

**Am Samstag, 24.03.2018, hat unsere Sandra in Bamberg Ihre Prüfung zum 1. DAN - SCHWARZER GÜRTEL mit guten Leistungen erfolgreich bestanden !
Wir GRATULIEREN ihr alle ganz herzlich !**



Unter den strengen Augen der Prüfungskommission des Deutschen Aikido-Bund e.V., unter Leitung unserer Präsidentin Frau Dr. Barbara Oettinger, 6. Dan Aikido, und den Beisitzern Dr. Dirk Bender und Werner Ackermann, beide 5. Dan Aikido hat sie mit guten Leistungen erfolgreich bestanden. Sie ist somit die erste Schülerin des Shin Dojo die jetzt einen schwarzen Gürtel tragen darf. Ihr Lehrer, Thorsten Reck, hat sich mit seiner Schülerin und Ihrem Uke sehr über die Graduierung zum Meistergrad gefreut. Die Vorbereitungszeit der letzten über 13 Monate und speziell die intensive Vorbereitungszeit der letzten 6 Monate hat sich also voll und ganz gelohnt ! ;-) Daran werden wir jetzt anknüpfen !





Zunächst werden vor der eigentlichen Schwarzgurt-Prüfung mittels Überprüfung alle vorher abgelegten/ erworbenen Schülergrade (abgelegte Gürtelprüfungen von Weiß bis Braun) kontrolliert und ob die Verteidigungstechniken vom Prüfling verinnerlicht und mit steigendem Grad maßgeblich in Ihrer Ausführung und Wirkungsweise verbessert wurden. Wir sprechen hier alleine bei der Überprüfung von insgesamt ca. 1.000 verschiedenen Technikformen auf verschiedenste Schlag- u. Fassangriffe, die man auf Kommando sofort ausführen können muss ohne zu überlegen. Führt dies zum gewünschten Ergebnis, darf nach erfolgreicher Überprüfung die eigentliche Prüfung angetreten werden. Diese besteht dann aus der Kata zum 1. Dan (= die ersten 5 Bodenverhebelungsformen in genau vorgegebener Form und Präzision um erkennen zu können, dass der Prüfling die Prinzipien des Aikido verstanden hat und diese fehlerfrei in der vorgegebenen Form interpretieren kann), gefolgt von den Verteidigungstechniken (Wurftechniken und Hebel-/Festhaltetechniken aus unzähligen, verschiedenen Angriffen) zum Schwarzen Gürtel und zum Abschluß erfolgt ein Randori (= freier Angriff durch Schläge und Verteidigung dagegen), auch hier wird der Grad der Verinnerlichung überprüft und ob man in der Lage ist, die erlernten Verteidigungstechniken blitzschnell, ohne bewusst nachdenken zu müssen, aus dem Unterbewusstsein anwenden zu können, da die Angriffe schnell kommen. Die gesamten Prüfungsteile dauerten insgesamt über eine Stunde in der sie zeigen musste was sie kann.





Großer Dank auch an Ihren Lehrer und Ihren Uke, die sich beide über die Maßen viel Zeit genommen haben um zu den vielen wöchentlichen, regulären Übungsstunden auch noch zusätzlich außerplanmäßig mit ihr zu üben für diese wichtige Prüfung.



Gratulation nach bestandener Prüfung zum 1. Dan und Überreichung der Urkunde.



Lt. unserer Präsidentin "eine schöne Prüfung und es hat uns viel Spaß gemacht dabei zuzuschauen. Ausserdem kann man anhand dieser Prüfung ebenfalls gut erkennen, dass sowohl Frauen wie auch Kinder u. Jugendliche im DAB und speziell in unserem Aikido gefördert werden und auch etwas erreichen können wenn sie etwas dafür tun und so auch bei uns bestens aufgehoben sind". Das hört man gerne nach so einem Tag. :-)



Erschöpfte Gesichter
aber rundum zufrieden



Na, was da wohl drin ist??!



Unser ganzer Verein hat
gesammelt u. ihr einen
orig. Hakama u. schwarzen
Gürtel mit ihrem Namen
bestickt besorgt. Hat sie
sich auch verdient 😊



Passt wie angegossen ☺



Gut sieht's aus ☺



Wir freuen uns ! Lehrer u. Schüler. Herzlichen Glückwunsch zum 1. Dan Sandra ! 😊

So machen wir weiter ;-)