

Aikido AG

In diesem Schuljahr konnten 20 Teilnehmer in zwei AGs (Ober- und Unterstufe) die Kunst des Aikido lernen. Die Grundidee dieses Kampfsports besteht darin, dass man sich selbst verteidigt, ohne dabei den Gegner verletzen zu müssen. Die meisten Abwehrtechniken enden in einem Hebelgriff oder der Angreifer wird geworfen. Im Training rollt er dann ab, was bereits von der ersten Stunde an geübt wird. Anfangs haben wir nur einfache Angriffe abgewehrt, wie das Greifen einer Hand, später auch kompliziertere wie ein Schlag auf den Kopf oder das Packen beider Hände. Natürlich haben wir diese Angriffsformen in den unterschiedlichsten Varianten geübt. Besonders beliebt bei den Teilnehmern waren die Techniken mit Waffen, so zum Beispiel mit Messern, Schwertern oder Flaschen, zum Üben natürlich aus Holz oder Kunststoff.

合
氣
道



Ein Highlight war die Teilnahme am Aikido-Landeslehrgang am 13. 3. 2010, wo wir mit acht AG-lern stark vertreten waren. Für das kommende Schuljahr ist geplant, eine AG speziell für Mädchen anzubieten.

Thomas und Andreas Pahler

