

## **Aikido-Anwärter bestanden Prüfung**



Legten ihre Prüfung vor dem Segeberger Aikido-Meister Hans Carstens ab (v.li.): Martin Reitzig, Stephan Salbeck, Kai Unger und Lukas Syskowski.

**Bad Segeberg (em).** Nachdem im Dezember vier Aikidoka des Aikido-Vereins Segeberg die Prüfung zum braunen Gürtel (höchster Schülergrad) bestanden hatten, kamen nun die Anfänger zum Zuge. Hervorgegangen aus dem Anfängerkurs vom Januar 2015 stellten sich vier Anwärter der zweistündigen Prüfung. Unter den Augen des Segeberger Aikido-Meisters Hans Carstens zeigten sie mit guten Leistungen, was ein Jahr lang geübt wurde. Die ersten Basistechniken bei den Wurf- und Haltetechniken sowie die Rückwärtsfallschule wurden überprüft.

Dazu sagte Hans Carstens: „Besonders erfreut hat mich, dass drei der Anwärter zur Generation 35+ gehören, ein Alter, in dem viele mit ihrem Sport aufhören, weil sie mit den Jüngeren nicht mehr mithalten können. Aber gerade ab dem Alter

wird der Sport um so wichtiger zur Gesundheitsvorsorge. Da im Aikido keine Wettkämpfe abgehalten werden, geht es immer nur darum, seine eigenen Fähigkeiten ohne Konkurrenz zu verbessern. Daher ist Aikido in hervorragendem Maße geeignet, auch im fortgeschrittenen Alter anerkannte Leistung zu erbringen. Im Aikido gibt es kein Abstellgleis, alle befinden sich zusammen auf der Hauptstrecke. Auch beim diesjährigen Anfängerkurs sind wieder mehrere Neulinge mit Eifer dabei und können sich von den neuen Gelbgurten so manchen Tipp holen.“

Wer das gewaltfreie, rein defensive Aikido kennenlernen möchte, kann sich unter der Telefonnummer 041 94/15 15 oder im Internet unter [www.Aikido-Segeberg.de](http://www.Aikido-Segeberg.de) informieren oder einfach mal beim Training reinschauen.