben gesagt und vielleicht auch vom Kopf her verstanden wird. Dazu ist ein sehr hohes Maß an taktilem Wahrnehmung und Sensibilität für Bewegung und an einer automatisierten Reaktion notwendig.

Im normalen Unterricht wird so etwas aber nicht geübt. Wir sind keine Kampfsportler, die sich auf Wettkämpfen messen. Ein Judoka oder Boxer misst seine Fertigkeiten im Kampf im Bereich der festgelegten Regeln bei jedem Training. Bei Wettkämpfen steht er vor einer ähnlichen



Stresssituation wie vor einem Kampf auf der Straße. Er muss erwarten, heftig eins auf die Mütze zu erhalten. Die Kampfsportler sind es deshalb gewohnt, voll unter Adrenalin zu kämpfen und natürliche Fluchtreaktionen beiseite zu schieben.

Unser Training hingegen handelt sich meistens an vorgegebenen Kata entlang. Es wird ein Angriff vorgegeben und die entsprechende Verteidigung dazu. Der Angriff erfolgt dann meistens auch eher moderat (natürlich, denn wir wollen die Technik ja üben). Nun sind unsere Angriffe nicht unbedingt mit dem zu vergleichen, was uns in einer prekären Situation auf der Straße erwartet. Auch dass Adrenalin dabei ausgeschüttet wird, kennen wir höchstens bei einer Prüfungssituation.

Es ist noch gar nicht so lange her, da hätte ich beinahe Aikido benötigt. Ich war mit meinem Fahrrad unterwegs und schon beinahe zu Hause. Im nahe gelegenen Park fuhr ich an einem Mann vorbei, welcher seine zwei Kampfhunde ausführte. Weil er mit seinen Hunden auf dem Weg viel Raum einnahm, fuhr ich ziemlich nah an ihm vorbei. Ich hatte für mein Dafürhalten ausreichend Platz. Der Hundehalter empfand das aber ganz anders und pöbelte mich sofort an.

Ich war wohl nicht besonders gut drauf. Außerdem war mir in diesem Moment mein fortgeschrittenes Alter nicht recht bewusst, denn ich pöbelte zurück. Mein Gegenüber band seine Hunde an einem Baum fest (was für ein Glück für mich) und wollte mich tatsächlich vermöbeln. Meine Reaktion war noch ruhig. Ich stand nur im rechten Kamae und harrte der Dinge. Er verhöhnte mich, mein Karate werde mir nichts nützen, ich hätte gleich einen in der Fresse, und fuchtelte mit schnellen Fauststößen vor mir rum. Zum Ende hin wurde ich doch nicht verprügelt. Ich dachte nur: Irimi ist hier nicht angebracht, Alfred, wähle lieber Tenkan. Ich beruhigte ihn also mit Worten und es verlief glücklicherweise glimpflich. Nach der ausgestandenen Situation zitterte ich aber durch das Adrenalin am ganzen Körper. Ich vermute mal, ich hätte unter diesen Umständen bei einem tatsächlichen Angriff

nicht schnell genug im richtigen Tempo reagiert.

Was uns aber vielleicht helfen kann, in so einer Situation zu bestehen, sind die stetigen Partnerübungen mit Waffen. Auch hier kommt es auf eine gleichzeitige Ausführung aller Bewegungen an. Außerdem ist es für unser Empfinden etwas ganz anderes, ob sich eine Hand nähert oder viel gefährlicher ein Ende Holz. Die Gewöhnung an einen gefährlichen Gegenstand beim Angriff hilft uns, den ganzen Raum um den Angreifer wahrzunehmen und uns nicht nur auf den einen Punkt, z. B. ein Messer, zu fokussieren. Damit sollte die unmittelbare Reaktion auf einen Angriff später leichter fallen.

### **3.1.4 Das Optimum ist, wenn der Partner „sich selbst wirft“**

Mein Verständnis von Aikido ist: Es muss auch funktionieren, wenn ein schwacher leichter Mensch mit kleinen Händen mit einem großen Kräftigen trainiert, der Hände und Handgelenke eines Arbeiters hat. Anders herum ist es meistens kein Problem. Der zarte Arm oder die Hand wird verhebelt und es gibt danach kein Entkommen. Klar das funktioniert so. Bei genügend Übung auch bei einem ähnlich starken Partner. Wenn ordentlich Kraft eingesetzt wird, tut es dem Angreifer auch gehörig weh und er ist vom Anfang bis zum Ende unter Kontrolle.

Das hat dann eine sehr große Ähnlichkeit mit einer Aikido-Technik. Dies ist aber in meinen Augen kein Aikido. Es sieht nur aus wie eine Aikido-Technik. Eigentlich hat sich der Ausführende für diese Technik entschieden und zwingt nun Uke, also den Technik-Empfänger, in diese hinein. Es ist kein Hineinspüren in die Energien von Uke und kein Reagieren darauf. Der Partner wird tatsächlich gebrochen. Wird Aikido in dieser Form gelehrt, werden sich die Schüler nie von den Techniken lösen und damit frei entsprechend dem Aiki agieren lernen.

Die Stärke von O-Sensei ist legendär. Ich habe das Bild vor Augen, wo Ueshiba seitlich ein Bokken ausstreckt, den zwei

Aikidoka nicht bewegen können, obwohl sie sich quer dazu dagegen stemmen. Mit weiter fortschreitendem Alter und damit schwindender Kraft veränderte sich sein Aikido und wurde damit weicher.

Ich persönlich hätte es auch gerne „weicher“!

Dr. Dirk Müller, ein großartiger Aikido-Lehrer in Hamburg, begleitete seine Ausführungen häufig mit den Worten: „Der Angreifer darf gar nicht spüren, dass er in eine für ihn ausweglose Position hineingeführt wird. Das geschieht am leichtesten, wenn er sich auf Grund seiner Angriffsenergien selbst in diese Position bringt und Nage ihn nur bis dahin begleitet. Dies sollte dann mit gerade so viel Aufwand und Eigenenergie ausgeführt werden wie nur notwendig. Die Reaktion auf Zwang für eine von Nage gewollte Richtung führt bei Uke als Schutzreflex nur zu einer anspringenden, sich verhärtenden Muskulatur. Danach hilft nur noch Kraft zur Fortführung der Bewegung. Damit wird die verteidigende Technik aber zu einem Angriff.“

Auch hier hätte ich einen netten Spruch meines Aikido-Freundes Werner Lättig: „Ein Pferd springt nicht höher, als es muss.“ Also nicht mehr tun, als gerade nötig. Sonst kehrt sich meine Verteidigung zu einem Angriff um, weil ich selber Energie zur Verfügung stelle. Abwarten, wie sich der Partner weiter bewegt, und dann genau das Richtige tun, was dieser Bewegung entsprechend ist. Damit lösen wir uns von den Techniken und kommen zum Aiki.

Wie kann uns aber nun das Schwert dabei helfen?

Ein Hinweis für eine im Vorhinein festgelegte Technik ist der viel zu frühe Griff zum Handgelenk. Der Gedanke, so schnell wie möglich die Kontrolle über den Angreifer zu übernehmen, bringt Aikidoka häufig dazu. Sie vergessen dabei aber, dass sie durch den Griff ihre

Muskulatur anspannen müssen, dadurch mindestens im Arm fest werden und ihre Durchlässigkeit verlieren. Außerdem berauben sie sich damit vieler unterschiedlicher Bewegungsmöglichkeiten. Bei den Partnerformen mit dem Schwert kann nicht gegriffen werden. Die Führung entsteht nur über beide Klingen.

Dieses Thema ist für mich eines der wichtigsten auf meinem Weg des Aikido. Ich werde es deshalb im nächsten Kapitel anhand eines Beispiels näher erläutern.

### 3.1.5 Einsatz der Hüfte

Schnell merkt jeder Übende (Ausnahmen sind Menschen vom Typ des jungen Arnold Schwarzenegger), dass eine Übertragung über die Hüfte mit dem ganzen Körper am wirksamsten ist. An der Umsetzung mangelt es aber. Es wird häufig viel zu früh gegriffen und dann mit all dem, was die Armmuskeln hergeben, der Übungspartner bewegt. Das Resultat ist eine feste Körperstruktur, da viele Muskeln angespannt werden. Dies ist aber „Kraft-Aikido“ und nur für Personen geeignet, welche Aikido aufgrund ihrer Statur gar nicht benötigen.

Wenn man diesem Prinzip also folgen möchte, wird der Partner nur auf Grund einer Körperrotation geführt. Dabei bildet der gesamte Oberkörper eine Einheit mit beiden Armen vor dem eigenen Zentrum. Die Armhaltung sollte dabei so sein, als wenn in beiden Händen ein Schwert gehalten wird. Ich möchte dies an dem Beispiel Angriff Yokomen-uchi mit einer Rückführung der Energie in den Ude-osae (Ikkyo) erläutern.



Das Bilderpaar 1 der Folge zeigt den Moment nach dem ersten Kontakt. Die Bilder auf der linken Seite sollen nur verdeutlichen, dass meine Bewegungen ähnlich sind, wie wenn ein Schwert geführt wird.



Im Bilderpaar 2 sind die Verbindungen mit dem Zentrum und das gleichzeitige begleitende Führen gut zu erkennen.



Der Partner wird am eigenen Zentrum vorbeigeführt. Die Hüfte ist eingedreht und beide Hände sind locker vor dem Körper.



In der Bildfolge 4 erkennt man die Umkehrung der Führungsrichtung. Es wird immer noch nicht gegriffen. In den Armen ist nur eine Grundspannung, welche ausreicht, den Partner in seinen Bewegungen zu begleiten.

*(Fortsetzung folgt)*

道



## Workshop des DAB-Jugendvorstandes für Jugendtrainerinnen und -trainer auf Bundesebene am 9./10. März 2019 in Kissing

**Ausrichter:** Jugendvorstand des Deutschen Aikido-Bundes e. V.

**Lehrgangsleiterin:** Fiona Lüdecke; E-Mail: jugend@aikido-bund.de

**Lehrteam:** Lilo Schümann, Nina David, Fiona Lüdecke, Paul Wawrzyniak, Andreas Kalbitz und Werner Ackermann

**Lehrgangsort:** Kissinger Sport-Club e. V., Bürgermeister-Wohlmuth-Str. 2, 86438 Kissing

**Teilnahmeberechtigt:** alle Jugendtrainerinnen und Jugendtrainer des DAB ohne Alters- und Gürtelbeschränkung; Jugendtrainerinnen und Jugendtrainer anderer Verbände sind herzlich willkommen.

**Teilnahmebeitrag:** 20 €

**Lehrstoff:** In erster Linie soll es um die Vernetzung der Jugendtrainerinnen und -trainer und um den Erfahrungs- und Ideenaustausch gehen. Hierzu können von den Teilnehmenden Themenvorschläge bzw. -wünsche spätestens mit der Anmeldung eingereicht werden. Die Referenten werden daneben Einheiten zu Themen wie „Kinder stark machen“, „Uke-Verhalten vermitteln“, „Mobbing“ und „Rechte und Pflichten als TrainerIn“ vorbereiten. Einige Einheiten werden für die Verlängerung der Trainer-C-Lizenz anerkannt.

**Unterbringung:** Übernachtet wird in der Halle im selbst mitzubringenden Schlafsack.

**Mitzubringen:** Aikidoanzug, Schreibzeug, Schlafsack etc.

**Meldung:** bis spätestens zum **17. Februar 2019** schriftlich über euren Verein/eure Abteilung per E-Mail bei der Lehrgangsleiterin unter Angabe von Name, Vorname, Verein, eventuellen Besonderheiten beim Essen, Anreisetag und Themenwünschen

**Zeitplan:**

**Samstag, 09.03.2019:** Beginn ab 8 Uhr mit gemeinsamem Frühstück und Kennenlernen

**Sonntag, 10.03.2019:** Ende gegen 13 Uhr

Es besteht die **Möglichkeit, bereits am Freitag ab 18 Uhr anzureisen** und an einem gemeinsamen Abendessen teilzunehmen. Außerdem kann von 19 – 20.30 Uhr beim Kissinger SC mittrainiert werden. Bitte bei Interesse bei der Anmeldung mit angeben.

Der Jugendvorstand freut sich, mit euch gemeinsam die Jugendarbeit zu stärken und zu bereichern. Anregungen sind ausdrücklich erwünscht!

Der Workshop wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP) gefördert.



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

*Fiona Lüdecke,  
Bundesreferentin Jugend des DAB und Lehrgangsleiterin*

## Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 9./10. März 2019 in Frankfurt/M.

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e. V.

**Ausrichter:** Aikido Flughafen Frankfurt/Main e. V.

**Lehrer:** Martin Glutsch, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Udo Dittrich, Neesbacher Str. 8, 65597 Hünfelden;  
E-Mail: u.dittrich@fraport.de oder udoditt@aol.com

**Lehrgangsort:** Flughafen Frankfurt, Am Airportring, Tor 26

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu Aikido mit gültigem Aikido-Pass.  
Gäste anderer Verbände ab 1. Kyu Aikido sind herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Schwerpunkt: Hanmi-hantachi, Kokyu-nage, Ude-kime-nage; Rest nach Maßgabe des Lehrers

Es werden insgesamt **2 TE** der Gruppe A gemäß Ziffer 7.2 VOD-DAB vermittelt.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 09.03.2019:** 15.30 – 18.00 Uhr Aikido-Training. Anschließend gemütliches Beisammensein. Lokalität wird noch bekannt gegeben.

**Sonntag, den 10.03.2019:** 10 – 12.30 Uhr Aikido-Training, anschließend kleiner Imbiss danach Verabschiedung und Abreise

**Lehrgangsgebühr:** Es wird eine Lehrgangsgebühr in Höhe von 10 € erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, ggf. eine Unterkunftsreservierung selbst vorzunehmen. Das Übernachten in der Halle ist nicht mehr möglich.

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

Die Meldung muss bis spätestens **22. Februar 2019** erfolgt sein.

Wir wünschen allen, die am Lehrgang teilnehmen, eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

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

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Udo Dittrich,  
Lehrgangsleiter*

## Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 6./7. April 2019 in Jagstheim

**Veranstalter:** Deutscher Aikido-Bund e.V.

**Ausrichter:** VfB Jagstheim 1946 e.V.

**Lehrer:** Martin Glutsch, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Manfred Meiser, Jagstheimer Hauptstraße 137, 74564 Crailsheim;  
E-Mail: manne-meiser@t-online.de

**Anmeldeadresse:** Ursula Machauer; E-Mail: ursula.machauer@gmail.com

**Lehrgangsort:** Jagstauenhalle, Jagstheimer Hauptstr. 159, 74564 Crailsheim

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu Aikido mit gültigem Aikido-Pass.  
Gäste anderer Verbände ab 1. Kyu Aikido sind herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Schwerpunkt Tenchi-Nage, Juji-Garami, Schwerttechniken; Rest nach Maßgabe des Lehrers

Es werden insgesamt **2 TE** der Gruppe A gemäß Ziffer 7.2 VOD-DAB vermittelt.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 06.04.2019:** 15.30 – 18 Uhr Aikido-Training

**Sonntag, den 07.04.2019:** 9.30 – 12 Uhr Aikido-Training, danach Verabschiedung und Abreise

**Lehrgangsgebühr:** Es wird eine Lehrgangsgebühr in Höhe von 10 € erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, ggf. eine Unterkunftsreservierung selbst vorzunehmen. Auf Wunsch wird ein Hotelverzeichnis übersandt.

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung (möglichst per E-Mail) bis zum **17. März 2019** über den zuständigen Verein/Abteilung bei der **Anmeldeadresse** (Ursula Machauer s.o.) unter Angabe von Name, Vorname, Aikido-Grad und ggf. Wunsch zur Teilnahme am Abendessen sowie schriftlicher Bestätigung möglich.

Wir wünschen allen, die am Lehrgang teilnehmen, eine gute Anreise sowie viel Spaß und Erfolg beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Manfred Meiser,  
Lehrgangsleiter*

---

## Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 4./5. Mai 2019 in Erfurt

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Thüringen e.V. / Universitätssportverein Erfurt e.V.

---

**Lehrer:** Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Thomas Kämmler, Löwengasse 4, 99084 Erfurt;  
Tel.: 0173 / 3257523, E-Mail: aikido@usv-erfurt.de

**Lehrgangsort:** Große Sporthalle der Universität Erfurt, Nordhäuser Str. 63, 99089 Erfurt;  
(Adresse fürs Navi: An der Parkharfe)

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

**Lehrstoff:** Ude-kime-osae, Stabtechniken, Rest nach Maßgabe des Lehrers

**Zeitplan:**

**Samstag, den 04.05.2019:** bis 15 Uhr Anreise, 15.30 bis 18 Uhr Aikido-Training. Anschließend gemeinsames Abendessen und gemütliches Beisammensein. Teilnahme bitte bei der Anmeldung angeben.

**Sonntag, den 05.05.2019:** 9.30 bis 12.00 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Abreise

Es werden insgesamt **2** Trainingseinheiten der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

**Lehrgangsgebühr:** Es wird eine Lehrgangsgebühr von 10 Euro erhoben.

**Unterkunft:** Es wird gebeten, die Reservierung der Unterkunft selbst vorzunehmen.

(Hotelliste: <https://erfurt-touristinformation.de/cms/erfurt-uebernachtung-hotel-pension-ferienwohnung/uebernachtung-erfurt.html>)

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung (möglichst per E-Mail) beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben) über den zuständigen Verein möglich. Für die Organisation werden folgende Angaben benötigt: Name, Vorname, Aikido-Grad, Telefon, möglichst E-Mail-Adresse, Teilnahme am Abendessen (Samstag)

**Meldeschluss:** Die Anmeldung wird bis spätestens **13. April 2019** erbeten. Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik)*

*Thomas Kämmler,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 14. – 16. Juni 2019 in Ruit**

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

**Ausrichter:** Aikido-Verband Baden-Württemberg e. V. (AVBW)

**Lehrer:** verschiedene Referenten des AVBW und andere

**Lehrgangsgleiter:** Arno Zimmermann, Gustav-Mahler-Str. 16, 70195 Stuttgart;

Tel.: 0711 / 88819585, E-Mail: lehrwesen@aikido-avbw.de

**Lehrgangsort:** Landessportschule Ruit, Kirchheimer Str. 125, 73760 Ostfildern;

Tel.: 0711 / 3484-0, [www.landessportschule-ruit.de](http://www.landessportschule-ruit.de)

**Teilnahmeberechtigt:** Inhaber der Trainer-C-Fachlizenz Aikido des DAB (mit Vorrang für Inhaber, deren Lizenz 2019 ausläuft). Für eine Lizenz-Verlängerung sind noch die weiteren Voraussetzungen der OTC-DAB (Abschnitt 4.4.2) zu erfüllen. Gäste anderer Verbände sind herzlich willkommen.

**Lehrstoff:** Vertiefung und Erweiterung von Themenbereichen gemäß OTC-DAB etc.

### **Zeitplan:**

**Freitag, den 14.06.2019:** bis 17 Uhr Anreise, anschließend Erledigung der Formalitäten, 17.45 Uhr Abendessen, 19.30 – 21 Uhr Unterricht. Der weitere Zeitplan wird bei Lehrgangsbeginn verteilt.

**Samstag, den 15.06.2019:** Unterricht in Theorie und Praxis

**Sonntag, den 16.06.2019:** Unterricht in Theorie, Abreise nach dem Mittagessen

**Leistungen:** Der DAB übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsgleiter und die Organisation des Lehrganges.

**Lehrgangsgebühr:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Unterrichtsmaterialien werden zum Selbstkostenpreis abgegeben.

**Unterkunft:** Die Teilnehmer werden in der Sportschule untergebracht und gepflegt. Die Kosten hierfür sind auf das Konto **Aikido-Verband BW, IBAN: DE24 6325 0030 0046 0361 17** zu überweisen (auf der Überweisung bitte den Namen eintragen) und betragen 130 €/Person im 2-Bett-Zimmer. Bitte Einzelzimmer selber in der Sportschule anmelden und bei der Anmeldung bei der Rezeption bezahlen (15 €/Nacht).

**Meldungen:** Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung (schriftlich oder per E-Mail) über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsgleiter (Anschrift siehe oben) und schriftlicher Bestätigung möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikido-Grad, Lizenznummer, Gültigkeitsdauer der Lizenz

**Meldeschluss:** Die Anmeldung und Überweisung der Kosten werden bis spätestens zum **4. Mai 2019** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist auf 24 begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am Trainerlehrgang teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird um sofortige Mitteilung an den Lehrgangsgleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Wir wünschen allen Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine gute Anreise sowie viel Erfolg und Freude beim Lehrgang.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräs. Technik*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesref. Lehrwesen*

*Arno Zimmermann,  
Lehrgangsgleiter*



## **Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang I ab 1. Kyu vom 6. – 13. Juli 2019 im LZ Herzogenhorn (Lehrgang für Kyu- und Dan-Grade mit Dan-Prüfung)**

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

**Lehrer:** Martin Glutsch, 7. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Martin Glutsch, Finkenweg 8, 71032 Böblingen;  
Tel.: 07031 / 266547, E-Mail: maglu.aikido@web.de

**Lehrgangsort:** Sportschule des Trägervereins Olympiastützpunkt Freiburg-Schwarzwald e. V. (Leistungszentrum Herzogenhorn) in 79868 Feldberg; Dr. Fredy-Stober-Straße 7, Tel. 07676 / 222, Fax 07676 / 255; herrliche Lage, Turnhalle mit 250 qm Mattenfläche, Hallenbad, Sauna und Nebenanlagen ([www.herzogenhorn.info](http://www.herzogenhorn.info))

**Teilnahmeberechtigt:** alle Aikidoka des DAB ab 1. Kyu

**Lehrstoff:** täglich 4 Zeitstunden in Anlehnung an die Prüfungsordnung des DAB für Kyu- und Dan-Grade mit Varianten nach Maßgabe des Lehrers

Es werden insgesamt 11 Trainingseinheiten der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

**Zeitplan:**

**Samstag, den 06.07.2019:** Anreise bis 17 Uhr, danach Zimmerverteilung, Begrüßung und Erledigung der Formalitäten im Lehrsaal

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

**Mittwoch, den 10.07.2019:** Dan-Prüfung am Nachmittag/Abend für Teilnehmer des Lehrgangs

**Samstag, den 13.07.2019:** Abreise nach dem Frühstück mit Lunchpaket bzw. nach dem Mittagessen

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung sowie reichhaltige Verpflegung (7 Tage Vollpension) etc. betragen:

3-Bett Zimmer DU/WC	371,-- Euro/Person
2-Bett Zimmer DU/WC	406,-- Euro/Person

Vorgenannte Kosten sind bei Lehrgangsbeginn vor Ort in bar zu entrichten.

**Meldungen:** Per E-Mail an den Lehrgangsleiter über den zuständigen Verein. Mit der Anmeldung sind anzugeben: Name, Vorname, Grad, Geburtsdatum und E-Mail-Adresse. Die Erhebung der E-Mail-Adresse erfolgt im Hinblick auf sinnvolle Kommunikation und die Möglichkeit zur Bildung von Fahrgemeinschaften.

**Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!**

Eine Bestätigung zur Teilnahme erfolgt zeitnah nach Meldeschluss an die Teilnehmer/-innen. Die Zuteilung der Zimmer erfolgt bei Lehrgangsbeginn. Ein Anspruch auf eine bestimmte (angeforderte) Zimmerkategorie besteht nicht.

**Meldeschluss:** Die Anmeldungen werden bis spätestens **31. Mai 2019** erbeten. Jeder Mitgliedsverein des DAB erhält zunächst einen Platz. Die weiteren Plätze werden ggf. auf Grundlage der letzten Stärkemeldung der Vereine an den DAB vergeben.

Bei Verhinderung ist eine rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der frei werdende Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden. Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen.

Eine Teilnahme an der vorgesehenen Dan-Prüfung ist nur mit Bestätigung durch den Bundesreferenten Prüfungswesen des DAB (BPA) möglich; die geforderten Unterlagen sind zeitgerecht bei ihm einzureichen.

Wir wünschen den Teilnehmenden am Lehrgang viel Freude und den Teilnehmenden an der Dan-Prüfung viel Erfolg.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Martin Glutsch,  
Lehrgangsleiter*

---

## **Einladung zum Bundes-Wochenlehrgang II vom 13. – 20. Juli 2019 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald**

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

**Lehrer:** Alfred Heymann, 8. Dan Aikido, Bundestrainer

**Lehrgangsleiter:** Alfred Heymann, Erbhaistr. 9, 37441 Bad Sachsa;  
Tel./Fax: 05523 / 303737, E-Mail: aeheyman@aol.com

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

**Teilnahmeberechtigt:** alle Angehörigen des DAB ab 1. Kyu und nach Maßgabe freier Plätze. Der gültige DAB-Pass bzw. -Lehrgangspass ist bei Lehrgangsbeginn vorzulegen. Gäste aus anderen Verbänden mit entsprechender Graduierung sind willkommen.

**Lehrstoff:** Täglich soweit möglich 3 Unterrichtseinheiten gemäß Prüfungsordnung für Dan-Grade des DAB (POD-DAB) und nach Maßgabe der angestrebten Prüfungen. Die restliche Zeit steht zur freien Verfügung der Teilnehmer.

### **Zeitplan:**

**Samstag, den 13.07.2019:** Anreise bis 16 Uhr, anschließend Begrüßung, Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten

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

**Samstag, den 20.07.2019:** Abreise auf Wunsch nach dem Frühstück (Lunchpaket) bzw. nach dem Mittagessen

**Kosten:** Eine Lehrgangsgebühr wird nicht erhoben. Die Kosten für Unterbringung und 7 Tage Vollpension betragen:

3 Bett-Zimmer DU/WC	371,-- Euro / Person
2 Bett-Zimmer DU/WC	406,-- 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 **13. Mai 2019** 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 Dan-Grade des DAB (VOD-DAB) vorgeschriebenen Unterlagen fristgerecht beim BPA einreichen.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Alfred Heymann,  
Lehrgangsleiter*

SCHNELL – FLEXIBEL – KOMPETENT.

IHR STARKER  
PARTNER IN SACHEN  
**AIKIDO**

Besuchen Sie uns auf  
phoenix-budoshop.de

**PHOENIX**  
BUDOSPORT

PHOENIX Budo Sport GmbH & Co KG  
Westkirchener Str. 90, 59320 Ennigerloh  
Fon 0 25 24 / 267 92 80  
info@phoenix-budo.de  
www.phoenix-budo.de

# SAMURAI CAMP

*der Jugend des Deutschen Aikido-Bundes e. V.  
vom 15. – 20. Juli 2019*

**Ausrichter:** Aikido-Verband Schleswig-Holstein e. V.

**Ort:** Jugendgruppencamp der Jugendherberge Scharbeutz,  
Strandallee 98, 23683 Scharbeutz

**Organisatorin:** Lilo Schümann, Jugendleiterin AVSH;  
Stormarnring 17, 24576 Bad Bramstedt, E-Mail: jl@aikido-sh.de, Tel.: 04192 / 9249

**Lehrteam:** Lilo Schümann, 3. Dan; Detlef Kirchhof, 2. Dan;  
sowie weitere Referenten/-innen

**Betreuer:** Erfahrene Betreuer/-innen sind rund um die Uhr für euch da.

**Wer darf mitmachen:** alle Aikidoka von 9 bis 17 Jahren, ältere Teamer-Assistenten/-innen nach Absprache mit der Organisatorin. Die Teilnehmerzahl ist auf 80 Kinder/Jugendliche beschränkt.

**Was erwartet euch:** Aikido in Theorie und Praxis, Wandeln auf den Spuren der Samurai; Philosophie des Aikido: Leben mit sich selbst und der Natur im Einklang; Aiki-Jo, Aiki-Ken, Systema, Jiu-Jutsu, Yoga, Kalligraphie, kreative Angebote; Workshops „Stressbewältigung“, „Werte des Budo“, „Werte und Besonderheiten des Aikido“, „Schutz der Natur“; Baden in der Ostsee, Beach-Volleyball, Besuch des Hansaparks, Grillen, Bergfest, Lager-Olympiade, Slacklining, Knotenkunde, Schachspiel, Zelt- und Lagerleben und alles, was dazu gehört, neue Freunde finden und bekannte wieder treffen.

**Unterbringung:** Ihr werdet in 10-Personen-Zelten untergebracht.

**Teilnehmerbeitrag:** 137 € für Verpflegung, Zeltunterkunft und Programm

## **Was ist zur Anmeldung zu tun?**

1. Teilt euren Teilnahmewunsch eurem Verein mit – dieser meldet alle Teilnehmer/-innen per Anmeldeformular bis zum **10. März 2019** an Lilo Schümann. Aus versicherungstechnischen Gründen können nur Meldungen über den Verein oder die Abteilung des Vereins entgegengenommen werden!
2. **Überweisung** des Teilnehmerbetrages bis zum 10. März 2019 auf das Konto der Jugend des AVSH, IBAN DE63 2006 9130 0010 1441 50, BIC: GENODEF1BBR, Verwendungszweck: SC19 + *Name des Kindes* + Verein. Bei nicht fristgerechtem Eingang der Teilnahmegebühren kann der Teilnehmerplatz anderweitig vergeben werden.

3. Die Eltern werden gebeten, die **Elternerklärung** auszufüllen und bis zum 10. März 2019 per E-Mail (jl@aikido-sh.de) oder per Post an Lilo Schümann zu senden. Besonderheiten der Kinder (ADHS, Medikamente etc.) sind unbedingt anzugeben.

**Organisatorische Details:** Alle relevanten Formblätter (inklusive Elternerklärung) sowie den Packzettel, Empfehlungen und frühere Berichte mit Fotos findet ihr unter [www.aikido-sh.de](http://www.aikido-sh.de) oder [www.aikido-jugend.de](http://www.aikido-jugend.de).

**Achtung!** Um den Verwaltungsaufwand zu minimieren, erfolgt nur dann eine Benachrichtigung, wenn eine Teilnahme **nicht** möglich sein sollte. In diesem Fall erfolgt spätestens bis 14.04.2019 eine Absage. Eingegangene Geldbeträge werden im Falle einer Absage sofort zurücküberwiesen! Wir bitten um Verständnis für diese Vorgehensweise.

**Anreise:** müsst ihr selbst organisieren. Bitte sprecht die Jugendleiter/-innen eurer Vereine/Verbände an, damit sie euch bei der Bildung von Fahrgemeinschaften helfen. Scharbeutz ist mit der Bahn sehr gut zu erreichen. Einzelheiten findet ihr unter: [www.jugendherberge.de/de-de/jugendherbergen/scharbeutz-strandallee672/anreise](http://www.jugendherberge.de/de-de/jugendherbergen/scharbeutz-strandallee672/anreise)

**Beginn:** Montag, 15.07.2019, um 11.45 Uhr – mit dem Mittagessen!

**Ende des Lehrgangs:** Samstag, 20.07.2019, um 9.30 Uhr

Wir freuen uns bereits jetzt auf einen erlebnisreichen Lehrgang mit euch in Schleswig-Holstein an der Ostsee!

Das Samurai-Camp wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP) gefördert.



*Fiona Lüdecke,  
Bundesreferentin Jugend des DAB*

*Lilo Schümann,  
Jugendleiterin des AVSH und Lehrgangsleiterin*

---

## Deutscher Aikido-Bund e. V.

### Lehrgangsplan 2019 (Ergänzung)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
14. – 16.06.2019	Trainer-C-Fortbildung	AVBW, WLSB / Ruit	Arno Zimmermann u. a.

*Dr. Barbara Oettinger,  
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,  
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Dr. Dirk Bender,  
Bundesreferent Lehrwesen*

---



# Aikido-Verband-Baden-Württemberg e. V.

Lehrgangsplan 2019

(Stand: 11/2018)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
12.01.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Martin Glutsch, 7. Dan
13.01.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
26.01.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
09.02.2019	Landeslehrgang	JC Bietigheim	Martin Glutsch, 7. Dan
16.02.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Dr. Th. Oettinger, 7. Dan
17.02.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Th. Oettinger, 7. Dan
23.02.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
16.03.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Karl Köppel, 8. Dan
17.03.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Karl Köppel, 8. Dan
23.03.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
23.03.2019	Landeslehrgang	Reutlingen	Joe Eppler, 6. Dan
13.04.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Thomas Prim, 6. Dan
14.04.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Thomas Prim, 6. Dan
18.05.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Martin Glutsch, 7. Dan
19.05.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
25.05.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
29.06.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
06/2019	Landeslehrgang	Bruchsal	Karl Köppel, 8. Dan
20.07.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
28.07. – 04.08.2019	Landes-Wochenlehrgang ab 5. Kyu Aikido	LZ Herzogenhorn	Martin Glutsch, 7. Dan
07.09.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Thomas Prim, 6. Dan
08.09.2018	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Thomas Prim, 6. Dan
28.09.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan

19.10.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Joe Eppler, 6. Dan
20.10.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Joe Eppler, 6. Dan
02.11.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
16.11.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Dr. Th. Oettinger, 7. Dan
17.11.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Th. Oettinger, 7. Dan
07.12.2019	BB-Lehrgangstag	Dojo im AEG Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan
14.12.2019	Landestraining ab 5. Kyu Aikido Zentraltraining ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Martin Glutsch, 7. Dan Dr. Barbara Oettinger, 6. Dan
15.12.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu Aikido	Murkenbach-Dojo Böblingen	Dr. Barbara Oettinger, 6. Dan
29. – 31.12.2018	Landeslehrgang	1. Bruchsaler Budoclub	N.N.

### Anmerkungen:

Änderungen vorbehalten. Der Lehrgangsplan wird laufend aktualisiert und auf der Homepage des AVBW veröffentlicht.

- Landestraining 5. – 2. Kyu, Beginn um 13.30 Uhr; Zentraltraining ab 1. Kyu, Beginn um 15.45 Uhr
- Dan-Vorbereitungslehrgang: sonntags, Beginn um 10 Uhr
- BB-Lehrgangstage: samstags 10.30 – 12.30 Uhr und 14.30 – 16.30 Uhr
- alle anderen Lehrgänge einschließlich Wochenlehrgang im LZ Herzogenhorn gemäß separater Ausschreibung
- Vereinslehrgänge obliegen der Verantwortung der jeweiligen Vereine, Ausschreibungen erfolgen direkt durch die Vereine.

*Ulrich Kühner, Technischer Leiter des AVBW*

## Aikido-Verband Bayern e. V.

### Lehrgangsplan 2019

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Leitung
19.01.2019	Landeslehrgang ab 4. Kyu	ESV Augsburg e. V./ Augsburg	W. Ackermann, 5. Dan
19./ 20.01.2019	Landeslehrgang ab 1. Kyu	ESV Augsburg e. V./ Augsburg	J. Eppler, 6. Dan
26.01.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu	Post-SV Nürnberg e. V./ Nürnberg	W. Schwatke, 6. Dan H. Hahn, 5. Dan

16.02.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan
23.02.2019	Landeslehrgang ab 4. Kyu (ab 16 Jahre)	Das Dojo für AuK e. V./ Augsburg	E. Ackermann, 4. Dan
16.03.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan
23.03.2019	Landeslehrgang ab 5. Kyu	SC Gaißach e. V./ Gaißach	N.N.
06./ 07.04.2019	Landeslehrgang (Kind/Jugend)	TSG Bamberg e. V./ Bamberg	N.N.
13.04.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	Post-SV Nürnberg e. V./ Nürnberg	W. Schwatke, 6. Dan
13.04.2019	Jahreshauptversammlung des AVB e. V.	Post-SV Nürnberg e. V./ Nürnberg	Horst Hahn
Mai 2019	Workshop (Landestrainer/Jugendleiter)	AVB e. V./ N.N.	J. Nemeth
11.05.2019	Landeslehrgang ab 4. Kyu (ab 16 Jahre)	Das Dojo für AuK e. V. Augsburg	W. Ackermann, 5. Dan
18.05.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan
29.06.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan oder H. Hahn, 5. Dan
Juni 2019	Mitternachts-Landeslehrgang (Kind/Jugend)	SC Gaißach e. V. Gaißach	N.N.
06.07.2019	Landeslehrgang ab 5. Kyu	SC Kissing e. V. Kissing	F. Zimmermann, 5. Dan
03. – 10.08.2019	Bajuwarencamp Bundeslehrgang (Kind/Jugend)	AVB e. V./ Inzell	Verschiedene Lehrer/ J. Nemeth
31.08.2019	Dan-Vorbereitungslehrgang ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan H. Hahn, 5. Dan
14.09.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan oder H. Hahn, 5. Dan
21.09.2019	Landeslehrgang ab 5. Kyu	TSV 1865 Dachau e. V./ Dachau	N.N.
Okt. 2019	Landeslehrgang (Jugend ab 14 Jahre)	SLZ Buchschwabach e. V./ Buchschwabach	L. Beck, 3. Dan
19.10.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan
16.11.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV 1865 Dachau e. V./ Dachau	W. Schwatke, 6. Dan
30.11.2019	Landeslehrgang (Kind/Jugend)	Post-SV Nürnberg e. V./ Nürnberg	N.N.
30.11./ 01.12.2019	Christkindl-Landeslehrgang ab 4. Kyu	PSV Nürnberg e. V./ Nürnberg	H. Luhmann, 7. Dan
14.12.2019	Zentraltraining ab 1. Kyu	TSV Milbertshofen e. V./ München	W. Schwatke, 6. Dan

## Impressum

Herausgeber: Deutscher Aikido-Bund e. V. (DAB)  
Verantwortlich: Manfred Ellmaurer, Bundesreferent IR des DAB;  
Lerchenweg 4, 73547 Lorch, Tel.: 07172 / 8991;  
E-Mail: aikido.aktuell@aikido-bund.de  
Satz und Layout: Manfred Ellmaurer, Dres. Barbara und Thomas Oettinger;  
Geschäftsstelle des DAB, Kantstr. 7, 73655 Plüderhausen

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

### **Die letzte Weisheit**

„Der größte Feind des Wissens  
ist nicht Unwissenheit,  
sondern die Illusion, wissend zu sein.“

*(Stephen Hawking, Physiker)*

Redaktionsschluss für „aikido aktuell 2/2019“:

1. März 2019