



Interview mit dem Projektteam Dojo-Beleuchtung

Hans-Jörg: Das Beleuchtungsprojekt hat ja schon an der Generalversammlung für Diskussionen gesorgt. Wie habt ihr diese Phase erlebt?

Jean Philippe: Ja, das war tatsächlich eine intensive Zeit. Es gab Unstimmigkeiten in Bezug auf das Projektbudget. Aber im Nachhinein muss ich sagen: Diese Diskussionen waren wertvoll. Durch den Findungsprozess konnten wir die Kosten deutlich reduzieren und blieben unter dem von der GV bewilligten Budget, ohne dabei Kompromisse bei der Qualität zu machen.

Yves: Genau. Wir mussten zurück ans Reissbrett und haben uns gefragt: Was brauchen wir wirklich? Das war am Anfang nicht einfach, aber es hat uns gezwungen, kreativ zu denken.

Dani: Darüber hinaus mussten wir unsere Pläne dann auch noch von den Besitzern und Verwaltern der Liegenschaft absegnen lassen.

HJ: Ihr habt euch dann auch bei der Anzahl der Lampen angepasst, oder?

Dani: Richtig. Es gab Zweifel, ob wir wirklich so viele Lampen brauchen wie ursprünglich geplant. Wir haben uns dann auf etwas weniger Lampen geeinigt, was auch dem Budget entgegenkam. Auch die Frage, ob es «Dimmer» braucht wurde an der Generalversammlung aufgebracht und in den Folgemonaten kritisch diskutiert. Im Nachhinein denke ich, es war ein guter Kompromiss zwischen optimaler Beleuchtung und finanzieller Vernunft und die Erfahrung und das hartnäckige Nachhaken von Marianne haben uns hier schlussendlich auch weitergebracht.

HJ: Ihr habt die Clubmitglieder aktiv in den Entscheidungsprozess einbezogen. Wie lief das ab?

Jean Philippe: Wir haben im Mai zwei Round Tables organisiert, bei denen wir uns nach dem Keiko trafen und Clubmitglieder ihre Vorstellungen und Bedenken äussern konnten. Das war uns sehr wichtig – schliesslich ist es das Dojo von uns allen.

Yves: Diese Konsultationsrunden waren aufwändig, aber konstruktiv. Der Vorstand hat danach entschieden, wo wir gewisse Anpassungen vornehmen und wo wir bei der Ursprungsidee bleiben. So fühlten sich alle gehört und mitgenommen.

HJ: Was waren für euch die Highlights während der Umsetzung?

Dani: Ganz klar der Teamspirit! An den Tagen, an denen die Mitglieder mitgeholfen haben, waren zeitweise über 10 Personen gleichzeitig im Einsatz. Das war unglaublich. Sehr geholfen hat auch, dass unter der Leitung von Herbert verschiedene helfende Hände bereits im Juni mit der Demontage ungenutzter Halterungen begonnen hatten.

Fortsetzung Seite 2, breite Spalte



Mitgliedergalerie:

Ueli Spühler-Yonekura

Aufgewachsen ist Ueli, Jahrgang 1953, in Bülach, wo er auch heute, zusammen mit seiner Frau, wieder im ehemaligen Elternhaus lebt.

Dass Japan der bestimmende Faktor in seinem Leben werden sollte, zeigte sich schon 1973, als er nach Abschluss seiner Berufslehre mit der Transsibirischen Eisenbahn für einige Wochen dorthin reiste. Die Freundlichkeit der Japaner und die Schönheit des Landes, die er bei seiner Reise kennenlernte, begeisterten ihn sehr, wie er mir erzählte.

Nach der Rückkehr in die Schweiz begann Ueli sein Studium am Technikum Winterthur, Fachrichtung Maschinenbau, praktizierte zwei Jahre lang Jiu-jitsu und ein Jahr Judo und lernte – in Bülach – seine zukünftige Frau, eine Japanerin, kennen.

Aus der gemeinsamen Asienreise 1979, u.a. mit dem Besuch von Kagoshima, dem Heimatort seiner Frau auf der Insel Kyushu, wurde schliesslich ein zweijähriger Aufenthalt, obwohl es zunächst Probleme mit der Aufenthaltsbewilligung gab. Als Voraussetzung für ein längerfristiges Visum musste Ueli den Nachweis erbringen, dass er sich ernsthaft und praktisch mit der japanischen

Fortsetzung Seite 2, schmale Spalte

Kultur auseinandersetzt. Per Zufall gab es eine Aikido-Demo des örtlichen Manseikan Aikido-Clubs. Ueli hatte Freude an den eleganten und wirksamen Bewegungen, wurde als Mitglied aufgenommen und konnte, weil er intensiv trainierte, schon nach 2 Jahren die Prüfung zum 1. Dan ablegen. Parallel dazu praktizierte er Kyudo, das traditionelle jap. Bogenschiessen, und auch die Rituale der jap. Teezeremonie.

Von 1982 bis 2005 (mit Unterbruch 1990 bis 1992, als Ueli beruflich in Tokyo lebte) war er Mitglied und Trainer beim Judo und Aikido Club Bülach. 2005 wechselte er zum Aiki-Kai Zürich, wo er die letzten Jahre regelmässig am Donnerstagmittag auf den Matten anzutreffen war. Beim Training mit Ueli schätzte ich insbesondere seine klaren, dynamischen und sicher ausgeführten Bewegungen.

Weil gesundheitliche Probleme für ihn immer einschränkender wurden, entschied sich Ueli Ende 2024 (schweren Herzens) mit Aikido aufzuhören.

Dieter Hoffmann

CLUB NEWS

Gradierungen

Am 23. März 2025:

- 5. Kyu: Michael Niebler
- 5. Kyu: Andrea Suter
- 5. Kyu: Luiz Morales
- 3. Kyu: Jan Buchmeier
- 2. Kyu: Mik Gruber

Am 21. Mai 2025:

- 6. Kyu: Gabriela Smrckova

Am 15. November 2025:

- Dario Zeo, 3. Dan

Am 19. November 2025:

- Patrick Hari, 5. Kyu

Herzliche Gratulation an Alle!

Jean Philippe: Ja, die Leute haben über mehrere Stunden angepackt:

Bodenmatten abdecken und schützen, Lampen auspacken und vorbereiten, die Decke streichen, überzählige Kabel zurückstossen, aufräumen... und am Ende natürlich alles wieder abbauen und putzen. Alle arbeiten zusammen an einem gemeinsamen Ziel – das war wirklich das Schönste am ganzen Projekt. Das zeigt, was für einen tollen Verein wir haben.

HJ: Wie lange hat das Projekt schlussendlich gedauert?

Dani: Wir waren tatsächlich schneller als gedacht! Ursprünglich hatten wir zwei Wochen Arbeit eingeplant und ich war bis zuletzt ein wenig nervös, ob wir genügend Helferinnen und Helfer finden würden. Denn da wir den regulären Übungsbetrieb möglichst wenig tangieren wollten, wurde die Umsetzung mitten in den Sommerferien durchgeführt. Aber nach 10 Tagen war die Arbeit grösstenteils getan!

Jean Philippe: Das ist vor allem den vielen fleissigen Helferinnen und Helfern zu verdanken. Zu Beginn sind wir schneller vorangekommen als vorgesehen, weil einfach so viele mit angepackt haben.

HJ: Was nehmt ihr aus diesem Projekt mit?

Jean Philippe: Dass gemeinsam vieles möglich ist – auch wenn der Start holprig war. Die Diskussionen haben uns am Ende ein besseres Projekt beschert.

Dani: Und dass unser Club grossartig ist. Die Bereitschaft, mit der alle mitgeholfen haben, war überwältigend.

HJ: Vielen Dank für das Gespräch und herzlichen Dank an alle Helferinnen und Helfer!



J+S Leiterkurs Aikido

Jugend+Sport (J+S) ist ein Förderprogramm des Bundes für Kinder und Jugendliche, die in Vereinen, Verbänden und anderen Jugendorganisationen aktiv sind. Es fördert den Breitensport durch die finanzielle Unterstützung von Vereinen, Kursen und Lagern. Es bewegt etwa 650'000 Jugendliche pro Jahr in rund 85 Sportarten.

Aikido war bisher nicht dabei. Im Jahr 2020 hatten mehrere Leitende aus den grösseren Aikido-Verbänden der Schweiz die Organisation «Aikido Jugend Schweiz» (www.aikidojs.ch) aufgebaut und ein Konzept zusammengestellt. Dieses wurde beim BASPO (Bundesamt für Sport) eingereicht mit dem Gesuch um Aufnahme ins Förderprogramm. 2022 wurde die Bewilligung erteilt und die ersten beiden Leiterkursen fanden dann 2024 statt. Beim Ausarbeiten des Konzepts stellten sich die Autor*innen die Fragen: Was macht Aikido aus? Was ist speziell? Woran erkennt man Aikido? Aus den Erkenntnissen leiteten sie die Erscheinungsformen des Aikido ab (siehe Tabelle). Daraus ergibt sich die Frage: Wie unterrichten wir mit spielerischen Elementen, aber doch konzentriert?

In diesem September fand nun der dritte Leiterkurs im Sportzentrum Magglingen statt. Von unserem Club nahmen Barbla Früh und Bruno Vollenweider teil, die ja unser Kindertraining leiten. Der Kurs dauerte sechs Tage, vom Sonntag bis Freitag. Sie wohnten im Hotel des Sportzentrums, gutes Essen wurde in der Kantine aufgetischt. Insgesamt waren es rund 40 Teilnehmer, die am Kurs teilnahmen. Sie kamen aus allen grösseren und auch kleineren Aikido-Verbänden der Schweiz. Was Barbla und Bruno sofort auffiel und sie begeisterte, war, dass die Zugehörigkeit zu einem Verband, die Art, wie eine Technik ausgeführt wird, und auch die Gradierung keine Rolle spielte. Es war eine grosse Einheit, die ein gemeinsames Ziel verfolgte.

Fortsetzung Seite 3, breite Spalte

Erscheinungsformen - Aikido

Stand: 20.11.2023

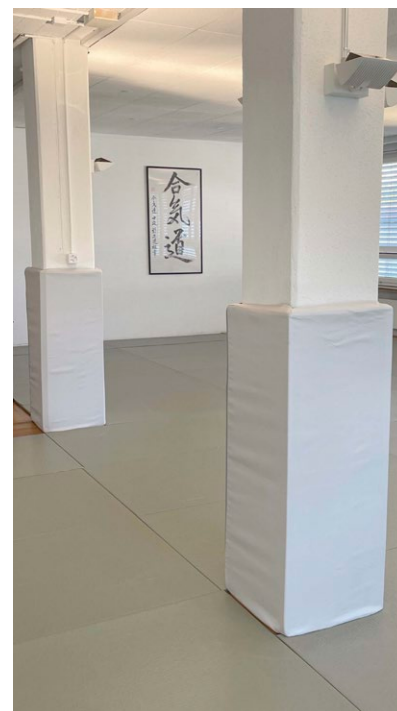
Nr.	Einteilung	Erscheinungsform
1	Körperbewegungen	Sich stabil mit tiefem Schwerpunkt fliegend über die Matte bewegen mit bewussten, schnellen Drehungen und Richtungswechseln.
2		Aikidoka weichen einem Angriff rechtzeitig aus und nehmen eine den Angreifenden überlegene Position ein.
3	Rollen & Fallen	In jede Richtung sicher Rollen und Fallen und dynamisch wieder Aufstehen in eine stabile, aufrechte Position.
4	Angriffstechniken	Kontrollierte und präzise Schlagangriffe auf verschiedene Körperstellen des Partners oder der Partnerin.
5		Kraftvolle Griffe aus verschiedenen Richtungen an verschiedenen Körperstellen um den Partner oder die Partnerin kontrollieren zu können.
6	Verteidigungstechniken	Aikidoka führen die Angriffsenergie eines Partners oder einer Partnerin fliegend weiter zum Ausführen einer effektiven Wurf- oder Festhaltetechnik.
7		Aikidoka lösen sich geschickt aus einem Griff um anschliessend die Angreifenden zu werfen oder festzuhalten.
8	Ethik	Aikidoka erleben Gemeinschaft durch die Etikette und der respektvollen Pflege der Rituale.

Tragt Sorge zum Dojo!

Die Stoffverkleidungen an den Säulen sind nicht so stark, dass man sie misshandeln kann. Die Polster sind als Schutz beim Hinfallen konzipiert. Seht bitte ab von absichtlichem Boxen, Kicken und vor allem von Jo-Tzukis. Für gewaltsame Übungen sind die Kissen da.

Die Verkleidungen waren sehr beschädigt und wurden jetzt wieder von Marianne Crivelli repariert und gebügelt.

Also bitte Sorge tragen!



CLUB NEWS

Stages

17. Januar 2026
FSA-TK
Aikido-Dojo Sion

30. Januar - 1. Februar 2026
Stéphane Benedetti Shiha (7. Dan)
Aiki-Kai Zürich

14. - 15. März 2026
Gilles Allioud Shiha (7. Dan)
Budokan Lausanne

9. Mai 2026
FSA-TK / Dan-Prüfungen
Aiki-Kai Zürich

Weihkido

Das Dojo ist geschlossen ab dem 21. Dezember 2025, ausser Weihkido-Keikos mit anschliessendem Apéro am

Montag, 22. Dezember
18:30-20:30 h

Montag, 29. Dezember
18:30-20:30 h



Ab Montag, 5. Januar 2026 beginnt wieder der normale Trainingsbetrieb.

Aiki-Kai Mitglieder-Info:

Rolf Zuberbühler
zuberbuehlerrolf@gmail.com

Hans-Jörg Wettstein
hjwtteinstein@greenmail.ch

Die nächste Ausgabe erscheint im Februar 2026.

Einzige Bedingungen für die Teilnahme am Kurs waren ein Alter ab 18 Jahren und der 1. Kyu. Und nur nach dem erfolgreichen Absolvieren eines Leiterkurses wird einem Verein eine finanzielle Unterstützung durch das BASPO gewährt.

Die Ausbildung war intensiv mit Theorie- und Praxisblöcken am Vormittag und Nachmittag. Unterrichtet wurde, wie ein bedürfnisgerechtes, aber auch spielerisches Training für Kinder und Jugendliche aufgebaut wird, bei dem Qualität, Sicherheit und ethisches Verhalten die Grundlagen bilden. Verschiedene Handlungsfelder wurden bearbeitet: Vermitteln von Aikido, Fördern der Kinder, Unterstützen der Selbstentwicklung. Auch das Umfeld, das Dojo und die Hilfsmittel sind wichtig. Zu jedem Thema gab es neben der Theorie auch praktische Übungen, in denen viele Ideen vorgeschlagen und diskutiert wurden. Zum Beispiel: Was kann man in welchem Alter mit Kindern tun? Wie organisiert man ein Aikido-Lager im Rahmen von J+S oder wie einen Familiennachmittag für Kinder, Eltern und Grosseltern mit vollem Programm, in dem die Kinder die Lektionen erteilen? Am Freitag, dem Abschlusstag, kam das Qualifikationsgespräch mit jeder Teilnehmerin, jedem Teilnehmer.

Der nächste Schritt ist nun, dass Barbla und Bruno den Aiki-Kai Zürich beim BASPO anmelden, sodass auch unserem Kindertraining eine finanzielle Unterstützung gewährt wird. Weiter wäre es sehr wünschenswert, dass sich andere Aikidoka aus unserem Club für die Teilnahme am J+S-Leiterkurs interessieren. Im 2026 findet dieser an zweimal 3 Tagen über das Wochenende statt. Genauere Angaben auf www.aikidojs.ch. Auch gibt es Kurse für 14-18-Jährige, die in zwei Tagen zu Coaches (Hilfstrainer*innen) ausgebildet werden. Interessenten für Kurse können sich bei Bruno melden.

Hans-Jörg Wettstein

(nach Gesprächen mit Bruno Vollenweider und Barbla Früh)

