

## SPORT AUS DER REGION NEUMARKT

MELDUNG VOM 11.02.2010, 12:33 UHR

**Aikido etabliert sich beim ASV**

Rund 30 Interessierte weiblichen und männlichen Geschlechts im Alter von zwölf bis 58 Jahren finden sich regelmäßig im neuen Dojo des ASV für die gemeinsame Schulung von Körper und Geist ein. Die Techniken im Aikido sind so ausgelegt, dass dem Ausführenden weniger Kraft, aber dafür höhere Genauigkeit abgefordert werden.

Die Energie des Angriffs wird so umgelenkt, dass diese nicht nur ihr Ziel nicht mehr erreicht, sondern häufig auf den Angreifer zurückfällt. Jetzt fand die erste Kyu-Prüfung der aktivsten Aikidokas statt. Der jüngste Prüfling war 16 Jahre, der Älteste 54 Jahre alt. Unter den Augen der beiden Prüfer des Bayerischen Aikidobundes legten alle 16 teilnehmenden Aikidokas die Prüfung zum 5. Kyu erfolgreich ab. Zur Prüfung waren Angriffe, die das Festhalten der Hände zum Ziel haben, wie Katate-tori, Ryote-tori und Katate-ryote-tori mit den Stand- und Bodentechniken Shiho-Nage und Ude-osae abzuwehren.

Aikido ist aber nicht nur eine sehr wirksame Selbstverteidigung, sondern auch eine besondere Art der Lebensführung und -einstellung. Die Silben AI, KI und DO bedeuten frei übersetzt: Weg des harmonischen Geistes. Darum gibt es auch keine Wettkämpfe und jeder bestimmt seinen persönlichen Einsatz selbst.

Der nächste Einstiegslehrgang für Anfänger beginnt am 2. März um 18Uhr im Dojo des ASV-Sportzentrums. Es werden in zehn Trainingseinheiten die Fallschule und Grundübungen geschult. Im Anschluss folgt die Aufnahme in die Hauptgruppe. Mehr Informationen unter [www.asv-neumarkt.de](http://www.asv-neumarkt.de).



Die Kampfkunst Aikido hat beim ASV Einzug gehalten.

**Freitag, 12.02.2010**

**URL:**[http://www.mittelbayerische.de/sport/neumarkt/sport-aus-der-region-neumarkt/artikel/aikido\\_etabliert\\_sich\\_beim\\_asv/520256/aikido\\_etabliert\\_sich\\_beim\\_asv.html](http://www.mittelbayerische.de/sport/neumarkt/sport-aus-der-region-neumarkt/artikel/aikido_etabliert_sich_beim_asv/520256/aikido_etabliert_sich_beim_asv.html)