

4. 10. 07 S. 10
8

Innere Haltung ist entscheidend

International besetztes Aikido-Seminar mit japanischem Meister

Haigerloch. Im September trafen sich über 40 Aikidoka aus europäischen Ländern zu einem Internationalen Ki-Aikido-Seminar mit dem Meister Kenjiro Yoshigasaki in der Witthau-Halle Haigerloch. Das Seminar war von den Aikido-Schulen aus Hechingen, Haigerloch und Balingen organisiert worden.

Kenjiro Yoshigasaki, der für Europa verantwortliche Großmeister, der auch in Afrika und Südamerika seine Schüler hat, unterrichtete Anfänger und

Lehrer in den verschiedenen Aikido-Techniken.

Er zeigte neue Variationen verschiedener Verteidigungstechniken, die den Angreifer zwar »schonen«, aber einen Angriff auch sehr überzeugend entkräften. Zur Entschärfung der Situation wird nämlich die Bewegung und Energie des Angreifers so umgelenkt, dass er mit einer Wurf- oder Hebel-Technik außer Gefecht gesetzt werden kann. Ziel war es dabei immer, Aggressionen so wenig wie mög-

lich zu verstärken, denn der größte Sieg ist der ohne Kampf.

Um sich so verteidigen zu können, ist die innere Haltung des Aikidoka entscheidend. Es wird angestrebt, jederzeit wachsam und offen zu sein und bei einem Angriff sich weder von Aggressionen noch von Angst leiten zu lassen. Dazu zeigte Yoshigasaki verschiedene Übungen zur Sammlung und Meditation, die vor allem die korrekte Atmung und Körperhaltung erleichtern.