

AIKIDO SHUREN DOJO GÖTEBORG

NYHETSREV Februari 20



Om ett halvår är det läge för den här miljön. Tänka sig...

Lätt justerade träningstider:

Tisdagar och torsdagar kl 19 – 21

Fredagar (vapen + bastu) 18.15 – 19.30

Anledningen till justeringen är att vi får ett välkommet tillskott av nya medlemmar i klubben. Jag vill inte säga nybörjare för några har tränat Aikido tidigare och andra har erfarenhet av andra former av Budo. I vilket fall adderar vi träningstiden med 30 minuter. Vi börjar passen mjukt med fallteknik och absoluta grunder. Därefter går vi över till ett kort vapenövning (jo och bokken), där vi även nu håller oss på grundnivå. Jo, jag vet att det nu för tiden inte är brukligt med vapenträning för nybörjare, men jag tycker att det är befogat eftersom alla rörelser vi gör bygger på vapentekniker. De insikter som vi får under träning med vapen förklarar i mycket vårt förhållningssätt och hur vi rör oss i tai-jutsu (vapenlös träning).

Nu tar vi någon minuts paus, då de som varit med från början och som tycker att två timmars träning är väl mycket, kan lämna mattan. Självklart är det möjligt att fasa in direkt i vapenträningen, som då kan ses som uppvärmning, för den fortsatta, vad som kan ses som lite mer avancerade träningen.

Givetvis är det av godo att så många som möjligt av de "gamla" medlemmarna är med från början av passet. Fallteknik och grundträning är något som alla, oavsett grad, behöver. Och det är viktigt att alla tränar med alla.

Alla är också välkomna till fredagens vapenpass, då vi bygger vidare på grunderna. Efter passet blir det sedvanlig bastu och småprat med karatefolket.

Kortet ovan bär om önskan om ett gott Nytt År 2007 från Inagake-Sensei, som också gav vår klubb den mycket speciella amuletten från aikido-templet i Iwama! Amuletten ser kanske inte så mycket ut för världen, där den vilar på "shomen" i dojon, en enkel brädbit med handtextade tecken inslagen i vackert papper – men den är tungt laddad. Ett faktum är att det är nog en av de finaste presenter, som en klubb kan få. Vi har i sanning anledning att känna oss stolta.

God fortsättning med hopp om ett givande år för oss alla önskar vi i styrelsen.

Nu på tisdag börjar allt gå i gamla hjulspår. Alltså träning kl 19.30 tisdagar, 19.00 på torsdagar och vapenträning med efterföljande bastu på fredagar kl 18.15.

Det finns emellertid tankar på att i februari börja tisdagsträningen redan kl