

## **1. Aikido Kinder- und Jugendlehrgang der Aikido Cooperation International im Asiadojo Gladenbach**

Zum ersten Mal in diesem Jahr wurde der Aikido Kinder- und Jugendlehrgang der Aikido Cooperation International in den Räumen der Asiatischen Kampfkunstschule H. Platt in Gladenbach durchgeführt.

Der Cheftrainer des ACI, Sensei Reiner Brauhardt (8. Dan Aikido) übertrug die technische und sportliche Verantwortung für die Durchführung des Lehrgangs an den Lehrer der Sportschule Holger Platt (3.Dan Aikido, 2.Dan Kenjunkte) in Gladenbach.





28 Junge Kampfsportler und Kampfsportlerinnen aus Nordrhein-Westfalen , Hessen und dem hessischen Umland kamen, um sich von Holger Platt (3.Dan Aikido, 2.Dan Kenjukate) in neuen Trainingsformen und neuen Techniken weiterbilden zu lassen.

Am Samstag wurde das Seminar von Holger Platt in zwei Einheiten zu je 1,5 Stunden unterteilt.

In der ersten Einheit, der die Begrüßung und das Kennenlernen des Dojos vorausging, wurde nun nach einem intensiven Aufwärmen die Fallschultechniken des Aikido und Kenjukate unterrichtet.

Danach wurden die Grundtechniken des Aikidos und die Kenjukatebasistechniken geübt und miteinander verglichen. Ebenso richtete er das Augenmerk der jungen Kampfsportler und Kampfsportlerinnen auf die richtige Körperhaltung und Atmung bei den Techniken.

Nach der Pause stellte Holger Platt das auch für Aikidokas neue Chanbara Schwertkampf System vor. In diesen 90 Minuten wurden Grundschnitte und Basistechniken mit dem Chanbara Sicherheitsstock gezeigt um sie dann, nachdem Kopf und Brustschutz angelegt wurden, im nachfolgenden Übungskämpfen technisch umzusetzen.

Die Übungskämpfe waren natürlich das Highlight des ersten Seminartages und wurden mit so viel Spaß und Kampfgeist geführt dass, der Unterricht um 30 min. verlängert werden musste.

Danach brachten alle sehr viel Hunger mit zum Abendessen, und nach einem kleinen Programm fielen dann alle früher oder später ins Bett auf der Matte.

Der Sonntag begann dann mit einem ausgiebigen Frühstück im Dojo

Danach nahm sich Holger Platt das Feld der Handgelenkbefreiungen vor. Hier zeigte er die verschiedenen Techniken aus dem Aikido und Kenjunkte Kind- und Altersgerecht für Anfänger und Fortgeschrittene.

Im zweiten Teil wurden verschiedene Hebel aus dem Kenjunkte und Aikido Programm gezeigt, welche gegen das einhändige und beidhändige Fassen zur Anwendung kommen können.

Den krönenden Abschluß stellt nun wieder der Chanbara – Schwertkampf mit seinen beliebten Übungskämpfen dar, die auch an diesem Tag wieder mit sehr Kampfgeist und Spaß geführt wurden.

Am Ende des Seminars lobte Holger Platt den Einsatz aller Teilnehmer und Helfer und verabschiedete sie dann müde und um viele neue Eindrücke reicher wieder nach Hause.