

Brauner Gürtel für Annika Schöffler

Shin Dojo Aikidoschule Großheubach: Prüfung zum ersten Kyu abgelegt – Aikido-Schnuppern ab Januar

GROSSHEUBACH. Am Freitag, 27. Dezember 2019, hat unsere Annika, als Mitglied des Shin Dojo, Großheubachs bekannter Aikidoschule (und Mitglied im Bushido Amorbach e.V.) unter den strengen Augen des Prüfers des Deutschen Aikido-Bund e.V. mit sehr guten Leistungen ihre Prüfung zum 1. Kyu / Brauner Gürtel erfolgreich bestanden. Damit ist sie nun die zweite Frau die im Shin Dojo die Prüfung zum höchsten Schülergrad geschafft hat und steht somit ebenfalls an der Schwelle zur 1. Meisterprüfung, dem Schwarzen Gürtel (1. Dan/Shodan). Auf diese Prüfung bereitet sie sich nun vor.

Von allen Beteiligten eine hervorragende Leistung. Großer Dank auch an Ihre beiden Uke (Angreifer) die mit Rat u. Tat, sowie jeder Menge Schweißperlen zur Seite standen. Die intensive Vorbereitung der letzten Monate, sowie kontinuierliches, regelmäßiges Training, hat sich also definitiv gelohnt. Zunächst werden vor der eigentlichen Prüfung mittels Überprüfungen die vorherigen, schon verdienten Schülergrade (abgelegte Gürtelprüfungen) kontrolliert und ob die Verteidigungs-



Annika S. (zweite von rechts) mit ihren beiden Uke, jeweils außen.

Foto: S. Zirbus

techniken vom Prüfling verinnerlicht und mit steigendem Grad maßgeblich in ihrer Ausführung und Wirkungsweise verbessert wurden. Führt dies zum gewünschten Ergebnis, darf nach erfolgreicher Überprüfung die eigentliche Prüfung angetreten werden. Diese besteht dann aus den Verteidigungstechniken (Wurftechniken u. Hebel-/Festhaltetechniken aus unzähligen, verschiedenen Angriffen) zum Braunen Gürtel und zum Abschluss erfolgt ein Randori (freier Angriff durch Schläge und Fassangriffe ohne Vorgabe), auch hier wird der Grad der Verinnerli-

chung überprüft und ob man in der Lage ist, die erlernten Verteidigungstechniken blitzschnell, ohne bewusst nachdenken zu müssen, aus dem Unterbewusstsein anwenden zu können, da der Angreifer frei angreift und so schnell er kann.

Prüfung dauert eine Stunde

Die gesamte Prüfung dauerte insgesamt eine gute Stunde in der sie zeigen musste was sie kann. Ihr Lehrer, Thorsten Reck, 4. Dan Aikido, lizenzierter Trainer des DOSB u. Prüfer des Deutschen Aikido-Bund e.V., war sichtlich stolz auf seine Schülerin.

Gute Vorsätze für das neue Jahr: Ab Mittwoch 8. Januar 2020, können Erwachsene ab 15 bis xx Jahren («zu alt» ist man nie!) bei uns in vier aufeinander folgenden Trainings (Mittwoch 8. Januar, Freitag 10. Januar, Montag 13. Januar und Mittwoch 15. Januar 2020) in unser japanisches Aikido rein schnuppern. Jeweils 19.15 bis 21 Uhr.

Jeder der eine normale Treppe runter und wieder hoch laufen kann ist geeignet und kann auch Aikido üben! Im Aikido kämpft man nicht, denn es werden keine Angriffstechniken gelehrt, sondern ausschließlich Formen zur Verteidigung. Das Ganze Üben dient aber einem höheren Zweck. Aikido legt eine Philosophie zugrunde, die Gewalt und Aggression ausschließt. Der Weg des Aiki ist daher nicht nur das Erlernen rein physischer Verteidigungstechniken, sondern ein Prozess der körperlichen und geistigen Selbstentwicklung. Anmeldung unter: info@shindojo.de u. Tel. 0170/ 80 70 656 (per SMS oder Whatsapp) Weitere Infos u. Trainingszeiten: www.shindojo.de

S. Zirbus,

Aikidoschule Großheubach