

# Haigerloch und Umgebung

SB 5.10.11

## Einblicke in die Grundidee des Aikidosports

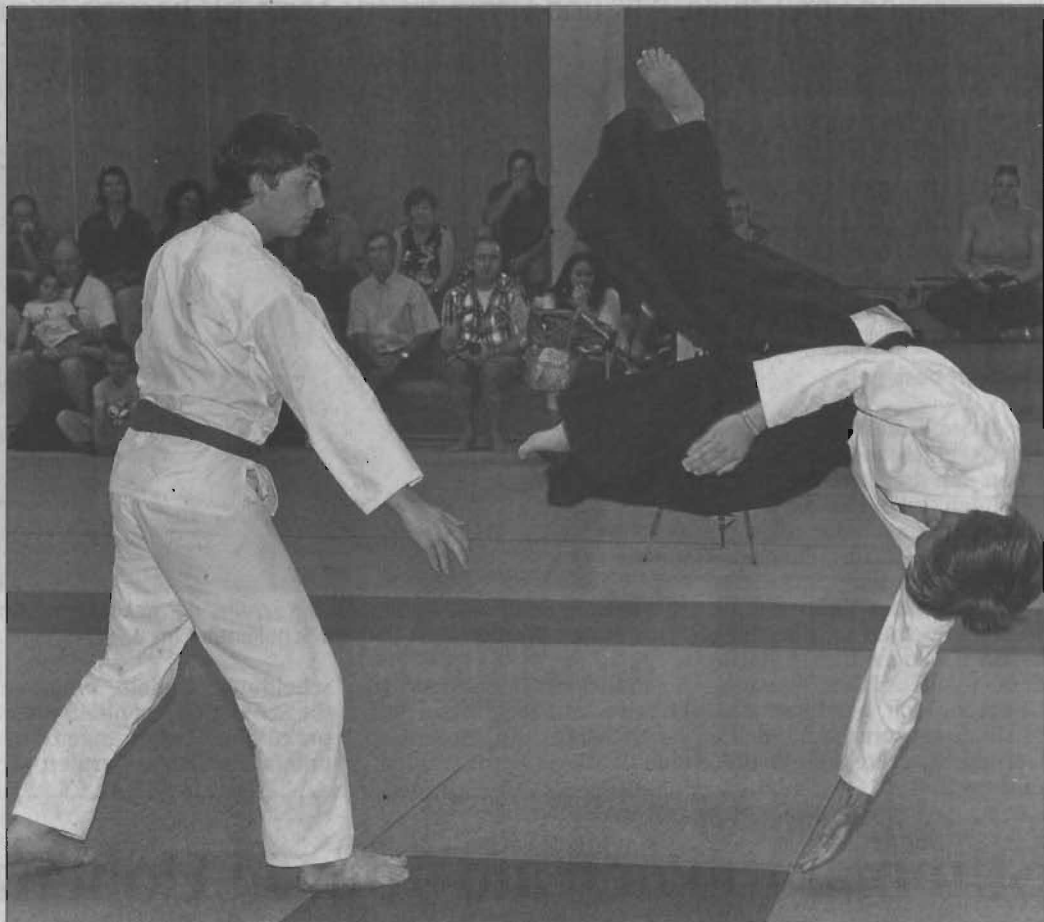
Sommerfest in der Haigerlocher Witthauhalle mit 80 Teilnehmern und Gästen

**Haigerloch.** Zum ersten Mal feierten die Haigerlocher Aikidoka ihr Sommerfest im September - bei strahlendem Sonnenschein, dem richtigen Wetter zum Grillen.

Die 80 Besucher konnten sich nicht nur gut bewirten lassen, sie bekamen auch Einblicke in die Techniken und Ideen des Aikido bekommen. Vor allem die Kindergruppen zeigten auf der Matte, was sie gelernt hatten und auch die Jugendlichen und Erwachsenen führten nach der gemeinsamen Aufwärmgymnastik verschiedene Würfe und Abwehrmöglichkeiten vor.

Im Aikido werden möglichst harmonische, nicht provozierende und dennoch effektive Verteidigungsstrategien gelernt. 26 Aikidoka zeigten in der Vorführung verschiedene Stufen beim Lernen und Praktizieren vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen. Für jeden gilt dabei: die schwierigste Technik ist immer die, die man gerade lernt.

Nach der Vorführung konnten sich die jungen Gäste mit Spielen amüsieren und den spannenden Nachmittag ausklingen lassen. Bei so viel Konzentration auf der Matte hatten sie es sich verdient.



Bastian Zappe (links) und Matthias Kesenheimer (rechts) zeigen, dass eine gute Wurftechnik und eine gute Falltechnik wichtig für einen Aikidoka sind.

Foto: Engelle