

An die Mitglieder
des Österreichischen Aikidoverbandes

via E-Mail-Verteiler an die Dojos



Österreichischer Aikido Verband Austrian Aikikai Alliance

Graz, am 18.08.26

Gegründet/founded 1978
ZVR 877286152

Mitglied/Member info@AAAikido.at
Aikikai So Hombu, Tokio, Japan www.AAAikido.at

Einladung zum TRAINER-Lehrgang in Niederöblarn 25. – 27. September 2026

im UNION Bundessportzentrum in 8960 Niederöblarn

Freitag, 25. September 2026:

bis 18:00 Ankunft, Zimmer
bis 19:00 Abendessen
19:00 – 20:30 Training Frank Koren
Anschließend gemütliches Zusammensein

Samstag, 26. September 2026:

07:00 – 08:00 Training
08:00 – 09:30 Frühstück

09:30 – 11:30 Training
11:30 – 12:30 Training Frank Koren
12:30 – 14:30 Mittagessen

14:30 – 16:30 Training
**16:30 – 17:30 Training Frank Koren / optional Dan-Prüfung (Anmeldung
bis 2 Wochen vor dem LG)**

17:30 – 18:30 Abendessen
18:30 – 19:30 Dojo-Ausschuss
Anschließend gemütliches Zusammensein

Sonntag, 27. September 2025:

08:00 – 09:30 Frühstück

09:30 – 10:30 Training

10:30 – 11:30 Training Frank Koren

11:30 Urkundenverleihung und
Verabschiedung

Anmeldungen / Stornierung zum Lehrgang:

Kosten je Teilnehmer: EUR 100,00

Anmeldungen verbindlich bis spätestens 08. September 2026 gesammelt je Dojo an Stephan Piber (stephan@piber-architektur.at) melden.

Die Teilnahmegebühr ist bei Anmeldung je Dojo gesammelt im Voraus auf das Verbandskonto zu überweisen!

Eine Stornierung der Anmeldung ist nur an die o.a. Emailadresse zu richten. Bei einem Storno werden die Stornokosten des Bundessportzentrums zu 100% dem Verein verrechnet (Ausgenommen Krankheit mit Arztbestätigung).

Anmeldung Danprüfungen:

Der Lehrgang bietet die Möglichkeit zur Danprüfung (bis 4. Dan) für die Kandidat:innen – bitte beachtet auch die entsprechende UKE-Wahl!

Anmeldungen **gesammelt nach Dojo** bitte bis spätestens **Freitag, 11. September 2026** per E-Mail an christian.herzl@icloud.com senden (**eine Anmeldung am Lehrgang ist nicht möglich**).

Bitte in der Anmeldung auch die **E-Mail-Adresse (wenn möglich auch Tel.Nr.) des Prüflings zur Kontaktaufnahme** aufnehmen.

Für den Österreichischen Aikidoverband

Der Präsident
Markus Herzl-Stolz

Der Generalsekretär
Christian Herzl

Tariki (他力) - Jiriki (自力) - Jitoku (自得)

"Unterweisende vermögen nur einen Bruchteil der Lehre zu vermitteln. Die Mysterien der Kunst des Friedens erwachen durch deine eigene hingebungsvolle Übung zum Leben" O Sensei

„...mit neunzig Jahren werde ich das Geheimnis der Dinge durchschauen...mit hundert...“
Meister Hokusai K.

Liebe Aikidoka,

die Zeit verfliegt, unser Vorstand arbeitet wieder fleißig an den Vorbereitungen für unseren Trainer-Lehrgang und Markus und Christian haben mich gefragt, ob ich ein paar Zeilen dazu schreiben könnte...

Kürzlich hat ein hervorragender Budoka auf die Frage, was einen Lehrer ausmacht, sinngemäß geantwortet, dass dieser Antworten auf die Fragen der Schüler haben muss. Tatsächlich habt Ihr mir im Laufe der letzten Zeit viele Fragen gestellt („Shiho-Nage...Eingänge?“, „Aikido... was für Selbstverteidigung?“, „...männliches und weibliches Prinzip im Aikido?“, „Leere... kommt da noch was?“ ...) und ich habe geantwortet. Auch wenn meine Antworten manchmal vielleicht nur Bewegungen auf der Tatami, oder überhaupt kryptisch waren, habe ich immer versucht, das Wesen Eures Fragens zu erfassen und eine Spur für Euer eigenes Forschen zu legen. Nun, zum Glück betrachte ich mich selbst ja nicht als Lehrer... keine Angst, das soll nicht heißen, dass Ihr ganz vergebens zum Unterricht kommt. Nein, das heißt eigentlich nur, dass ich im Laufe meines Aikido-Studiums mit der Zeit wohl einfach den Titel vergessen habe und quasi natürlich in die Lehrer-Aufgabe hineingewachsen bin, ohne mich selbst noch darüber zu definieren.

Ich denke, wir tun heutzutage manchmal ganz gut daran, uns selbst eher im Feld des Dreiklangs (Tariki-Jiriki-Jitoku) zu verorten, den ich zum Motto unseres heurigen Shidōsha Gasshuku erkoren habe, und es dann den Studierenden zu überlassen, ob sie uns, wenn sie denn einmal der Shu-Stufe entwachsen sind, noch als ihre Lehrer oder Lehrerinnen sehen wollen. Gerade deswegen ist aber das Verständnis des Zusammenhangs von Tariki („Kraft des Anderen“), Jiriki („eigene Kraft“) und Jitoku („Selbst-Erlangen“) notwendig, um nicht an der Essenz unseres Weges vorbeizugehen.

Zu Beginn dominiert Tariki und der Anfänger muss den Anweisungen des Sensei gut und hingebungsvoll folgen (entspricht Shu – dem Lernen des Äußeren), sodann reicht das reine Nachahmen nicht mehr aus um Fortschritte zu machen, der Schüler, die Schülerin muss in Jiriki eintauchen, die Barriere des Nachahmens aufzubrechen und eigene Lösungswege zu suchen (Ha) um schließlich in Jitoku einzutreten, wo das Stadium von Studium und Meisterschaft zusammenfallen (Ri)... die Grenzen sind fließend. Bis es soweit ist, müssen wir die Techniken und ihren Zusammenhang mit den dahinter liegenden Prinzipien genau studieren, um dann für die, die sich ernsthaft unserem wundervollen Weg verschreiben, auch brauchbare Antworten zu haben. Dazu habe ich in meinem Motto-Schreiben vor drei Jahren schon einmal Tamura Senseis grundlegende Aufforderung zitiert, „Es ist wichtig, dass wir alle, die wir Aikido trainieren oder lehren, uns auf diesen Weg begeben, mit dem Willen, die anderen an die Hand zu nehmen und sie zu führen, um dieses Ideal lebendig werden zu lassen, damit das DO des Weges und das DO der Lehre sich ergänzen und bereichern“.

Es wäre doch interessant, wenn wir davon ausgehend auf unserem Trainer-Lehrgang im Keiko daran arbeiten, was wir unterrichten (und unsere Technik verfeinern), wie wir unterrichten (und unsere Methode entwickeln), warum wir unterrichten (und uns darüber austauschen) und wozu wir unterrichten (und unser eigentliches Selbst dabei freilegen).

In Vorfreude darauf grüßt Euch herzlich

Frank