

# Newsletter

Nr. 46 • Januar 2024

„Kangeiko und Kagami Biraki“



Liebe Aikidoka, liebe Kinder, Jugendliche und Erwachsene. **Konnichiwa**

Wir wünschen ein gesundes 2024. Und unser „Neujahrs-Newsletter“ ist da 😊

## KYU-Prüfungen und Graduierungen

Zuerst ein kurzer Rückblick. Im November und Dezember 2023 hatten wir Highlights im Aikido und Verein. Zuerst das Kids-Wochenende in Linz, dann im Dezember die Prüfungen – wir berichteten im Newsletter Nr. 45. Der Newsletter bringt noch ein paar Fotos vom gemeinsamen Training, der Prüfung und der Graduierung. Meistens üben wir zuerst eine Stunde zusammen, um sich aufzuwärmen und ein paar Techniken für die Prüfung zu wiederholen. Danach geht’s an die Prüfungen. Zuerst waren die Kinder und Jugendlichen dran.



Dann kamen die Erwachsenen.



Die Kandidat:innen kamen von den drei ASKÖ Vereinen: ASKÖ Aikidoklub Graz (Günther Steger), ASKÖ Aikidopro Graz (Valentin Lasnik) und von ASKÖ Aikidoclub.at Sankt Josef (Rainer Loidl).



Nach intensiver Prüfung wurden die Graduierungen verkündet. Bei uns in Sankt Josef wurden am 20. Dezember die KYU-Grade inklusive neuer Gürtel und Zertifikat verliehen. Wir gratulieren herzlich 😊



### Ji An Kan Dojo in Sierning – Jahresausklang 2023

Mein persönliches „Jahresabschlussstraining“ 2023 war im wunderschönen Dojo von Michael Mayr. Er hat ein tolles japanisches Dojo geschaffen! Großartig. Vielen Dank 😊



### Gemeinsames Jahresanfangstraining in Semriach

Im Aikido gibt es einige „spezielle“ Trainings bzw. Termine. Eines davon ist das „Kangeiko“, das „kalte Training“ bzw. das in der kältesten Jahreszeit. Ein anderes ist das „Kagami Biraki“. Es bedeutet „den Spiegel öffnen“ und ist eine Zeremonie am Jahresanfang. In unserer Aikido-Praxis markiert es den Jahreswechsel und findet als erstes Training im neuen Jahr statt. Dazu fanden wir uns am 5. Januar 2024 in Semriach unter der Leitung von Günther Steger Sensei zusammen.





## Der ASKÖ Aikidoclub.at Verein im Jahr 2024

Wie geht´s unserem Verein und im Jahr 2024 weiter? Unserem ASKÖ Aikidoclub.at geht es gut. Dank des ehrenamtlichen Engagements unseres Vorstands und der Trainer:innen, dank Eurer Mitgliedschaften und der Trainingsbeiträge sind wir wirtschaftlich im positiven Bereich. Dank einzelner zusätzlicher Sport-Förderungen von ASKÖ Steiermark bzw. Bewegungsland Steiermark oder durch unsere Qualitätssiegel können wir auch „Extras“ anbieten. Dazu kommen wir gleich 😊

### Mitgliedschaften 2024 – Jede/r ist Mitglied

Der jährliche Mitgliedschaftsbeitrag beträgt pro Person 25,- Euro, für das Jahr 2024. Bitte extra (nicht zusammen mit den Trainingsabos) überweisen. Jede/r braucht sie, ob Groß oder Klein.

### Trainings-Abos 2024 – Zwei Varianten

Bei den Trainingsabos gab es in den letzten 2 Jahren zwei Varianten: Block-Abo oder Jahres-Abo. Da die Block-Abos vergleichsweise viel administrativen Aufwand verursachen, möchten wir das vereinfachen und die „Blöcke“ durch ein „Hop-on-hop-off“ ersetzen.

Als Trainings-Abo wählt Ihr entweder Variante A oder Variante B.

Variante A: Monats-Abo: Es soll vor allem Anfänger:innen ermöglichen in ein paar Trainings – über die Schnuppertrainings hinaus – zu prüfen, ob Aikido passt. Es kann im „Hop-on-Hop-off“ Monatsabo ein Monat „gebucht“ und trainiert werden, das nächste Monat nicht, das nächste wieder schon. Oder ein paar Monate hintereinander, z.B. September bis November, oder

April bis Juni. Das ist unkompliziert: jede/r entscheidet von Monat zu Monat, ob sie/er trainieren möchte. Das Monats-Abo wird monatlich bezahlt (Kontoüberweisung). Das Monats-Abo kostet:

- Für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre 25,- Euro pro Monat
- Für Erwachsene 35,- Euro pro Monat
- Für Familien 45,- Euro pro Monat

Variante B: Jahres-Abo: Für alle, die regelmäßig und mehr Aikido trainieren möchten. Die Preise bleiben gleich wie im Vorjahr. Das Jahres-Abo wird jährlich oder durch monatlichen Dauerauftrag überwiesen:

- Für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre 240,- Euro pro Jahr
- Für Erwachsene 360,- Euro Jahr
- Für Familien 480,- Euro pro Jahr (mehrere Pers.)
- Für Firmen 720,- Euro pro Jahr (mehrere Pers.)

### Materialien – Kleidung, Waffen, Bücher, Tatami

Aikido-Gi (Anzüge) können für eine Leihgebühr von 10,- Euro ausborgt werden. Wir kaufen neue Gi und ein paar Holz Waffen (Jo, Bokken, Shinai) nach. Ihr könnt diese zum Einkaufspreis erwerben. Wir haben ein paar Bücher neu in unserem Bestand, u.a. „Aikido Pioneers“ in dem die Geschichte des Aikido ausführlich beschrieben und die wichtigsten Aikidoka in der weltweiten Entwicklung vorgestellt werden.

Unsere Tatami (Matten) ist für das regelmäßige wöchentliche Training groß genug. Für 2024 ist geplant, ein paar gebrauchte Tatami anzukaufen und unsere Mattenfläche für Seminare etwas zu vergrößern.



## Vereinsmanagement – Neue App

Wir steigen mit diesem Jahr in die Vereinsverwaltung mit einer neuen Software ein: mit der Vereinsplaner App. Die Administration und Mitgliederverwaltung bis hin zur Terminverwaltung soll erleichtert und vereinfacht werden.



Wir nahmen ein „großes Abo“ mit vielen Funktionen und werden 2024 damit noch einiges neu machen. Infos laufen dann auch über einen E-Mail-Verteiler. Wenn wir so weit sind, schicken wir euch die Infos zum Zugang. Die Daten sind sicher (es ist eine Firma aus Linz). Die App kann heruntergeladen werden, auch auf 's Smartphone.

## Vereinsentwicklung – Unterstützung gesucht

Jede Vereinsarbeit ist auf ehrenamtliche Tätigkeiten angewiesen. Vielen Dank an jene, die so aktiv sind und über das Trainieren hinaus zum Vereinsmanagement beitragen. Wir sind über jede weitere „helfende Hand“ und jeden „mitdenkenden Geist“ froh 😊 ... Wer möchte uns in der Vereinsverwaltung und Vereinsentwicklung unterstützen? Meldet Euch bei uns.

## Trainingsplan und Ausblick

Was ist so für Januar bis ins Frühjahr 2024 hinein über unsere regelmäßigen Trainings hinaus los?

### Sankt Josef – Mittwochstrainings

- 17. Januar: Kevin kommt als Gasttrainer
- 24. Januar: Tino hält das Erwachsenentraining

- 31.1. und 7.2.: Slava hält die Trainings zusammen mit Claudia „Stipe“
- 14.2.: Training regulär mit Rainer
- 21.2. ist voraussichtlich die Turnhalle geschlossen (Semesterferien)
- 28.2.: reguläres Training usw.

### Seminare und Lehrgänge

- 10.-11. Februar: Georg Fritsch in Graz
- 24.-25. Februar: Philippe Cocconi in Nova Gorica (SLO)
- 1.-2. März: Günther Steger in Linz – **Lehrgangsausflug unseres Vereins**. Infos dazu unten.
- Am 5.-7. April organisieren wir den **internationalen Lehrgang von Christophe Depaus in Graz**. Anmeldungen laufen schon 😊
- 20.-21. April: Stephané Benedetti in Wien
- 4.-5. Mai: Österreichischer Aikido-Verband Lehrgang in Wels
- 11.-12. Mai: Brahim Si Guesmi in Wien
- 28.-30. Juni: Peter Hamader und Andreas Flamm, Niederöblarn
- 6.-14. Juli: Stephané Benedetti in Graz Sommerlehrgang

## 1.-2. März: Aikido Trainingsausflug Wochenende



Wir hatten das schon länger vor: eine gemeinsame Aikido Exkursion, einen Trainingsausflug, zu machen. Am 1.-2. März findet der Lehrgang von Günther Steger Sensei (6. DAN) in Linz / Wels statt. Das ist eine tolle Gelegenheit. Zum einen betreibt Günther Aikido schon seit etwa 45 Jahren und ist damit einer der



ältesten Aikidoka in Österreich. Seit vielen Jahren hält er internationale Lehrgänge in Ungarn, Tschechien, der Slowakei und in der Ukraine. Zum anderen ist Rainer seit vielen Jahren ein Schüler von Günther, sodass wir in der Tradition dieser „Schule“ üben – in der Linie von Tamura Shihan und Stephané Shihan. Das Training mit Günther ist stets freundlich, sympathisch, inspirierend, „neu“.

Der Ausflug soll etwas Besonderes sein. Wir entschieden uns nun dazu, dass der **Verein für die Mitglieder, die teilnehmen möchten, die Gebühren für den Lehrgang übernimmt.** 😊 Das heißt: für dich fallen lediglich die Fahrt und die Übernachtung an (kann organisiert werden). Interessiert? **Melde dich bei uns, damit wir bis Anfang Februar unseren gemeinsamen Trainingsausflug organisieren können.** Wir fahren am Freitag 1.3. nachmittags weg und sind Samstag später Abend wieder zurück.

Der Lehrgang ist für Erwachsene und Jugendliche ab ca. 14 Jahren geeignet. Wir trainieren am Freitag 2 ½ Stunden in Linz, am Samstag 4 Stunden in Wels. Das Budokan Wels ist zudem ein wirklich tolles – ich glaube das größte – japanische Dojo in Österreich.



*Auf bald. Lieben Gruß und „auf geht´s“  
onegaishimazu*

*Rainer 06641008073, [rainer.loidl@aikidoclub.at](mailto:rainer.loidl@aikidoclub.at)*



mutokukai

Mitglied von:



In Kooperation mit:



Ausgeschiedet mit:



ASKÖ AIKIDOC CLUB AT, c/o Dr. Rainer Loidl (Öbmann), 8503 St. Josef 105, Tel.: +43 664 100 8073

ZVR 1928414557 • [www.aikidoclub.at](http://www.aikidoclub.at) • [verein@aikidoclub.at](mailto:verein@aikidoclub.at) • Raiffeisenbank Schicklerland • ASKÖE Aikidoclub.at • AT53 3804 3000 0272 4102