

# Aikido Dojo Rodgau

## Dojo Rundbrief Herbst 2007

Liebe Aikidoka, liebe Eltern,

der Sommer neigt sich seinem Ende zu, und nächste Woche beginnt dann nun auch offiziell der Herbst...

Der Tag der offenen Tür am letzten Samstag lief wie am Schnürchen. Dank Eurer Mitarbeit haben wir alles super hinbekommen ohne uns verausgaben zu müssen. So war der Tag für alle eher angenehm und mit Spaß erfüllt als anstrengend oder nervig, so dass wir den Tag dann noch in gemütlicher Runde ausklingen lassen konnten. Viele Kinder die mal reingeschnuppert hatten sind auch bereits ins Kindertraining gekommen; die Erwachsenen lassen noch auf sich warten.

Der Sommertrainingsplan hat sich ganz gut bewährt – bis auf das Kindertraining. Selbst mit allen Kindern und Jugendlichen an einem Nachmittag kommen in den Sommerferien einfach nicht genug Kinder für ein vernünftiges Training zusammen. Daher werden wir ab jetzt nur noch in den Herbst-, Winter- und Frühjahrsferien den Freitag-Nachmittag für die Kinder und Jugendlichen anbieten, die Sommerferien werden dann wirklich ganz Ferien sein.

### Seminare

Unser diesjähriges Sommercamp in Fergitz war wieder einer der Höhepunkte für unser Dojo. Die Teilnehmerzahl wächst von Jahr zu Jahr... womit wir in dieser Form leider aber auch an die Grenze der Möglichkeiten im Landdojo Fergitz stoßen (eher schon darüber hinaus). Viele hätten auch gerne etwas Komfort in ihrem Sommerurlaub, und für eine Woche fast 700 km zu fahren ist auch nicht ohne... Alles in allem ist es wohl an der Zeit mal etwas Neues zu machen.

Deshalb werden wir unser Sommercamp 2008 in einem anderen Format veranstalten: vom 18. Juli (Abend) bis 27. Juli 2008 mieten wir uns im Waldgasthof Wachtküppel im Naturpark Rhön ein. Dort werden wir uns volle acht Tage dem intensiven Training widmen, die Natur genießen und uns von der fast legendären Küche im Waldgasthof rundherum verwöhnen lassen. Die Anmeldeliste hängt im Dojo aus und wird voraussichtlich schnell voll sein – wer dabei sein will sollte sich daher baldmöglichst verbindlich einschreiben (bitte auch die Zimmerbelegung eintragen). Inhaltlich wird es um Aikido als Budo gehen: henka waza, kaeshi waza, Anwendungen und stilübergreifende Einflüsse werden im Fokus sein (ähnlich wie bei Saotome Sensei), weshalb die Teilnehmer mindestens den 5. Kyu haben sollten (d.h. ukemi Grundkenntnisse werden vorausgesetzt).

Wir werden ab nächstem Jahr generell öfter mal ein Intensivwochenende außer Haus veranstalten, das erste wahrscheinlich schon im kommenden Winter im Waldgasthof Wachtküppel. Die Ausschreibung dazu kommt demnächst.

### Trainingsinhalte

Seit ein paar Wochen üben wir jetzt regelmäßig immer freitags von 18:15 – 19:15 Uhr fokussiert die inneren Aspekte im Aikido. Soloübung, Theorie und Partnerübung, Meditation, Atemtechniken, Arbeit mit der „Kugel“ (tanden-Übungen), Körperhaltung und Strukturarbeit, Energie (yin & yang), und Erarbeiten all dieser Aspekte in immer nur einer Aikido-Technik pro Übungseinheit sind unsere Inhalte. Die ersten Effekte sind in den Aikidobewegungen der Teilnehmer in der Folge bereits sichtbar... was mich in der Richtigkeit dieses Ansatzes und der Wichtigkeit dieser Arbeit bestätigt. Ich möchte Euch daher alle ermutigen an diesem Training teilzunehmen, es ist keineswegs nur für Fortgeschrittene – ganz im Gegenteil, in meinen Augen sollte dies die Basis sein!

### Prüfungen

Dieses Thema wird gerne und heiß diskutiert – und das, obwohl es bei O-Sensei weder eine Prüfungsordnung noch überhaupt formelle Prüfungen gab. Nun, heute hat ein Lehrer ja auch mehr als vier oder fünf Schüler, und auf Verbandsebene wird der Kontakt zwischen Lehrer und Schüler noch geringer... dies sind wohl die Hauptgründe für Prüfungen in einer lebenden Kunst wie Aikido. Zudem hat eine gewisse formelle Struktur auch Vorteile im Lernprozess für die Schüler, und bis zu einem gewissen Grad auch für die Lehrer. Vor allem aber ist Aikido eine (Kampf-)Kunst, und als solches mehr ein persönlicher Reifeprozess und inneres Wachstum, weniger das Abhaken von „gelernten“ Techniken. So ist es auch zu verstehen, wenn ich aus dem Graduierungsprozess den Prüfungsdruck und –„zwang“ gerne eliminiert sehen möchte. Auch Nakajima Sensei erwartet von uns Lehrern, dass wir unsere Schüler (Euch) reifen lassen und in eine neue Graduierung hineinwachsen lassen sollen, und Euch dafür ausreichend Zeit geben sollen. Mit anderen Worten: die Wartezeiten und Trainingstage in der Prüfungsordnung sind nur als Mindestvoraussetzung zu sehen, weder als Garantie und noch nicht mal als Leitfaden für das Datum der nächsten Graduierung. Für Euch bedeutet dies ganz konkret: Übung, Übung, Übung, inneres Wachstum, Reife im Aikido, und wenn die nächste Graduierung ansteht, wird Euch der Lehrer es wissen lassen (eigentlich so wie es seit Alters her war). Was auch nicht ausschließt, eine Graduierung aufgrund gezeigter Leistungen am Ende eines Trainings einfach zu vergeben, ohne Prüfung. Letztendlich ist es doch so, wenn wir eh' die nächsten 50 Jahre Aikido machen, welche Bedeutung hat es dann wie schnell wir den nächsten Kyu (oder Dan) bekommen?

### Weitere Termine

- 22./23. September: Nakajima Sensei in Waldbach/Oberkessach (Spez. Daito Ryu)
- 27. Oktober: 3. Intensivseminar in Rodgau zu den inneren Aspekten des Aikido (max. 20 Teilnehmer, fast ausgebucht)
- 30. Dezember – 1. Januar 2008: Silvesterlehrgang mit Nakajima Sensei in Oberkessach
- 18. – 27. Juli 2008: 4. Aikido Dojo Rodgau Sommercamp, im Waldgasthof Wachtküppel (max. 12 Teilnehmer)

Euch allen wünsche ich eine schöne Herbstzeit und weiterhin viel Spaß auf unserem gemeinsamen Weg.

Liebe Grüße

Olaf / Sensei

Rodgau, den 14. September 2007

