

# Erfolgreiche Prüfungen auf den 3. Kyu in der Aikido-Abteilung

Jetzt hat es uns doch noch ereilt und mit dem Lockdown (light) ist der Trainingsbetrieb für November wieder eingestellt. In Zeiten von Kontaktbeschränkungen war es über das vergangene halbe Jahr ohnehin schwer geworden Aikido zu betreiben. Da wir größtenteils mit Partner trainieren mag es manchem sogar gänzlich unmöglich erscheinen. Aber Budo kennt keinen Stillstand. Und deshalb haben viele von uns den Corona-Sommer genutzt, um zu Hause und unter freiem Himmel mit Stock und Schwert anstatt einem Partner zu trainieren. Und auch als wir zum Herbst hin wieder in die Halle zurückgekehrten konnten, stand der Stock im Fokus unserer Übungen. Ob im alleinigen Training mit der Waffe (buki waza) oder mit dem Stab als Abstand erzeugenden Werkzeug in Partnerübungen, ist der Jo ein wunderbares Mittel um die Prinzipien des Aikido zu vertiefen. (Wer mehr über „Aikido auf Abstand“ erfahren möchte sei auf den gleichnamigen Bericht in der Aikido aktuell hingewiesen. [https://www.aikido-bund.de/pdfs/aikido-aktuell/aa\\_180.pdf](https://www.aikido-bund.de/pdfs/aikido-aktuell/aa_180.pdf)) Und es ist toll, welcher enormer Trainingsfleiß trotz der widrigen Bedingungen über das letzte halbe Jahr zu beobachten war.

Daher freut es mich sehr, dass wir im letzten Training vor dem zweiten Lockdown zwei Prüfungen auf den 3. kyu abhalten konnten. Natürlich musste das Prüfungsprogramm angepasst werden. Aber das hat es für die Prüflinge Steffi und Rene keineswegs einfacher gemacht. Im Zentrum der Prüfung standen Formen mit dem Jo, die normalerweise erst ab den Dan-Graden Bestandteil der Prüfungen sind. Nun musste für den 3. kyu, den Grüngurt, die 13-Formen-Jo-kata demonstriert werden. Weiterhin haben Steffi und Rene verschiedene Wurftechniken, wie shihonage und kokyonage, mit dem Stock (jo nage waza) gezeigt.

Dabei haben sie ihre Sache sehr gut gemacht. Und zum Schluss konnte ich ihnen hochzufrieden und stolz gratulieren. Herzlichen Glückwunsch, Steffi! Herzlichen Glückwunsch, Rene! Ihr habt tolle Fortschritte gemacht! Weiter so! Bleibt gesund! Liebe Grüße Andy