



## Hanbo / Bokken – Seminar im Erzhäussle in Aalen

Nach langer Corona-Pause fand das Hanbo / Bokken – Seminar der U.I.JJ.A.-Deutschland ausgerichtet von der Abteilung Ju Jitsu des Postsportverein Aalen statt. Nach der Begrüßung durch den Präsidenten der U.I.JJ.A.-D Rudi Strobel, wurden die Teilnehmer in zwei Gruppen aufgeteilt.



In der ersten Einheit übernahm Hanshi Sepp Oberhollenzer (8.Dan Ju Jitsu) die Erwachsenen und führte diese mit seinem Assistenten Tim Klein in die Grundlagen des Hanbo-Jitsu (Stock-Technik) ein.



Die Gruppe der Jugendlichen wurde von Shihan Rudi Strobel (5.Dan Ju Jitsu) zusammen mit Achim Ritz in dem Umgang mit dem Bokken (Japanisches Holzschwert) unterrichtet.



Nach kurzer Pause wurden die Gruppen gewechselt, so dass jeder die Gelegenheit hatte beide Kampfkünste kennenzulernen.

Um wieder zu Kräften zu kommen, gab es eine Pause mit Kaffee und Kuchen. Gut gestärkt ging es dann an die nächsten Einheiten, in welchen nun der Bereich Kata das Thema war.

Sepp Oberhollenzer zeigte die Hanbo-Kata „Yoru senshi-no-Kata“, welche dann fleißig geübt und in Gruppen vorgeführt wurde.

Bei Rudi Strobel stand mit dem Bokken die Partner-Kata „Kumi Tachi - Nana-Hon“ an, welche von den Teilnehmern mit Begeisterung ausgeführt wurde. Bei dieser Kata kommt es besonders auf den Abstand und die damit verbundene Konzentration an, um seinen Partner nicht zu verletzen.



Am Ende des Seminars gab es noch ein gemütliches Zusammensein, bei dem man sich noch besser kennenlernen konnte. Es wurden neue Freundschaften geschlossen und man freut sich schon auf die nächsten Seminare.

„Dōmo arigatō“

an den Ausrichter Abtl. Ju Jitsu des Postsportverein Aalen  
und an die Teilnehmer für ihre Unermüdlichkeit