

Die ASL am Bottminger Banntag, 9. Mai 2013

Wie schon mehrfach informiert wurde, organisiert der Verein Aikido Schule Leimental den diesjährigen Banntag in Bottmingen, am Auffahrtsdonnerstag, den 9. Mai 2013. Dies ist eine wunderbare Chance, unseren noch jungen Verein im Leimental bekannt zu machen und die Vereinskasse aufzupolieren!

Traditionellerweise rechnet man bei gutem Wetter mit rund 400 Personen, die im Laufe des Tages verköstigt werden möchten. Die definitive Speisekarte steht noch nicht bereit, aber es wird sicher Leckereien vom Grill geben und vielleicht noch etwas aus der grossen Pfanne.

Der Festbetrieb startet morgens und endet erst nach Musik und Tanz gegen 23:30 Uhr.

Klar ist, dass wir auf viele helfende Hände angewiesen sind!!!

Der grösste Anteil der ASL sind unsere super Aikido- Kids, die aber meist vom Alter her noch nicht für einen solchen Anlass einsetzbar sind. Deshalb brauchen wir nebst unseren grösseren aktiven Aikidokas auch dringend die Mithilfe der Eltern, Freunden und Verwandten!!! Bitte meldet Euch und/oder Eure externen Helfer bis zum 22. März 2013 bei andreasschneider@bluewin.ch an. (Wir brauchen Name, Natelnummer, Mail-Adresse und Kleidergrösse aller Helfer.)

Ebenso wären wir dankbar um Kuchenspenden für das Dessert- Buffet!

Bitte gebt bis nach Ostern kurz Bescheid, was Ihr mitbringen werdet: melwi@intergga.ch

Alle externen Helfer werden als Dankeschön für ihren Einsatz am 29. Juni zu unserem gemütlichen Abend nach dem ASL- Stage eingeladen!

Herzlichen Dank schon jetzt für Euren Einsatz für und wehrend dem Banntag!!!

Termine ASL

- *immer MI 16- 17 Uhr Kinder I
- *immer MI 17- 18 Uhr Kinder II
- *immer MI 19:30- 21 Uhr Erwachsene
- *immer FR 18:30- 20 Uhr gemeinsam

Waffentraining SA 12:30- 14 Uhr (nach Absprache)

Während der Frühlingsferien bleibt die Turnhalle geschlossen! Es finden nach Absprache spezielle Trainingseinheiten statt.

27.03.2013 18.30 – 20.00 Uhr
03.04.2013 18.30 – 20.00 Uhr
05.04.2013 18.30 – 20.00 Uhr

Am 29.06.2013 findet der nächste ASL- Stage mit Prüfungen statt.

Die Gummi-Handgelenke oder wie überstehe ich ein Weekend mit Sensei Asai

Um es vorwegzunehmen: Es hat mächtig Spass gemacht und es hat mich – und wohl auch andere – gefordert, aber auch gefördert.

Die Anfahrt in die Uni Irchel war kurzweilig und knapp. Meine Fahrgäste waren noch fünf Minuten eingeschlafen, obwohl sie sich extra für die Fahrt zu dritt auf den Hintersitz geklemmt hatten, um miteinander zu kommunizieren. Aber das geht wohl einfacher heute über Facebook, real ist das zu langweilig ...

Parken, Umziehen und ab die Post auf die Matte.

Sensei Asai machte das Einwärmen selbst und mit viel Abwechslung. Dann ging es gleich zur Sache. Das Thema waren vor allem Sankyo und Yonkio resp. deren Handstellungen. Der Trainingsaufbau war toll. Langsam wurden wir gesteigert und an die Thematiken herangeführt und ab und zu gab es für die Gummigelenke auch eine Entspannungspause mit kurzen Erklärungen. Für mich waren auch die speziellen Techniken sehr neu und spannend, etwa die Daumentchnik, welche – wie mir ein wissender Dan-Träger beibrachte – auch von der taiwanesischen Polizei erfolgreich angewendet wird. Die Übungseinheiten gefielen mir sehr gut und es wurde allgemein sehr gewissenhaft und ausdauernd geübt. Die Stimmung unter den Teilnehmenden war hervorragend.

Nach dem Lunch ging's im gleichen Stil weiter bis zur Waffeneinheit, wo wir neue Techniken und spezielle Griffe lernten. Ein gutes Gefühl.

Der Abend stand im Zeichen der Festivitäten des 10-Jahre-Jubiläums von Ikeda-Aikido Zürich. Auch hier herrschte eine ausgelassene Stimmung bei einem sehr leckeren Kürbis-Risotto, herrlichem Biowein und einer süssen Dessertversuchung. An der Stelle ein herzliches Dankeschön an die Veranstalter und Organisatoren. Wir durften nicht nur viel Qualität beim Essen und Trinken geniessen, sondern genossen auch die fröhliche und entspannte Stimmung an den Tischen sehr. Grosser Applaus.

Das Sonntagmorgen-Training, eine sehr willkommene und geschätzte Zugabe und ein Geschenk von Sensei Asai zum Jubiläum, stand nochmals im Zeichen der Gelenke und der Waffen. Meister Asai redete uns ins Gewissen, mehr für unsere Gelenke und deren Beweglichkeit zu tun, mehr, härter und länger zu trainieren und uns noch mehr mit Aikido auseinander zu setzen. Wir nehmen seine Worte dankend mit und versuchen wie immer, seinen Ansprüchen an uns ein bisschen gerecht zu werden und sie in unseren gestressten Alltag einzubauen, um auf unserem Weg zum Aikido-Olymp weiter zu kommen.

Was hat mir besonders gefallen:

Dass die Stimmung so toll war untereinander

Dass auch Dan-Träger lange nicht alles wissen und ähnliche Schwierigkeiten mit neuen Bewegungen haben wie das „weisse Fussvolk“.

Dass sich Sensei Asai auch den jüngsten und den blutigsten Anfängern sehr achtsam angenommen und sie korrigiert hat

Auch wenn der Weg nach Zürich für uns Basler immer ein bisschen schwierig ist, wir kommen gerne wieder. Grosser Dank an alle Helfer und Organisatoren und natürlich an Sensei Asai.

ACSA Termine

06. April 2013 Stage in Möhlin
15. Juni 2013 Stage in Bern
07. – 13. Juli 2013 Internationaler
Sommerlehrgang im Jura