



## Besuch der Klasse 5b des Europa-Gymnasium Wörth

### beim Aiki-Dan-Do Dojo Germersheim

In der heutigen Zeit sind Kinder und Jugendliche immer häufiger Gewalt ausgesetzt, auch auf dem Schulhof eskalieren Streitigkeiten und geraten außer Kontrolle. Die typischen Opfer von Gewalt sind meist die vermeidlich Schwachen, dies bezieht sich nicht nur auf das körperliche Erscheinungsbild, sondern auch auf die Gesamtpersönlichkeit. Unsicherheit, wenig Selbstvertrauen, keine Erfahrungen mit Selbstbehauptung und dem Setzen der eigenen Grenzen, sind die Hauptmerkmale. Viele Kinder gehen schon mit Angst im Bauch zur Schule, Resultat sind nicht selten schlechte Noten.

Im Rahmen eines Klassenausfluges erhielt unser Dojo am 01.07.2010 Besuch von der Klasse 5b des Europa-Gymnasium Wörth.

Unter der Leitung unseres Meisters Daniel erlernten die Kinder verschiedene effiziente Grifftechniken, mit denen sie sich erfolgreich gegen einen Angriff wehren können. Anfangs skeptisch und zurückhaltend, erkannten die Jugendlichen durch ihre schnelle Auffassungsgabe, dass sie mit dieser Art der Selbstverteidigung auch in der Lage sind ei-

nen Erwachsenen zu Boden zu bringen, da der Einsatz von Kraft hierbei nicht erforderlich ist. Zu ihrem Leidwesen teilten sich diese Erfahrung auch die beiden Lehrer Tim Steinhäus und Jens Loreit, welche die Begeisterung der Kinder an diesem Sport, als Trainingspartner schmerzhaft am eigenen Leib zu spüren bekamen.

Meister Daniel erklärte anhand von verschiedenen Techniken die Entstehung und Grundlage unseres Sports. So demonstrierte er die historische Entwicklung der effizienten Kampftechnik, durch das Gegenüberstellen der Bewegung mit Schwert und der heutigen Version, in der die Hand den Platz des Schwertes ersetzt hat. Auch in Stocktechniken (Kendo) wurden die Kinder unterwiesen und hatten dabei jede Menge Spaß.

Ein herzliches Dankeschön an Eiscafé Bertolini, das jedem Teilnehmer zum Abschied ein großes Eis spendierte.

Wir hoffen mit unseren Seminaren nicht nur die Schulen sicherer zu machen, sondern auch zu vermitteln dass Gewalt nicht unbe-

dingt Stärke bedeutet, sondern Schwäche, denn

**WER SCHLÄGT HAT ANGST!**

AIKI-DAN-DO ist eine Kampfsportart, welche sich aus AIKIDO, KUNG FU und KENDO zusammensetzt. Unser Aikido ist nicht sanft wie Ballett, sondern begreift sich als Real-Aikido in Richtung des hier durch Actionfilme bekannten Schauspielers Steven Segal.

Von Kindheit an erlernte unser Meister diese Sportart von Meister Seigo Yamaguchi - ein direkter Nachfahre einer Samurai Familie. Zu dieser Ausbildung gehörte natürlicherweise auch der Kampf mit Schwert und Stock gegen einen oder mehrere Gegner, heute als Kendo bekannt. In den siebziger Jahren wurden er und Meister Ho einander vorgestellt durch einen englischen Freund aus Hongkong der KungFu praktizierte. Zur Vervollkommnung seiner Technik lernte er bei ihm. Meister Ho war gleichzeitig auch einer der Meister von Bruce Lee.

Für weitere Informationen besuchen sie unsere website [www.aiki-dan-do.com](http://www.aiki-dan-do.com)



### Pfälzerwald-Verein

#### Zugfahrt zum Bezirkswandertreffen

Am Sonntag den 01.08.2010 fahren wir mit dem Zug zum Bezirkswandertreffen nach Pirmasens Starkenbrunnen. Treffpunkt ist um 07:50 Uhr am Bahnhof Germersheim Gleis 3. Auskunft und Anmeldung bei Herrn Vonderschmitt (Tel.: 0160 / 2933464).

#### Monatsversammlung

Am Dienstag den 03.08.2010 treffen wir uns um 19:00 Uhr zu unserer Monatsversammlung im August.

#### Stammtisch

Zu unserem Stammtisch im August treffen wir uns am Samstag den 07.08.10 ab 19:00 Uhr im Wanderheim. Es wird wieder Karten gespielt werden.

#### RNF Life on Tour

Unsere Seniorenwanderung im August führt uns am Donnerstag den 05.08.2010 zu einer RNF Live Sendung nach Schwegenheim.

Die Life Sendung findet ab 18:00 Uhr auf dem Kerweplatz statt.

Hier wird über den Ort berichtet, Spiele, Quiz und Unterhaltung angeboten.

Die Tour wird als Fahrradtour angeboten.

Bei schlechtem Wetter fahren wir mit dem Auto.

Wem die Strecke zu weit ist, kann auch mit dem Auto zur Veranstaltung nach Schwegenheim fahren.

**Treffpunkt ist um 16:00 Uhr am Wanderheim.**

Auskunft und Anmeldung bei Herrn Vonderschmitt (Tel.: 0160 / 2933464).

Gäste sind uns herzlich willkommen!

### Hinweis in eigener Sache

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass Sie uns gestaltete Dateien bitte als **pdf-Datei** und Texte als **Word-Dokument** zusenden. Bilder sollten als **jpg-Dateien** eingereicht werden mit einer Mindestgröße von 1024 x 768 Pixel (bei einer Bildbreite von 90 mm). Dies gilt auch für Bilder und Logos, die in pdf-Dateien oder Word-Dokumenten **eingebunden** sind.

**Bitte reichen Sie keine PowerPoint - sowie Excel-Dateien ein!**

Der Verlag behält sich vor, Bilder und Vorlagen, die diesen Standards nicht entsprechen, ohne Rücksprache abzulehnen.

Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Bemühungen.

Ihre Redaktion