

## **Seminar Intensiv III am 10./11.03.18 in Siegen**

Wie gewohnt startete das Seminar mit sabaki, diesmal zur Harmonisierung der Gesamtbewegung bei zwei Angreifern. In dieser harmonisierten Bewegung lassen sich mühelos Techniken einsetzen, wie etwa ikkyo ura, mit denen die Angreiferbewegungen sukzessive zu einem sinnvollen Endpunkt geführt werden können. Auf die Technik kotegaeshi ging Sensei Reiner Brauhardt dann intensiver ein und demonstrierte, dass dieses Ergebnis sich auch mit anderen Eingangsbewegungen erzielen lässt. Über den kotegaeshi ging es dann auch nahtlos zu tanto dori über. Sensei machte auf entstehende Lücken aufmerksam, wenn die Technik nicht sauber ausgeführt wird, aber auch gleichzeitig auf henka waza Möglichkeiten für den nage, wenn uke versucht, diese Lücken zu nutzen; so etwa den Ausweg udegarami oder in einem anderen Übungsbeispiel den Ausweg kaitennage aus einem missglückten aikiotoshi. Gezielt zur Prüfungsvorbereitung endete der Tag mit gruppenweisem nage waza embu und ushiro waza.

Das Waffenseminar am Sonntag widmete Sensei Brauhardt ausschließlich der Vertiefung der Prüfungsformen des Aiki-Jo/Aiki-ken, die in den Grundlagen auch für Danprüfungen im Aikido relevant sind. Mit dem bokken waren dies die 4er Partnerübung und die kumitachi Formen 1a bis c. Auch für fortgeschrittene Teilnehmer ist es immer wieder erhellend, welche Feinheiten und Zusammenhänge es dabei in den Bewegungsabläufen zu entdecken gilt.

Weiter auf dem Programm standen die kentaijo Formen 1 und 2 und mit dem Jo die kumijo Formen 1 und 2. Zum Abschluss gab Sensei den Teilnehmern die Gelegenheit in einem Jo randori gelernte Jo Formen fließend zu verbinden.