

# Kommunikation mit dem Schwert

Montag 09.09.2017

**AIKIDO-LEHRGANG** 20 Teilnehmer aus ganz Norddeutschland übten am Sonnabend in Prisdorf die Kampftechnik

**PRISDORF** Die Prisdorfer Schulsporthalle verwandelt sich in ein traditionelles japanisches Dojo: 20 Männer und Frauen, angereist aus ganz Norddeutschland, verneigen sich voreinander und beginnen mit ihren Übungen. Sie kämpfen elegant mit langen Stöcken, es liegt aber keine Aggression in der Luft. Im Gegenteil: Es wirkt eher so, als würden sich Tänzer umeinander drehen.

„Wir machen Aikido, da greift man nicht aggressiv an“, sagt Tom Domroef, der diesen eintägigen Stock- und Schwertlehrgang leitet. Der Trainer hat sein Hobby zum Beruf gemacht, betreibt in Hamburg eine Aikido-Schule und bringt auch angehenden Schauspielern diese besondere Art der Kommunikation bei: „Etwas anderes ist es nicht“, sagt er. „Es ist Kommunikation. Ich muss mich ganz auf mein Gegenüber einlassen.“

Beim Aikido werden Angriffe nicht, wie in vielen anderen Kampfsportarten, abgeblockt.



**Trainer Thomas Domroef** (links) zeigt seinen Schülern beim Stock- und Schwertkampf-Lehrgang, wie sie die Energie und Kraft des Gegners optimal ausnutzen können.

Es wird versucht, Kontrolle über die Energie des Gegners zu bekommen. Die Kampftechnik wandelt Angriffsenenergien in Abwehr- und Sicherungstechniken um. Begründer der Ueshiba Morihei (1883 – 1969) gab dieser japanischen Kampfkunst seine friedfertigen Grundgedanken mit auf den Weg: Der Kontrahent soll zwar kurzfristig kampfunfähig gemacht werden, aber möglichst ohne Verletzungen. Das Ziel ist immer, den Gegner zur Einsicht zu bringen und die Auseinandersetzung friedvoll zu beenden. Großmeister Morihei nannte das: „Den Angreifer geistig besiegen.“



**Ute Kruse** bringt ihren Schülern in Prisdorf seit fast 20 Jahren die Techniken des Aikido bei.

Ihren Schülern will Kruse nur das Beste mit auf den Weg geben. „Ich stelle mich nicht in den Vordergrund, habe aber eine klare Richtung. Bei mir gibt es schwarz und weiß, nicht kariert.“ Besonders für Jugendliche mit geringem Selbstbewusstsein sei dieser Kampf-

sport hilfreich. „Aikido lässt sie wieder gerade in die Welt gehen“, sagt Kruse. Gezicke und Gemobbe kennt sie in ihrem Unterricht nicht. „In meinen Kursen gibt es keine Ellbogengesellschaft. Ich verzichte lieber auf Schüler, als dass ich mir die Harmonie in der Gruppe kaputtmachen lasse.“ Um mit Aikido zu beginnen, sei es vollkommen unwichtig, ob Mann oder Frau, alt oder jung, durchtrainiert oder unspornlich. Wichtig sei allein das Interesse, Geduld und die Bereitschaft, etwas Neues kennenzulernen, so Kruse.

Sabrina Lincke  
> www.tsv-prisdorf.de