

Ganz Złotow ist von den Aikidoka besetzt...

Ganz Złotow?

Naja, irgendwie schon. Zumindest kann es einem so vorkommen, wenn man zwischen dem 1. und 7. August in der polnischen Kleinstadt unterwegs ist. Diesen Sommer sind Rolf, Gregor und ich unserem Trainer Jan in seine Geburtsstadt gefolgt, um dort an dem größten Aikido-Seminar teilzunehmen, das ich bisher erlebt habe. Über 120 Aikidoka aus der gesamten Welt kamen zusammen, um von Shigemi Inagaki Shihan (8. Dan) zu lernen. Dänemark, Schweden, Lettland, Spanien, Ukraine, Russland, die USA, England, Australien und natürlich Deutschland und Polen waren vertreten – vielleicht sogar noch andere Länder, die ich nur vergessen habe aufzuzählen.

Die Reise nach Złotow war für Gregor und mich eine der einfachsten überhaupt, denn Jan hatte alles für uns organisiert: von der Anreise in seinem Auto über die Unterbringung im Hotel Zacisze bis hin zum Freizeitprogramm. Wir mussten uns um nichts kümmern und konnten ein großartiges Seminar genießen.

Bereits am Samstag ging das erste Training mit Inagaki Sensei los und wir haben sowohl Aikido als auch Waffenkampf mit Bokken und Jo geübt. Danach wurden wir von einem eigenen Bus, der extra für uns Aikidoka gebucht worden war, zum Hotel gebracht und konnten dort unsere Zimmer beziehen.

Das Hotel selbst ließ keine Wünsche offen. Gelegen an einem großen See konnten wir uns nach jedem Trainingstag im kühlen Wasser erfrischen (was wir auch dringend nötig hatten, die Durchschnittstemperatur in Złotow betrug 35°C). Die Zimmer waren zwar klein aber sehr sauber und für drei Personen auch absolut ausreichend. Morgens und abends gab es ein reichhaltiges Buffet, über das wir Sportler hungrig hergefallen sind. Mittags bekamen wir ebenfalls leckeres Essen mit einer Suppe als Vorspeise, täglich wechselnden Hauptgerichten sowie frischem Salat als Beilage. Ein besonderes Highlight waren für mich aber die drei Party-Abende, an denen es wiederum ein besonderes Festessen gab. Damit bekamen wir einen kleinen Einblick in die köstliche, polnische Küche.

Unsere Trainingsroutine an diesem Seminar bestand aus fünf Einheiten täglich. Das Bokken-Training fand vor dem Frühstück statt. Vormittags ging es mit Aikido weiter. Nach dem Mittagessen und einem kurzen Nickerchen folgten eine weitere Aikido-Einheit und Jo-Training. Zu allen Trainingseinheiten fuhr uns der Bus vom Hotel zur Trainingshalle und auch wieder zurück.

Während des Trainings bin ich dem Rat von unserem Trainer Jan gefolgt und habe versucht, mir immer einen Dan als Trainingspartner zu schnappen. Denn auch, wenn Inagaki Sensei die verschiedenen Techniken sehr ausführlich und langsam vorzeigte, waren viele Bewegungen für mich als Anfänger neu und eine koordinatorische Herausforderung. Da half es sehr, wenn mein Trainingspartner mir die einzelnen Schritte noch einmal direkt vorzeigen und meine Fehler sofort korrigieren konnte. Und ich hatte Glück. Die allermeisten meiner Trainingspartner nahmen sich viel Zeit, um mir die einzelnen Bewegungen beizubringen. Einige halfen mir selbst in der Pause zwischen zwei Trainingseinheiten oder noch abends nach dem Abendessen dabei, die einzelnen Techniken zu wiederholen und zu verinnerlichen. Alleine diese Atmosphäre war es, die mich zutiefst beeindruckt und das gesamte Seminar zu einem riesigen Erfolg gemacht hat.

Neben dem Training hat Jan uns mehrmals mitgenommen, um uns eine kleine Stadtführung zu geben. Złotow ist nicht sehr groß und mitnichten als Touristenmagnet zu bezeichnen. Aber Jans Geschichten über die verschiedenen Häuser und Straßen, die er als Kind unsicher gemacht hat, gaben der Stadt ein besonderes Aussehen und wir hatten auf diesen

ungewöhnlichen Stadtführungen sehr viel Spaß. Und irgendwie hat Jan es noch geschafft, am Ende der Woche für jeden von uns eine Złotow-Tüte mit verschiedenen Andenken zu organisieren.

Das Seminar hat mir unglaublich viel Spaß gemacht. Es war etwas ganz besonderes, von großen Meistern wie Shigemi Inagaki Sensei oder auch Toshihiro Isoyama Sensei (6. Dan) zu lernen, der ebenfalls einige Trainings-Einheiten geleitet hat.

Besonders Inagaki Sensei beeindruckte und überraschte mich täglich mit seiner Agilität und Wendigkeit. Nie hätte ich von dieser zierlichen, großväterlichen Figur eine solche Behändigkeit und geschmeidige Bewegungen erwartet, wie er es mehrmals besonders im Waffentraining demonstrierte. Inagaki Sensei ist immerhin schon fast 70 Jahre alt. Trotzdem führte er Techniken mit einer ungeahnten Geschwindigkeit durch, die seinen Uke kurzerhand überwältigen konnte. Gleichzeitig demonstrierte er dabei eine unglaubliche Kontrolle, mit der er seine Bewegungen stets präzise und auf den Partner abgestimmt durchführte, sodass sein Uke durch die ganze Technik hindurch sicher blieb. Tatsächlich spielte es nie eine Rolle, wer und wie hoch sein Uke graduiert war. Inagaki Sensei bat täglich neue Partner nach vorne, um Techniken zu zeigen. Er trainierte so sowohl mit Kyu- als auch Dan-Trägern und bei jedem passte er sich den individuellen Fertigkeiten seines Gegenübers an. Genau diese Art war es, die für mich am deutlichsten den Geist des Aikido zum Ausdruck brachte.

Dabei war diese besondere Stimmung das gesamte Seminar über spürbar, sowohl auf der Matte als auch um die Trainingseinheiten herum. Die internationale und durchweg kameradschaftliche Atmosphäre hat es sehr einfach gemacht, neue Freunde zu finden und am letzten Abend wurden im Hotel Adressen wie Sammelbilder getauscht. Und schließlich hat Jans Fürsorge und die seiner Freunde ihr Übriges dazu beigetragen, dass wir uns wie zu Hause gefühlt haben.

Das nächste Mal kommen wir wieder mit!

Dziękuję bardzo i do następnego razu!

Britta