

aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO
in Deutschland

Ausgabe 4/2020

Nr. 180



aikido aktuell

Informationsschrift für AIKIDO in Deutschland



Inhaltsverzeichnis

Leitartikel

Jedes Training eine Herausforderung	3
---	---

Magazin

Aikido auf Abstand	3
Wichtige Termine	8
Aikido-Telegramm	8

Technik-Serie

Ude-kime-osae vs. Mune-tori-yokomen-uchi mit Tanto; von Hubert Luhmann, 7. Dan ...	9
--	---

Daten und Fakten

Einl. zum BL am 5./6. Dezember 2020 in Dresden	12
Einl. zum BL am 9./10. Januar 2021 in Berlin	12
Einladung zur Ausbildung zum Aikido-Trainer C 2021	13
Einl. zum Aikido-Skilanglauf-Lehrgang vom 30.01. – 06.02.2021 im LZ HZH	15
Lehrgangsplan des DAB 2021 (Änderung und Ergänzung)	17

Titelbild:

Tempelglocke auf dem Kōya-san, dem heiligen Berg Japans in der Nähe von Ōsaka, Präfektur Wakayama (Foto: Oettinger)



Jedes Training eine Herausforderung

Liebe Aikidoka,

Corona macht es nicht einfach – von Bundesland zu Bundesland und sogar innerhalb der einzelnen Länder unterschiedliche Vorgaben. Bei jedem Training, Lehrgang etc. umfangreiche Listen im Vorfeld und vor Ort austeilen, ausfüllen (lassen), gleichzeitig Beachtung der Hygienevorschriften, hohe logistische Anforderungen, alles vor-/nachbereiten ... Und wenn man den Aufwand auf sich nimmt, auch im Training alles beachten, gleichzeitig das über einem hängende Damoklesschwert der Verantwortung und der Angst vor dem Haftungsrisiko, die Befürchtung der Trainingsgebenden und Trainierenden, sich doch anzustecken. Lieber noch kein Training? Weiter aussetzen? Stattdessen? Und dann? Auf einen Impfstoff warten?

Fragen über Fragen. Herausforderungen über Herausforderungen. Leider keine Rückkehr zur Normalität. Aber Motivation, Optimismus, Blick nach vorn? Ja, bitte. Wir werden noch einige Zeit davon in Atem gehalten, aber lasst uns gemeinsam weiter den Do des Aiki beschreiten, und sei es mental, virtuell, alleine ohne physischen Uke etc. Aikido ist es das wert. Und ihr habt vermutlich schon einen Weg des Umgangs damit gefunden, auf dem ihr euch weiterentwickeln könnt. Macht weiter so!

Ich bin immer für euch ansprechbar!
Eure

Barbara Oettinger

Dr. Barbara Oettinger,
DAB-Präsidentin



Aikido auf Abstand

Das Jahr der Corona-Virus-Pandemie macht es auch für das Aikido nicht leicht. Nach Maßnahmen, die das normale Training zunächst unmöglich machten, wird nun, Mitte August, das Gruppentraining an vielen Orten schrittweise wiederaufgenommen. Auch mit Kontakt, wie es so schön heißt. Wobei hier ein rein physischer Kontakt gemeint ist und nicht ein differenziertes Kontaktbild, wie es im Aikido die Beziehung von Uke und Nage charakterisiert. Dennoch, auch der rein physische Kontakt, die körperliche Nähe, spielt im Aikido eine Rolle.

Und trotz aller Maßnahmen und Schritte von öffentlicher Seite ist ein Wiederaufkommen von Infektionsherden, die sogenannte zweite Welle, eine persistente Gefahr. Und damit bleibt die Gefahr für den Einzelnen, sich zu infizieren – möglicherweise völlig unbemerkt, ohne Anzeichen von Symptomen im eigenen Umfeld. Jene, die selbst zu einer Risikogruppe gehören oder die durch das Virus besonders gefährdete Personen in ihrem direkten Umfeld haben, werden sich Gedanken machen, ob Aikido für sie überhaupt noch möglich sein wird. Sie bleiben dem Training deshalb vielleicht fern, obwohl Training von offizieller Seite wieder erlaubt ist. Andere haben vielleicht einfach nur Bedenken oder kommen mit einem mulmigen Gefühl zum Training.

Aikido-Lehrer müssen sich damit auseinandersetzen, nicht nur die Infektionsgefahr zu minimieren, sondern gleichzeitig das Aikido-Training so zu gestalten, dass es für alle Interessierten attraktiv ist.

Aber ist Aikido ohne physischen Kontakt überhaupt möglich? In den Partnerübungen kommt es fast unweigerlich zu Berührungen und der Unterschreitung des vermeintlich sichereren Abstandes von 1,5 m. Eine Antwort liegt vielleicht schon in dem Spiel mit der Distanz selbst. Im Aikido beschäftigen wir uns ganz aktiv, bewusst und unbewusst, mit dem Abstand zu unserem Partner. Ma-ai, die harmonische Distanz, ist von ganz zentraler Bedeutung. Übungen wie Tai-sabaki mit einem Partner lassen uns Distanz wahren und schulen so gleichzeitig das Bewusstsein für Ma-ai. Hierbei eignet sich Tai-sabaki als Ausweichbewegung zu Schlag und Stoß genauso wie zu zweit synchron ausgeführte Bewegungen mit dem bewusst gemachten Ziel, Abstand zu halten.

Auch die Ausbildung des eingangs erwähnten differenzierteren Bildes von Kontakt bietet Möglichkeiten für „Coronakonforme“ Übungen. Berührungslose Techniken gehören zwar in der Selbstverteidigung wohl eher dem Bereich der Mythen an (Interessierte finden dafür unter dem Stichwort „no touch KO“ auf Videoplattformen im Internet zahlreiche Beispiele, die die Grenze der Vernunft ziemlich deutlich machen und nicht zur Nachahmung empfohlen werden können). Als Übungsformen haben sie jedoch durchaus einen praktischen Wert.

Wenn Uke den Kontakt zu Nage in der Bewegung halten muss, ohne dass er oder sie Nage direkt anfasst, dann schult dies aktives Ukemi. Uke kann nicht mehr einfach passiv am Handgelenk oder der Schulter hängen. Das Zentrum muss aktiv der Bewegung und den Positionswechseln von Nage folgen. Hierbei wird ein starker Kontakt zwischen Uke und Nage ausgebildet, der nicht aus einem physischen Halten schöpft, sondern aus einer sensiblen gegenseitigen Wahrnehmung der Zentren. Das ist letztlich eine starke Basis für einen

harmonischen Bewegungsfluss. Dabei reichen schon wenige Zentimeter zum Beispiel zwischen Handfläche und Handgelenk des Partners und mancher Übende ist überrascht, wie schwer es ist, an Nage „dran“ zu bleiben.

Aber auch aus Sicht von Nage kann Kontakt über den physischen Kontakt hinaus geübt werden. Häufig machen wir Techniken sehr dicht, um eine starke Übertragung unserer Zentrumsbewegung auf Uke zu erzeugen. Tatsächlich aber wird die Übertragung auf diese Weise nicht erzeugt, sie fällt bloß viel einfacher. Die Übertragung erfolgt über den Kontakt – ein starker physischer Kontakt macht sie also prominent.

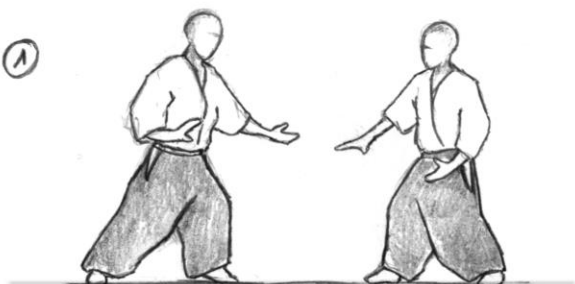
Vergrößern wir aber den Abstand zwischen Uke und Nage in der Technik, dann fällt es uns auch als Nage schwerer, den gleichen Kontakt herzustellen. Vielleicht wird die Ausführung einer Technik dadurch zunächst nach außen weniger funktional. Auf den ersten Blick leidet die Effektivität der Technik. Auf lange Sicht wird durch die höhere Anforderung an die Aufrechterhaltung des Kontaktes wiederum unsere Fähigkeit, in Kontakt zu bleiben, deutlich verbessert. Die Vergrößerung der Ausführung von Techniken zu weitläufigen Formen wirkt buchstäblich als Lupe für die Qualität des Kontaktes und der Ausführung.

Mit Blick auf die Techniken selbst ist die Lage schon schwieriger. Die technische Seite, die Form, sollte nicht verarmen. Aber manche Techniken, wie Irimi-nage oder Shiho-nage, lassen sich mit Abstand nicht so ohne Weiteres üben. Soloübungen ohne Partner sind da sicherlich eine Option, aber nicht allen Übenden erschließt sich der Sinn und der Zusammenhang einer Form ohne Partner. Dann besteht die Gefahr, dass die technische Übung zu einem Nachtanzen reduziert wird und in gewisser Weise hohl und leer ist.

Hier können Formen mit Waffen, Bukiwaza, eine Brücke schlagen. Die Waffen dienen dann als Werkzeuge, um den Sinn der Bewegungen eingängiger zu machen. Shiho-nage, der Schwertwurf, lässt sich zum Beispiel ganz offensichtlich in einer

IRIMI - NAGE

①



②



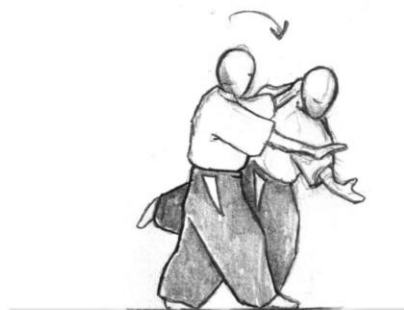
③



④



⑤



HASSO GAESHI UCHI



6



7



8



9



10



Floro

Übung mit dem Bokken durchführen. Mit einem waagerechten Schnitt als öffnender Bewegung, Eintreten, Drehung und einem abschließenden geraden Schlag lassen sich der technische Ablauf von Shiho-nage mit dem (Holz-)Schwert ganz hervorragend üben. Durch Variation der Schrittfolgen lassen sich die verschiedenen Konstellationen mit dem Partner (wie die Ausgangspositionen Ai-hanmi und Gyaku-hanmi) leicht mit dem Bokken nachstellen.

Aber auch andere Techniken lassen sich, wenngleich nicht ganz so offensichtlich, in Waffenformen überführen. Als weiteres Beispiel sei hier Irimi-nage aus Kata-tori Gyaku-hanmi genannt. Der Ablauf der Bewegung von Nage findet sich dabei in identischer Form in einer Sequenz aus der 13er-Jo-kata von Saito-sensei wieder (die Schritte Nr. 5 und 6 aus 13). Die Übung mit dem Stab nennt sich Hasso-gaeshi-uchi und wird hier mit einem Tai-sabaki kombiniert. Die Formen sind einmal mit dem Jo und mit dem Partner in der Abbildung gegenübergestellt.

In dieser Darstellung lässt sich die Analogie der beiden Formen leicht erkennen. Hierbei entspricht der Jo in grober Näherung dem Schultergürtel (der Querachse) von Uke bei Irimi-nage. Zentrale Punkte der Übung von Irimi-nage, wie z. B. die Notwendigkeit der Entfaltung der Bewegung vor dem eigenen Zentrum, sind mit dem Stock identisch. So besteht bei Irimi-nage die Gefahr, dass Nage nach der Drehung „überlaufen“ wird und Uke über den Arm wieder in den Wurf hineingezogen werden muss – unschön. In Hasso-gaeshi-uchi ist an dieser Stelle die stark definierte Position Hasso-kamae (s. Abb. Nr. 9). Es handelt sich dabei um eine recht offene Position, die eine starke Zentrierung dicht vor der Körperachse besitzt. Das untere Ende des Stocks ruht an der Schulter, an der Stelle, an welcher sich Uke unmittelbar vor dem technikbeschließenden Eintreten befinden sollte.

Das ermöglicht es dem Übenden, über die Stab-Form ein stabiles Zentrum zu entwickeln, ohne die manchmal träge Last von Uke. Auf diesem Weg lässt sich ein

frischer Blick auf eine altbekannte Form werfen. Ein Training mit Abstand muss nicht nur Einschränkung bedeuten, sondern kann im besten Fall auch neue Impulse und Perspektiven liefern und sogar das Verständnis für Bewegungsverwandtschaften schärfen. Dass ich in dem Vorausgegangenen nur einzelne Aspekte habe anreißen können, macht auch deutlich, in welcher Vielfalt Training auch zu Corona-Zeiten und mit Rücksicht aufeinander gestaltet werden kann. Zu guter Letzt können wir ja auch nur froh sein, dass unsere Leidenschaft nicht das Armdrücken ist – die sind wirklich arm dran und verdienen sportliches Mitleid.

Andy Scheffer,
Hausbruch-Neugrabener TS e. V.

氣



Wichtige Termine

30. September 2020: Meldeschluss zum BL vom 23. – 25.10.2020 in Mörfelden-Walldorf

18. Oktober 2020: Meldeschluss zum Trainer-C-Fortbildungslehrgang vom 04. – 06.12.2020 in Bad Blankenburg

1. November 2020: Meldeschluss zum BL am 14./15.11.2020 in Kaltenkirchen

18. November 2020: Meldeschluss zum Aikido-Skilanglauf-Lehrgang vom 30.01. – 06.02.2021 im LZ Herzogenhorn

20. November 2020: Meldeschluss zum BL am 05./06.12.2020 in Dresden

1. Dezember 2020: Meldeschluss für die Aikido-Trainer-C-Ausbildung 2021

9. Dezember 2020: Meldeschluss zum BL am 09./10.01.2021 in Berlin



Aikido-Telegramm

Unser **Vizepräsident Organisation Manfred Jennewein** ist künftig unter einer neuen Telefonnummer erreichbar:

06127 / 9919926

道

PHOENIX
BUDOSPORT
ERSTKLASSIG AUSGERÜSTET

www.phoenix-budoshop.de

Ude-kime-osae vs. Mune-tori-yokomen-uchi mit Tanto

Hubert Luhmann, 7. Dan, Mitglied der Technischen Kommission



Die Wahl des richtigen Augenblicks bei der Abwehr ist bei diesem Angriff absolut wichtig! Entscheidend ist die Phase der Umsetzung des Angriffs, wenn Uke mit der Hand am Revers eine ziehende Bewegung durchführt, während die andere Hand mit dem Messer beginnt zuzustoßen. Dieser Angriff ist wegen der geringen Distanz und des Doppelangriffs besonders gefährlich.

Während Uke beide Angriffsbewegungen ausführt, drückt Nage den greifenden Arm Ukes an dessen Körper; der zustechende Arm Ukes wird gleichzeitig nach oben geführt. Die Bewegung Nages erfolgt durch einen Irimi-ashi in Richtung Uke, wobei die Drehung genau in dem Augenblick erfolgt, in dem der untere Arm Ukes an dessen Körper gedrückt wird. Zeitgleich wird der obere Arm mit der weitergehenden Drehung Nages vor dessen Zentrum geführt.





Nage und Uke bewegen sich wie eine Einheit; die Bewegung Ukes darf durch Nage nicht unterbrochen werden.

Jetzt wird Ukes messerführender Arm über Ukes Körperachse gelenkt, um sein Gleichgewicht aktiv zu stören. Durch die Drehung bedingt, kann Uke den Griff an Nages Revers nicht mehr stabil halten.

Die Fortsetzung der Gleichgewichtsbrechung geschieht unter weiterer Drehung des messerführenden Arms.

Da Uke das Revers Nages nicht mehr greifen kann, kann Nage seine Hand lösen und den messerführenden Arm von unten fassen. Nage führt Ukes Ellbogen vor sein eigenes Zentrum. Dabei wird Ukes Gleichgewicht weiter gebrochen.





Ukes Ellbogengelenk wird an der Hüfte Nages fixiert. Der Arm wird schräg vor Nages Oberkörper gestreckt und so gedreht, dass die Hand Ukes unter Spannung steht.

Während der Arm Ukes mit dem Ellbogengelenk an der Hüfte fixiert bleibt, nimmt Nage seine innere Hüfte etwas zurück. Der Arm Ukes wird dadurch nach vorn gehoben und die Hand mit dem Messer geöffnet.

Im weiteren Verlauf der Bewegung zwingt der Hebel Uke zu Boden. Hierbei ist es wichtig, dass die Kontrolle der Verhebelung von Ukes Arm an der eigenen Hüfte nicht aufgegeben wird. Mit einer konsequenten Kontrolle des Handgelenks kann Uke am Boden fixiert und das Messer aus der Hand entnommen werden.

合



Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 5./6. Dezember 2020 in Dresden

Veranstalter: Deutscher Aikido-Bund e. V.

Ausrichter: Aikido-Verband Sachsen e. V. / Takebayashi-Dojo e. V.

Lehrer: Dr. Hans-Peter Vietze, 7. Dan Aikido, TK-Mitglied

Lehrgangsleiterin: Uta Oelkers, Knappestr. 36, 01279 Dresden;
Tel.: 0172 / 7475507, E-Mail: techn.leiter.aikido@takebayashi-dojo.de

Lehrgangsort: Turnhalle der 10. Grundschule, Struvestraße 11, 01069 Dresden

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

Lehrstoff: 3. Kata, Kokyu-nage, Rest nach Maßgabe des Lehrers. Es werden insgesamt
2 Trainingseinheiten der Gruppe A gem. VOD-DAB vermittelt.

Zeitplan:

Samstag, den 05.12.2020: Anreise bis 15 Uhr; 15.30 – 18 Uhr Aikido-Training, anschließend Abendessen

Sonntag, den 06.12.2020: 10 – 12.30 Uhr Aikido-Training, anschließend Verabschiedung und Abreise

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

Unterkunft: ist selbst zu organisieren. Übernachtung in der TH ist leider **nicht** möglich.

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach Anmeldung per E-Mail über den zuständigen Verein/Abteilung bei der Lehrgangsleiterin (Anschrift siehe oben) unter Angabe von Name, Vorname, Aikido-Grad und ggf. Wunsch zur Teilnahme am Abendessen möglich. **Die Anmeldung per E-Mail ist wegen evtl. Änderungen bzgl. der Corona-Bestimmungen zwingend erforderlich!**

Meldeschluss: Die Meldung muss bis spätestens **20. November 2020** erfolgt sein.

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*

*Uta Oelkers,
Lehrgangsleiterin*

Einladung zum Bundeslehrgang des DAB am 9./10. Januar 2021 in Berlin

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

Ausrichter: Aikido-Verband Berlin-Brandenburg e. V.

Lehrer: Frank Mercsak, 6. Dan

Lehrgangsleiter: Karsten Greisert, Fredersdorfer Weg 27, 12589 Berlin;
Tel.: 0172 / 354 60 67, E-Mail: 2.vs@aikido-berlin-brandenburg.de

Lehrgangsort: Turnhalle am Bröhan-Museum, Schloßstraße 1, 14059 Berlin-Charlottenburg

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

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

Zeitplan:

Samstag, den 09.01.2021: bis 15 Uhr Anreise; 15.30 – 18 Uhr Aikido-Training, anschließend Gelegenheit für ein gemeinsames Abendessen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben, ob Teilnahme gewünscht wird.

Sonntag, den 10.01.2021: 9.30 – 12 Uhr Aikido-Training, anschließend Mattenabbau, Verabschiedung und Abreise

Lehrgangsgebühr: Es wird eine Lehrgangsgebühr von 10 EUR erhoben.

Unterkunft: Es wird gebeten, die Unterkunftsreservierungen selbst vorzunehmen. Den Teilnehmern wird bei der Bestätigung der Anmeldung eine Empfehlung für nahe gelegene Hotelunterkünfte per Mail zugesandt.

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

Die maximale Teilnehmerzahl wird sich nach den dann geltenden Corona-Regeln richten und kann jetzt noch nicht definitiv angegeben werden.

Meldeschluss: Die Anmeldung wird bis spätestens **9. Dezember 2020** 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) des DAB*

*Karsten Greisert,
Lehrgangsleiter*

Einladung zur Ausbildung zum Aikido-Trainer C 2021

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

Ausrichter: Aikido-Verband Thüringen e.V.

Lehrer: Bundesreferent Lehrwesen u. a.

Lehrgangsleiter: Dr. Dirk Bender, Am Kötschauer Weg 49, 99518 Bad Sulza;
Tel. 036425 / 204921, Fax: 036425 / 204922, E-Mail: lehrwesen@aikido-bund.de

Lehrgangsort: Landessportschule, Wirbacher Str. 10, 07422 Bad Blankenburg;
Tel. 036741 / 620, Fax: 036741 / 62510, www.sportschule-badblankenburg.de

Teilnahmeberechtigt: Aikidoka, die

- in einem dem DOSB angeschlossenen und Aikido treibenden Verein Mitglied sind,
- sich über ihren Verein zur Ausbildung zum Aikido-Trainer C beim Bundesreferenten Lehrwesen des DAB (Lehrgangsleiter) angemeldet haben,
- den geforderten Kostenbeitrag (Lehrgangsgebühr gem. Ziff. 4.2.6 OTC-DAB und Unterbringungskosten, siehe unten) auf das Lehrgangskonto überwiesen haben,
- mindestens den 1. Kyu Aikido besitzen und das 16. Lebensjahr vollendet haben,
- eine Empfehlung des zuständigen Vereines vorlegen können,
- die sportartübergreifende Basisqualifizierung (30 LE) nachweisen oder in Kürze abschließen werden.

Für die Teilnahme an der Prüfung und die Lizenzerteilung gelten weitere Voraussetzungen. Hierzu wird auf die OTC-DAB verwiesen.

Lehrstoff: gemäß Themenkatalog der OTC-DAB. Diese kann von der Downloadseite des DAB geladen werden.

Zeitplan: Die Trainer-C-Ausbildung findet 2021 in Form von fünf Wochenendlehrgängen statt. Die geplanten Termine sind:

15.01. – 17.01.2021

12.02. – 14.02.2021

09.04. – 11.04.2021

07.05. – 09.05.2021

30.07. – 01.08.2021

Die Anreise erfolgt in der Regel freitags bis 17 Uhr, die Abreise am Sonntag nach dem Mittagessen. Ein detaillierter Ablaufplan wird rechtzeitig vor jedem Modul versandt. Ergänzend werden einige Lehreinheiten online bzw. im Selbststudium vermittelt.

Mit der Anmeldung zur Trainer-C-Ausbildung ist die Teilnahme an allen fünf Lehrgängen verbunden (Ausnahmen nur in Absprache mit dem BLA). Eine gesonderte Anmeldung zu jedem einzelnen Modul ist nicht nötig.

Leistungen: Der DAB übernimmt die Kosten für die Lehrer, den Lehrgangsleiter und die Organisation des Lehrganges. Unterrichtsmaterialien werden zum Selbstkostenpreis abgegeben.

Kosten: Die Ausbildungspauschale beträgt für Teilnehmer, die einem dem DAB angeschlossenen Verein angehören, 100 €, für alle anderen 200 €. Der Preis für das Lehrmaterial (Trainerskript) beträgt 20 €. Für Übernachtung und Verpflegung fallen für jedes Modul bei Gewährung von Vergünstigungen (sofern in der Teilnahmebestätigung kein anderer Betrag genannt wird) Kosten von voraussichtlich 120 €/Person im Doppelzimmer und 150 €/Person im Einzelzimmer an. Den Unterbringungswunsch im Einzelzimmer bitte bei der Anmeldung explizit angeben. Es besteht kein Anspruch auf die gewünschte Zimmerkategorie. Die Kosten sind auf das Konto DAB-BLA Dr. Dirk Bender, IBAN DE13 8207 0024 0535 9344 00 zu überweisen (Verwendungszweck: „TrC-AB 2021, Vereinsname, Teilnehmername“).

Meldungen: Die Teilnahme am Lehrgang ist nur nach schriftlicher Anmeldung über den zuständigen Verein/Abteilung beim Lehrgangsleiter (Anschrift siehe oben) und schriftlicher Bestätigung möglich. Die Anmeldung muss folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Adresse, Telefon, E-Mail-Adresse, Verein, Aikido-Landesverband, Aikidograd, Ge-

urtsdatum und Nachweis über den Besuch des Grundlehrganges. Es ist möglichst das auf den Webseiten des DAB bereitgestellte Anmeldeformular zu benutzen.

Meldeschluss: Die Anmeldung und Überweisung der Kosten (Pauschale, Lehrmaterial und Lehrgangskosten für das erste Modul) werden bis spätestens **1. Dezember 2020** erbeten. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Berücksichtigung von Gästen, die nicht am Lehrgang teilnehmen, ist nicht möglich. Bei Verhinderung wird die sofortige Mitteilung an den Lehrgangsleiter erbeten, damit der Platz anderen Interessenten zur Verfügung gestellt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Bildungsfreistellung: Die Aikido-Trainer-C-Ausbildung ist in einigen Bundesländern als Bildungsveranstaltung nach dem jeweiligen Bildungsfreistellungsgesetz anerkannt. Auskunft dazu erteilt der Bundesreferent Lehrwesen.

Lernplattform: Weitere Informationen zur Trainer-Aus- und -Fortbildung sind auch auf der Lernplattform des DAB (<https://moodle.aikido-bund.de/>) zu finden.

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)*

*Dr. Dirk Bender,
Bundesreferent Lehrwesen*

Einladung zum Aikido-Skilanglauf-Lehrgang vom 30.01. – 06.02.2021 im LZ Herzogenhorn/Schwarzwald

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

Lehrer: Edmund Grund, 6. Dan Aikido; Sabine Walter, 2. Dan Aikido, Skitrainer-Lizenz

Lehrgangsleiterin: Sabine Walter; Maxtorgraben 29; 90409 Nürnberg;
Tel.: 0911 / 6508961; Mobil: 0151 / 55618895; E-Mail: sabine.walter.nbg@gmx.de

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

Teilnahmeberechtigt: alle Aikidoka des DAB ab 5. Kyu mit gültigem Aikido-Pass

Lehrstoff: Das tägliche Training umfasst je 90 Minuten im Aikido und im Skilanglauf. Beim Skilanglauf wird in zwei Technikgruppen (klassisch und Skating) trainiert. Die übrige Zeit steht zur freien Verfügung der Lehrgangsteilnehmer/innen.

Zeitplan:

Samstag, den 30.01.2021: Anreise bis 16 Uhr. Treffpunkt am Liftkartenverkauf Hebelhof, Feldberg. Von dort erfolgt der Gepäcktransport mit der Schneekatze. Nach Ankunft im LZ Herzogenhorn erfolgt Zimmerverteilung und Erledigung der Formalitäten. Der weitere Zeitplan (Essen, Training, Sonderprogramm) wird bei Lehrgangsbeginn bekannt gegeben.

Samstag, den 06.02.2021: Abreise nach dem Frühstück mit Lunchpaket.

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

2- oder 3-Bett-Zimmer DU/WC: 425 Euro/Person

Nach Vorliegen der Teilnahmebestätigung ist bis spätestens **13. Dezember 2020** eine Kostenpauschale von 425 Euro auf das Konto Sabine Walter; IBAN: DE70 2069 0500 0002 0210 56 bei der Sparda-Bank Hamburg eG einzuzahlen. Die Differenz bei Zuteilung eines Zweibettzimmers wird 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 die Lehrgangsleiterin möglich. Individuelle Anmeldungen werden nicht berücksichtigt!

Mit der Anmeldung sind unbedingt folgende Angaben zu machen: Name, Vorname, Geburtsdatum, Aikido-Grad, Zimmerwunsch (2-Bett- oder 3-Bett-Zimmer), ggf. vegetarisches Essen. Die Zuteilung der Zimmer erfolgt erst bei Lehrgangsbeginn. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte (gewünschte) Zimmerkategorie.

Meldeschluss: Die Anmeldungen werden bis spätestens **18. November 2020** erbeten. Die Platzzuweisung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Bei Verhinderung ist eine rechtzeitige Abmeldung erforderlich, damit der Platz noch genutzt werden kann. Andernfalls müssen die Ausfallkosten in Rechnung gestellt werden.

Wichtige Hinweise: Aufgrund der Corona-Pandemie gelten während des Lehrganges die jeweils aktuellen Vorschriften. Diese können sich auch kurzfristig ändern. Deshalb kann auch noch nicht die genaue Teilnehmerzahl bestimmt werden. Evtl. notwendige bzw. zusätzliche Angaben für eine Teilnahme werden nach Meldeschluss mitgeteilt.

Bei nicht ausgebuchtem Lehrgang werden auch nach dem vorgenannten Meldetermin noch Teilnehmer zugelassen und es besteht nach Rücksprache mit dem Lehrgangsleiter die Möglichkeit, Partner/Freunde mitzubringen, die nicht am Aikidotraining teilnehmen.

Weitergehende hilfreiche Informationen zu diesem Lehrgang, insbesondere für Teilnehmer, welche noch nie im Winter auf dem Herzogenhorn waren, sind unter www.aikido-bund.de/Lehrgänge/ als Link bei der Lehrgangsausschreibung zu finden.

*Dr. Barbara Oettinger,
Präsidentin des DAB*

*Karl Köppel,
Vizepräsident (Technik) des DAB*

*Sabine Walter,
Lehrgangsleiterin*



Deutscher Aikido-Bund e. V.

Lehrgangsplan 2021 (Änderung und Ergänzung)

Datum	Veranstaltung / Inhalt	Ausrichter / Ort	Lehrer / Prüfer
01.10. – 08.10.2021	Bundeswochenlehrgang IV für Aikidoka ab 4. Kyu (mit Kyu-Prüfung**)	DAB / Leistungszentrum Herzogenhorn	Roland Nemitz, 7. Dan, TK-Mitglied

Karl Köppel, Vizepräsident Technik des DAB

Voraussichtliche Trainerausbildung 2021:

Trainer-C-Ausbildung:

- 15.01. – 17.01.2021
- 12.02. – 14.02.2021
- 09.04. – 11.04.2021
- 07.05. – 09.05.2021
- 30.07. – 01.08.2021

Die Termine sind vermutlich fix, die Konditionen sind aber noch nicht vollständig bekannt. Die fünf Präsenztermine (à 16 LE) werden z. T. durch E-Learning ergänzt, so kommen wir auf die nötigen 90 LE. Die Lehrgänge finden alle in Bad Blankenburg statt.

Trainer-C-Fortbildung:

- 19. – 21.02.2021 in Frankfurt. Der Termin ist angefragt, es gibt aber noch keine Information oder Bestätigung.
- 11. – 13.06.2021 in Ostfildern-Ruit
- 17. – 19.12.2021 in Bad Blankenburg

Dr. Dirk Bender, Bundesreferent Lehrwesen Aikido

合氣道

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:

„Trete durch die Form ein
und trete aus der Form heraus.“

*(Kisshomaru Ueshiba,
Sohn des Aikido-Begründers)*

Redaktionsschluss für „aikido aktuell 1/2021“:

1. Dezember 2020