

Seminar Intensiv VI am 16./17.06.18 in Siegen

Sensei Reiner Brauhardt hielt das Programm dieses Seminars bewusst schmal, um ohne Druck die Feinheiten einzelner Techniken sehr tief ausloten zu können. So ließ er die teilnehmenden Aikidoka zunächst ausführlich den sumiotoshi erkunden. Die "Eckenkippe" ist eine der Grundtechniken des Aikido, wird häufig ausgeführt und umso schneller schleichen sich unbemerkt sowohl bei nage als auch bei uke Fehler bei der Ausführung ein, die ein richtiges Verständnis dessen, was da vor sich geht, überdecken. Deshalb korrigierte Sensei immer wieder die Bewegungsabläufe der Übenden in Timing und Stellung zum Partner, um echtes kuzushi zu erreichen und vor allem bis zum Abwurf zu halten. Damit ließen sich dann auch Übungen, in denen diese sumiotoshi Elemente enthalten waren, wie tenchinage, sumiotoshi im jo waza oder mae kubishime vernünftiger ausführen. Zum Abschluss konnten die Teilnehmer gruppenweise in randori gegen mehrere Angreifer unter zeitlichem Druck das Gelernte festigen.

Auch im Waffenteil des Seminars beschränkte sich Sensei auf wenige Techniken, um intensiver an den Feinheiten arbeiten zu können. Die kumitachi 1a-c nahmen den breitesten Raum ein. Zur Komplettierung des Prüfungsprogramms ließ er auch einige Durchläufe der kumitachi 2 und 3 üben. Ausführlicher wurde es danach wieder mit der bokken kata 1, die neben der Einzelausführung auch breit mit vier Angreifern geübt wurde.