

# Der Weg zur Harmonie

**VEREINSPORTRÄT** Der Aikikai Bamberg stellt sich und seine Philosophie vor.

VON UNSEREM MITARBEITER  
**TAREK J. SCHAKIB-EKBATAN**

**Bamberg** – Als die elfjährige Sandra Vogel zuhause beim Familienrat das erste Mal von Aikido hörte, fragte sie sich: „Was ist denn das überhaupt?“. Damals beriet sie mit ihren Eltern, welcher Freizeitsport für sie in Frage käme. Daraufhin ging Sandra einfach mal zum kostenlosen Schnuppertraining. Inzwischen ist sie schon fast zwei Jahre dabei und hat es sehr schnell zum grünen Gürtel geschafft.

„Sonst heißt es in der Schule oder zuhause immer: Sandra geh dahin, mach dies, mach das. Hier kann ich mich aber auf mich selbst konzentrieren“, sagt die Fünftklässlerin. Auch gebe es im Schulsport kein vergleichbares Angebot. Dies bestätigt auch ihre Freundin Antonia Zahner (12), die schon ihr halbes Leben Aikido betreibt. „Damit kann ich mich gut vom Schulstress befreien“, sagt sie.

Aikido (wörtlich übersetzt: Der Weg zur Harmonie, mit Lebensenergie) ist eine Kampfkunst aus der Gruppe des Budo. Budo wiederum ist der Überbegriff für alle japanischen Kampfkünste von Judo bis Karate. Das besondere an Aikido ist allerdings, dass keine Kämpfe gegeneinander stattfinden.

Die verschiedenen Gürtel, die bis zum Schwarzgurt Kyus und ab dem schwarzen Gürtel Dan

heißen, bekommen die Aktiven, wenn sie – nach entsprechender Trainingszeit – bei Prüfungen verschiedene Übungen und Techniken vorführen, erzählt Vereinsvorsitzender Erich Schnörner-Hohner. Außerdem lerne man Selbstverteidigungstechniken, die aber stets der Eskalation dienen sollen. „Man soll es erst gar nicht zu einer körperlichen Auseinandersetzung kommen lassen.“

Schnörner-Hohner übernahm 2006, nach dem Tod des Gründers Wolfgang Pagenburg, die Leitung des Aikikai Bamberg e.V., in dem man neben Aikido auch Iaido trainieren kann. Iaido vertritt eine ähnliche Philosophie wie Aikido, nur dass hier nicht freihändig, sondern mit einem Übungsschwert trainiert wird.

Seit seiner Jugend ist Schnörner-Hohner sportlich aktiv, mit 26 Jahren entdeckte er dann Aikido für sich. „Am meisten fasziniert mich an Aikido, mich selbst intensiv trainieren zu können und das ohne den Wettkampfgedanken. Der einzige Wettkampf ist der mit sich selbst“, berichtet der Vorsitzende. Entscheidend für den Sport sei die Philosophie und die bewusste Koordinierung des Bewegungsmoments. Deshalb würden auch viele Ergotherapeuten und Logopäden den Eltern raten ihre Kinder ins Aikido zu schicken. Dort würden sie sich spielerisch ganz auf sich und ihre Bewegung konzentrieren und dadurch indirekt auch ihre Rhetorik verbessern, erklärt Schnörner-Hohner.

Den Trainern geht es bei den Kleinen vor allem darum, dass sie respektvoll miteinander umgehen und sich trotzdem einfach mal austoben können. Und schweißtreibend ist das Training in der Tat, trotz aller Harmonie. Wie im Akkord üben die Kinder



Hannes Fuchs hebt ab und hechtet über seine jungen Trainingspartner.

Fotos: Ronald Rinkler



Sandra Vogel

11 Jahre

„Sonst heißt es in der Schule oder zuhause immer: Sandra geh dahin, mach dies, mach das. Hier kann ich mich aber auf mich selbst konzentrieren.“

in den Trainingsstunden das Abrollen auf den Matten oder das Springen über Hindernisse. Auch die Schüler Nils Perraut (10) und Hannes Fuchs (11), die den Sport schon seit über vier Jahren betreiben, finden es schön, in der Gruppe gemeinsam, aber nicht im Wettkampf gegeneinander, die eigene Bewegungsfähigkeit zu trainieren.



Vereinsvorsitzender Erich Schnörner-Hohner beim Überschlag

Das hält auch Werner Wild seit 40 Jahren auf der Sportmatte. Dieses Jahr hat er die Prüfung für den sechsten Dan abgelegt, laut Schnörner-Hohner eine seltene Leistung in Deutschland. „Man lernt jeden Tag etwas anderes und es hält fit. Ich geh jetzt auf die 60 zu, aber fühle mich immer noch ganz schön gelenkig“, sagt Wild. Er ist auch als

Trainer in Bamberg tätig, um seine langjährige Erfahrung an die Mitglieder weiterzugeben.

Insgesamt zählt der Verein über 100 Mitglieder. Das Altersspektrum reicht dabei von 9 Jahren bis über 70. Interessenten sind jederzeit in den Schnupperkursen willkommen – getreu der Aikido-Philosophie: selbstbewusst und gelassen lächelnd.

## Kurz notiert

### Flurdenkmäler im Bamberger Land

**Bamberg** – „Flurdenkmäler an himmlischen und irdischen Wegen im Bamberger Land“ heißt ein Vortrag von Annette Schäfer, zu dem die KEB Bamberg am morgigen Donnerstag um 15 Uhr ins Ottoheim (Ottostraße 10) einlädt. *ft*

### „Den letzten Tagen mehr Leben geben“

**Bamberg** – Beim Club moderner Hausfrauen, Untere Sandstraße 30, referiert am morgigen Donnerstag um 19 Uhr Jörg Cuno, leitender Arzt des Hospiz- und Palliativzentrums. Sein Thema: „Palliativmedizin – den letzten Tagen mehr Leben geben“. *ft*

### Spiritueller Frauentag im Bistumshaus

**Bamberg** – Zu einem spirituellen Frauentag mit dem Thema „Mirjam – Prophetin der Ermutigung“ lädt der Katholische Deutsche Frauenbund, Diözesanverband Bamberg, am Mittwoch, 26. Oktober, 9.30 bis 16 Uhr, in das Bistumshaus St. Otto, Heinrichsdamm 32, ein. Infos und Anmeldung unter Tel. 0951/502-661. *ft*

### Kostenloser Beleuchtungstest

**Bamberg** – Der Automobilclub Verkehr (ACV) lädt zum kostenlosen Licht-Check am Freitag, 21. Oktober, bei Auto-Elektrik Brehm, Ludwigstraße 22, von 12.30 bis 15.30 Uhr ein. Hierbei können Mitglieder und interessierte Autofahrer die Funktion ihrer Beleuchtung überprüfen lassen. *ft*

### Familienfest im Klinikum Michelsberg

**Bamberg** – Zu einem Fest für die ganze Familie lädt der Bamberger Arbeitskreis Kinder psychisch kranker/belasteter Eltern am Freitag, 21. Oktober, von 15 bis 18 Uhr in das Klinikum am Michelsberg ein. Daneben gibt es Führungen und Info-Stände der Netzwerkpartner. *ft*

## Aikikai Bamberg

**Adresse** Aikikai Bamberg e.V., Marienplatz 14, 96040 Bamberg

**Auskünfte** Informationen zu Terminen und Schnupperkursen gibt es unter Telefon Tel.: 0951-23310 oder im Internet: [www.aikikai-dojo.de](http://www.aikikai-dojo.de)

ANZEIGE

## STUDIENGEBÜHREN

# SPD sammelt über 500 Stimmen

**Bamberg** – Über 500 Unterschriften haben die SPD-Landtagsabgeordneten Susann Biedefeld und Christa Steiger gemeinsam mit der Juso-Hochschulgruppe in der Bamberger Fußgängerzone für eine Abschaffung der Studiengebühren in Bayern gesammelt. Wie es in einer Pressemitteilung der SPD heißt, sollen die Unterschriften eine Massenpetition unterstützen, die die SPD-Fraktion im Bayerischen Landtag gestartet hat und die noch bis zum 1. Februar 2012 läuft. „Bayern und Niedersachsen sind die einzigen Bundesländer, in denen noch Studiengebühren abkassiert werden. Diese Uni-Maut muss weg“, betont Susann Biedefeld. „Studieren ist teuer und es kann nicht sein, dass man ein Studium nur aufnehmen kann, wenn die Eltern einen dicken Geldbeutel haben. Wir wollen Bildungschancen und damit Bildungsgerechtigkeit für alle.“ *ft*

## BAYERN 2 HÖRTOUR

**KLANGWELTEN  
hören, sehen, erleben.**

25. Oktober 2011, 19.30 Uhr  
E.T.A.-Hoffmann-Theater Bamberg

**VVK:**  
Theaterkasse  
Tel.: 0951 / 87 30 30  
E-Mail: [kasse.theater@stadt.bamberg.de](mailto:kasse.theater@stadt.bamberg.de)  
oder  
Bayern 2  
Tel.: 089 / 59 00 13 628  
E-Mail: [hoertour@bayern2.de](mailto:hoertour@bayern2.de)

[www.bayern2.de/hoertour](http://www.bayern2.de/hoertour)

Grenzenlos hören.