

An die Mitglieder  
des Österreichischen Aikidoverbandes



via E-Mail-Verteiler an die Dojos

**Österreichischer Aikido Verband** **Austrian Aikikai Alliance**

Gegründet/founded **1978**  
ZVR 877286152

Mitglied/Member info@AAAikido.at  
Aikikai So Hombu, Tokio, Japan www.AAAikido.at

# Einladung zum TRAINER-Lehrgang in Niederöblarn 27. – 29. September 2024

im UNION Bundessportzentrum in 8960 Niederöblarn

## Freitag, 27. September 2024:

bis 18:00 Ankunft, Zimmer  
bis 19:00 Abendessen  
19:00 – 20:30 Training  
Anschließend gemütliches Zusammensein

## Sonntag, 29. September 2024:

08:00 – 09:30 Frühstück  
09:30 – 11:30 Training  
11:30 Urkundenverleihung und  
Verabschiedung

## Samstag, 28. September 2024:

07:00 – 08:00 Training  
08:00 – 09:30 Frühstück  
  
09:30 – 12:30 Training  
12:30 – 14:30 Mittagessen  
  
14:30 – 17:30 Training  
optional Dan-Prüfung  
Urkundenverleihung  
  
17:30 – 18:30 Abendessen  
  
18:30 - 20:30 Dojo-Ausschuss  
Anschließend gemütliches Zusammensein

## Anmeldungen / Stornierung:

**Kosten** je Teilnehmer: EUR 85,00

Anmeldungen bitte verbindlich bis spätestens **1. August 2024** gesammelt je Dojo an Stephan Piber [stephan@piber-architektur.at](mailto:stephan@piber-architektur.at) melden.

Die Teilnahmegebühr ist bei Anmeldung je Dojo gesammelt im Voraus auf das Verbandskonto zu überweisen.

Eine **Stornierung** der Anmeldung ist nur an die o.a. Emailadresse zu richten. Bei einem Storno werden die Stornokosten des Bundessportzentrums zu 100% dem Verein verrechnet (Ausgenommen Krankheit mit Arztbestätigung).

*Für den Österreichischen Aikidoverband*

Der Präsident  
Markus Herzl, e.h.

Der Generalsekretär  
David Walpitscheker, e.h.

Liebe Freunde,

Wir haben zwar gerade erst die zweite Hälfte des Jahres erreicht, aber im Hintergrund laufen bereits wieder die Vorbereitungen auf unseren traditionellen ÖAV-Lehrgang im Herbst in Niederöblarn. Der Vorstand ist schon fleißig am Organisieren. Nun wurde ich daran erinnert, dass es an der Zeit wäre, ein paar Gedanken zu unserer Arbeit dort auf der Tatami zu Papier zu bringen.

Ich denke, ich möchte für unsere Recherche am Trainerlehrgang ein Rahmen-Thema auswählen, das einerseits an unser letztjähriges (SHIDO 指導) anschließt und das uns andererseits nicht unnötig einengt, damit wir uns auch mit den Fragen und Überlegungen beschäftigen können, die Ihr mitbringt.

Deswegen habe ich dafür KEIKO 稽古 ausgewählt. KEIKO wird der Einfachheit halber oft mit dem Wort Training übersetzt. Es lohnt sich aber, etwas genauer hinzusehen. Der vordere Teil des Ideogramms, KEI 稽, bedeutet „Erforschen“, „Prüfen“, wie wir es z.B. aus dem Begriff MITORI GEIKO („sehen-nehmen-keiko“, d.i. wenn wir einmal nicht fit sind und deswegen (nur) zusehend am Keiko teilnehmen). Die zweite Silbe, KO 古, steht für das Alte, für das Erlebte (z.B. KO wie in KOBUDO für die alten Kriegskünste, oder KO mit RÉN 古人 für „alter Knacker“...).

Zusammengenommen können wir darunter also unser Training verstehen, in dem wir das Gesehene, das Erfahrene ühend reflektieren und unsere technische (und wohl auch menschliche) Entwicklung auf der Tatami damit in Beziehung zu setzen. Durch Wiederholung unserer tradierten Übungen und stete Prüfung unserer Bewegungen, kann es uns gelingen, unsere Technik zu verfeinern, unseren Verstand zu schärfen und unseren Geist von unnötigen, mentalen Beeinträchtigungen wie Angst, Wut, Übermut etc. zu befreien.

Unser Rahmen-Thema, KEIKO 稽古, bietet uns viele Möglichkeiten der Recherche. Wie gesagt, können wir an das Thema des letzten Jahres, SHIDO 指導, anschließen und uns fragen: wie wollen wir im Keiko lehren, wie weit unsere Studierenden führen und wann sollten wir ihnen besser Freiheiten zugestehen, um ihre Entwicklung nicht zu behindern? Wir können uns aber auch mit den unterschiedlichen Methoden des KEIKO, wie HITORI GEIKO („alleine“), IPPAN GEIKO („durch Beispiel“) oder HIKITATE GEIKO („geführtes Üben“) etc. beschäftigen. Oder, wir reflektieren ühend gemeinsam welche Inhalte (z.B. JUMBI DOSA, KIHON GI, OYO GI usw.) im KEIKO Platz finden sollten und arbeiten daran, wie wir die Prinzipien des Aikido über das Üben der Techniken vermitteln.

Auf jeden Fall können wir Markus, der ja nicht nur ein hervorragender Aikidoka und Trainingspartner, sondern zu unserem Glück auch ein bewundernswert resilienter Präsident ist, sowie dem Team um David, Stephan, Christian und unseren Freunden vom Vorstand dankbar sein, dass sie sich in gewohnter Weise darum bemühen, dass wir wieder in dieser wundervollen Umgebung unserer Leidenschaft AIKIDO gemeinsam nachgehen können.

Ist das alles nicht ein guter Grund, uns auf unser KEIKO beim Herbst *gasshuku* in Niederöblarn, auf die Inspirationen die wir wieder durch unser Üben dort haben werden und nicht zuletzt auch auf unser feuchtfröhlich geselliges Zusammensein nach einem bereichernden und schweißtreibenden KEIKO zu freuen?

Alles Gute einstweilen und hoffentlich bis dann

Frank