



Jaresbericht des Club-Präsidenten:

## Ein neues Dojo – und neue Mitglieder?

### Es musste schnell gehen...

Nach aufwendigen und mühsamen Verhandlungen mit dem Vermieter PSP war klar: In diesem Dojo konnten wir nicht länger bleiben, ohne die Mitgliederbeiträge massiv zu erhöhen. Es blieb also keine andere Möglichkeit, als ein neues Dojo zu finden. Nach intensiven Suchbemühungen ergaben sich zwei mögliche Standorte in der Nähe des Bahnhofes Altstetten. Weil die Zeit drängte, trafen sich Vorstand und TK zu einer Besichtigung beider Lokalitäten. Noch am selben Abend entschieden wir uns in einer Abstimmung für das jetzige Lokal an der Bernerstrasse Nord 182. Ausschlaggebend für diesen Entscheid waren der Mietpreis, die grosszügigen Räumlichkeiten und der langfristig mögliche Mietvertrag.

### Herzlichen Dank an alle, die mitgewirkt haben!

Alle, die schon mal dabei waren, wissen es: Neue Dojoräume für unsere Bedürfnisse umbauen und den ganzen Clubbetrieb dahin zügelnd, ist mit enormem Aufwand verbunden. Es war auch diesmal nicht anders!

Marianne Crivelli, welche diese Lokalität aufgefunden gemacht hatte, wurde mit der Planung beauftragt. Sie war auch bereit, die Bauführung zu übernehmen. Hans-Jörg Wettstein hat sich schon beim Verhandeln um Vorfeld und beim Umzug sehr stark engagiert. Ihnen beiden gilt mein ganz besonderer Dank. Aber auch den vielen andern, die in unzähligen Freiwilligen-Stunden mitgewirkt und den ganzen Stress ausgehalten haben, manchmal bis in die Nacht hinein. Es rumpelte manchmal tüchtig, wie es halt so ein Projekt mit sich bringt. Es ist auch noch nicht alles fertig; die Arbeiten werden sich noch eine Weile hinziehen.

## Neue Trainingszeiten

Ab Montag, 23. März 2015 gilt ein neuer, leicht angepasster Stundenplan für die Abend-Trainings. Die ersten Trainings finden neu von 18.00 – 19.25 h statt und die zweiten von 19.35 – 21.00 h. So bleibt beim Besuch des ersten Trainings etwas mehr Zeit für die Erledigung der alltäglichen Pflichten, bevor man sich auf den Weg in den Aiki-Kai macht. Beim Besuch des zweiten Trainings kommen auch die Mitglieder mit einem längeren Heimweg nicht allzu spät nach Hause. Beide Trainings sind nach wie vor gleich lang und die Pause zwischen den Trainings lässt nach wie vor einen kurzen Austausch zu. Die leicht verkürzte Trainingszeit ist bestimmt verkraftbar und die momentan etwas ungewohnten Anfangs- und Schlusszeiten werden sich bald einspielen. Die TK wünscht allen viele schöne Aikido-Stunden!

*Alexander Büchi*



## Flyer-Aktion: Bitte mithelfen!



Aikido ist grossartig!

Viele unserer Club-Mitglieder sind über viele Jahre, ja gar Jahrzehnte mit Freude und Begeisterung im Aiki-Kai dabei. Naturgemäss gibt es auch Austritte: die Leute ziehen weg oder setzen andere Prioritäten. Damit unser Club gedeihen kann, braucht es immer wieder Leute, die sich bei uns neu auf den Aikido-Weg begeben.

Die persönliche Empfehlung ist ein sehr wirksames Mittel, um Neueinsteiger zu gewinnen. Bitte überreiche oder sende die beiliegenden Flyer an Freunde oder Bekannte, Nachbarn oder Verwandte. Lade sie ein, unsere Einführungskurse (Neustart ab 25. März 2015) zu besuchen. Oder schlage ihnen vor, ihren Kindern unseren Kinderkurs schmackhaft zu machen.

Vielen Dank!

## Ein tolles Ergebnis

Aber das Ergebnis kann sich sehen lassen und erfüllt mich mit Stolz: Wir haben eine neues, grosszügiges Dojo mit grösseren Garderoben und Duschen als bisher und sogar mit einem Aufenthaltsraum zum Sitzen und etwas Trinken. Bereits am 20. Dezember 2014 konnten wir es offiziell einweihen. Mit einem Clubstage, einem Vortrag über Akira Kurosawa und einem feinen Essen, das vom Barbla, Toni und Nicola mit wunderschöner Live-Musik umrahmt wurde. Ganz herzlichen Dank an alle, die sich für diesen tollen Event eingesetzt haben. Speziellen Dank an Michi Graber welcher diesen Anlass organisierte.

## Durchgehender Trainingsbetrieb und viele interessante Stages

Während des ganzen Jahres konnten unsere Mitglieder das volle Trainingsangebot nutzen. Und sie hatten die Möglichkeit, viele attraktive Stages zu besuchen. Seien es die monatlichen Stages der FSA samt Sommerstage oder die Wochenend-Lehrgänge der Lehrer, die wir schon seit Jahren immer wieder bei uns zu Gast haben dürfen. Ein besonderes Highlight war der Stage in Zürich zur Feier des 30. Geburtstages der FSA mit Yamada Sensei und andern Lehrern. Im Juli konnten wir in der Sporthalle der Uni Irchel das verzaubernde Aikido von Hiroshi Ideda Sensei bewundern.

## Neue Mitglieder höchst willkommen!

Die Räumlichkeiten für eine erfolgreiche Zukunft unseres Clubs sind vorhanden und das Trainings-Angebot ebenfalls. Jetzt müssen wir nur noch dafür sorgen, dass wieder mehr Mitglieder diesen wunderschönen Rahmen nutzen. Helft bitte alle mit. Die Erfahrung vieler Jahre hat es bewiesen: Persönliche Werbung in Eurem privaten Netzwerk hat den grössten Erfolg!

## So vieles wird einfach gemacht – Woche für Woche...

Dass auch im organisatorischen Bereich immer alles rund läuft, ist meinen Vorstandskollegen zu verdanken. Seien es die Zahlungen an Handwerker etc. die immer fristgerecht durch Jürg erledigt werden, die Aufgaben des Aktuars erledigt Serge, diverse Arbeiten fürs Dojo erledigt Herbert und der ganze Mitgliederdienst, wird von Bruno seit Jahren bestens betreut. Jeder hat da seine besonderen Aufgaben. Vielen Dank für Euren Einsatz während eines weiteren Klub-Jahres! Jens Christian wird ab nächster GV für Vorstands-Aufgaben nicht mehr zu Verfügung stehen. Ich möchte Ihm für seine Arbeiten als Redaktor des Infoblattes und als Vorstandsmitglied herzlich danken.

Damit 13 Lektionen Woche für Woche durchgeführt werden können, braucht es Trainer, die mit grosser Überzeugung dahinter stehen. Wir sind wohl das einzige Dojo weit über die Landesgrenze mit einem so umfassenden Trainings-Angebot. Allen unseren Trainern gilt dafür mein herzlicher Dank.

Meine abschliessende Bitte: Bleibt dran, nutzt unsere tollen Angebote so oft ihr könnt mit viel Freude an dieser einzigartigen Kunst und helft mit, sie weiter zu verbreiten!

*Rolf Zuberbühler*

## Jahresbericht 2014 des TK-Präsidenten

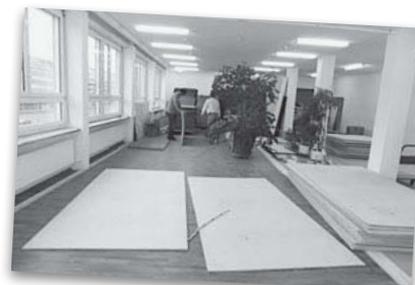
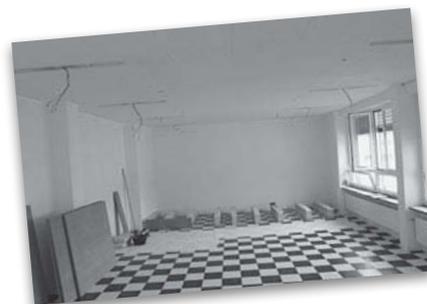
Wieder ist ein Jahr vorüber und auch im 2014 konnten wir im Dojo des Aiki-Kai Zürich von einem vielseitigen Aikido-Angebot profitieren: Dreizehn Lektionen pro Woche, wobei ein Kindertraining (Freitag) und drei Lektionen für EinsteigerInnen (Mittwoch, Donnerstag) wurden angeboten. Hinzu kam eine Vielzahl an Aikido-Lehrgängen, bei denen der Aiki-Kai Zürich Organisator und/oder Gastgeber war. In chronologischer Reihenfolge waren dies die Stages mit Janet Clift Sensei (Januar), Stephane Benedetti Shihan (Februar), der FSA TK mit Rolf und Didier (Mai), Henri Avril Shihan (Mai), FSA Jubiläumsstage mit Yoshimitsu Yamada Shihan (Juni), Hiroshi Ikeda Shihan (Juli), Claude Pellerin Shihan (September), Gabriel Valibouze Shihan (November) und Tiki Shewan Sensei (Dezember). Daneben gab es auch 2014 einen internen Ukemi Stage im Juni, sowie im April und Dezember einen Club-Stage, wobei Michi Graber die Organisation des Club-Festes zur Eröffnung unseres neuen Dojos im Dezember inkl. Kurosawa-Film-Nachmittag mit Fred Van der Koji übernahm.

Dieses breite Angebot – Woche für Woche und an den Wochenenden – waren nur möglich dank dem Engagement von Alex, Barbla, Bruno, Hans, Herbert, Ivo, Michi Graber, Michi Müller, Michi Schnellmann, Rolf, Van Thang. Für diesen unermüdlichen Einsatz aber auch für den konstruktiven Austausch in der Technischen Kommission danke ich Euch ganz herzlich!

Die Vielfalt in Dynamik und Form des von unseren Gastlehrern unterrichteten Aikidos widerspiegelt einerseits die enorme Breite unserer Kampfkunst und meiner Meinung nach auch die generelle Offenheit unseres Dojos. Die Kontinuität der Einladung derselben erfahrenen Lehrer über viele Jahre ist andererseits Ausdruck der Überzeugung der TK, dass Ideen verfolgt und Themen vertieft werden müssen, um auf unserem Weg voranzukommen: Trotz der Unterschiede in der äusseren Form beleuchten diese Gastlehrer immer wieder die gleichen Themen (z.B. Verbindung zwischen Uke und Tori, Kuzushi, Lockerheit der Schultern oder Haltung)... und wie Frank Doran Shihan mich gelehrt hat, ist es zentral, dass wir als Praktizierende die Gemeinsamkeiten, nicht die Unterschiede erkennen lernen.

Dass intensives Üben Früchte trägt, zeigten verschiedene Clubmitglieder anlässlich der im März, Juli und November 2014 im Dojo durchgeführten Kyu-Prüfungen. An dieser Stelle noch einmal herzliche Glückwünsche an alle erfolgreichen KandidatInnen! Speziell gefreut hat mich überdies, dass im 2014 Michi Graber (Aikido West im August in Redwood City) und Michael Schnellmann (FSA im Oktober in Lugano) die Prüfung zum 3. Dan erfolgreich ablegen konnten, sowie Dario Zeo (FSA im Oktober, in Lugano) und Rahel Buchter (FSA im Lausanne in November) ihre Prüfungsreife beim 1. Dan mit Erfolg unter Beweis stellen konnten.

Aussergewöhnlich waren 2014 einerseits der Stage zum 30-jährigen Bestehen der FSA im Juni in Zürich, ein Anlass, der gleichzeitig an das Eintreffen des 2010 verstorbenen Tamura Shihan in Europa 1964 erinnerte. Der Stage wurde von unserem Fachverband, der FSA, organisiert und in Zusammenarbeit mit dem ältesten Schweizer Aikido-Dachverband ACSA durchgeführt. Neben Yamada Shihan leiteten sowohl Lehrer der FSA wie der ACSA einzelne Lektionen. Dieser Stage war 2014 eine erste Möglichkeit mit Aikidoka anderer



## Parkplätze



Für den Aiki-Kai Zürich stehen zwei Parkplätze zur Verfügung. Da dies aber oft nicht genügt, haben Hansjörg und ich die einzelnen Mieter betreffend einer Mitbenutzung ihrer Parkplätze angesprochen. Im Dojo liegt ein Parkplatzplan auf. Darauf ist mit grün angezeigt, welche Parkplätze wir benutzen dürfen. Alle anderen Parkplätze dürfen nicht benutzt werden! Sonst besteht die Gefahr abgeschleppt zu werden! Bitte hinterlegt hinter der Frontscheibe des Autos unsere Aikikai-Karte mit unserer Telefonnummer.

Schweizer Dojos zu praktizieren. Im September dann lud die ACSA – im Rahmen der 150-jährigen diplomatischen Beziehungen Japan-Schweiz – ihrerseits zum einem verbandsübergreifenden Stage unter der Leitung von Waka Sensei Mitsuteru Ueshiba ein, wo am Samstag Abend neben verschiedenen Lehrern der ACSA auch Vertreter der Verbände «Aikido Switzerland» und der FSA ihr Aikido in einem Embukai präsentierten. Die Annäherung der verschiedenen Verbände ist aus meiner Sicht etwas Positives. Ich bin gespannt, was daraus wachsen wird.

Gegen Ende des 2014 hiess es Abschied zu nehmen von unserem Dojo an der Hardturmstrasse 169, wo wir seit Januar 2004 unsere Zelte errichtet hatten. Durch das grosse Engagement von Marianne und dem Vorstand konnte im Sommer 2014 ein neues Dojo gefunden werden. Dank der Hilfe vieler Mitglieder konnte nach kurzem Unterbruch der Trainingsbetrieb im November an der Bernerstrasse Nord 182 wieder aufgenommen werden. Baulich ist 2014 noch nicht alles abgeschlossen und es braucht auch anfangs 2015 noch helfende Hände. Was aber für uns alle zählt, ist, dass wir wieder miteinander Aikido treiben können. Ich möchte im Namen der TK allen ganz herzlich danken, welche in den vergangenen Wochen viel Energie in den Umbau des neuen Dojos investiert haben, allen voran aber ein grosses Dankeschön an Marianne und Hans-Jörg.

Zum Schluss noch dies: Bereits im ersten Halbjahr 2014 haben wir beobachtet, dass die Anzahl der Mitglieder geschrumpft ist. Der Umzug stellt in diesem Zusammenhang eine Herausforderung dar, da wir nun weiter weg vom Stadtzentrum sind... andererseits sind wir neu mitten in einem Wohnquartier und haben ein grösseres Dojo als je zuvor! Für 2015 wird es darum wichtig neue Mitglieder anzuwerben und Aikido den Menschen in der Grünau und in Altstetten näher zu bringen. Dies ist mir nicht nur aus ökonomischen Überlegungen ein Anliegen, sondern auch, weil Aikido als Körperschule und als Möglichkeit an sich zu arbeiten für mich eine einzigartige wunderbare Sache ist. Ich freue mich auch heuer auf das gemeinsame Üben mit euch, bis bald.

*Ehrendingen, 10.1.2015,  
Daniel Perruchoud (TK Präsident)*

## EINLADUNG

zur Generalversammlung des Aiki-Kai Zürich

**Mittwoch, 18. März 2015, 19:30 Uhr im Dojo**

17:45 h Training mit Rolf

19:30 h GV

anschliessend gemütliches Beisammensein im Dojo!

### Traktanden:

1. Begrüssung, Entschuldigungen
2. Wahl der Stimmezähler
3. Genehmigung der Traktandenliste
4. Wahl des Tagespräsidenten
5. Abnahme des Protokolls der GV 2014
6. Jahresbericht des Klub-Präsidenten
7. Jahresbericht des TK-Präsidenten
8. Kassabericht 2014
9. Revisorenbericht
10. Entlastung des Vorstandes und Kassa-Abnahme
11. Wahl des Vorstandes für 2015/2016
12. Wahl der RevisorInnen
13. Budget 2015
14. Anträge
15. Verschiedenes

**Wichtig: Anträge an die GV sind schriftlich bis zum 18. Februar 2015 dem Aktuar Serge Droz zu übergeben (serge@drozilla.ch).**

Teilnehmen ist wichtig für Zukunft unseres Klubs. Wir freuen uns auf Euer zahlreiches Erscheinen!

Freundliche Grüsse  
Euer Aiki-Kai Vorstand

## Qualität

Das Ende des einen und der Beginn des nächsten Jahres sind auch immer wieder Momente des Innehaltens, des Nachdenkens – und des Aufräumens. Ich habe in den letzten Jahren einige DVDs und Bücher zu Aikido gekauft, angeschaut und gelesen (zumindest teilweise). Ich gebe diese gerne in den Besitz des Clubs – vielleicht findet der eine oder die andere darin interessante Anregungen. Beim Aufräumen ist mir auch eines meiner Lieblingsbücher in die Hand gefallen – eines, das ich regelmässig alle paar Jahre lese (und das bereits überfällig ist): *Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten* von Robert M. Pirsig. Beim Blättern darin bin ich über folgendes Zitat gestolpert, nicht von Pirsig, sondern von jemand anderem:

*Höchste Aufgabe... ist also das Aufsuchen jener allgemeinsten elementaren Gesetze, aus denen durch reine Deduktion das Weltbild zu gewinnen ist. Zu diesen Gesetzen führt kein logischer Weg, sondern nur die auf Einfühlung in die Erfahrung sich stützende Intuition.*

Der Mann, der dies 1918 sagte war ein Zeitgenosse O'Senseis, es ist aber fraglich ob sich die beiden kannten. Gehört hat O'Sensei vermutlich von ihm – er gilt als einer der grössten auf seinem Gebiet. Auch wenn die Sätze in einem völlig anderen Zusammenhang gesagt wurden und ein komplett anderes Thema beschreiben, steckt in ihnen doch ein Kern Wahrheit, der sich genauso gut auf Aikido übertragen lässt: Natürlich können wir versuchen, die Bewegungsabläufe des Aikido logisch zu verstehen. Schliesslich ist es nichts anderes, als ein paar physikalische Prinzipien praktisch anzuwenden. Doch was für ausenstehende Beobachter bereits wie Magie wirkt, ist – und das wisst ihr alle vom Training auf der Matte – weder Magie, noch einfach «nur» Physik. Es ist das ständige Einfühlen in die Bewegungsabläufe, in den Einsatz (oder eben nicht) von Kraft und Entspannung, in das Timing bei dem ein Bruchteil einer Sekunde den Unterschied zwischen einer verkorksten und einer erfolgreichen Technik ausmachen. Die elementaren Gesetze müssen wir auf der Matte erfahren und erfühlen. Und mit etwas Geduld (und sehr viel Arbeit) finden wir im Inneren zu der Intuition, die es uns erlaubt, Aikido im Moment zu leben und vielleicht sogar ein wenig zu verstehen.

Der Mann, der über Einfühlung und Intuition sprach, veränderte das Weltbild der gesamten Welt. O'Sensei verändert unser eigenes Bild und unser eigenes Verhalten, wenn wir mit Einfühlung und Intuition arbeiten.

Es geht, denke ich, auch darum, dass wir mit Qualität arbeiten. Aufmerksam, sorgfältig, im hier und jetzt. «Practice makes perfect» – also «Üben führt zur Perfektion» sagt man. Aber das stimmt nicht: «Practice makes permanent» – «Üben führt zur Dauerhaftigkeit». Wenn ich falsche übe, lerne ich etwas Falsches «gut zu machen». Das gilt sowohl für Aikido als auch (woran ich gerade arbeite) für Musik. Bewusstes, konzentriertes Üben, richtiges Üben und das Richtige zu üben führen zum persönlichen Fortschritt. Um den Bogen zu Pirsig und seinem Buch zu schlagen – das Buch *Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten* ist eine lange Abhandlung darüber, was Qualität eigentlich ist. Dabei tut sich Pirsig schwer und er kämpft mit dem Thema. Eine Definition bleibt er dem Leser schuldig – trotzdem ist das Buch eine spannende Auseinandersetzung mit dem Thema (neben vielen anderem).



## CLUB NEWS

### Wichtige Daten

**18. März 2015**  
**GV-Aikikai-Zürich**

#### Stages

7. - 8. März 2015  
 Robert Dalessandro Shihan, 6. Dan  
 Budokan Lausanne

21. - 22. März 2015  
 Janet Clift Sensei, 6. Dan  
 Aiki-Kai Zürich

18. - 19. April 2015  
 FSA TK + GV  
 Aikido Dojo Sion

27. April 2015  
 Cyndy Hayashi, 7. Dan  
 Aikikai Zürich

30. - 31. Mai 2015  
 Club-Stage  
 Aiki-Kai Zürich

6. Juni 2015  
 Ukemi Stage  
 Aikikai Zürich

13. Juni 2015  
 FSA Dan/Kyu Vorbereitung  
 und Prüfung  
 Aiki-Kai Zürich

27. - 28. Juni 2015  
 Henri Avril Shihan, 6. Dan  
 Aiki-Kai Zürich

#### Aiki-Kai Mitglieder-Info:

Jens-Christian Fischer  
 Schweighofstrasse 312, 8055 Zürich  
 Tel. N: 079 691 05 48  
 jens-christian@invisible.ch  
 Nächste Ausgabe erscheint  
 im Juni 2015

*Qualität ist ein Merkmal von Gedanke und Ausdruck, das durch einen dem Denken entzogenen Prozess erkannt wird. Da Definitionen ein Ergebnis streng formaler Denkkakte sind, kann man Qualität nicht definieren.*

sagt Pirsig. Qualität ist dem Denken entzogen. Und damit landen wir wieder bei Intuition und Einfühlung. Nach einigen Jahren Trainings fühlen wir, wenn wir gut trainieren, wenn die Qualität stimmt. Leider heisst das ja noch nicht, dass man das dann beim nächsten Mal willentlich beeinflussen und wiederholen kann - mir ging das auf jeden Fall so. Vermutlich braucht es dazu noch ein paar Jahre mehr des Übens.

Ich wünsche euch allen weiterhin allzeit qualitativ gutes Üben, gute Begegnungen in Harmonie und allgemein eine wunderbare Zeit. «*So long, and thanks for the fish*» – aus einem anderen meiner vielen Lieblingsbücher. Das Zitat oben stammt übrigens – Herbert und Serge haben es sicher gewusst – von Albert Einstein. Die zwei fehlenden Wörter sind übrigens «der Physiker», aber ich meine, dass auch wir damit gemeint sein könnten.

*Jens-Christian*

## Die Kanji des Aikido



Unsere Lektionen beenden wir oft mit *Randori*. *Randori* wird mit zwei Kanji geschrieben: 乱 (*RAN/mida*) bedeutet Chaos oder Konfusion, 取 (*SHU/Tori*) soviel wie «heben», zusammen also soviel wie «das Chaos heben».

In kombinierte Wörtern wird das ‘T’ zu einem ‘D’, also wird aus *Tori* das Wort *Dori*. Das Wort *Tori* kennen wir natürlich: Es kommt in der Bezeichnung von vielen Angriff vor: 片手取り (*Kata Te Dori*) ist eine Hand heben. 両手取り (*Ryō Te Dori*) ist es beide zu Hände heben. 型取り (*Kata Dori*) ist die Schulter und 胸取り (*Muna Dori*) ist die Brust anzuheben.