



# DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

## Von horizontalen und vertikalen Kreisen

Zum Bundeslehrgang am 21. und 22. April 2023 mit Bundestrainer Hubert Luhmann (7. Dan) waren 56 Teilnehmer\*innen nach Hannover gekommen. Es war also ein volles Haus bei durchaus anspruchsvollen Techniken.

Aber bevor es losging, gab es noch eine erfreuliche Nachricht für den Aikido-Verein-Hannover. Der Vereinsvorsitzende Norbert Knoll wurde von der technischen Kommission des DAB auf den 5. Dan graduiert und Hubert hatte die ehrenvolle Aufgabe, die Urkunde zu überreichen. Wir konnten ihm grade noch einen Blumenstrauß in die Hand drücken, bevor Norbert dies mit der ihm eigenen nonchalanten Weise abtat. Herzlichen Glückwunsch, Norbert, an dieser Stelle nochmal :-).

Auf dem Lehrgangsplan standen dann zunächst Tekubi-osae und Aiki-otoshi. Für viele Aikidoka eher selten geübte Techniken und im Zweifel auch gar nicht sooooo gerne gemacht. Wert legte Hubert bei Tekubi-osae aber vor allem auf die richtige Führung über den Ellenbogen und nicht darauf, unbedingt den Nerv im Unterarm des Uke zu treffen. Beim Te-kubi (Hand-Hals) ist also die Führung des Unterarms entscheidend.

Aber laut Hubert gibt es im Aikido ja sowieso nur zwei Techniken (Ude-osae und Shiho-nage) und einen Angriff (Katate-tori). Darauf ließe sich im Zweifel alles andere zurückführen. Der ganze Rest sei nur Lametta am Nachthemd (habe ich das richtig verstanden? Also beides?) Vielleicht ist das mit dem Spruch „same same, but different“ gemeint?



*Meister Hubert Luhmann  
(Fotos: Joachim Moeser)*

Besonders viel Wert legte Hubert immer auf die Kontrolle von Ukes Zentrum. Dies galt auch für den Aiki-otoshi, egal mit welchen Angriffen zu rechnen war: So ging es mit Würgen von der Seite, Kakae-tori und Ushiro-ryo-kata-tori in freier Folge durch den Nachmittag. Nachdem das offizielle Programm erledigt war, hat ein aus Tekubi-osae abgeleiteter Kokyu-nage dann schon fast auf den zweiten Tag hingeleitet.

Am nächsten Morgen konnte man feststellen, dass der sonst zu häufige Sonntagmorgenschwund fast ausgeblieben war, es hat also allen gut gefallen. Alle Anwesenden hatten ausgiebig Zeit, sich bei Partnerübungen mit dem Jo warmzumachen, um dann zum Bokken zu wechseln und dort zunächst Übungen zur Kontrolle von Ukes Zentrum durchzuführen.



Dann musste Nage sein Bokken leider liegen lassen, um sich unbewaffnet einem Shomen-uchi mit Schwert zu stellen. Dieser wurde mit einer gespiegelten Bewegung abgewehrt durch Eintritt in die Technik, Kontrolle des Bokken sowie einen Atemi zum Hals des Uke. Auch dies nur eine Vorübung zu Kokyu-nage und Ude-kime-nage, die mit der gleichen gespiegelten Eingangsbewegung zu Shomen-uchi begannen. Auch ein Irimi-nage wurde gegen Shomen-uchi mit dem Schwert geübt, erst ein horizontaler Kreis, dann ein vertikaler. Sieht immer einfach aus, wenn Hubert es vormacht. Wir konnten dies dann mit vielen Partnern üben, vor allem mit Fokus auf die vielen Details. Die Detailarbeit unterscheidet vielleicht auch einen Bundeslehrgang von anderen Lehrgängen und dem normalen Training und war recht anspruchsvoll für viele Aikidoka.

Hubert betonte häufiger, dass Aikido nur zusammen funktioniert und man auf den Partner achten und ihn vor allem nicht in seiner Arbeit behindern sollte. Ukes Arbeit ist der Angriff und ordentlich Energie mitzubringen, Nages Arbeit sei das Ausweichen und Umlenken.

Vielen Dank an Hubert für den sehr schönen und dynamischen Lehrgang und die vielen Details. Auch vielen Dank an alle Aikidoka vom Aikido-Verein Hannover: Ihr habt durch eure tatkräftige Unterstützung sowie leckeren Kuchen, Obst und Getränke den Bundeslehrgang zu einem vollen Erfolg gemacht.

Lieber Hubert gerne früher wiederkommen als erst in acht Jahren!

*Joachim Moeser,  
AV Hannover e.V.*