

Seminar Intensiv I am 18./19.01.20 in Siegen

Die Winterpause ist vorüber und die ACI nimmt die jährliche Reihe der Intensivseminare wieder auf mit dem Kernthema ki musubi. Sensei Reiner Brauhardt hat hierzu einige eher nicht so gebräuchliche Bewegungsabläufe ausgewählt und in einem kleinen Dreierblock zusammengestellt: kokyunage gegen munetori, kokyunage gegen jodantsuki und hijikimeosae (rokkyu) gegen shomenuchi. Das bot hinreichend Übungsstoff, um in die Angriffsbewegung des Übungspartners einzutreten ohne ihn dabei zu behindern oder gar zu blocken und dann fließend Einfluss auf den weiteren Bewegungsablauf zu nehmen. Dass dies nicht auf eine zaudernde oder zögerliche Weise, sondern mit Konsequenz und Entschlossenheit geschieht, ist für Sensei ein wesentlicher Punkt, den er in der Folge dadurch verdeutlichte, dass der Angriff mit dem tanto erfolgte.

Als weitere Übungsbeispiele und als Wiederholung dienten anschließend die drei festgelegten tandodori Formen für die Prüfung zum 1. Dan.

Frei entfalten konnten sich die Teilnehmer in kurzen jiuwaza Sequenzen mit vorgegebener Antworttechnik. Zum Abschluss waren alle noch einmal gefordert, sich für eine gute Ausführung der katame waza kata zu konzentrieren.

Auch mit dem Waffentraining am Sonntag forcierte Sensei die Thematik des Vortages.

7er Partnerübung mit dem Jo, Kumijo 1-6, ki musubi no tachi sowie eine kotegiri Partnerübung mit dem bokken brachten die Teilnehmer sowohl körperlich als auch geistig ins Schwitzen.

Ein gelungener Einstand ins neue Jahr!

