

Aikidoka üben »junge Bewegungen«

SchwaSo 27. Sept. 08

Internationales Aikido-Seminar mit Großmeister in der Witthauhalle Haigerloch

Von Ronny Engelke

Haigerloch. Kürzlich fand in Haigerloch ein internationales Aikido-Seminar mit dem Großmeister Sensei Yoshigasaki statt. Die Ki-Aikidoschulen von Haigerloch, Hechingen und Balingen organisierten die Veranstaltung, zu der 42 Aikidoka aus Deutschland, Italien, der Schweiz und auch aus Österreich und England anreisten.

Sensei Yoshigasaki hatte ein umfangreiches Programm zusammengestellt, das neben vielen Übungen zur Körperwahrnehmung und Meditation auch sieben Tsuzukiwaza umfasste. Eine Tsuzukiwaza ist eine festgelegte Abfolge von sechs bis sieben verschiedenen Aikido-Techniken. Dabei ist das Ziel, die Abfolge als

harmonisches Ganzes auszuführen. Es ist nicht das Wichtigste, dass die Techniken funktionieren und der Uke

(Angreifer) möglichst hart auf die Matte fliegt, so Sensei Yoshigasaki. Vielmehr muss der Uke vor allem so geführt wer-

den, dass es eine gemeinsame Bewegung von beiden Partnern ergibt. Erst dann sollte die Technik weiter verfeinert werden.

Zahlreiche Übungen sollten den Aikidoka helfen »junge Bewegungen« auszuführen. Oft wird die Hüftbewegung vernachlässigt und die Techniken sind weniger dynamisch. Eine lockere, »junge« Hüfte ist eine wichtige Voraussetzung um die Energie des ganzen Körpers einzusetzen.

Am Ende des Lehrgangs absolvierte Yves Opizzo seine Prüfung zum Okuden.

Diese ist die höchste Ki-Prüfung und Voraussetzung für den vierten Dan. Bei den Ki-Prüfungen werden unter anderem ein sicherer Stand und eine ruhige Körperhaltung getestet.



Sensei Yoshigasaki zeigt mit Yves Opizzo, wie ein Angriff umgelenkt und der Partner zu Fall gebracht werden kann. Foto: Engelke