

Jahresbericht 2025

Vorstand

Der Vorstand des Aiki-Kai Zürich setzte sich 2025 wie folgt zusammen:

- Daniel Perruchoud – Präsident
- Michi Graber – Finanzen (Stellvertretung: Marc Zürcher)
- Marc Zürcher – Mitgliederwesen, Finanzen (Stellvertretung: Michi Graber)
- Jean Philippe Gross – Dojo (Stellvertretung: Yves Ebnöther)
- Yves Ebnöther – Aktuar (Stellvertretung: Jean Philippe Gross)

Wie im vergangenen Jahr reinigten wir Anfang März unser Dojo. Das «Osoji» fand wie immer bei guter Beteiligung vieler Helfenden statt und liess unser Dojo wieder in neuem Glanz erstrahlen. Ein herzliches Dankeschön an alle Mitglieder, die sich für diesen Anlass Zeit genommen und mitgeholfen haben.

Ebenfalls im März fand die GV statt. Als ein wichtiges Thema war der vom Vorstand ausgearbeitete Vorschlag zur Umsetzung der neuen, indirekten Dojo-beleuchtung traktandiert. An der GV wurde intensiv und kontrovers über Ausgestaltung und Budget diskutiert, im Nachgang wurden an zwei Abenden am runden Tisch im Dojo weitere Ideen und Optionen mit interessierten Mitgliedern erörtert. Dieser Austausch erwies sich im Nachhinein als wertvoll, da so eine sorgfältige Überprüfung und Präzisierung der Bedürfnisse resultierte, welche schliesslich in der Sommerpause zur Projektumsetzung führte - deutlich unter dem an der GV bewilligten Budget, ohne Abstriche bei der Qualität und ohne Pannen.

Während der Umsetzungsphase war der Teamgeist ausserordentlich: Zahlreiche Personen packten tatkräftig mit an, von vorbereitenden Demontagarbeiten über Schutz- und Malerarbeiten bis hin zur Montage, dem Aufräumen und der Schlussreinigung. Dank dieses grossen Engagements konnte das Projekt trotz Ferienabwesenheiten im Juli und August innerhalb von zwei Wochen termingerecht abgeschlossen werden. Im Namen des Vorstands ganz herzlichen Dank an alle Helferinnen und Helfer für den grossartigen Einsatz! Ein riesiges Dankeschön auch an Jean Philippe, der als Projektleiter im Vorfeld sehr viel Zeit investierte, Offerten einholte, innerhalb des Klubs Diskussionen führte und unter Einbezug der Liegenschaftsbesitzer alle Anliegen, Ideen und Bedenken für die finale Lösung einfließen liess.

Im Jahr 2025 haben zudem verschiedene Personen viel dazu beigetragen, dass unser Dojo einwandfrei funktioniert und wir uns wohlfühlen.

Vielen Dank an:

- Dieter für die regelmässigen, interessanten Beiträge in unserem Infoblatt.
- Hans für das Bereitstellen des Blumenschmuckes für das Kamiza,
- Hans-Jörg für die Unterstützung im Dojobetrieb und das Engagement beim Infoblatt,

Fortsetzung Seite 2, breite Spalte



Mitgliedergalerie:

Dario Zeo

Dario wurde 1986 geboren. Aufgewachsen ist er in Lichtensteig im Toggenburg, wo er die Schulen besuchte und eine Lehre als Polymechaniker machte. Nach deren Abschluss zog er ins Tessin. Zum Aikido kam er, indem er alte Video-Aufnahmen sah und vom dynamisch-athletischen Stil beeindruckt war. Ende 2008 begann er im Aikido-Club von Valerio Gianascio in Lugano, wo er bald die Prüfungen zum 6. und 5. Kyu ablegte. Sein erster Stage führte ihn zum Aiki-Kai Zürich, ein Stage mit Henri Avril.

2009 zog Dario nach Winterthur und beendete seinen Job als Polymechaniker. An der Kunsthochschule besuchte er den Vorkurs und da er abends frei hatte, kam er bis zu fünf Mal pro Woche ins Training zum Aiki-Kai. Er besuchte Keiko aller unserer Trainer und bei solch intensivem Trainieren legte er regelmässig Prüfungen ab, 2013 den 1. Kyu und 2014 dann den 1. Dan bei der Technischen Kommission der FSA.

2014 zog Dario für zwei Monate nach Paris und trainierte täglich bei Brahim Si Guesmi oder Philippe Cocconi, beide Schüler von Tamura Shihan und VDB (René Van Droogenbroeck).

Fortsetzung Seite 2, schmale Spalte

Zurück in Zürich besuchte Dario die Berufsmittelschule (BMS) und verdiente seinen Lebensunterhalt in der Gastro-Branche als Pizzabäcker. Im Jahr 2015 begann er sein Studium an der Hochschule für Gestaltung und Kunst Basel, das drei Jahre dauerte. Zuerst pendelte er, doch seit 2016 wohnt er in Basel. Er übte verschiedene Nebenjobs aus, wobei ihm die flexiblen Trainingszeiten im Aiki-Kai entgegenkamen. Er blieb unserem Club treu. Seine Haupttrainer sind seit langem Rolf und Dani.

Zwischen 2020 und 2023 absolvierte Dario die Hochschule der Künste Bern, die er mit dem Master in Contemporary Arts Practice abschloss. Im und nach dem Studium beschäftigte er sich mit Konzeptkunst und künstlerischer Textproduktion.

Mit Bravour bestand Dario 2021 die Prüfung zum 2. Dan und 2025 zum 3. Dan. Häufig besucht er Stages in der Schweiz, in Italien oder in Barcelona bei Stéphane Benedetti. Als Michi Graber ein Jahr auf seinem Atlantik-Törn war, übernahm er dessen Training am Mittwochabend, das beide jetzt im Tandem leiten.

Dario findet, Aikido ist etwas, das einfach guttut. Es ist dynamisch, flüssig, ohne Konflikt, leicht. Es ist wichtig zu spüren, was wir selbst und die Anderen miteinander machen. Und man lernt viel durch Ukemi. Aikido wird interessanter, je mehr man es macht.

Hans-Jörg Wettstein

- Jan für das Ausführen verschiedener Unterhaltsarbeiten im Dojo,
- Marianne für das Mitdenken beim Umbau und die Reparatur des Säulenschutzes,
- Michi Müller für die Pflege und Aktualisierung unserer Homepage,
- Ruedi für das Bestellen der Getränke.

Die Mitgliederzahlen haben sich 2025 unter dem Strich leider weiter rückläufig entwickelt. Bei den vollzahlenden Mitgliedern verzeichnen wir einen Rückgang von 12% (aktuell noch 43 Personen), bei den Kindern sogar von 50% (aktuell noch 7). Im Jahr 2026 müssen wir uns verstärkt darum bemühen, neue Mitglieder zu gewinnen und dies insbesondere bei den Kindern und Jugendlichen.

Technische Kommission

Auch im letzten Dojo-Jahr des Aiki-Kai Zürich war viel los. Wir arbeiten in der Technischen Kommission (TK) ständig daran, unser Dojo weiterzuentwickeln. Dies beginnt beim gemeinsamen Üben auf den Matten in unserem umfassenden Trainingsangebot. Wir führen von Montag bis Donnerstag je zwei Keiko am Abend durch, Mittwoch und Donnerstag findet auch ein Keiko über Mittag statt. Freitag Abend und Samstag kann man das Wochenende mit Aikido einläuten. Montag Abend im frühen Keiko, Dienstag im späten und Mittwoch über Mittag bieten wir unsere Einführungskurse an, in denen immer wieder neue Trainierende auftauchen. Wie wir oben erfahren haben, sind es leider zu wenige, um unsere Mitgliederzahlen zu halten. Werbung in allen Bereichen bleibt deshalb ein wichtiges Thema, auch in der TK.

Barbla und Bruno haben ihr unermüdliches, jahrelanges Engagement für das Kindertraining 2025 ausgebaut und sich im September bei Jugend+Sport in einem einwöchigen Kurs zu «J+S-Leiter/in Aikido» ausbilden lassen. Herzlichen Dank Euch beiden! Dank gilt auch Dario und Pedro, die diesen Kurs im 2026 besuchen werden. Um mehr Kinder und Jugendliche in unser Dojo zu bringen, bieten wir in den Frühlingsferien zum ersten Mal einen Sportkurs für die Stadt Zürich an (20.-24. April 2026, jeweils morgens). Wenn Ihr Kinder und Jugendliche kennt, die Interesse haben könnten, dann macht sie doch darauf aufmerksam. Im kommenden Jahr planen wir zudem eine Reihe Bring-mit-Keikos, wie wir sie auch schon durchgeführt haben. Auch hier sind alle herzlich eingeladen, Freunde und Bekannte mitzubringen und für unsere Kampfkunst zu begeistern. Dies gilt selbstverständlich auch und umso mehr für unsere etablierten Einführungskurse. Diese bereichern auch immer wieder Teilnehmende von SPORTEGRATION, die bei uns gratis trainieren dürfen.

All diese Angebote und Bemühungen um neue Mitglieder, genauso wie die stete Weiterentwicklung unseres Dojos, wären nicht möglich ohne die Mitglieder der TK: Rolf, Herbert, Dani, Hans, Bruno, Barbla, Michi M., Michi S., Michi G. und Van Thang. Ein weiteres Jahr gebührt Euch für Euren grossen Einsatz zugunsten unseres Dojos und für Euer Herzblut ein herzliches und grosses Dankeschön. Ohne Euch wären wir nicht dort, wo wir jetzt sind, und ohne Euch wären unser Trainingsbetrieb und die Stimmung, die wir im Dojo haben, nicht möglich. Ganz herzlichen Dank!

Weiterentwicklung und äusserst hohe Qualität äussern sich auch in Graduierungen. Wie wir voller Stolz aus den Kagamibiraki-Graduierungen 2026 erfahren

haben, wurde Herbert Looser Sensei zum 7. Dan graduiert. Nur wenige Aikidoka erreichen einen solch hohen Grad. Ganz herzliche Gratulation, Herbert! Es ist für unser Dojo eine grosse Ehre, einen so hoch graduierten Lehrer unter uns zu haben.

Darüber hinaus wurde auch Bruno Vollenweider für sein langjähriges Engagement im Rahmen eines Stages der Schweizerischen Aikido Föderation (FSA/SAF) zum 4. Dan graduiert. Auch Dir ganz herzliche Gratulation! Ebenso gratulieren wir Dario zu seinem 3. Dan, Mik zu seinem 2. Kyu, Jan zu seinem 2. Kyu, Andrea, Luiz, Michael N. und Patrick zu ihrem 5. Kyu und Gabi zu ihrem 6. Kyu. Aikido entwickelt sich und wächst mit intensivem und regelmässigem Üben. Prüfungen sind ein wichtiger Teil davon.

Auch im letzten Jahr haben wir eine Reihe hochkarätiger Stages mit internationalen Senseis durchgeführt: Stéphane Benedetti (7. Dan) besuchte uns Anfang Februar. Janet Clift (6. Dan, 2026 im Rahmen des Kagamibiraki ebenfalls zum 7. Dan graduiert) unterrichtete im Mai. Brahim Si Guesmi (6. Dan) war im Juni bei uns. Im September erwies uns Hiroshi Ikeda (8. Dan) die Ehre. Zu guter Letzt kam im November Tiki Shewan (7. Dan) zu uns. Daneben haben wir im März einen eintägigen Lehrgang im Zusammenhang mit der GV unseres Verbands (FSA/SAF) ausgerichtet, sowie im Mai einen Prüfungsvorbereitungstage. Eines der grössten Highlights des letzten Jahres war aber der Clubstage im Oktober. Ausserordentlich viele Teilnehmende mit unterschiedlichster Aikido-Erfahrung besuchten die beiden Keiko von Herbert und Dani.

Nach der GV im März geht das TK-Präsidium im Rahmen unseres Quadriumvirats weiter an Michi G., mit Michi M. als seinem Stellvertreter. Zusammen mit Michi S. übernehmen wir zu viert das Präsidium im Jahresturnus. Da das verwirrend sein kann, hat Serge für uns neu einen E-Mail-Alias eingerichtet, unter dem Ihr das Präsidium immer erreichen könnt: tk-president@aikikai-zuerich.ch. Der Zuständige wird dann antworten.

Der Aiki-Kai Zürich lebt. Lasst uns alles daransetzen, dass dies weiterhin so bleibt.

Daniel Perruchoud (Präsident)

Ivo Wallimann-Helmer (Präsident Technische Kommission)

Herbert Looser Sensei, 7. Dan Aikikai: Im Rahmen des diesjährigen Kagamibiraki wurde Herbert Looser Sensei zum Nana-Dan graduiert. Eine solche Graduierung ist eine grosse Ehre und anerkennt eine jahre-, wenn nicht eine lebenslange intensive Auseinandersetzung mit Aikido. Herbert begann seinen Budo-Weg mit 16 Jahren mit Judo und entdeckte zusammen mit Karatedo, Iai-Do auch Aikido, das er nach einiger Zeit zu seinem Hauptfokus machte. Herbert begleitet den Aiki-Kai seit 1985 und hat viele Aikidoka wesentlich beeinflusst. Er erfindet sein Aikido immer wieder neu, gewürzt mit einer guten Portion Witz und der Schärfe eines Schwerts. Beides Eigenschaften, die er auch aus seinem breiten Budo-Hintergrund und seinem grossen und für den Aiki-Kai wichtigen Aikido-Netzwerk schöpft. Herzliche Gratulation, Herbert!

Bruno Vollenweider Sensei, 4. Dan Aikikai: Bruno Vollenweider wurde während eines Lehrgangs unseres Verbands (FSA/SAF) im 2025 zum Yon-Dan graduiert. Bruno ist seit 1980 beim Aiki-Kai und hat insbesondere das Kindertraining mitgeleitet und weitergebracht, wie auch viele Aikidoka unseres Dojos unterstützt. Sein Aikido ist geprägt von seinem Hintergrund als Lehrer und seiner Liebe zu Einfachheit und Metaphern. Sich vorzustellen, auf den Matten ein Glas Wasser zu trinken, kann helfen zu verstehen, wie Kokyu Nage funktioniert. Massenweise Rollen, weil man beim Ballspiel getroffen worden ist, motiviert die Kids und führt zu wilder Action. Herzliche Gratulation, Bruno!

Tempu Nakamura – Tempukai

Eine Begegnung in der Tokko-in Tempelanlage in Shin-Kobe

Es ist ein wunderbarer November Sonntagmorgen, als wir mit dem Rapid von Sumiyoshi-Kobe und weiter mit der Metro zur Station Kobe Shin-kansen fahren. Ein Weg führt den Hügel hoch zu einem Bad, das Takao Otsuka vom Gaifukan Dojo (Uchida Tatsuru Sensei) vorgeschlagen hat. Oben öffnet sich eine wunderbare Lichtung, ein grosser Sandplatz umringt von riesigen Bäumen. Über eine Treppe erreichen wir die Tempelanlage Tokko-in. Takao schreitet auf die Türe zu in einen Raum, der sich als kleines Dojo entpuppt. Nach der Begrüssung mit dem älteren Hausmeister reicht mir Takao einen Besen und eine grosse orangefarbene Schaufel. Braucht es diese Teile zum Baden? Es kann sich hier nicht um das Bad handeln, doch über der Tempelanlage liegen grössere Gebäude. Dort wird es sein. Wir verlassen das Dojo mit Besen und Schaufel und schreiten zu meiner Verwunderung wieder die Treppe runter. Da schwingen schon drei andere Teilnehmende ihre Besen auf dem Platz über den Sand. Mangels Sprachkenntnisse dämmert es nun auch mir, dass ich den Besen in Schwingung zu bringen habe. «The Brush is the Sword of the Mind», ein Zitat von Tempu Nakamura 1876-1968 und der Begründer des japanischen Yoga Shin-Shin-Toitsuho. Nach seiner Rückkehr von Aufhalten in Indien und Nepal und Praxis des Yoga Raja und Yoga Karma entwickelte er dieses Yoga.

Unter den Baumkronen vollzieht sich ein grandioses Spiel von Licht und Schatten, die Stille wird durchbrochen vom Schleifen der Besen über den Grund. Nach einer Stunde liegt kein

Fortsetzung Seite 4, breite Spalte

CLUB NEWS

Stages

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

21. – 22. März 2026
Janet Clift Shiha (7. Dan)
Aiki-Kai Zürich

25. April 2026
FSA-TK / FSA-GV
Aikido-Club Biel-Bienne

7. Mai 2026
Cyndy Hayashi Shiha (7. Dan)
Aiki-Kai Zürich

9. Mai 2026
FSA-TK
Dan/Kyu Vorbereitung und Prüfung
Aiki-Kai Zürich

6. – 7. Juni 2026
Claude Pellerin Shiha (7. Dan)
Budokan Lausanne

13. – 14. Juni 2026
Brahim Si Guesmi Sensei (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

Haru Osoji

Frühlingsputz im Dojo
Samstag, 28. Februar 2026
ab 12:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr

Aiki-Kai Mitglieder-Info :

Rolf Zuberbühler
zuberbuehlerrolf@gmail.com

Hans-Jörg Wettstein
hjwettstein@greenmail.ch

Die nächste Ausgabe erscheint
im Herbst 2026.

Blatt mehr auf dem Platz, wir kehren mit Besen und Schaufel die Treppe hoch. Da hantiert der ältere Meister mit einem unüberhörbaren Laubbläser und schreckt die Geister der Tempelanlage auf. Unbeachtet davon schreitet Takao zum nächsten Platz, während ich mich in Gedanken auf ein Bad sehne. Alle Besen schwingen nun Richtung Mitte, um Bäume und geparkte Fahrzeuge herum, zum Laubhaufen. Dieser wird auf Schubkarren geladen und in den Abhang des Waldes gekippt.

Besen und Schaufel werden im Dojo versorgt und es geht die lange Treppe runter zum Picknickstein, zum wohligen Durst löschen. Da erscheint der ältere Meister, in Begleitung eines ebenfalls älteren Assistenten. Ich bin mit Jeans und Sneakers bekleidet, während Takao sein Stirnband aufsetzt. Jetzt beginnt das Keiko, auf dem von jedem Blatt gesäuberten Sandplatz. Aufgereiht sind wir Sieben im Halbkreis, zwei Frauen und fünf Männer. Beginnend mit Gymnastik, Dehnungs- und Atmungsübungen folgen Liegestützen und Gleichgewichtsübungen. Mit geballter Faust ins Leere schlagen, ein Ki Ai-Schrei dazu. In stehender Position mit gegrätschten Beinen die Arme nach vorne ausstrecken, die Handflächen nach oben und dem Versuch, die kleinen Finger spiralmässig nach innen zu drehen. Nach langer Dauer dann angespannter Stillstand. Ab, den steilen Weg hochjoggen und oben angekommen, wird das ganze Areal der Tokko-in Tempelanlage umrundet und führt zurück auf den Platz. Auch in der zweiten Runde wird wiederholend laut (shoku-ku) mit « わっしょい » (wasshoi...wasshoi...wasshoi...) während des Rennens geschrien. Erschöpft zurück auf dem Platz im Schatten der Bäume, mit Blick in die Sonne, die Augen mit den Handflächen abgedeckt, dazu weit geöffnetem Mund und lautem A-Ton Sonnenstrahlen schlucken. Wieder geht's die Stufen hoch ins Dojo. Geordnet liegen Kissen auf den Tatami und es folgt eine kurze Zazen Session. Danach konzentrierte Gymnastik, die ihren Abschluss mit dem Zitieren von Texten von Nakamura Tempu, vorgetragen vom Meister und Partizipierenden. Nach Mittag, Ende Keiko. Zum Ausklang gibts Kekse, Crackers und Getränke. Zum Abschluss wird das Dojo bis in hinterste Ecken gereinigt.

Mit lockerem Schritt geht es zum Bus an der Kobe-Shinkansen Station. Nach einigen Stationen und kurzem Bummel erreichen wir das Bad. Endlich erfolgt der Einstieg in heisses und kaltes Wasser. Und so verdient, nach dem Besuch des Bades gibt es eine Mahlzeit mit Frittiertem. Kampai!

Beat Huber

