

Haigerloch (Baden-Württemberg) **Lehrgang mit Doshu Yoshigasaki**

SÜDWEST PRESSE

HOHENZOLLERISCHE ZEITUNG

UNABHÄNGIGE TAGESZEITUNG FÜR DEN MITTELBEREICH HECHINGEN

27.09.2008

"Junge Hüfte" als Ziel

Internationales Aikido-Seminar in der Witthauhalle Haigerloch

Haigerloch entwickelt sich immer mehr zu einem sportlichen Aikido-Zentrum. Jüngst vermittelte Großmeister Sensei Yoshigasaki sein Wissen und die Teilnehmer kamen aus ganz Europa ins Felsenstädtchen.

EBERHARD WAIS

Haigerloch. Ein weiteres internationales Aikido-Seminar mit dem Großmeister Sensei Yoshigasaki fand dieser Tage in der Witthauhalle in Haigerloch statt.

Die Ki-Aikidoschulen von Haigerloch, Hechingen und Balingen organisierten das Seminar, zu dem 42 Aikidoka aus Deutschland, Italien, der Schweiz und auch aus Österreich und England anreisten.

Auf einer Mattenfläche von 250 Quadratmetern konnten sie sich intensiv mit den verschiedenen Techniken und Übungen auseinandersetzen.

Sensei Yoshigasaki hatte ein umfangreiches Programm zusammengestellt, das neben vielen Übungen zur Körperwahrnehmung und Meditation auch sieben Tsuzukiwaza umfasste. Eine Tsuzukiwaza ist eine festgelegte Abfolge von sechs bis sieben verschiedenen Aikido-Techniken. Das Ziel ist, die Abfolge als harmonisches Ganzes auszuführen. Es sei nicht das Wichtigste, dass die Techniken funktionieren und der Uke (Angreifer) möglichst hart auf die Matte fliege, so Sensei Yoshigasaki vielmehr müsse der Uke vor allem so geführt werden, dass es eine gemeinsame Bewegung von beiden Partnern ergebe. Erst dann sollte die Technik weiter verfeinert werden.

Zahlreiche Übungen sollten den Aikidoka helfen, "junge Bewegungen" auszuführen. Oft werde die Hüftbewegung vernachlässigt und die Techniken seien weniger dynamisch. Eine lockere, "junge" Hüfte sei eine wichtige Voraussetzung, um die Energie des ganzen Körpers einzusetzen. Am Ende des Lehrgangs absolvierte Yves Opizzo seine Prüfung zum Okuden. Dies ist die höchste Ki-Prüfung und Voraussetzung für den 4. Dan. Bei den Ki-Prüfungen werden unter anderem ein sicherer Stand und eine ruhige Körperhaltung getestet. Allgemein wurde die Veranstaltung sehr gelobt.



Sensei Yoshigasaki mit Yves Opizzo als Uke



Gutes Wetter bringt auch gute Stimmung