



Beide Partner nehmen die Grundposition „hidari-hanmi“ ein.



Uke holt zum geraden Stich nach vorne aus.

## AIKIDO-Technik-Serie

# Kumi-Jo

mit Reiner Brauhardt, 6. DAN Renshi

Die klassischen Waffen der Samurai übten schon immer eine hohe Faszination aus. Jo, der Holzstab und Bokken, das Holzsword, sind diese Waffen im Aikido.

Im Ursprung als Waffen zur kämpferischen Auseinandersetzung, erfahren diese Waffen in der heutigen Zeit eine neue Bedeutung.

Unter Beachtung der traditionellen Prinzipien des Stock- und Schwertkampfes entwickelten sich Jo- und Bokkenübungen zu Partnerübungen, die es dem Übenden ermöglichen, die Vielfalt des Aikido auch durch das Jo-Training zu erfahren. Das Training mit dem Jo und dem Bokken ist auch für Personen geeignet, die keine Fallübungen mehr machen können oder wollen, wie sie im Aikido üblich sind.

Reiner Brauhardt (6. Dan Aikido) demonstriert eine Abwehr-



Nage führt einen weiten Distanzschlag in Richtung Knie aus, um Distanz zu schaffen.



Uke versucht erneut mit einem Stich zum Bauch anzugreifen.



Nage verlässt die Angriffslinie und bereitet aus der Hüfte einen seitlichen Hieb zum Kopf des Gegners vor.

Nage beendet die Technik mit einem Schlag gegen die rechte Schläfe des Gegners.



### INFO

Aikido Cooperation International  
[www.aikido-aci.de](http://www.aikido-aci.de)  
 Email: [info@aikido-aci.de](mailto:info@aikido-aci.de)  
 Tel: 0271 / 6 60 94 27

