DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

Das Thema „Baustellen“ scheint sich im vergangenen Jahr wie ein roter Faden durch die Bundeswochenlehrgänge des DAB gezogen zu haben. Nach den Umbauarbeiten im Leistungszentrum Herzogenhorn gab es auch in der Landessportschule Thüringen in Bad Blankenburg eine große Baustelle. Dort richtete eine Havarie einen großen Wasserschaden an. Durch die nun nötigen Reparaturarbeiten war eine der Sporthallen nahezu komplett gesperrt. Keine guten Startbedingungen für den ersten BWL III, der nicht auf dem Herzogenhorn, sondern in Thüringen stattfand.



Aber der Reihe nach. Mitte September trafen sich 33 hoch graduierte Aikidoka, um im thüringischen Bad Blankenburg unter der fachkundigen Anleitung der beiden Bundestrainer Alfred Heymann und Karl Köppel (beide 7. Dan Aikido) zu lernen und zu üben. Die Teilnehmer waren aus dem gesamten Bundesgebiet angereist, vom hohen Norden bis zum tiefen Süden, aus Ost und West; aus fast jedem Landesverband waren Aikidoka vertreten. Viele Teilnehmer kannten sich von früheren Lehrgängen, aber auch die „Neuen“ wurden schnell integriert. Bedingt durch die Graduierungsvoraussetzung (mindestens 2. Dan Aikido) war das Durchschnittsalter der Teilnehmer recht hoch; kein Teilnehmer war unter 30 Jahren alt. Dies tat aber der Trainingsintensität keinen Abbruch.
Diesmal umfasste der Wochenlehrgang nicht wie üblich sieben Tage, sondern nur fünf. Das war der Verlegung des Lehrganges nach Bad Blankenburg und der damit verbundenen organisatorischen Veränderung geschuldet. Aber auch in fünf Tagen mit je drei Trainingseinheiten kann man eine Menge Aikido üben. Wir beschäftigten uns in erster Linie mit technischen Inhalten, die zum Prüfungsprogramm der höheren Dangrade gehören, deren Vermittlung aber bei anderen Lehrgängen meist zu kurz kommt. Hier hatten wir reichlich Gelegenheit, um kontinuierlich an der Verbesserung dieser Techniken zu arbeiten.
Großer Raum wurde dem Üben der 3. und 4. Kata gegeben. Hier zeigte sich fühlbar, dass ein längeres, kontinuierliches Üben den Prozess der Verinnerlichung deutlich voranbringt. Alle Teilnehmer spürten, wie sich ihre persönliche Kata verbesserte. Auch das Üben der Waffentechniken stand auf dem Programm. Es wurden Techniken mit und gegen den Stab sowie die Abwehr von Messerangriffen geübt. Selbst das Bu-jutsu – also das Führen eines bewaffneten Angreifers mit einer Waffe –, ein sonst selten geübtes Fach aus dem Programm zum 5. Dan, fand seinen Platz im Lehrgang. Beide Bundestrainer brillierten mit altbekannten und neuen Techniken, jeder Teilnehmer wurde individuell betreut und korrigiert. Dabei wurden wir immer wieder ermahnt, uns der jeweiligen Situation entsprechend

angemessen zu verhalten und zu reagieren. Der Begriff „situationsbezogen“ wurde so zu einem geflügelten Wort dieses Lehrganges.
Durch die schon erwähnte Havarie hatten wir leider keine große zusammenhängende Mattenfläche zur Verfügung. Vielmehr waren Matten in zwei benachbarten Räumen aufgebaut, sodass wir also in zwei räumlich getrennten Gruppen trainierten. Gezeigt wurde immer auf einer Matte, zwischen den Übungssequenzen gab es also immer eine kleine Völkerwanderung. Diese spielte sich jedoch schnell ein, sodass es keinen Einfluss auf den Trainingsbetrieb gab, und immerhin konnten die Matten dadurch während des gesamten Lehrganges liegen bleiben, ein durchaus angenehmer Begleiteffekt.
Am Ende des Lehrganges fand auch eine Danprüfung statt. Da sich nur ein Prüfling der hochrangigen Prüfungskommission stellte, war zwar die Gesamtlänge der Prüfung überschaubar, der Kandidat und sein Uke waren jedoch pausenlos gefordert. Nach einer anstrengenden guten Stunde konnte Thomas unter dem Beifall der vielen Zuschauer seine Urkunde zum 4. Dan Aikido in Empfang nehmen. An dieser Stelle noch einmal „herzlichen Glückwunsch“.
Ich bin natürlich als Angehöriger des Aikido-Verbandes Thüringen und langjähriger Gast der Sportschule Bad Blankenburg nicht ganz objektiv, glaube aber im Namen aller Teilnehmer zu sprechen, wenn ich sage, dass es ein sehr gelungener Lehrgang war. Herzlichen Dank an die beiden Bundestrainer für ihr geduldiges Lehren und das stete Eingehen auf all unsere Fragen und technischen Probleme sowie an das Team der Landessportschule für sein fleißiges Wirken vor und hinter den Kulissen. Ich freue mich schon auf den nächsten BWL III, der voraussichtlich in zwei Jahren stattfinden wird.

Dirk Bender,
Aikido-Verband Thüringen e. V.