

Jahresbericht des Präsidenten 2017

Ein Klub – viele Dojos – ein AIKIDO!

Wahrscheinlich wissen nur noch wenige Mitglieder, wieviele Standorte unser Dojo seit der Klub-Gründung im Jahr 1959 schon hatte: In den Anfangsjahren trainierten wir in einer Turnhalle des Schulhauses Kolbenacker in Zürich-Seebach. Der Umzug in unser erstes eigenes Dojo an der Eisfeldstrasse, ca. 1980, war ein wichtiger Meilenstein. Doch wir brauchten bald mehr Platz und zogen bereits 1983 weiter – an die Flüelastrasse in Altstetten, ins Fabrikgebäude der Firma Brieger. Weil sie die Räumlichkeiten selber brauchten, mussten wir 1989 ausserterminlich zügeln und erhielten dafür einen namhaften Betrag als Entschädigung (der Grundstein für unser Klub-Vermögen!). Zum Glück konnten wir ein sehr schönes Dojo an der Hardturmstrasse 76 beziehen, mit Blick auf die Limmat, wo wir viele Jahre blieben. Leider wurde dann die Liegenschaft in ein Bürohaus umgewandelt, so dass wir 2004 eine Tramstation weiter an die Hardturmstrasse 169 umziehen mussten. Der letzte Umzug im Jahr 2014 war jener in unser heutiges Dojo. Eins ist aber in all den verschiedenen Räumen gleich geblieben: Der Eifer und die Freude, mit der wir über so viele Jahre unser AIKIDO geübt haben!

Das alles war nur möglich mit sehr viel freiwilliger Arbeit und grossem Einsatz zahlreicher Klub-Mitglieder, vom Suchen der Lokalität bis zum Zügeln und neu Einrichten. Grossen Anteil daran hatten die Mitglieder des jeweiligen Klub-Vorstandes. Darum freut es mich sehr, dass an der ausserordentlichen GV im vergangenen Herbst Dani Perruchoud als Aktuar und Michi Graber als Kassier bereit waren, im Vorstand mitzuwirken und auch gewählt wurden. So sind die Aufgaben im Vorstand gegenwärtig verteilt:

Präsident	Rolf Zuberbühler
Vizepräsident	Hans-Jörg Wettstein
Mitgliederdienst	Bruno Vollenweider
Aktuar	Daniel Perruchoud
Dojo	Herbert Looser
Finanzen	Michael Graber
Infoblatt	Alexander Büchi

Für ihren Einsatz und ihre gewissenhafte Arbeit im Vorstand möchte ich meinen Kollegen ganz herzlich danken. Ohne viel Aufhebens erledigt Bruno die zeitraubende Arbeit für den Mitgliederdienst und Hans-Jörg putzt und räumt unser Dojo auf, organisiert Kimonos, räumt in den Schränken auf, usw. Alles Arbeiten, von denen die Mitglieder nur die erfreulichen Ergebnisse zur Kenntnis nehmen. Vielen Dank auch an Madeleine Zuberbühler, welche ausserhalb des Vorstandes den fehlenden Kassier ersetzte und die Buchhaltung 2016 und 2017 erledigte. Unser vorheriger Kassier Jürg Thöny ist ja zu unserer grossen Bestürzung am 28. Januar 2017 ganz plötzlich verstorben (die Abdan-
kung war dann am 22. Februar). Auch ein weiteres Mitglied ist letztes Jahr leider von uns gegangen: Tobias Schütte.

Unsere Trainings: Mi, 19.30 h bei Bruno Vollenweider

Bruno hat meist bereits das Keiko von Rolf um 6 Uhr besucht und gar das Kindertraining nachmittags um 4 Uhr zusammen mit Barbla geleitet, wenn er sich um halb acht erneut als Lehrer vor seine Schüler zur Begrüssung in Seiza begibt. Bruno beginnt mit Aikido-Techniken, die im Sinne des Aufwärmens langsam und zur Dehnung ausgeführt werden. Später erhöht er die Dynamik und ebenso die Komplexität der Bewegungsabläufe. Er kann dabei auf mehr als vierzig Jahre Aikido-Erfahrung zugreifen und er erklärt die Techniken reich mit Bildern illustriert, welche wichtige Prinzipien einfacher zugänglich machen. Brunos Keiko ist einer der drei Einführungskurse in unserem Dojo und so besuchen vorwiegend Schüler sein Keiko, welche eher am Anfang ihrer Aikido-Karriere stehen. Im Zentrum stehen so auch oft Basis-Techniken der ersten Kyu-Grade, welche in bevorstehenden Prüfungen gezeigt werden wollen. Hin und wieder baut Bruno Elemente von einem kürzlich erlebten Stage in seinen Unterricht ein und dann kommen die Teilnehmer in den Genuss, zentrale Erkenntnisse unserer Aikido-Inspirationsquellen wohl-
aufbereitet repetieren zu können und bestens angeleitet in die Tiefen der Aikido-Finessen einzutauchen. Ganz bestimmt kann jeder Schüler, jede Schülerin etwas von Brunos Expertise mitnehmen. Und so wird sein Keiko von den Schülern geschätzt und rege besucht.

Michael Graber



Mitgliedergalerie:

Pedro Nunez

Wenn es einen «roten Faden» gibt, der in Pedros Leben von Chile bis in die Schweiz reicht, dann ist es Karate. Er stand schon als Achtjähriger für kurze Zeit auf den Matten, trainierte später an der Uni in Valparaiso (Chile) und nach 2005 bei Karateclubs in Bern und Zürich. Nach insgesamt 13 Jahren Praxis und 2. Dan Karate hatte er Lust auf etwas Neues im Budo-Bereich.

Der Zufall wollte es, dass ihm auf einem Flohmarkt in Zürich eine alte Ausgabe des Buchs «Aikido Fundamental» von Christian Tissier in die Hände fiel. Pedro war von den Fotos in diesem Buch fasziniert und machte sich auf die Suche nach einem Aikidoclub. Weil er in Schlieren wohnt und im Zentrum von Zürich arbeitet, bot sich der Aiki-Kai förmlich an. Pedro machte 2015 Schnuppertrainings und ist seit 2016 Mitglied. Er trainiert intensiv und fühlt sich wohl im Aiki-Kai. Am meisten schätzt er das einmalig breite Trainings-Angebot, die vielen guten Lehrer und TrainingspartnerInnen – und das Neue, das es zu entdecken gilt, die Lockerheit und Eleganz der Aikido-Bewegungen oder das Üben mit Bokken und Jo – «sehr interessant!», wie er sagt.

Pedro hat in Chile Audio-Engineering studiert und ist heute als Videotechniker in der Schweizer Filmproduktion tätig. Seine Kreativität und sein Blick fürs Wesentliche – viele Fotos der letzten Ausgaben und die Bilder auf der neuen Website sind von ihm – haben unser Club-Journal wesentlich geprägt.

Dieter Hoffmann

Jetzt bleibt mir nur noch, unserem Klub und all seinen Mitgliedern ein glückliches, erfolgreiches (und hoffentlich mit schönem Wachstum verbundenes) 2018 zu wünschen!

Rolf Zuberbühler

Jahresbericht 2017 des TK-Präsidenten

Auch 2017 bot der Aiki-Kai Zürich wiederum Woche für Woche ein breites Übungsangebot und zusätzlich an neun Wochenenden die Möglichkeit, sich an Stages noch intensiver mit Aikido auseinanderzusetzen. Organisiert vom Aiki-Kai Zürich waren dies der Club Stage (Februar), die Stages mit Janet Clift Sensei (März), Stéphane Benedetti Shihan (April), Henri Avril Shihan (Juni), Hiroshi Ikeda Shihan (September) und Gabriel Valibouze Shihan (November). Weiter war unser Dojo Gastgeber für den FSA-Prüfungsvorbereitungslehrgang mit Didier, Christine & Rolf (Mai), sowie der Stages mit Claude Pellerin Shihan (September) und Tiki Shewan Sensei (Dezember). Darüber hinaus bot auch die FSA verschiedene interessante Lehrgänge an: neben dem traditionellen Wochenlehrgang im Sommer mit Tiki Shewan Sensei sowie Didier, Christine & Rolf, ist insbesondere der Stage mit Tsuruzo Miyamoto Shihan in Lausanne Mitte Juni zu erwähnen. Zusätzlich leitete in unserem Dojo Michael Friedl Shihan vom kalifornischen Aikidoverband CAA an einem Donnerstagabend im März als Gastlehrer ein Keiko und im September erhielten wir an einem Montag Besuch einer kleinen Gruppe von Aikidoka um Cyndy Hayashi Sensei aus Kalifornien. Den Jahresbeginn und -abschluss in unserem Dojo bildeten zwei traditionelle Osoji (Januar und Dezember).

Ich möchte an dieser Stelle meinen Kollegen der Technischen Kommission (TK), namentlich Alex, Barbla, Bruno, Hans, Herbert, Ivo, Michi Graber, Michi Müller, Michi Schnellmann, Rolf, Van Thang, für ihren unermüdlichen Einsatz herzlich danken. In diesem Gremium haben wir letztes Jahr unter anderem intensiv über die Neugestaltung unseres Stundenplans diskutiert. Hauptanliegen waren und sind das Wachstum und eine Verjüngung der Mitgliederbasis, sowie ein hochstehendes Aikido-Angebot durch Kombination der Erfahrung von etablierten und dem Elan von jüngeren Lehrern. Seit August stehen unseren Mitgliedern nun von Montag bis Donnerstag neu drei Abendlektionen offen. Das frühe Keiko wurde um 5 Minuten verkürzt (18.00 bis 19.20 h). Das zweite (19.30 bis 20.30 h) und dritte Keiko (20.30 bis 21.30 h) schliessen unmittelbar aneinander an und bauen inhaltlich aufeinander auf. Mit den Einführungskursen am Montagabend, Mittwochmittag und -abend haben wir bereits einige neue Mitglieder gewonnen. Die späten Lektionen am Abend sind leider noch nicht so gut besucht wie gewünscht. Aikido für Kinder bieten wir seit diesem Sommer leider nur noch am Mittwochnachmittag unter der hochgeschätzten Leitung von Barbla und Bruno an.

2017 haben mehrere Mitglieder unseres Clubs an zwei der drei Kyu-Prüfungsterminen ihr Können unter Beweis gestellt und im März und November 2017 erfolgreich ihre Prüfung abgelegt – noch einmal ganz herzliche Glückwünsche im Namen der gesamten TK! Darüber hinaus freue ich mich

- Bruno Vollenweider (Sandan verliehen durch Frank Doran Shihan)
- Hien Du Ngoc (Nidan abgelegt bei der TK der FSA in Zürich im Mai)

zu ihrer Dan-Promotion gratulieren zu dürfen. Beide Promotionen stellen eine wohlverdiente Anerkennung für jahre- und sogar jahrzehntelanges Üben dar.

Das Gewinnen von Neumitgliedern muss auch 2018 eines unserer gemeinsamen und zentralsten Anliegen bleiben. Unsere Homepage als Visitenkarte unseres Dojos spielt da eine wichtige Rolle. Unter der Leitung von Michi Müller ist letztes Jahr in kürzester Zeit und in ungezählten Stunden ein modernes, hell gehaltenes, übersichtliches und sehr ansprechendes virtuelles Aushängeschild unseres Clubs entstanden. Unsere neue Homepage lässt sich neben dem PC auch bestens auf dem Tablet und auf dem Handy lesen. Vielen Dank an Michi Müller für die gelungene Arbeit!

Wir sind weiterhin daran, Aikido in unserer Nachbarschaft bekannt zu machen. Neu ist einerseits die grosse Werbeblache an der Aussenseite unseres Dojos (vielen Dank Gion und Rolf). Andererseits werben wir seit diesem Jahr auch auf den neuen Social Media (merci vielmal Michi Graber) und seit Dezember ist ein Podcast zu Aikido und unserem Dojo auf dem Lokalradio «Radio Grünau» (<http://radiogruenau.gz-zh.ch/>) verfügbar, in dem Hans-Jörg und Rolf von Soren Berner zu Aikido befragt werden.

Im Januar 2018 konnten wir an der Zürcher Hochschule der Künste im Toni Areal Aikido zu André Fischer's Komposition «Zanshin» vorstellen (<https://www.zhdk.ch/aec/>). Wir hoffen, mit solchen Aktionen weitere neue Mitglieder anziehen zu können. Wichtig ist aber auch euer Engagement: Bitte sprecht auch in eurem Kollegen- und Freundeskreis über Aikido und motiviert Freunde und Bekannte zum Mitmachen. Mund-zu-Mund-Propaganda ist immer noch das effektivste Mittel, um neue Mitglieder zu gewinnen.

Ich freue mich auf viele intensive und inspirierende Begegnungen auf der Matte und wünsche euch allen ein gesundes und glückliches 2018!

Ehrendingen, 21.1.2018, Daniel Perruchoud (TK Präsident)



Dem Angriff entgegehen

Wir kennen es aus vielen Aikido-Techniken: Sekundenbruchteile bevor Ukes Hand meinen Unterarm greift, Sekundenbruchteile bevor Ukes Faust meinen Kopf trifft, bewege ich mich als Tori auf Uke zu. Dem Angriff entgegen: Das kann ein grosser, eintretender Schritt sein wie beim klassischen *Shomen uchi Irimi nage* oder nur eine kleine, kaum bemerkbare Verkürzung der Distanz durch leichte Körperverlagerung wie es bei *Katatedori gyakuhanmi Shiho nage* der Fall sein kann.

Das Entgegenkommen kurz vor dem Kulminationspunkt des Angriffs geschieht in der Regel nicht frontal, sondern unter Veränderung des Winkels zwischen Uke und Tori. Der Kontakt findet somit zeitlich früher, räumlich näher und vom Winkel her anders statt, als von Uke beabsichtigt. So hat Tori gute Karten, um Uke aus der Balance zu bringen, eine der wohl wichtigsten Voraussetzungen, dass die Aikido-Technik gelingen kann. Besonders zentral ist das dem Angreifer Entgegehen im *Randori*, also wenn Tori mehreren Ukes gegenübersteht. Durch das Entgegenkommen übernimmt Tori die Initiative und es fällt ihm leichter, die Kontrolle zu behalten. Dieses Prinzip lässt sich auch im klassischen Training mit einem Partner anwenden. Tori kann den Angriff geradezu auslösen, indem er eine gewisse Distanz unterschreitet, etwa bei *Suwari waza Shomen uchi Ikkyo*, wo Tori den Angriff durch das Heben des Arms Richtung Ukes Kopf initiiert.

Herausforderungen entgegehen, Initiative entwickeln, Kontrolle behalten trotz Chaos rund herum – vieles, was wir im Dojo üben, können wir auch im Alltag ausserhalb des Dojos bestens gebrauchen.

Alexander Büchi

CLUB NEWS

17. - 18. März 2018
Robert Dalessandro Shihan (6. Dan)
Budokan Lausanne

24. - 25. März 2018
Janet Clift Sensei (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

14. April 2018
Clubstage
Aiki-Kai Zürich

28. - 29. April 2018
FSA-TK
Aikido-Club Biel-Bienne

5. - 6. Mai 2018
Brahim Si Guesmi Sensei (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

26. Mai 2018
FSA-TK
Dan/Kyu Vorbereitung + Prüfung
Aiki-Kai Zürich

2. - 3. Juni 2018
Henri Avril Shihan (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

16. - 17. Juni 2018
Gilbert Milliat Shihan (7. Dan)
Budokan Lausanne

5. - 7. Oktober 2018
Hiroshi Ikeda Shihan (7. Dan)
Aiki-Kai Zürich

11. - 15. Juli 2018
FSA-Sommer-Lehrgang 2018
Tiki Shewan Shihan (6. Dan)
Didier Venard Shihan (6. Dan)
Rolf Zuberbühler (6. Dan)
Christine Venard (6. Dan)
Budokan Lausanne

Aiki-Kai Mitglieder-Info:
Alexander Büchi (AB)
Ehrendingerstrasse 45
5408 Ennetbaden
Tel: 056 210 90 50
alexanderbuechi@bluewin.ch
Nächste Ausgabe erscheint
im Juni 2018

Die Kanji des Aikido: Tai-Sabaki

karada saba
体 捌
TAI HATSU

In vielen japanischen Kampfkünsten, spricht man von **Tai-Sabaki** (体捌き), die Art den Körper zu bewegen. Das erste Kanji (体) bedeutet Körper, die *On*-Leseart ist <TAI> und die *Kun*-Leseart ist <Karada>. Man findet dieses Kanji in vielen Wörtern: **Tai-no-henko** (隊の変更): «die Verwandlung des Körpers», Tai-sō (体操): Gymnastik. Das Kanji 体 ist interessant: der linke Teil ist 亻, der Wortstamm für Mensch (人) und 本 ist der Wortstamm für Basis, Herkunft, Buch. 日本 (**Nihon**) ist dort, wo die Sonne herkommt, also Japan. **Honbū** (本部) bedeutet «der Hauptsitz», **Honbu-dōjō** ist das Haupt-Dōjō. Das zweite Kanji 捌 hat die *On*-Leseart <HATSU> und die *Kun*-Leseart ist <Saba>. Der linke Teil dieses Kanji ist 扌, der Wortstamm für Hand (手).

Matthias Wiesmann

Generalversammlung und Clubstage

Am Mittwoch, 14. März 2018 findet im Anschluss an Rolfs Training um 19.30 h unsere Generalversammlung statt. Die Einladung liegt dem Infoblatt bei. Der Vorstand freut sich auf eine rege Teilnahme!

Und: Am Samstag, 14. April findet von 10 – 12 sowie von 15 – 18 h unser Clubstage mit anschliessendem Clubfest statt. Ergreift diese Gelegenheit und seid mit von der Partie!

Der Aiki-Kai Zürich im Bild

