

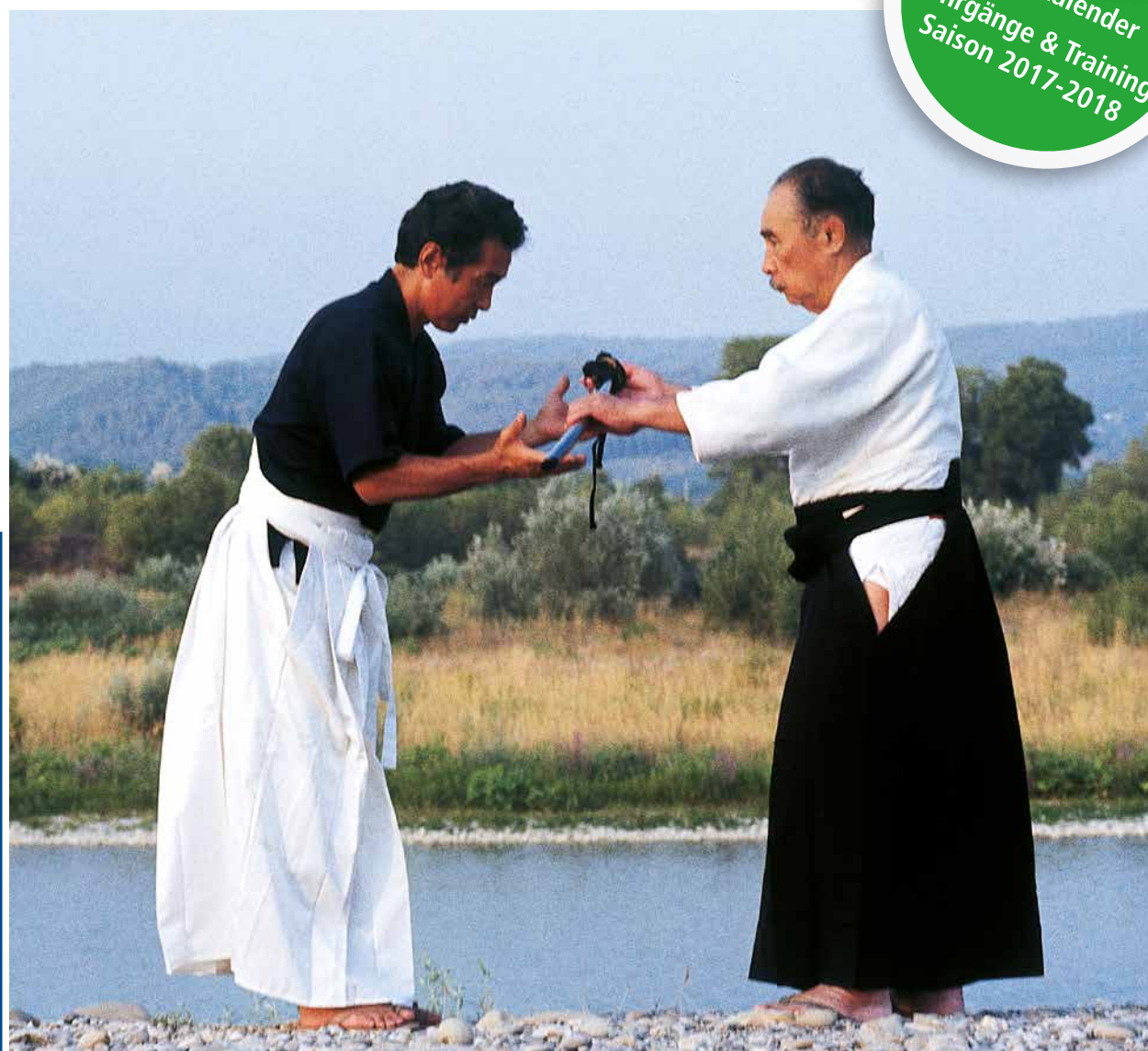
# Yoseikan Budo

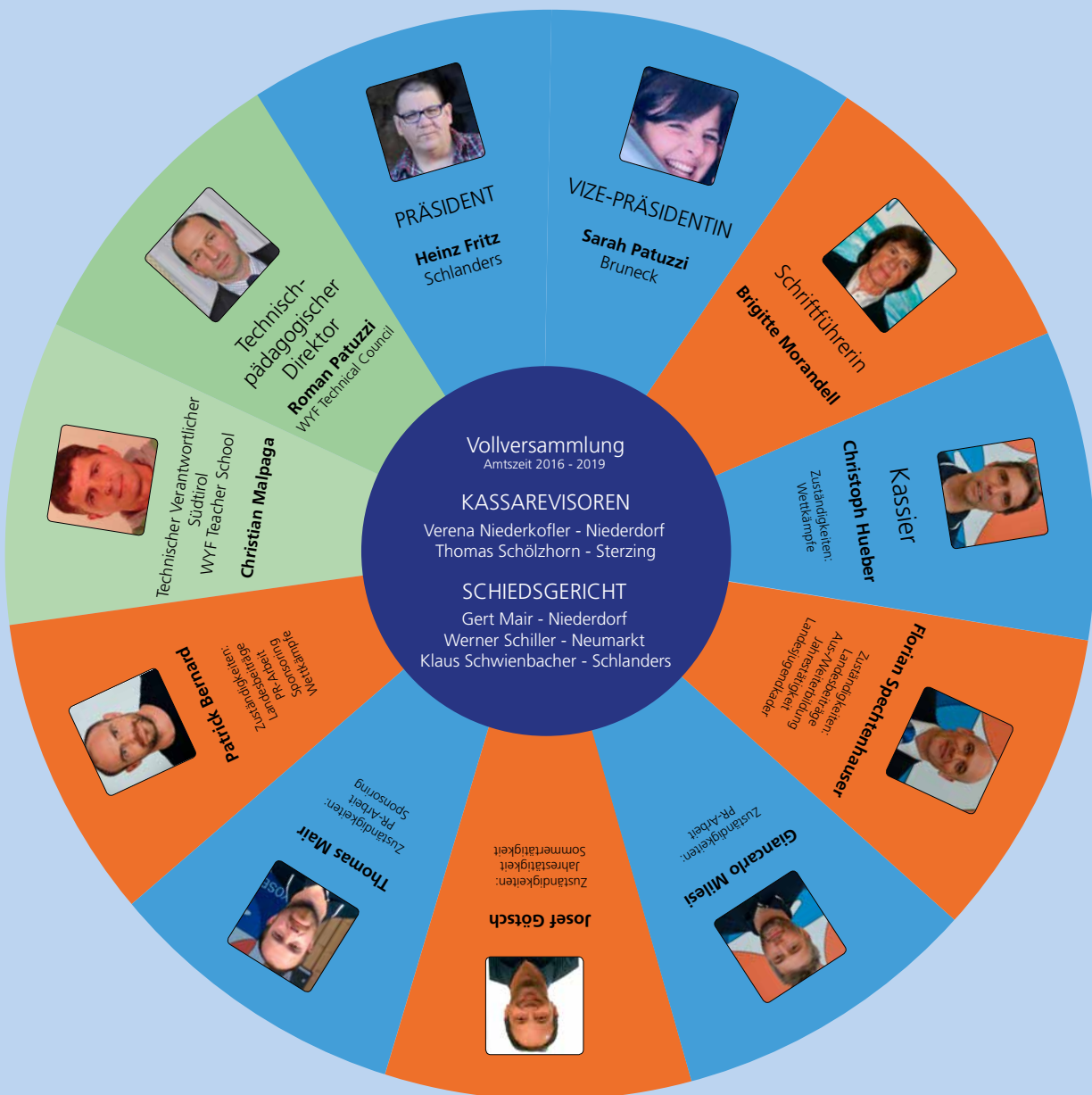


## NEWS

- Yoseikan Budo - mehr als nur ein Sport
- La saggezza dello Yoseikan
- Rimini 2017 - Turnier in Luxemburg
- Traditionelle japanische Waffen

Jahreskalender  
Lehrgänge & Training  
Saison 2017-2018





**Technischer Beirat**

- Florian Spechtenhauser
- Jonny Milesi
- Barbara Kessler
- Siegfried Reif
- Christoph Hueber
- Werner Ploner
- Josef Pfeifhofer
- Sarah Patuzzi

**leitender Aufgabenbereich**

- Landeskader - WYF Teacher School
- Selbstverteidigung Yoseikan-Self-Defence
- Yoseikan- Cardio-Training
- Bajutsu Yoseikan
- Schiedsrichterwesen
- Provinziale Trainerschule Assistentenausbildung
- Aikido Yoseikan
- Schulprojekte „Spiel-Sport & Budo“

Sehr geehrtes Yoseikan-Mitglied,  
sehr geehrte Yoseikan Community,

## Liebe Leserin, lieber Leser,

Die Yoseikan Budo News des Südtiroler Verbandes hat sich mit der 50. Ausgabe dieses Jahr auf den Weg gemacht und präsentiert sich mit einem neuen Design und Konzept. So ein bisschen ist das wie die Renovierung eines Hauses: Man überlegt sich, welche Möbel künftig ins Haus, welche Tapeten an die Wand sollen oder welche Farben uns begleiten sollen. Für den Fußboden lieber Fliesen oder Parkett? Und vielleicht wollen wir bei der Gelegenheit auch überlegen, was wir behalten möchten.

Bei dieser Gelegenheit haben wir die Praktizierenden nach ihrer Meinung gefragt und versucht, das Optimum für unsere Innovation zu finden. Aber wie können Publikationsstil und fernöstliche Gestaltungsweise miteinander kombiniert werden? Und die ganze Zeit kommt die Unsicherheit dazu, ob das Ganze hinterher genauso gut aussieht wie im Plan. Fünf Jahre nach der Wiederaufnahme der ehemaligen Yoseikan-Zeitschrift wollen wir unsere bisherigen Gewissheiten überprüfen und uns selbst ein Stück in Frage stellen.

Was erwarten die Yoseikan-Budo-Mitglieder von uns und was können wir von den Yoseikan-Begeisterten erwarten? Worin liegt unser Wert für die Mitglieder? Worin sind wir besonders gut und wo müssen wir noch an uns arbeiten? Diese Art und Weise des Fragens und das Suchen nach ständiger Entwicklung sowie nach kreativen Antworten sind eigentlich das Herz der Kampfkunstausbildung der Yoseikan-Schule und können im Einzelfall auch unangenehm sein, wenn man das Gefühl hat: „Alles soll beim Alten bleiben“.

Die bisherige Geschichte des Yoseikan Budo im Trentino und Südtirol ist eine Erfolgsgeschichte - der Grundansatz stimmt. Die Unterstützungsleistung der Informations- und Kommunikationsmedien durch die „Yoseikan NEWS“ für das Verständnis der Positionen des Yoseikan Budo für unsere Gesellschaft ist in den vergangenen Jahren kontinuierlich wichtiger geworden. Das Tempo der Veränderung ist dabei gewachsen und wird angesichts der modernen Medien weiter zunehmen. Trotzdem haben für uns die Zusammenarbeit in unserer Gruppe und das Treffen bei Stages sowie Seminaren aufgrund dieser gestiegenen Anforderungen an Bedeutung zugenommen, eine weitere Konsolidierung ist unübersehbar im Gange. Das Yoseikan Budo sollte die Chancen nutzen und sich entsprechend dynamisch

entwickeln. Übungsleiter und DAN-Träger, Schiedsrichter und Leistungsträger sollten sich ständig weiterbilden und Treffen außerhalb des eigenen Vereins auf systematische und kontinuierliche Weise besuchen, um auch künftig den Anforderungen seitens unserer Vereine und Mitglieder gerecht werden zu können.

Deshalb gibt es für FORTGESCHRITTENE kein Argument, den Treffen fernzubleiben, bei denen wir gemeinsam den für das Yoseikan besten Weg suchen und auswählen werden. Im Sinne einer angemessenen Haltung der Kampfkunst gegenüber hat diese Partnerschaft mit unseren Übungsleitern eine zentrale Bedeutung. Wo arbeiten wir künftig möglicherweise enger zusammen?

Wie groß soll unser Entwicklungspotenzial sein?  
Welche Menschen sprechen wir an?

Nach einer erfolgten Erneuerung zahlt sich die Veränderung mit Zufriedenheit aus, die Mühen haben sich gelohnt. Mit dieser 50. Ausgabe möchten wir einen Impuls einleiten. Wir sind sicher, dass das auch bei uns auf der Matte so sein kann. Bis dahin freut es uns, wenn ihr uns mit Hinweisen und Anregungen begleitet. Nun liegt die 50. Ausgabe vor euch: unsere NEWS-Zeitschrift, die uns über die verschiedenen organisatorischen Änderungen hinweg begleitet hat. Wir haben das zum Anlass für einen kleinen Rückblick genommen. Es freut uns, dass unsere Zeitschrift in der Zwischenzeit zu einer festen Einrichtung geworden ist, die viele Budokas nicht mehr missen möchten.

*Wir wünschen euch auch mit dieser Ausgabe eine interessante Lektüre.*



Yoseikan Budo mehr als nur ein Sport: eine Lebensschule

## Die Entdeckung und Isolation der Wellenbewegung

(von Roman Patuzzi)

Hallo Yoseikan-Freunde!

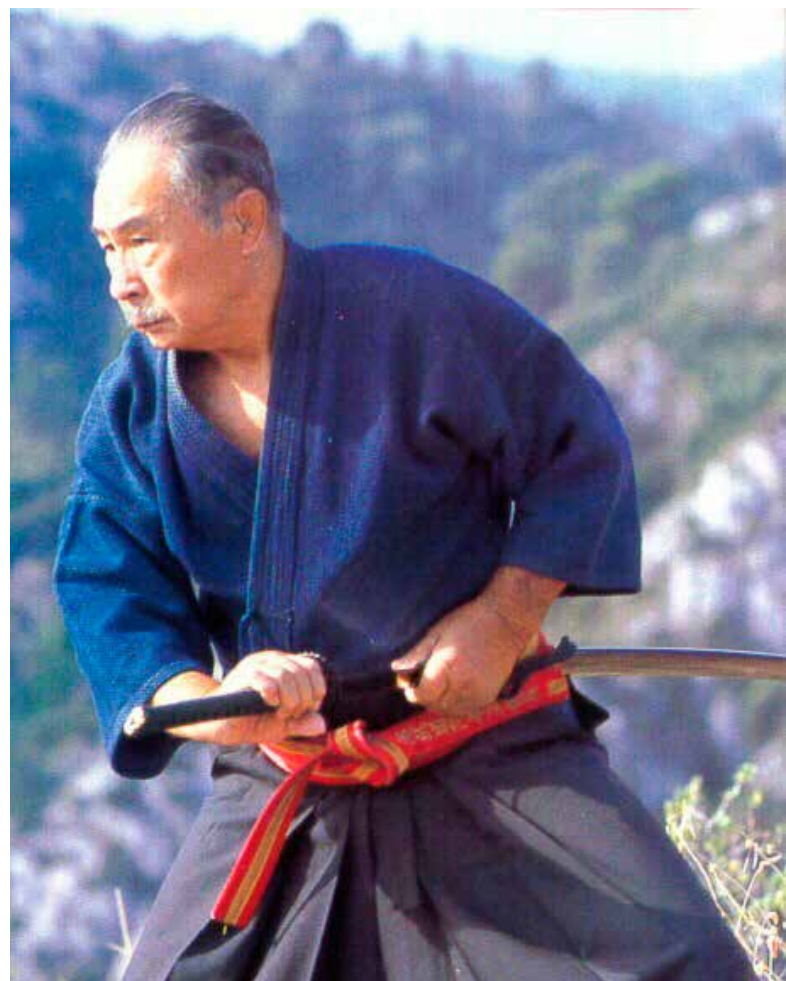


Ich möchte euch heute einige spannende Informationen und Überlegungen präsentieren, die ich in meiner Ausbildung bei den Lehrmeistern Hiroo Mochizuki und Minoru Mochizuki in den letzten 40 Jahren immer wieder - wie einen Bestseller - zu hören

bekommen habe. Was auch viel darüber aussagt, wie aktuell das Thema in Bezug auf die Entwicklung der Kampfkunst für diese Visionäre war und ist: sowohl einerseits die große Kunst des Kämpfens mit Technik, Didaktik und Strategie zu lehren, aber andererseits auch eine für unsere heutige Gesellschaft so nützliche Sache den nächsten Generationen zu erhalten bzw. zu überliefern. Ausgangslage war die Tatsache, dass sich die GRÖSSEN unterschiedlicher Kampfsportarten bzw. Kampfkünste (Jigoro Kano - Begründer des Judo; Morihei Ueshiba - Begründer des Aikido; Gichin Funakoshi - Begründer des Shotokan Karate) sowie das Katori Shinto Ryu (Schwertkampf) bei der gleichen körperlichen Bewegung mit unterschiedlichen Resultaten beschäftigen. Und je nach Sicht des Meisters kommt etwas anderes bei der betreffenden Bewegung heraus: Bei einem war es ein Wurf, beim anderen ein Gelenkshebel, wiederum bei einem anderen ein Faustschlag, und zuletzt war sogar eine Schwerttechnik die Auslegung. Aber keiner erkannte, dass das alles im Grunde das Gleiche war bzw. ist, sondern man glaubte, sich fremd zu sein und eine vollkommen andere, nicht vereinbare Ausprägung der Kampfkunst bis ins Detail zu studieren. O Sensei Jigoro Kano jedoch erkannte die Gefahr der engen Sichtweise, welche diese Sichtweise mit sich brachte: eine Zeit der Spezialisierung und der Versportlichung einer Kunst - der Kampfkunst. Es schien, dass die ursprüngliche Idee - des kompletten Kämpfers - an Sinnhaftigkeit und Bedeutung verlor. Es entsprach dem Zeitgeist, dass sich Menschen mehr als Spezialisten wahrnahmen und darin den Fokus ihrer Tätigkeit erblickten, als dass Menschen in der Vielfalt die Kunst und den Sinn ihres Tuns sahen.

Mit Minoru Mochizuki hat O Sensei Jigoro Kano einem seiner besten Judo Schüler den Auftrag er-

teilt, den gesamtheitlichen und originalen Aspekt des Kampfkunstwissens zu bewahren. Kano hatte erkannt, dass sich durch die oben angeführte Entwicklung das Kampfkunstwissen auseinanderlebte und der Aspekt eines vollkommenen Kämpfers dabei verloren ging. Es war nun sein Bemühen, das Wissen dieser Kämpfer zu bewahren und der Gefahr einer versportlichten Spezialisierung konkret entgegenzuwirken. Mit Minoru Sensei leitete er eine Aktion ein, um die Einheit der Kampfkünste und die erneute Zusammenführung derselben zu garantieren und der Spezialisierung entgegenzuwirken. Aus diesem Grund sandte er Minoru zu O Sensei Morihei Ueshiba und zu den Schwertmeistern mit dem Auftrag, sich deren technische Kenntnisse und deren großes Wissen in umfassender Weise anzueignen. Für mich war stets sehr beeindruckend, wenn ich Minoru Mochizuki bei solchen Überlegungen live zuhören konnte. Seine zeitlich realen Erzählungen zu diesen Themen waren sehr spannend und be-



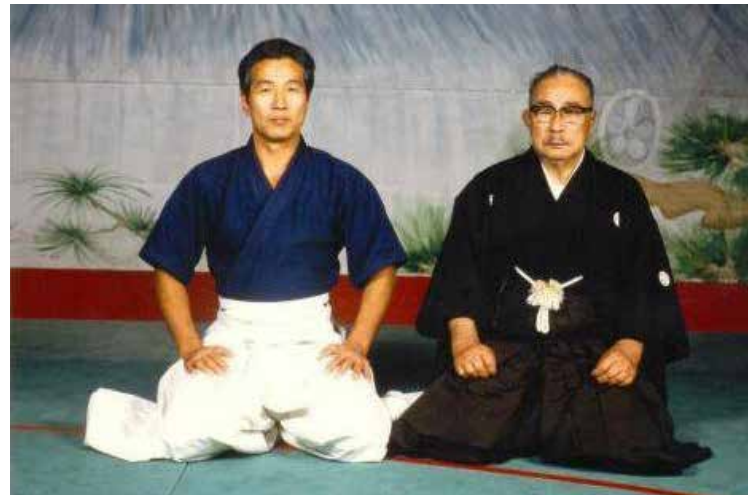
rührten mein Herz der Kampfkunst. Theoretisch war es durch meine Schulung bei Hiroo Mochizuki für mich schon immer klar, hier wurde es aber geschichtlich dokumentiert und sichtbar. Hiroo Mochizuki betrachtete es aufgrund seiner außerordentlich breiten Ausbildung - die er unter anderem von seinem Vater Minoru erhalten hat - gewissermaßen als Lebensaufgabe, eine Lösung für die Zusammenführung der Kampfkünste zu finden.

### Der Prozess der Suche

Hiroo Mochizuki entdeckte bei seinen ersten Schritten in diese Richtung, dass sich alle Formen der Energie (Meer, Elektrizität, Ton, Strahlen usw.) über eine Art Welle ausbreiten, und zwar sowohl mit einer größeren als auch mit einer kleinen Amplitude. Diese Erkenntnis führte ihn dazu, über ein System für die Funktionsweise dieses Prinzips auch im menschlichen Körper nachzuforschen. In seiner Praxis konnte er in seinen ersten Forschungsprozessen für seine Synthese die folgenden Beobachtungen nutzen:

1. Sportarten, die sich - wie Judo oder Ringen - mit Widerstand beschäftigen, sind auf eine bestimmte und spezifische Arbeitsform angewiesen. Dabei kommt ein spezifischer Muskeleinsatz mit Zugbeanspruchung zum Einsatz.

2. Bei den Sportarten, die Schlagtechniken als Basis haben, wie z. B. das Boxen, das Savate, das Karate oder auch das Kendo, kommt eine andere spezifische Arbeitsform des Muskeleinsatzes mit Streckung zum Einsatz. Für die Entwicklung der Yoseikan-Schule war es ein grundlegendes Anliegen, einen harmonisierenden Körper und Geist zu entwickeln. Aufgrund dieser Tatsache war es klar, dass es nun galt, beide Arbeitsweisen zu entwickeln; denn dies war der Schlüssel dafür, dass man ein vollständigeres und ausgewogeneres Muskeltraining erreichen und somit ein günstigeres Gleichgewicht beim Körpertraining garantieren konnte. Auf der Basis dieser Feststellungen suchte Hiroo Mochizuki nun eine Synthese zu erreichen, wobei er auch die Verbindung zu einer Ganzheit - auch die Nutzung der Handhabung der Waffen - erforschte, damit alle drei verschiedenen Dimensionen angemessen eingegliedert werden konnten. Im Laufe seiner Forschung entwickelte er auch eine spezifische Art von Schutzverkleidung für die speziellen



Waffen - Chobo, Tambo und Kombo. Die Funktionsweise dieses speziellen Materials sollte - wie auch bereits die Schutzkleidung für die Schlagtechniken (Faustschutz, Schienbeinschutz usw.) - für die folgenden Verbesserungen eingesetzt werden: bessere Anpassungsfähigkeit bessere Entwicklung der körperlichen Fähigkeiten besseres Konzept der Mobilität und Präzision bessere Entscheidungskompetenz bessere Entwicklung der Vorstellung des Timing (Synchronisierung von Raum und Zeit) bessere Entwicklung der strategischen Kenntnisse (Taktik) bessere Konzentrationsfähigkeit.

Leider besteht für alle Menschen, welche die technischen Fähigkeiten aller drei Sphären (Techniken mit Zugform, Techniken in Extensionsform und die Arbeit mit den Waffen) in sinnvoller Art und Weise entwickeln möchten, ein großes Hindernis. Die Zeit der Aneignung der technischen Inhalte jeder dieser Disziplinen wird sehr schnell ein unüberwindbares Handicap.

### Die Isolation der Wellenbewegung

Aufbauend auf dem Wissen seines akademischen Hintergrunds und nach vielen Jahren des Experimentierens sowie der Forschung in Bezug auf alle Stufen der Praxis - vom Anfänger bis zum Sportler auf hohem Niveau - fand er den gemeinsamen Nenner für alle Sportarten: die Wellenbewegung. Nun war es Hiroo gelungen, den übergreifenden Zusammenhang aller technischen Bewegungen in einer einzigen „Sprache“ zu vereinen.

Für mich ist der Ansatz mit YOSEIKAN BUDO ein interdisziplinäres Netzwerk: Das ist das Zauberwort einer intelligenten Kampfkunst. Es handelt sich dabei gewissermaßen um einen gut sortierten, Disziplinen übergreifenden technischen „Werkzeugkasten“ - aber mit einem „roten Faden“ und nicht einer Unmenge von Techniken. Die Nutzung der „Wellenbewegung“ entwickelt in uns ein physisch und psychisch interessantes Netzwerk - und wie



man weiß, ist dies eine Grundlage für einen richtig angewandten kreativen Weg.

Die konkrete Anwendung der Wellenbewegung ermöglicht:

die Kraft vom Körper auf die Arme (und in ihrer Weiterführung auf Stöcke und Waffen) und die Beine zu übertragen eine signifikante Erhöhung der Kräfteinwirkung am Punkt des Aufpralls zu entwickeln (dazu gibt es die entsprechenden Tests des Institut National du Sport et de l'Éducation Physique - INSEP).

Ich will nicht mehr viele Worte verlieren, sondern alle zum Staunen einladen beim Praktizieren der faszinierenden Inhalte dieser Kampfkunstschule. Wie immer, wenn ich von etwas fest überzeugt bin, kann ich es nur empfehlen, die nützliche Wirkung dieser Praxis auf das eigene Leben nicht zu unterschätzen.

*Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!  
Roman Patuzzi*

Rimini 2017

## Yoseikan MSP DAY MEETING

Am vorletzten Maiwochenende nahmen zahlreiche Südtiroler und Trentiner Budokas am traditionellen Meeting „MSP Yoseikan Day“ in Rimini teil, das vom nationalen Yoseikan Budo-Verband (MSP Italia – Settore Yoseikan Budo) stabsmäßig organisiert worden war und erneut ein sehr interessantes sowie reichhaltiges Programm bot. Die technische und pädagogische Leitung des Seminars hatte wiederum der Brunecker Budoexperte Roman Patuzzi inne, der die betreffende Aufgabe in gewohnt professioneller Manier bewältigte. Für drei Tage trafen sich über 200 Athleten aus ganz Italien im Garden Center zu einem unvergesslichen Treffen mit Großmeister Hiroo Mochizuki. Der Begründer des Yoseikan Budo, ist mit seinen zahlreichen Meistergraden (unter anderem 10. Dan Karate, 8. Dan Aikido, 8. Dan Jiu-Jitsu, 5. Dan Iaido, 3. Dan Judo) einer der höchstgraduierten Kampfkunstmeister und bereits zu Lebzeiten eine Legende in der internationalen Kampfkunstszene. Der 81-jährige Meister präsentierte sich wie immer mit viel Elan, technischer Brillanz und großem pädagogischem Geschick. In seiner unkomplizierten und sympathischen Art vermittelte er auch heuer den Teilnehmern wesentliche technische und philosophische Inhalte der Yoseikan-Methode. Die Budokas folgten mit großem Interesse den Ausführungen des großen Meisters und übten fleißig die verschiedenen Techniken. Auch die Mög-



lichkeit, an den Workshops der Technischen Gruppe des Verbandes (Staff Tecnico Italiano) teilzunehmen, wurde sehr geschätzt und entsprechend genutzt. Meister Mochizuki war voll des Lobes über die Qualität des Yoseikan Budo in Italien – er bezeichnete es als beispielgebend –, wobei er das hohe Niveau in der Region Trentino-Südtirol besonders hervorhob. Beendet wurde das Treffen mit der traditionellen Diplomverleihung, in deren Rahmen auch Budokas aus Südtirol und dem Trentino ihre Urkunde für die erfolgreich abgeschlossene Dan-Prüfung erhielten:

4. Dan YB & 3. Dan Aikido Yoseikan  
**Richard Paraza und Werner Ploner**
4. Dan Yoseikan Budo  
**Christoph Hueber & Brigitte Morandell**
3. Dan Yoseikan Budo  
**Andreas & Thomas Schölzhorn**
2. Dan Yoseikan Budo  
**Angelika Bacher, Guido Castelli,  
Robert Oberarzbacher, Patrick Bernard  
& Renate Seeber**
1. Dan Yoseikan Budo  
**Vera Niklaus & Günther Schatzer**
2. Dan Aikido Yoseikan  
**Josef Götsch**
1. Dan Aikido Yoseikan  
**Martin Mair**

Anschließend wurden **Ehrungen** für besondere Verdienste vorgenommen. In diesem Zusammenhang wurde der **Sektion Yoseikan Budo & Fitness des SSV Bruneck** vom Movimento Sportivo Promozionale Italiano eine hohe Auszeichnung verliehen. Die betreffende Urkunde wurde vom Präsidenten des Bereiches Yoseikan Budo, Dott. Valentino Straser, an **Sektionsleiter Werner Ploner** überreicht. In seiner Laudatio hob er die richtungsweisenden Initiativen des Brunecker Vereins in der Jugendtätigkeit, die vorbildlichen Aktivitäten für Menschen mit besonderen sozialen Bedürfnissen und vor allem die vielen Breitensportprojekte, aber auch die großen Erfolge in Bereich der Wettkampftätigkeit hervor.

Eine **Ehrenurkunde** für ihre besonderen Verdienste bei der Propagierung des Yoseikan Budo erhielten **Christian Malpaga** für seine großartige Arbeit im Bereich des Schiedsrichterwesens, **Brigitte Morandell** für ihren beispielhaften Einsatz im Rahmen der Schiedsrichtertätigkeit und des Bajutsu, **Guido Castelli** für die vorbildhafte Ausrichtung der Italienmeisterschaft in Trient durch den Trentiner Verband und die Verbandssekretärin Nadia Pasetto für ihre exzellente Organisations- und Verwaltungstätigkeit auf nationaler Ebene.



Die Teilnehmer waren vom Stage sehr angetan und bedankten sich mit einem lange anhaltenden Applaus bei Meister Mochizuki und beim Führungsgremium des MSP Italia – Settore Yoseikan Budo für den hochklassigen Lehrgang und für die hervorragende Organisation.

### **Budo-Kompetenz zum Erleben**

Die Stimmung auf dem Meeting in Rimini war Klasse, die Übungsleiter, Referenten und Referentinnen erlesen, die technischen Darbietungen so hochkarätig wie es hochkarätiger kaum gehen kann, und unser Team kam „voller Freude“ vom Treffen in Rimini zurück. Es war ein erlebnisreiches Wochenende, das von einer sehr angenehmen und kollegialen Atmosphäre gekennzeichnet war. Wir haben gemeinsam trainiert und gefeiert, und jeder wird diesen einmaligen Moment in seine Erinnerungen einfließen lassen, wissend: nichts ist für ewig ...

### **Die Kerninhalte der Lektionen von Meister Mochizuki**

Für Meister Mochizuki besteht der zentrale Aspekt im Yoseikan Budo in der Synthese der Bewegung und der dazu nötigen Energie, welche durch die verbindende Wellenbewegung, die eine unerschöpfliche sowie abwechslungsreiche Technik vermitteln kann, mobilisiert und übertragen wird. Durch die

Entspanntheit werden schnelle und fließende Bewegungen möglich, die man durch konzentriertes gezieltes Training erlernen kann. Eine wirksame und effektive Technik baut nicht auf Muskelkraft auf, sondern darauf, sich auf seinen Körper einzulassen, sich zu vertrauen, seine Stärken auszuspielen und die eigenen Energien optimal zu nutzen. Diese Schule kennt keine Grenzen in der Interpretation der technischen Bewegung, sondern gibt Aspekte der Anwendung einer Bewegung frei.

Yoseikan Budo basiert in erster Linie sowohl auf dem Respekt und den Kenntnissen der natürlichen und ökonomischen Bewegungsabläufe als auch der anatomischen Gesetzmäßigkeiten. Dies ist für den gesundheitlichen Aspekt von großer Wichtigkeit. Im geistigen Bereich vermittelt das Yoseikan Budo in seiner entspannten Atmosphäre viel Freude und Freiheit, gibt Selbstbewusstsein, fördert den Geist und schärft die Wahrnehmung.

Die Teilnehmer erhalten durch intensives und vielfältiges Training ein ganz neues Körper- und Gleichgewichtsgefühl. Dieser Faktor unterstützt beim konstruktiven Umgang mit Alltagssituationen und hilft auch, mit Stress besser umzugehen. Mit Yoseikan lernt man, mit Ängsten und Konflikten besser umzugehen, aber auch eine effektive Selbstverteidigung für unumgängliche Auseinandersetzungen.





## Emono-Turnier in Luxemburg

Am 27. Mai fand in Walferdingen (Luxemburg) das Internationale Emono-Turnier für Mannschaften der U18 und der Senioren statt. Dieser Wettkampf stellte für die Mannschaftsbewerbe der genannten Wettkampfklassen international einen der Höhepunkte dar. Mannschaften aus Frankreich, der Schweiz, Belgien, Italien, Spanien, der Slowakei und Luxemburg waren angetreten, um die begehrten Plätze auf dem Siegerpodest zu erringen. Südtirol war mit 10 Mannschaften – darunter sechs des Jugendlandeskaders – mit insgesamt 30 Athleten, einem Coach, drei Schiedsrichtern und dem Koordinator des Landeskaders, nämlich Florian Spechtenhauser, der auch als Wettkampfleiter fungierte, vertreten.

Die jungen Südtiroler Athleten – hervorragend coacht von Anton Oberhammer, der ihnen mit wertvollen technischen und taktischen Tipps zur Seite stand – boten durchwegs überzeugende Leistungen. Sie konnten sich gegen die internationale Konkurrenz erfolgreich behaupten und sich gleich mehrere Podestplätze erkämpfen. Ausgezeichnet lief es in den Kategorien der U18, wo sie sich jeweils die Goldmedaille sicherten. In der Kategorie Damen/Senior holte sich das Team aus Bruneck die Goldmedaille und in der Kategorie Männer/Senior kam das Team aus Nals auf den 3. Platz. Das Meraner Team wurde in der Kategorie Mixed Zweiter und das Team

aus Lana Vierter. Die Südtiroler Abordnung erwies sich als die beste Mannschaft des Turniers – vor der Schweizer und der Luxemburger Auswahl. Einmal mehr war das hohe Niveau des Südtiroler Yoseikan Budo im Allgemeinen und des Brunecker Vereins im Besonderen auch international eindrucksvoll unter Beweis gestellt worden.

Die Südtiroler Schiedsrichterabordnung – bestehend aus Christoph Hueber, Thomas Mair und Patrick Bernard – zeigte eine souveräne Leistung, wofür ihnen die Verantwortlichen des Luxemburgischen Verbandes entsprechendes Lob zollten. Die Südtiroler Gruppe konnte bei einem gemeinsamen Abendessen neue Freundschaften schließen und hatte auch die Möglichkeit, die Altstadt von Luxemburg zu besichtigen, von der sie sehr beeindruckt war. Dies trug ebenfalls dazu bei, dass das Turnier in Walferdingen für die Südtiroler Budokas zu einem unvergesslichen Ereignis wurde.

Einmal mehr konnten die Südtiroler Athleten ihr technisches Können unter Beweis stellen und weitere Erfahrung sammeln. Die erzielten Resultate bestätigen in eindrucksvoller Weise das hohe Niveau des Südtiroler Yoseikan Budo und unterstreichen die hervorragende Arbeit, die schon seit vielen Jahren in den Südtiroler Vereinen und besonders im Jugendkader geleistet wird.



## Traditionelle japanische Waffen

### Das Schwert

Das japanische Schwert nimmt unter den traditionellen Waffen eine Sonderstellung ein. Es galt als edelster Besitz des Kriegers und wurde als „Seele des Samurai“ bezeichnet. Es war das Symbol seiner Ideale und er hatte es stets griffbereit. Ein Verlieren des Schwertes galt als entehrend und unterlag harter Strafe. Im 35. Gesetz des Shoguns Jyeyasu Tokugawa heißt es diesbezüglich: „Die Umgürtung mit dem Schwert verleiht dem edlen Samurai kriegerischen Geist. Derjenige, welcher sein Schwert verliert, ist ehrlos und soll unnachsichtig bestraft werden.“ Ein Samurai wurde schon von klein auf mit der Bedeutung und der Handhabung dieser Kultwaffe vertraut gemacht. Das Schwert war in Japan schon in der sagenhaften Vorzeit ein Symbol der Macht. Es ist – neben dem Spiegel und dem Juwel – eines der Reichsinsignien des Tennos, die noch heute im Schrein von Ise aufbewahrt und verehrt werden.

Die Art des Tragens des Schwertes war genau geregelt. Zwei Schwerter durften nur die hohen Adeligen und die Samurai mit sich führen. Je nach der Höhe des Ranges war auch die Tragweise vorgegeben: Die Samurai – sie nahmen eine Mittelstellung ein – trugen es mit nach oben gerichteter Klinge. Die beiden Schwerter (Katana und Wakizashi) stellten die bedeutendsten materiellen Besitztümer der

Samurai dar; sie waren das Statuszeichen und das Symbol für seine Ritterehre und wurden in der Öffentlichkeit immer mitgeführt. Ein Samurai durfte sein Schwert nur zu Hause ablegen – aber auch da musste es stets griffbereit sein. Die Schwerter wurden in einem eigenen Ständer (Katana-Kake) deponiert. Beim Betreten eines fremden Hauses musste zwar das Langschwert im Schwertständer abgelegt werden, das Kurzsword konnte man jedoch neben sich behalten.

Die Klinge war der edelste Teil der Waffe und besaß nicht selten auch einen Namen. Am Klingenende befindet sich eine Art Zwinge (Habaki), welche die Klingenswurzel umschließt. Das Stichblatt (Tsuba) ist durch zwei Metallplättchen (Seppa) fest verankert. Die Tsuba dient als Handschutz und nahm im Laufe der Zeit verschiedene Formen an, die künstlerisch gestaltet waren. Der Griff (Tsuka) war mit Rochen- oder Haihaut überzogen und mit Seidenschnur umwickelt. Den Knauf bildet das Kopfstück (Kashira), eine metallene Kapsel.

Schwertproben (Tameshigiri) konnten auch an lebenden Menschen vorgenommen werden. In diesem Zusammenhang wurde vor allem das Kopfschlagen (Kaishaku) – der wichtigste Hieb – geübt. Die meisten Samurai nahmen jedoch davon Ab-



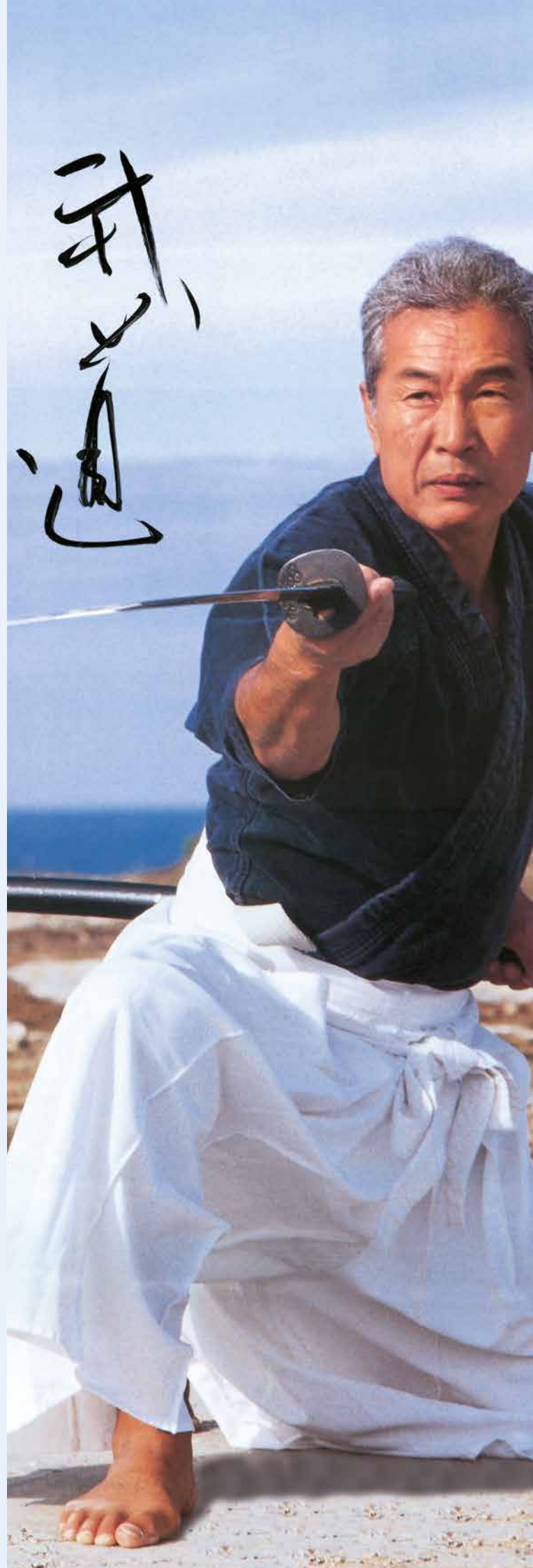
stand, Schwertproben an Lebenden durchzuführen. Die neuen Klingen wurden meist an den Leichen geköpfter Straftäter ausprobiert, wobei man eine Reihe von Schwerttechniken – die verschiedenen Hiebe trugen bestimmte Namen, z. B. Karigane („Wildgans“), den Hieb durch den Oberkörper – anwendete.

Es gab verschiedene Schwertarten. Das klassische Langschwert hat eine Länge von ca. 65. cm, das Kurzsword von ca. 35 cm. Beide wurden als Einheit betrachtet und mit dem Begriff „Daisho“ (groß und klein) bezeichnet. Ursprünglich hatten die japanischen Schwerter eine zweischneidige sowie gerade Klinge und waren auch nicht die Hauptwaffe. Im 8. Jahrhundert weisen Schwerter erstmals eine leichte Krümmung auf. Neben den Kampfschwertern gab es die großen Hofschwerter, die Repräsentationszwecken dienten. Die Schwertscheide (Saya) war grundsätzlich aus Holz – meistens handelte es sich um das feinfaserige sowie leichte Honoko-Holz – gefertigt und mit Kupfer, Fischhaut oder mit einer reich dekorierten – oft war auch das Familienwappen des Trägers angebracht – Lackschicht überzogen. Katana und Wakizashi wiesen das gleiche Dekor auf. In den Seitenschlitzen mancher Schwerter steckten ein Beimesser (Koto-gatana) und eine Schwertnadel (Kogai), die am Schwert (in Öffnungen der Tsuba) oder an Seitentaschen der Saya befestigt waren.

Um das Schwert und dessen Herstellung, denen vielfach eine mystische Bedeutung beigemessen wurde, ranken sich viele Anekdoten und Erzählungen. Das Herstellen der Klinge – das im Schnitt einige Wochen dauerte – war eine feierliche Handlung, die grundsätzlich gemäß einem althergebrachten Ritual erfolgte, und ein aufwendiger Vorgang. Um eine hochwertige Klinge – sie musste sowohl elastisch als auch hart sein – zu erhalten, schmiedete man Stähle unterschiedlicher Härtegrade zusammen und wendete mehrere Falt- und Wickeltechniken an. Die Klinge wurde dann geschärft und poliert. Die japanischen Schwertschmiede, die spezielle Techniken in Bezug auf Formung und Härtung des Metalls (mindestens zwei Stahlsorten) verwendeten, waren Meister ihres Fachs und ihre Schwerter von höchster Qualität. Die Schwertschmiede nahmen einen hohen gesellschaftlichen Rang ein und berühmte Schmiedemeister, z. B. Masamune und Muramasa, genießen in Japan noch heute ein hohes Ansehen.

#### *Bibliographie*

*Ettig, Wolfgang: Samurai – Ehre durch Kampf, Kampf um Ehre, Bad Homburg 1983. Mauer, Kuno: Die Samurai, Düsseldorf und Wien 1981. Schulz, Andreas: Shuriken – Tonfa – Sai, Niedernhausen 1982. Weinmann, Wolfgang: Das Kampfsport Lexikon, Berlin 1992.*



...seit vier Jahrzehnten

## 4. Dan für Brigitte Morandell

Brigitte Morandell Reif aus Kaltern, die sich seit vier Jahrzehnten mit bewundernswertem Einsatz und mit großem Können dem Yoseikan Budo widmet, krönte heuer ihre beeindruckende Kampfkunstkarriere mit dem Erwerb des 4. Dan, wobei sie die hohen Anforderungen hervorragend bewältigte. Das betreffende Diplom wurde ihr beim großen Meeting in Rimini von Soke Hiroo Mochizuki persönlich überreicht, der bei dieser Gelegenheit einmal mehr seine Wertschätzung für Brigitte zum Ausdruck brachte.

Brigitte ist schon seit vielen Jahren unermüdlich in ihren Vereinen (Auer und Bozen) sowie in der Region, aber auch auf nationaler sowie internationaler Ebene für das Yoseikan Budo tätig und leistet in diesem Zusammenhang einen wertvollen Beitrag bei der Vermittlung der Prinzipien und Werte dieser faszinierenden Kampfkunst. Für ihr bewundernswertes Engagement erhielt sie im Rahmen des nationalen Treffens in Rimini eine hohe Auszeichnung: Dott. Valentino Straser, der Präsident des MSP Italia – Settore Yoseikan Budo, überreichte ihr für ihre Verdienste eine Urkunde mit folgender Begründung: „Per la costante divulgazione dello Yoseikan Budo e nello sviluppo della disciplina del Bajutsu. Brillante esempio di virtù sportive e umane.“

Ihr beeindruckender Idealismus und ihre große Begeisterung für das Yoseikan Budo brachten Brigitte im Laufe der Jahre eine Reihe schöner sportlicher und persönlicher Erfolge ein: z. B. den Italienmeistertitel 1987 und den Sieg beim Coup du Belgique-Turnier im Yoseikan Bajutsu 2001. Nach Beendigung ihrer Wettkampfkariere stellte Brigitte ihre fachliche Kompetenz und ihre Erfahrungen ganz in den Dienst der Verbandstätigkeit, in deren Rahmen sie bereits vorher engagiert mitgearbeitet hatte.

Seit mehreren Jahren gilt ihr besonderes Augenmerk der Wettkampftätigkeit, bei der sie auch auf der internationalen Bühne erfolgreich präsent ist: Sie war z. B. als Schiedsrichterin bei den Weltcupturnieren in Lille, Paris und Brüssel sowie beim Europacup in Lyon und bei der Europameisterschaft in Bratislava im Einsatz. Die ganze Saison hindurch leitet sie an der Seite des Technischen Direktors Roman Patuzzi das regionale sowie das nationale Wettkampfbüro und trägt mit ihrem Wissen, ihrer präzisen Arbeitsweise und ihrer Umsicht entscheidend zu einem reibungslosen Ablauf des Wettkampfgeschehens bei. Brigitte befasst sich auch intensiv mit dem Bajutsu

Yoseikan, für das sie sich – gemeinsam mit Siegfried Reif, dem Koordinator des SVYB und des nationalen Verbandes für den Bereich Bajutsu – europaweit mit großer Sachkompetenz einsetzt, was zu einem beeindruckenden Aufschwung dieser besonderen Disziplin der Kampfkunst Yoseikan Budo geführt hat. Brigitte ist mehr denn je davon überzeugt, dass die Entscheidung, sich mit dem Yoseikan Budo zu beschäftigen, ihrem Leben einen neuen Weg eröffnet und ihrer persönlichen Entwicklung eine neue Dimension gegeben hat. Die langjährige Aktivität von Brigitte im Yoseikan Budo beweist einmal mehr, dass diese Kampfkunst auch Frauen eine geeignete und sinnvolle Ausdrucks- und Entfaltungsmöglichkeit bietet.

*Herzlichen Glückwunsch, Brigitte!*



Herzlichen Glückwunsch und alles Gute für die neue Aufgabe!

## Abschluss der Assistentenausbildung 2016 - 2017

Am 10. Juni wurde die Assistenten-Ausbildung der Saison 2016-2017 abgeschlossen. Die Kandidaten, die zur Anschlussprüfung antraten, hatten mit großem Fleiß und Einsatz an den Kursen teilgenommen, in deren Verlauf sie sich wichtige Kenntnisse in Bezug auf Methodik und Didaktik sowie allgemeine Trainingslehre, aber auch auf Vereinswesen und Geschichte sowie Philosophie des Yoseikan Budo angeeignet hatten. Das kompetente und erfahrene Referententeam (Giancarlo Milesi, Sarah Patuzzi, Werner Ploner, Josef Pfeifhofer und Florian Spechtenhauser) – fachkundig geleitet von Werner Ploner, dem Koordinator der Trainerschule des Verbandes – hatte ihnen in ansprechender Weise das nötige Rüstzeug für ihre künftigen Aufgaben vermittelt. Es ist dem Südtiroler Verband Yoseikan Budo stets ein wichtiges Anliegen, die Anwärter auf die Übungsleitertätigkeit gut und umfassend auszubilden, damit sie ihren wichtigen Auftrag – die verantwortungsbewusste Vermittlung der Grundlagen und Werte der Kampfkunst Yoseikan Budo – angemessen erfüllen können.

Die Kandidaten hatten schon die Teilprüfungen sehr gut bewältigt und stellten auch bei der Abschlussprüfung in Bruneck unter Beweis, dass sie sich mit den Kursinhalten eingehend befasst hatten. Sie bewältigten die Anforderungen – unter anderem die Simulation einer Unterrichtsstunde – in überzeugender Weise. Dieser erfolgreiche Abschluss ist nicht nur ein schöner persönlicher Erfolg für die betreffenden Budokas, sondern auch für ihren Verein.

### Die Qualifikation haben erlangt:

- Greta Braunhofer (Polisportiva Sterzing)
- Margit Breitenberger (SC Meran)
- Hanna Heinz (SSV Bruneck)
- Juri Horstmann (SSV Brixen)
- Erich Innerebner (ASC Sarntal)
- Mara Mur (KSV Kaltern)
- Nadine Schölzhorn (Polisp. Sterzing)
- Sandra Stocker (SSV Bruneck)





Tradition - Training - Freundschaft - Yoseikan Budo

## Sommer-Seminar in Bruneck

Mitte August – vom 11. bis zum 15. – gab es im regionalen Hombu Dojo in Bruneck wieder das traditionelle Yoseikan-Sommertreffen, das mittlerweile zu einer festen Einrichtung geworden ist. Aufgrund der großen Nachfrage war die Gruppe wesentlich größer als ursprünglich vorgesehen.

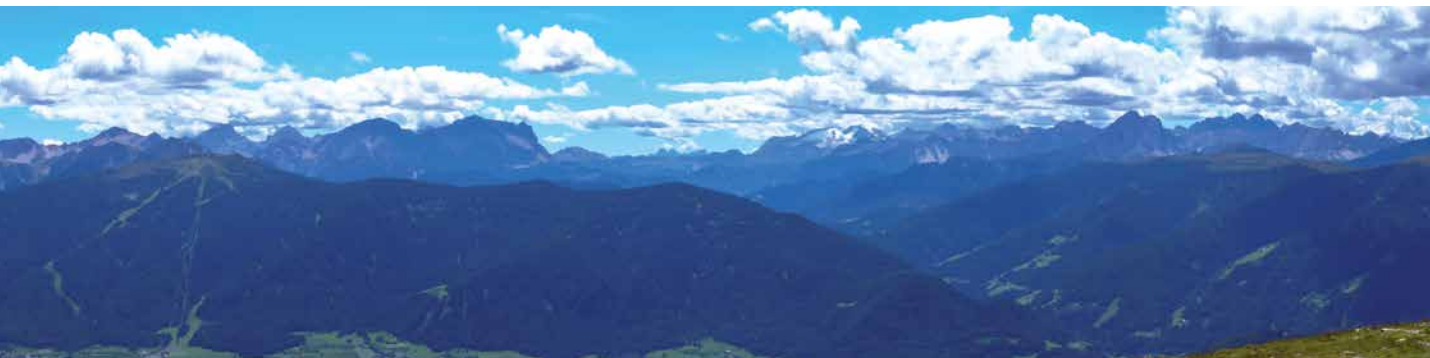
Meister Roman Patuzzi, der internationale Kampfkunstexperte, hatte auch für das heurige Shochu Geiko ein abwechslungsreiches und methodisch-didaktisch hervorragend konzipiertes Programm erstellt, das wiederum allen Teilnehmern eine besondere Gelegenheit bot, ihre Kenntnisse und Fertigkeiten weiter auszubauen, Erfahrungen auszutauschen und neue Anregungen zu erhalten.

Die Tai Ki-Übungen am Morgen stimmten die Gruppe auf das intensive technische Training ein, das am Vormittag bzw. am Abend stattfand und folgende thematische Schwerpunkte aufwies: Beschäftigung mit den Yoseikan-Prinzipien, ausgewählte Aspekte von Atemi Waza, Nage Waza, Ne Waza und Aikido sowie den Umgang mit den traditionellen Waffen. Den letzten Teil bildete jeweils das individuelle Kata-

Coaching, bei dem die Budokas wertvolle Hinweise für ihr persönliches Studium der Katas erhielten. Roman erläuterte in ansprechender sowie beeindruckender Weise die jeweilige Thematik und gab den Seminarteilnehmern wichtige Anleitungen und Informationen. Er betonte in seinen Ausführungen einmal mehr die Bedeutung der allen Techniken gemeinsamen Basis – gewissermaßen das Markenzeichen des Yoseikan Budo – und veranschaulichte in diesem Zusammenhang anhand der verschiedenen Programminhalte die fließenden Übergänge zwischen den verschiedenen Ausprägungen der Kampfkunst. Im Sinne der Realitäts- und Praxisbezogenheit des Yoseikan war natürlich auch das Randori fester Bestandteil der Trainingseinheiten.

Am Samstag (Ausflug ins Val dai Tamersc bei St. Vigil), am Sonntag (Bergwanderung) und am Montag (Grillparty) wurde der Nachmittag in der freien Natur verbracht. Die Budokas hatten in diesem Zusammenhang ausgiebig Gelegenheit, sich in gemüthlicher Runde auszutauschen und anschließend ein individuelles Trainingsprogramm zu absolvieren, bei





dem man sich gegenseitig eifrig unterstützte. Abgeschlossen wurde das Sommertreffens wie schon im Vorjahr mit einem Aikido-Stage, in dessen Verlauf Meister Patuzzi den Teilnehmern wesentliche Aspekte der Aikido-Formen vermittelte.

Auch der heurige Sommerstage – lehrreich und bereichernd wie der letzte – war von einer kameradschaftlichen sowie angenehmen Atmosphäre geprägt, und die Stimmung war an allen fünf Tagen ausgezeichnet.

Alle Beteiligten waren mit dem Verlauf des Sommer-Seminars sehr zufrieden und nahmen wiederum viele wertvolle Anregungen für ihre persönliche Entfaltung im Sinne des Budo mit nach Hause.



## VERBANDSLEHRGÄNGE & TRAINING Saison 2017-2018

### Trainiere mit einem Team!

Wenn du dem Trainingsteam des Südtiroler Verbandes SVYB beitretest bzw. die Verbandslehrgänge sowie die Trainingstreffen besuchst, wirst du Teil eines Teams von talentierten sowie erfahrenen Trainern und engagierten Schülern bzw. Studenten. Das Trainerteam leitet Meister Roman Patuzzi, ein international anerkannter Experte – 7. Dan Yoseikan Budo, 6. Dan Aikido Yoseikan, 6. Dan Karate, 6. Dan Kempo, 5. Dan Iai Do, 5. Dan Jiu Jitsu, 3. Dan Kick Boxing, 2. Dan Wado Ryu sowie persönlicher Schüler und einer der engsten Mitarbeiter von Meister Hiroo Mochizuki.

Das Team besteht aus einer kompakten Gruppe von Lehrern und Ausbildern, die ihre Fähigkeiten und Kompetenzen mit großem Engagement einbringen. Das regionale Yoseikan-Trainingsteam unseres Verbandes ist mit der Energie, dem Wissen und der Unterweisung ausgestattet, die alle Dan-Träger, Kyu-Grade, Assistenten und Übungsleiter aus ihrer Mitgliedschaft herausholen müssen.

Mit jedem Training, bei dem man dabei ist, fühlt man sich mehr und mehr Teil eines spannenden Projekts. Wir möchten dafür sorgen, dass jeder Schüler auf den Matten gedeiht, und zwar dank einer gut durchdachten Mischung aus gemeinsamem Training, personalisiertem Coaching-Unterricht und Gruppenschulung.

Mache mit bei den Trainingstreffen unseres Ver-

durch spezifisches Training!

- ✓ Gewinne mehr Vertrauen und Selbstdisziplin durch die Erfahrung, die DU machen kannst!
- ✓ Sei Teil eines tollen Teams und Programms!
- ✓ Erlebe die Kameradschaft der engagierten Schüler und Studenten!
- ✓ Triff neue Freunde und habe eine tolle Zeit!

### Schreibe dich ein oder kontaktiere uns, um loszulegen!

Ob du ein erfahrener Kampfkünstler bist oder gerade erst anfängst – wir bieten ein Programm, das für dich genau richtig ist. Rufe uns an, sende uns eine E-Mail oder fülle das Einschreibeformular aus – wir sorgen dafür, dass du alle Informationen erhältst, die du benötigst, um loszulegen.

- ✓ Beginne als Schüler mit unseren Mudansha Kai-Einführungsklassen!
- ✓ Lerne einige der grundlegenden Techniken und Prinzipien der Yoseikan-Schule!
- ✓ Triff unsere Instrukoren und einige unserer erfolgreichen Studenten!
- ✓ Profitiere von den angenehmen Trainingsmöglichkeiten des Hombu Dojo unseres Verbandes!
- ✓ Starte deine Erfahrung mit dem Programm, das für dich richtig ist!

bandes und sieh selbst, warum das TRAININGS-TEAM des SVYB die beste Schule für einen schnellen und dauerhaften Fortschritt mit fachkundiger Anleitung, qualitativ hochwertiger Ausbildung und einer motivierenden Atmosphäre ist.

### Warum Yoseikan auch bei unseren regionalen Trainingstreffen lernen?

- ✓ Anleitung und Coaching mit Roman Patuzzi!
- ✓ Erfahre und lerne von engagierten und erfahrenen Instrukoren!
- ✓ Übe deine Fähigkeiten mit diesem wichtigen technischen Angebot der Kampfkünste!
- ✓ Verbessere durch einen Austausch mit anderen die Effizienz deiner Techniken!
- ✓ Hol dir ein weiteres zusätzliches Ganzkörper-Herz-Kreislauf-Training und verbessere deine Kondition!
- ✓ Erhöhe das Gesamtniveaus deines Könnens





Für diejenigen, die an mehr interessiert sind, bieten wir neben den Halbtagestrainings auch Ganztagestrainings an, um die Interessenten auch mit den anderen Aspekten der Yoseikan-Schule:

- ✓ Aikido – spezielles Treffen aller Aikido-Übenden: ein Muss für einen gesunden Austausch
- ✓ Ausbildung zum Assistenten im Rahmen der Trainerschule
- ✓ Ausbildung zum Yoseikan-Cardio-Trainer und Weiterbildungsmodule
- ✓ Ausbildung zum Self-Defence-Trainer
- ✓ Wettkampftraining Jugendkader
- ✓ Einführung in das Bajutsu und Ausbildung
- ✓ Schiedsrichter- und Funktionärsausbildung

vertraut zu machen. Grundsätzliche Prinzipien – wie die Anwendung der Wellenbewegung und die drei Basiskomponenten – werden überprüft, und zusammen mit anderen Techniken soll dabei der kontinuierliche Übergang zu der nächsthöheren Kompetenzstufe garantiert werden.

Die Master Class- und Coaching-Klassen sind auch eine großartige Gelegenheit, unsere Lehrer zu treffen, unsere Einrichtungen zu sehen und ein Gefühl für die Haltung eines Kampfkünstlers sowie für die philosophischen und geistigen Aspekte der Kampfkunst zu bekommen.

Der Verband bietet dir eine zertifizierte Ausbildung zum Yoseikan Budo-Trainer an. In 3 Basismodulen bilden wir dich zum Assistenten und mit weiteren Fortbildungsseminaren zum Trainer aus. Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung erhältst du ein offizielles Trainerdiplom der vom CONI und vom Innenministerium anerkannten nationalen Sportföderation MSP sowie des Fachverbandes. Aufbaukurse zum Erwerb des nationalen Lehrergades werden ebenfalls angeboten.

**Das Programm des Trainingsteams des SVYB wird einmal im Monat angeboten und die betreffenden Lehrgänge können vormittags bzw. nachmittags oder ganztägig besucht werden.**

Die Prinzipien der Yoseikan-Schule haben durch Meister Hiroo Mochizuki im Bereich der Kampfkünste international großen Respekt erlangt. Heute ist eine vielseitige Ausbildung ein Grundpfeiler vieler professioneller Kämpfer. Sehr wirksam für die Selbstverteidigung und sehr geeignet auch für Fitness-Zwecke ist das Yoseikan Budo eine perfekte Ergänzung für alle lebenspraktischen Aktivitäten.

Yoseikan-Trainingsklassen werden auch von ehemaligen und aktiven Wettkämpfern geleitet. Die Teilnehmer beim Teamtraining reichen von Anfängern über Fortgeschrittene bis hin zu Dan-Trägern und Wettkämpfern. Wir sind stolz darauf, Programme anbieten zu können, die den Bedürfnissen aller unserer Trainingsteilnehmer gerecht werden.

Die Yoseikan-Trainingsausbildung in Südtirol ist ohne Zweifel eine der besten Schulen, die ich je gesehen habe, und ich würde sie jedem empfehlen, den ich kenne. „ (Hiroo Mochizuki)

Du bist interessiert an den Verbandslehrgängen bzw. an der Mitarbeit im Trainingsteam?

Dann schreibe dich rechtzeitig ein!

Das Yoseikan ist unsere Kunst und gibt uns Technik, Wissen, Freiheit und Entwicklung. Wir werden erneut viel Freude mit unseren Trainingstreffen haben. Seid dabei!



di Tommaso Clemente

## Tecnica, mobilità, armi ed etica



In articoli precedenti ho parlato di quattro, degli otto pilastri dello Yoseikan Budo, e cioè energia, equilibrio, tempo e spazio. Per completare questo argomento vorrei parlare dei restanti quattro, e cioè: tecnica, mobilità, armi ed etica.

Otto pilastri per un'arte marziale moderna, in continua evoluzione, ma che onora le sue origini, nel più profondo rispetto della cultura giapponese, dalla quale attinge le basi del suo insegnamento.

### La tecnica.

Ogni arte possiede la sua tecnica, che in seguito a un processo evolutivo, diventa metodo, il quale, nel tempo, diventerà arte. Arte è ciò che da emozioni, ciò che cambia la percezione della realtà. E l'arte marziale non fa eccezione; la sua pratica porta in una dimensione di vita completamente diversa dalla normale quotidianità, poiché si entra in uno stato di "consapevole conflittualità evolutiva", dove le emozioni e i sentimenti negativi (paura, collera, gelosia, odio, invidia, superbia, ecc.) sono messi completamente da parte, per lasciar posto, attraverso la tecnica, alla propria personale positiva ricerca psicofisica. È questo che è appagante! Perché?

Perché nella tecnica marziale esiste, per definizione, la volontà di cambiare una condizione svantaggiosa, e quindi negativa, in una condizione vantaggiosa. Le difficoltà, i problemi, non sono considerati tali, ma sono considerati stimoli, opportunità per cambiare, motivi per attivare il proprio cervello ad agire al meglio delle proprie possibilità. Si devono trovare soluzioni, perché esistono sempre soluzioni. Ma per fare questo si deve essere disposti a cambiare, a cambiare lo stato di inattività nel quale forse ci siamo immessi per pigrizia, per paura di sbagliare, per mancanza di fiducia nelle nostre capacità. Se consideriamo un problema come tale, allora sarà un problema veramente. La nostra mente, sempre "ben consigliata" dal nostro ego (il quale da sempre ragione a noi) ragiona a senso unico, adeguandosi e permanendo nei canoni sociali dove è cresciuta e maturata. La tecnica marziale ha bisogno della mente solo all'inizio, per apprendere, per registrare. Quando il corpo ha acquisito tutte le informazioni che lo ri-

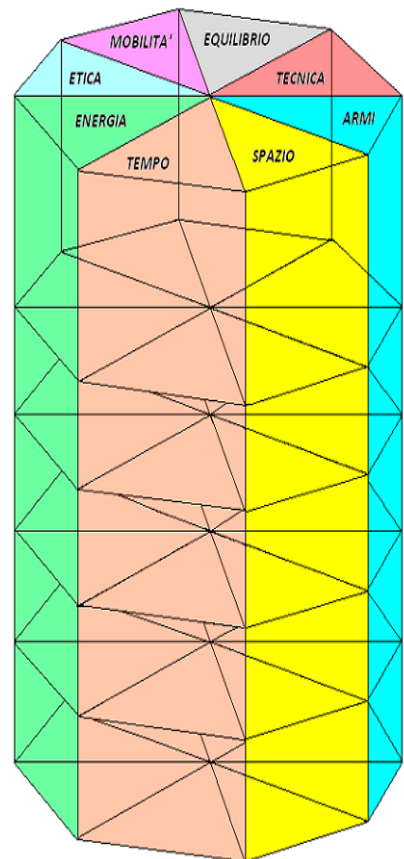
guardano, la mente può essere lasciata tranquilla, non viene più interpellata, non deve più lavorare per capire, per gestire il corpo: è una mente silenziosa. La tecnica insegna ad accettare se stessi per quello che si è, senza bisogno di chiedere aiuto, senza bisogno di giudicarsi, bene o male che sia. Questo è lo stato di "non azione" (Wu Wei), che non significa non fare nulla, ma fare solo ciò che serve, ciò che è essenziale, in modo del tutto naturale, quindi, forse, anche nel non fare nulla, o meglio, nel non opporsi, come insegna l'Aikido.

La tecnica, il metodo, sono solo la punta dell'iceberg, ma la parte più grande è nascosta ai nostri occhi. La si può vedere solo se si è raggiunto un certo grado di sensibilità, che nasce dalla sinergia di percezione, intuizione e pensiero. Allora non sono solo gli occhi a vedere: gli occhi forniscono l'immagine, ma l'informazione che arriva al cervello da elaborare è a un livello superiore.

Penso che, da bambini, molti abbiano letto "Il piccolo principe". In questo libro c'è una frase che mi è sempre rimasta impressa: "Non si vede bene che con il cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi". Per far sì che la nostra tecnica diventi "arte", bisogna superare il metodo, bisogna vedere con il cuore, evitando ogni giudizio.

### La mobilità.

Prendendo spunto ancora dall'Aikido, il movimento che esiste in tale disciplina, oserei dire che sia il più tecnicamente elevato, in assoluto. C'è un aneddoto nella vita di Morihei Ueshiba, amico e contemporaneo di Jigoro Kano. Un giorno Ueshiba invitò il suo amico Kano, per mostrargli l'Aikido che aveva creato. Dopo aver assistito alla dimostrazione, Kano disse: "Questo è ciò che volevo creare io".





Non so se questo aneddotico sia vero o sia solo leggenda, ma è certo che il TAI SABAKI praticato nell'Aikido è senz'altro di elevato valore tecnico. E permettetemi di dire anche "mentale". Non a caso, nell'Aikido, si usa dire: non è importante come muovi i tuoi piedi, ma come muovi la tua mente. Forse non è scontato, ma quando si è acquisita una certa "mobilità" fisica, è più facile trasmettere tale pratica anche alla mente. Una mente statica non potrà mai comprendere la vita; una mente dinamica, se non altro, è disponibile ad apprendere i metodi per capire. Il TAI SABAKI sta alla base di tutte le arti marziali, ma possiamo senz'altro dire che sta alla base della vita.

Nella vita, se vogliamo passare anche dove non si passa, evitare anche ciò che è difficile evitare, lasciar andare chi non può capire, dobbiamo fare "TAI SABAKI", scegliendo, di volta in volta, se è meglio NAGASHI, IRIMI, HIRAKI o HIKI. Tirarsi indietro, cedere il passo, non significa perdere. Tutto questo insegna ad essere rispettosi, evitando di mettersi sempre al primo posto.

C'è sempre qualcuno migliore di noi: riconoscerlo significa riconoscere il proprio posto nella vita, nel mondo, ma anche, più semplicemente, nel nostro lavoro è nella nostra famiglia. Non è poco!



### Le armi.

Faccio una premessa, nel caso che questo articolo venga letto da qualcuno che non pratica arti marziali. È sempre difficile far passare un discorso sulla positività dell'uso delle armi, perché è inutile cercare di aggirare l'ostacolo. Qualsiasi arma è stata creata con un unico scopo: uccidere! Sopprimere la vita è sempre disonorevole per l'essere umano: non ci sono scuse! Ma esistono due concetti da considerare, prima di affidarsi a giudizi categorici.

Il primo concetto riguarda una parte violenta che, purtroppo, esiste nel mondo, e anche chi è per natura pacifico, è giusto che sappia difendere la propria



vita, perché non vale meno della vita di chiunque altro. Per cui, pur continuando ad essere profondamente pacifici, è giusto (sarebbe giusto ...) imparare a difendere la propria incolumità, anche usando un'arma, se sarà necessario.

Ovviamente non è un obbligo, ma solo un consiglio! Per un praticante di arti marziali il discorso è completamente diverso. In lui esiste senz'altro il desiderio di acquisire destrezza con le armi (pur amando la pace) ma il fine ultimo va visto in un contesto di elevata precisione del proprio gesto fisico e di altrettanto elevato autocontrollo. A lungo andare, questi nobili fini portano il praticante a non fissare più il suo pensiero sull'arma come strumento di offesa ma, piuttosto, come un "mezzo fisico" per approfondire la sua interiorizzazione.

L'arma diventa uno strumento per se stessi e non per gli altri, attraverso il quale è possibile scoprire i propri vuoti, i propri blocchi e le proprie difficoltà nei confronti del mondo esterno. Sul piano pratico marziale non c'è differenza tra un'arma artificiale (spada, bastone, coltello, ecc.) e un'arma anatomica umana (braccio, mano, gamba, piede, testa,

ecc.): entrambe possono fare male. Chi sa controllare bene una spada, sarà senz'altro facilitato a controllare i suoi pugni e i suoi calci, decidendo dove, come e quando, devono essere usati. Certo è che, l'arte più nobile, insegna a "non estrarre la spada": questo non è un obiettivo facile da raggiungere, ma non impossibile, se si è imparato come si estrae la spada.



#### **L'etica.**

L'etica marziale è una forma di rispetto fondata sulla gentilezza nei confronti del mondo intero. Esistono due forme di gentilezza: la gentilezza che nasce dal-

la paura e quindi viene adottata come unica alternativa nella speranza di vivere tranquilli, e la gentilezza che nasce dalla consapevole ferma convinzione che ogni essere vivente possiede la terra al pari nostro, e proprio come noi, sta cercando di percorrere il suo cammino di evoluzione verso il bene. Se tale percorso sarà impostato sulla fiducia e collaborazione reciproca, ogni cosa sarà in equilibrio, e quindi meno pesante per tutti.

Ogni forma di progresso, di miglioramento, nasce dall'unione delle forze, dallo scambio tra diverse culture e intelligenze, senza assurde prevaricazioni o esclusioni che nascono da antiche paure e ambizioni distorte. L'arte marziale insegna a vincere, ma insegna anche a perdere con rispetto e gratitudine, per averci rivelato dove è necessario migliorarsi.

La bellezza di tutto ciò sta nel fatto che questa conoscenza, anche se non acquisita totalmente, una volta intuita, non si limita al solo ambito marziale o sportivo, ma diventa una particolare modalità di percezione della realtà terrena, dalla quale nasce, quasi spontaneo, uno stile di vita impostato sulla correttezza, verso tutto e tutti, senza escludere se stessi.

Penso che un buon modo per vivere con dignità e coraggio, cercando di comprendere la vita in ogni suo aspetto relazionale, sia tendere ad essere un "educato combattente". L'etica insegna ciò.



## Calendario 2017-2018 (Änderungen vorbehalten - Con riserva di modifiche)

Data	Gio	Org.	Manifestazione	Località
23-09-17	SA	BZTN	Corso Vidimazione Brevetto d'insegnamento	Brunico
23-09-17	SA	BZ	<b>Delegiertenversammlung</b> - Sporttreff "Haus Mikado" Josef-Ferrari-Str. 26, um 18 Uhr	Bruneck
30-09-17	SA	SI	Stage nazionale Sicilia con Hiroo Mochizuki	Palermo
01-10-17	DO	SI	Stage nazionale Sicilia con Hiroo Mochizuki	Palermo
07-10-17	SA	BZTN	Foto - Video - Film	Brunico
14-10-17	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
15-10-17	DO	BZTN	Stage Aikido Yoseikan	Nalles
20> 22-10-17	VE-DO	WYF	World Cup - Grand Prix Tunesia	Tunis
04-11-17	DO	MSP	Campionato Nazionale Squadre > Emono - Randori - Yoseikan	Massa Carrarra
05-11-17	SA	MSP	Campionato Nazionale Squadre > Emono - Randori - Yoseikan	Massa Carrarra
11-11-17	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
25-11-17	SA	BZTN	Competizione sportiva	
26-11-17	DO	BZTN	Competizione sportiva	
01-12-17	VE	MSP	Seminario WYF Teacher School con Hiroo Mochizuki	Verona
02-12-17	SA	MSP	Scuola nazionale Insegnanti - Seminario con Hiroo Mochizuki	Verona
03-12-17	DO	MSP	Scuola nazionale Insegnanti - Seminario con Hiroo Mochizuki	Verona
16-12-17	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
27-30-12-17	VE	BZTN	Cader giovanile - Campo invernale	
13-01-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
27-01-18	SA	BZTN	Competizione sportiva	
28-01-18	DO	BZTN	Competizione sportiva	
03-02-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
24-02-18	SA	BZTN	Competizione sportiva CP	
25-02-18	DO	BZTN	Competizione sportiva	
10-03-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
24-03-18	SA	BZTN	Competizione sportiva CR	
25-03-18	DO	BZTN	Competizione sportiva	
08-04-18	DO	BZTN	Incontro Provinciale	Eppan
14-04-18	SA	MSP	Campionato Nazionale Individuale	Torino
15-04-18	DO	MSP	Campionato Nazionale Individuale	Torino
21-04-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
05-05-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
18> 20-05-18	VE	MSP	Yoseikan MSP Day - Rimini 2017	Rimini
02-06-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
14-17-18	SA	BZTN	Stage & allenamento - Master, Dan, Kyu, YCT, Arbitri, Insegnanti, Kader, Bajutsu	Brunico
11> 14-08-18	SA		Shochu Geiko Yoseikan & Dolomiti	Brunico
21> 24-08-18		BZTN	Camp estivo cader giovanile Cesenatico	Cesenatico

Florian Spechtenhauser und sein Team

## Trainingscamp in Cesenatico mit dem Jugendkader

Auch heuer organisierte der Südtiroler Verband das bereits traditionelle Trainingscamp am Meer mit dem Südtiroler Jugendkader. Athleten aus ganz Südtirol, welche den Aufnahmetest für den Jugendkader geschafft haben, hatten die Möglichkeit vom 21. bis zum 25. August in Cesenatico sich speziell auf die kommende Saison vorzubereiten.

Vormittag standen neben Wettkampf spezifischen technischen Einheiten auch Einheiten für die Strategie und Taktik im Wettkampf auf dem Programm, wobei man sich hingegen nachmittags speziell dem körperlichen Trainingseinheiten wie Kraft, Ausdauer und Durchhaltevermögen widmete. Ausführung und Anwendungen von den Katas Happoken Shodan und Nidan rundeten das Training ab. Auch wurden wieder Videoanalysen gemacht, um so den Athleten weitere hilfreiche Tips zu geben.

Wie der Koordinator des Jugendkaders Florian Spechtenhauser erklärte, sind wie bereits in diesem Jahr, wo man an einem internationalen Team Emono Wettkampf in Luxemburg teilnahm, weitere internationale Vergleichskämpfe geplant. Mit der Schweiz wurde bereits konkret eine Vergleichskampf geplant und auch Belgien zeigt großes Interesse an einen Vergleichskampf.

Auch diesmal ist es wieder gelungen die neuen Teilnehmer des Südtiroler Jugendkaders in die Gruppe zu integrieren und das Ziel, dass Jugendliche aus allen Teilen Südtirols zusammen trainieren, Erfahrungen austauschen und neue Freundschaften knüpfen wurde zur Freude aller erreicht.





Sie erhalten diese Informationen, da Sie als Mitglied, Interessent / Interessentin in unserer Datenbank registriert sind.

#### **BITTE BEACHTEN SIE:**

##### **1. Abmeldung - Ummeldung Newsletter**

Sollte Ihre Adresse irrtümlich eingetragen worden sein oder möchten Sie die Newsletter künftig nicht mehr erhalten, nutzen Sie bitte den Link [svyb@yoseikan.it](mailto:svyb@yoseikan.it) und teilen Sie uns mit: „Nein, danke!“ oder „Ummelden!“

Wir bitten euch, diese News an Bekannte, Vereinsmitglieder und Interessierte weiterzuleiten. Wir möchten, dass unsere Yoseikan Budo News raus in die Welt gehen, und wissen von zahlreichen Rückmeldungen, dass vielen Interessierten damit geholfen wurde. DANKE!

##### **2. Allgemeine Informationen zum Training**

Bitte verwenden Sie für Informationen zum Training, zum Trainingsplan oder zur Trainingsplanauswahl unsere WEB-Seiten: die nationale Homepage [www.yoseikan.it](http://www.yoseikan.it), die Südtiroler News unter [www.yoseikan-suedtirol.it](http://www.yoseikan-suedtirol.it) oder die nationale Facebook-Seite Yoseikan Italia sowie die Facebook-Seite Aikido Yoseikan. Dort werden Sie kompetent und schnell beraten.

Nutzen Sie außerdem unser umfangreiches Newsletterarchiv. Viele Artikel, die sämtliche Aspekte des Yoseikan Budo behandeln, sind bereits seit einigen Jahren dort gespeichert.

  
ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA  
RICONOSCIMENTO CONI  
con delibera C.N. del 13/4/84  
art. 31 del D.P.R. 2/8/1974 n. 530



  
MEMBRO M.S.P.E.  
Ente Europeo di Promozione Sportiva  
Riconoscimento Commissario CEE  
Bruxelles 21/9/1987

Impressum - informazione legale:

SÜDTIROLER AMATEURSPORTVERBAND YOSEIKAN BUDO  
39031 BRUNECK - Neurauthstraße 3/C

FEDERAZIONE ALTO ATESINA YOSEIKAN BUDO - ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA  
39031 BRUNICO - Via Neurauth 3/C

Redaktion - Redazione: Yoseikan-Team, Roman Patuzzi. Foto: SVYB, MSP-AIYB, Tito Bertoni, Massimo Romano, Willhelm Fill.

Alle Texte, Fotos und grafischen Gestaltungen unterliegen dem Urheberrecht und dürfen nicht ohne Einwilligung übernommen und verwendet werden.“ Tutti i testi, fotografie e disegni grafici sono soggetti al diritto d'autore e non possono essere usati senza permesso „.

Tel. 0474 414 065 - Fax. 0474 412 445 - [www.yoseikan-suedtirol.it](http://www.yoseikan-suedtirol.it) - [www.yoseikan.it](http://www.yoseikan.it) - [svyb@yoseikan.it](mailto:svyb@yoseikan.it)