

18-21 Schnuppertraining Aikaido

Ganz neu im Angebot der Geschenkten Zeit war erstmals das Schnuppertraining in Aikaido, durchgeführt vom SKK Eitorf, einem Seminar für Körperarbeit und Kultivierung. Bei Aikaido handelt es sich um eine japanische Kampfkunst, bei der nicht sportlicher Wettkampf sondern der friedliche Umgang mit Konflikten im Mittelpunkt steht. „Aikaido kennt keine Gewinner“ betonte Aikaido-Meister Sebastian Nippold, der mit seiner Assistentin Sophie die Teilnehmer in die Grundlagen dieser japanischen



Selbstverteidigungslehre einführte. Ziel der Techniken sei ein Umlenken der Kraft des Gegners.



Um selbst einer Situation zu entrinnen werde der Gegner außer Gefecht gesetzt ohne ihm dabei unnötig Schmerzen zuzufügen. Damit sich die Teilnehmer ein Bild von den komplexen Übungen machen konnten führte Sebastian mit Sophie eine Reihe eindrucksvoller Szenen vor. Er selbst macht Aikaido seit etwa 25 Jahren, trägt den schwarzen Gürtel und dritten Dan. Kinder unterrichtet er in der Kampfkunst seit fast 20 Jahren. Der praktische Teil begann damit, zunächst stabiles Sitzen zu

lernen, bevor aufstehen, rückwärts abrollen und verschiedene Falltechniken geübt wurden. Alle Kommandos erfolgten dabei der Tradition folgend in Japanisch. Für die Kinder war diese Kampfkunst eine völlig ungewohnte Erfahrung aus der sie jedoch neben neuen körperlichen Fertigkeiten auch neue Einsichten und Erkenntnisse mitnehmen konnten.

22 Zeit mit Ponys und Traktortour

3 Ponys + 1 Traktor = glückliche Kinder! Die Rechnung ging auf. Alle Kinder hatten super viel Spaß. Nachdem wir kurz einer Reitstunde zugeschaut hatten („Wow ist das ein großes Pferd“) gingen wir in den Reitstall und durften reiten! Ein tolles Erlebnis auf einem der drei Ponys zu sitzen. Einigen war die kleine Maja die liebste, die so klein aber gleichzeitig so super süß ist, da waren sich schnell alle einig. Andere zog es eher auf die etwas größeren Ponys. So konnte jedem ein Wunsch erfüllt werden. So begeistert die Teilnehmer auch von den Ponys waren, als es ans Traktor fahren ging waren auch alle mit viel Freude dabei. Es war auch erstmal gar nicht so leicht zu Tim in den super großen Traktor zu klettern, aber alle trauten sich rein und die Fahrt ging los.



Zum Abschied bekam jeder noch ein kleines Kätzchen geschenkt. Nach kurzer Panik bei einigen Eltern, stellten diese sich aber zum Glück als Porzellanfiguren heraus.