

Wurf- und Falltechniken schwieriger als sie aussehen

Erding – „Mit diesem regen Interesse hatten wir nicht gerechnet“, freute sich Andreas Pöhlmann, einer der Initiatoren des Aikido-Probetrainings. Über Internet und lokale Presse hatte er mit Christian Münster nach einer geeigneten Trainingsmöglichkeit für Aikido in Erding gesucht. Die Karateabteilung des TSV Erding bietet nun den rechtlichen und sportlich geeigneten Rahmen.

Mit Tom Löweke (3. Dan) wurde ein versierter und erfahrener Trainer gefunden. Über 25 Interessierte fanden sich in der Sporthalle der Grundschule am Grünen Markt ein. Da die meisten Teilnehmer neu zur japanischen Kampfkunst kamen,

gab es zunächst viel Hintergrundinformation. So wurden von Löweke und Geli Weißbacher (3. Dan) Schwerttechniken sowie einige eindrucksvolle Verteidigungs- und Wurftechniken vorgeführt. Die Schüler übten sich in der Fallschule. Was beim Zusehen so einfach aussah, entpuppte sich doch oft komplexer als angenommen.

Beim Aikido gibt es keine Wettkämpfe oder Meisterschaften. Es werden zwar Prüfungen abgelegt, diese dienen jedoch vor allem der eigenen Motivation und der Feststellung des eigenen Leistungsstandes. Im Training werden zum weißen Gi (Anzug) weiße Gürtel (ab dem 1. Dan schwarzer Gürtel und



Kampfkunst mit dem Holzschwert demonstrierten die Aikido-Trainer Geli Weißbacher (l.) und Tom Löweke den interessierten Besuchern des Probetrainings.

FOTO: BAUERSACHS

schwarzer Hakama, eine Art Hosenrock) getragen. Für den Anfang ist leichte, lange Sportkleidung ausreichend. „Diese defensive Kampfkunst ist für alle Altersgruppen, für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet;“ erklärte Münster. „Langfristig möchten wir auch ein eigenes Kindertraining anbieten.“

Trainiert wird jeden Freitag von 20 Uhr bis 21.30 Uhr in der Turnhalle der Grundschule am Grünen Markt. „Weitere interessierte Teilnehmer sind zu einem Schnuppertraining eingeladen,“ sagt Pöhlmann. Aikido werde durch Erleben gelernt, nicht durch Zusehen.

Kontakt unter www.aikido-erding.de.

beet