

2023

PSV Heidelberg – Beitragsarchiv

41 Beiträge

Inhalt

07.02.2023 - Jahreshauptversammlung 2023	4
11.02.2023 - 100 Jahre PSV Mannheim mit Brückenlauf	5
08.03.2023 - Heimspieltag am 18.03. in Leimen	6
17.03.2023 - Jahreshauptversammlung	7
23.03.2023 - Glückwunsch zur 2. Kyu-Prüfung	8
24.03.2023 - Abteilungsversammlung Ju-Jutsu	9
24.03.2023 - Neue Bilder von Karate	10
25.03.2023 - Neue Bilder bei Ju-Jutsu	11
27.03.2023 - Aikido 3. Dan für Florin	12
02.04.2023 - Erstes Aikido Training	15
08.04.2023 - Jōdō Impressionen	16
11.04.2023 - Durchstarten - der Sportvereinscheck	17
25.04.2023 - Karate Lehrgang mit Bob Nash	19
29.04.2023 - Shinki-Toho Lehrgang in Leopoldshafen	20
16.05.2023 - PSV neue Anschrift	21
22.05.2023 - Bericht Karate Lehrgang 20./21. Mai	24
28.05.2023 - Ab 15. Juni 2023: Grundlagentraining Aikido, (nicht nur) für Anfänger ...	25
06.06.2023 - 23. Jōdō Sommer Lehrgang in Würzburg	26
26.06.2023 - 23. Jōdō Sommer Gasshuku	27
05.07.2023 - 100 Jahre BGV - Wir können gewinnen - Stimmt für den PSV ab	32
31.07.2023 - 3. Dan Karate für Andrea Montrasio	35
15.08.2023 - Karl Kiening meistert den 2. Dan Aikido	39
16.08.2023 - Aikido-Lehrgang in Leopoldshafen am 16./17.9.2023 mit Michael Daishiro Nakajima	40
19.08.2023 - JODO Gasshuku 2023 - Feldberg	41
11.09.2023 - Erfolgreiche Ju-Jutsu Prüfung	43
26.09.2023 - 6., 7. und 8. Oktober Aikido Friendship Seminar mit Sakabe Sensei (7. Dan)	44
08.10.2023 - Gelernt, geschwitzt, gelacht: Drei Tage Workshop mit Sakabe Sensei aus Kumamoto	45
19.10.2023 - 4. und 5. November Aikido Seminar mit Jisch Scheuren (6. Dan Aikikai, Shihan)	46
19.10.2023 - PSV-Vorstand beim Empfang des Bürgermeisters	47
26.10.2023 - Ju-Jutsu Landesprüfung	48
06.11.2023 - ZEN-Meditation: Neu beim PSV Heidelberg	50
15.11.2023 - Ju-Jutsu Jugendtraining ab 14	51
04.12.2023 - Erfolgreicher Revanchekampf: SG Heidelberg-Leimen besiegt Plankstadt	52
15.12.2023 - Karate - Kinder Kyu-Prüfung am 12. Dezember	54

16.12.2023 - Flottes Tempo beim Aikido-Workshop mit Jisch Scheuren	57
18.12.2023 - 4. Dan für Sebastian Ehrhard	59
19.12.2023 - PSV Weihnachtsworkshop und -feier	60
19.12.2023 - Wir gratulieren zum 1. bzw. 2 Kyu!	61
23.12.2023 - Weihnachten	64
31.12.2023 - Tatsu-doshi - Das Jahr des Drachen	65
31.12.2023 - Uma-Doshi - Das Jahr des Feuerpferdes	66

07.02.2023

Jahreshauptversammlung 2023

Liebe Vereinsmitglieder,

unsere jährliche Hauptversammlung steht an. Wir freuen uns auf den Austausch mit allen Mitgliedern. Die Einladung mit den Details sowie einen Antrag zur Änderung der Satzung findet Ihr unten. Unter dem Punkt Verschiedenes wird es Raum für den direkten Dialog zu Euren Themen geben.

Bis zum 16. März,
Euer Vorstand

[Einladung JHV 2023Herunterladen](#)

[Satzungsänderungen 2023Herunterladen](#)

100 Jahre PSV Mannheim mit Brückenlauf

Wir möchten gerne auf diese vom PSV MANNHEIM organisierte Laufveranstaltung die am 1. April 2023 stattfindet hinweisen.

Ein Event mit langer Tradition (seit 1997) von einem Sportverein mit noch längerer Tradition: ebenso wie unser PSV Heidelberg e.V. feiert der Polizei-Sportverein Mannheim e.V. dieses Jahr das 100-jährige Bestehen.

[Hier geht es zur Anmeldung beim Brückenlauf](#)



08.03.2023

Heimspieltag am 18.03. in Leimen

Am kommenden Samstag (18.03.23) spielen alle unsere aktiven Mannschaften in Leimen in der Sportparkhalle. Los geht es mit der zweiten Mannschaft gegen den Tabellenführer aus Malschenberg um 15.00 Uhr!

Die Badenliga-Mannschaft der Damen unseres Partnervereins KuSG Leimen spielt um 17.00 Uhr gegen Wiesloch und die Landesliga Herren der SG spielt um 19.00 Uhr gegen die HSG Weschnitz.

Anschließend wird es den einen oder anderen Umdrunk an der Halle eigenen Bar geben. Also ein viele Gründe, sich in der Halle zu treffen!

Jahreshauptversammlung

Impressionen unserer diesjährigen Jahreshauptversammlung am 16. März 2023.

[metaslider id="4700"]

Kurzbericht

Zu den Klängen der im Nebenraum tanzenden Tango Gruppen eröffnete Markus die diesjährige Versammlung. Anschließend erfolgten die Berichte des Vorstandes, Geschäftsführers und Schatzmeisters und Kassenprüfers. Der Antrag auf Entlastung des Vorstand wurde angenommen und vorliegenden Anträge zur Änderung der Satzung ([siehe hier](#)) erhielten die Zustimmung der Versammlung. Nach den Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften wurde die Sitzung geschlossen.

23.03.2023

Glückwunsch zur 2. Kyu-Prüfung

[metaslider id="4742"]

Seit letzten Dienstag gibt es einen Träger des 2. Kyu mehr in unserer Aikido-Gruppe - herzlichen Glückwunsch zu der tollen Leistung von uns allen!

24.03.2023

Abteilungsversammlung Ju-Jutsu

Die diesjährige Abteilungsversammlung von Ju-Jutsu findet am 30. März um 19:00 statt. Informationen zu Ort und Inhalten findet ihr in der Einladung, die auch heruntergeladen werden kann.

Wir freuen uns auf den Austausch mit Euch.

[JuJutsu Abteilungsversammlung 2023 - EinladungHerunterladen](#)

24.03.2023

Neue Bilder von Karate

Die Karateka haben viele neue Bilder vom Training für unsere Website zur Verfügung gestellt. Schaut sie euch an, sie geben einen tollen Einblick. [Hier geht es zu den Bildern.](#)



25.03.2023

Neue Bilder bei Ju-Jutsu

Auch auf der Seite von Ju-Jutsu gibt es neue Bilder. Sie zeigen Impressionen vom Training und ein paar Aufnahmen, die die praktische Anwendung zur Selbstverteidigung zeigen.

[Hier geht es zur Ju-Jutsu Abteilungsseite.](#)



27.03.2023

Aikido 3. Dan für Florin

Während des Shinkirengo Aikido-Seminars in Edingen zeigte Florin stolz unsere gemeinsamen Lernerfolge und bestand die Prüfung für seinen 3. Dan Aikido. Wir sind ein großartiges Dojo und es ist gut, in eine tolle Zukunft zu schauen, mit so viel Qualität und Spaß auf und neben den Matten.





02.04.2023

Erstes Aikido Training

Heute 8:00 wurde das erste Aikido-Training im neuen Dojo durchgeführt was uns viel Spaß gemacht hat. Es war aber auch ein Gefühl, daß wir uns erst noch 'einleben' müssen. Die Heizung im Gebäude funktioniert tadellos, die Warmwasserversorgung ist noch nicht angeschlossen. Die Dusche nach dem Training daher etwas frisch.



08.04.2023

Jōdō Impressionen

Seit heute trainiert auch die Jōdō Gruppe in unserem neuen Dojo. Ein paar Bilder findet ihr auf [dieser Seite](#). Sie können einen guten Eindruck der Präzision und Dynamik wiedergeben.

[Hier geht es zur Seite der Jōdō Gruppe.](#)



Durchstarten - der Sportvereinscheck

[metaslider id="5332"]

Unter dem Slogan „Sport bewegt Deutschland“ führt der DOSB, finanziert durch den Bund, bis Ende 2023 das sogenannte Programm „ReStart – Sport bewegt Deutschland“ durch. Nach der Corona Pandemie sollen wieder mehr Menschen in Bewegung gebracht und für Sport begeistert werden.

Wer neu einem Verein beitrifft oder die Mitgliedschaft und damit den Sport wieder aufnimmt, kann einen Sportvereinschecks im Wert von je 40 Euro als Zuschuss zum Mitgliedsbeitrag beantragen. Zeitraum dafür ist von Januar 2023 bis 31. August 2023.

Mehr Informationen zum Programm gibt es [hier beim DOSB](#).

Durch Klick auf das nächste Bild kommt man zum Förderportal des DOSB. Wir freuen uns über alle neuen und alten Mitglieder, die den Weg zurück zu uns finden.



**DEIN
SPORTVEREINSSCHECK**

IM WERT VON:

40 €

FÜR EINE MITGLIEDSCHAFT IN EINEM SPORTVEREIN!

SO GEHT'S:
Wählen Sie einen passenden Sportverein aus und lösen Sie Ihren Sportvereinscheck innerhalb von vier Wochen im Rahmen Ihrer Vereinsanmeldung ein. Der Sportvereinscheck kann sowohl digital an den Verein weitergeleitet als auch ausgedruckt abgegeben werden. Weitere Informationen unter www.sportnurbesser.de



DEIN CODE:

VORNAME:

NACHNAME:

GEBURTSJAHR:

STARTE IM VEREIN BIS:

WICHTIG FÜR DEN VEREIN:
Der Sportvereinscheck ermöglicht Neumitgliedern jeden Alters eine vergünstigte Mitgliedschaft in ihrem Sportverein einzugehen. Als Verein können Sie den Sportvereinscheck auf unserer Förderplattform einlösen und erhalten den Betrag von 40 Euro von uns erstattet. Weitere Informationen unter www.sportnurbesser.de

VOM VEREIN EINZULÖSEN BIS:

Alle Bilder: DOSB

Karate Lehrgang mit Bob Nash

Es ist uns eine große Freude, mit Bob Nash eine der wichtigen Größen in der Stilrichtung Wado Ryu für unseren Lehrgang gewonnen zu haben.

Bob Nash trägt den 7. Dan Wado Kai JKF und unterrichtet seit dreißig Jahren weltweit in Seminaren und auf Lehrgängen. Er stammt aus Japan und lebt in den USA.

Bob ist ein direkter Schüler von Video Takagi Sensei und seine Überzeugung, daß das Training an den Grundlagen und der Aufschlüsselung der Techniken und Bewegungsmuster das feste Fundament eines guten Karateka ausmacht wird in seinen eindrucksvollen Unterrichtungen deutlich.

So hat auch dieser Lehrgang einen Unterrichtsplan, die einzelnen Inhalte richten sich aber nach Graduierung und Verständnis der Teilnehmenden. Der Lehrgang ist offen für alle Graduierungen.

Die Ausschreibung kann hier heruntergeladen werden.

[Lehrgang Bob NashHerunterladen](#)

29.04.2023

Shinki-Toho Lehrgang in Leopoldshafen

Am Samstag, den 6. Mai 2023, findet bei der Aikido-Abteilung der Sportgruppe am KIT ein Lehrgang statt, bei dem noch Plätze für Interessierte frei sind.

Mehr Info findet Ihr unter https://www.aikido-leopoldshafen.de/Lehrgang_Marius_2023.htm.

PSV neue Anschrift

Am Samstag haben Markus und Ulrich das gute Wetter ausgenutzt und sich am neuen Dojo getroffen. Der neue Briefkasten wurde an der Außenfassade angebracht, damit hat der PSV seine postalische Adresse am neuen Dojo in der Elsa-Brandström-Str. 8.



In der Halle wurden drei der ehemaligen Wandeinlässe zur Feuerbekämpfung 'entkernt'. Mit Flex und Hammer wurden die Schlauchhaspel und Halterung für das Strahlrohr entfernt. Anschließend wurden die neu gewonnenen 'Tabernakel' gereinigt und mit Farbe aufgehübscht. Mit ein paar zugeschnittenen Resten des neuen Bodenbelages konnten wir auch gleich den unteren Mauerteil ansehnlicher gestalten.

Mit der Aktion konnten wir neue Räumlichkeiten für unsere Kamiza Bilder und den Erste-Hilfe-Kasten schaffen.





Bericht Karate Lehrgang 20./21. Mai

[metaslider id="5451"]

Am 20. und 21. Mai hatte die Karate-Abteilung des PSV Heidelberg hohen Besuch zu Gast. Bob Nash, 7. Dan JKF Wadokai, machte im Rahmen seiner Europa-Tour Station bei uns und gab einen Lehrgang, zu dem nicht nur Mitglieder und Karateka aus der Region, sondern sogar Gäste aus Koblenz und Düsseldorf anreisten.

Er erteilte uns dabei Einblicke in sein profundes Karate-Wissen und erklärte und übte mit uns die tieferen Wado-Prinzipien, wie sie eben nur ein echter Meister seines Fachs beherrscht. All dies vermittelte er mit einer wunderbaren Heiterkeit. Alle Teilnehmer nahmen viele Anregungen für ihren weiteren Karate-Weg mit. Wir freuen uns auf weitere Besuche von Bob bei uns!

Bilder folgen.

Ab 15. Juni 2023: Grundlagentraining Aikido, (nicht nur) für Anfänger

Du würdest gerne ausprobieren, ob Aikido Dir gefallen könnte? Traust Dich aber nicht so recht in das reguläre Training? Dann haben wir ein interessantes Angebot für Dich: ab 15.6.23 bieten unsere [Trainer Rick und Markus](#) ein (deutsch/englisches) Grundlagentraining für Neueinsteiger, Wiedereinsteiger und Interessierte an (oder alle, die mal wieder an ihren Basics arbeiten wollen).

Wann und wo? Do, 19:00 - 20:30 im [neuen Dojo in MTV](#)

Parallel zum allgemeinen Training werden die beiden Euch einen ersten Eindruck davon vermitteln, was Aikido ausmacht: dazu gehören das richtige Rollen und Fallen (keine Sorge, wir fangen ganz nah am Boden an!), das Zusammenspiel mit dem Übungspartner und grundlegende Bewegungsabläufe.

Was? Die sanfte Kampfkunst des Aikido

Eigentlich ist das Prinzip ganz einfach: die vom "angreifenden" Partner eingebrachte Energie wird umgeleitet, der "Angreifer" aus der Balance und zu Boden gebracht. Warum in Anführungszeichen? Anders als bei anderen Budoportarten geht es im Aikido nicht um gewinnen und verlieren. "Uke" - so der japanische Begriff - ist eigentlich der "Empfangende" der Technik, die "Nage", der aktive Teil in der Partnerübung, gerade ausführt. Partnerschaftlich, also in Respekt und Fürsorge füreinander, werden diese Techniken geübt und ausgeführt.

Für wen? Alle, die mehr wissen wollen!

Aikido ist für jede Altersgruppe und Größe, alle Geschlechter und im weitesten Sinne alle Interessierten geeignet. Üblicherweise gibt es keine Trennung von Anfänger- und Fortgeschrittenentraining, weil wir alle jederzeit dazulernen können und wollen - von den uns überlegenen Aikidoka übrigens genauso wie von den Unerfahreneren. Das Grundlagentraining findet in derselben Halle statt wie das reguläre Training, so könnt Ihr die Anderen kennenlernen und nach wenigen Wochen ohne Bedenken einfach auf die andere Seite der Halle wechseln. Wir freuen uns auf Euch!

23. Jōdō Sommer Lehrgang in Würzburg

Wie jedes Jahr findet unser Jōdō Sommer Lehrgang in Würzburg nun schon zum 23. Mal statt. Thema dieses Lehrgangs ist „MA-AI“, also die korrekte Distanz zwischen zwei Gegnern. Eine wichtige Rolle spielen dabei die drei Komponenten „TO-MA“ – „CHIKA-MA“ – „UCHI-MA“, die während des Lehrganges vertieft werden sollen. Leider wird diesem Thema im laufenden Trainingsbetrieb viel zu wenig Beachtung geschenkt, was zu geringfügigen Verletzungen führen kann. Deshalb muss ein besonderes Augenmerk auf „MA-AI“ gelegt werden.

[Würzburg 2023Herunterladen](#)

23. Jōdō Sommer Gasshuku



Rund 20 Teilnehmer aus insgesamt 8 Nationen hatten dieses Mal den Weg nach Würzburg gefunden:

Dänemark 3 - Deutschland 4 - Österreich 2 - Tschechien 2 - Schweiz 5 - USA 1 - Belgien 2 - Kroatien 1

Nach all den Jahren der Pandemie scheint sich die Teilnehmerzahl wieder zu stabilisieren. Besonders erfreulich war, dass wir 2 Teilnehmer begrüßen durften, mit denen wir nicht gerechnet hatten, nämlich Martin aus Österreich und Barbara aus der Schweiz.



Auch in diesem Jahr hatte uns die Sonne wieder reichlich beschenkt, so dass wir ununterbrochen im Freien trainieren konnten.

Das 23. Gasshuku fand in diesem Jahr unter dem Motto „MA-AI“ statt (linkes Kanji). „MA-AI“ gehört zu den Grundkenntnissen im Jodo und sollte spätestens Beachtung finden, wenn man die Kihon Sotai lernt. Dabei muss die unterschiedliche Länge von Jo und Bokken unbedingt in Betracht gezogen werden.

Michel und Coco haben dies während des Samstagvormittags eindrucksvoll demonstriert. Die drei Elemente, aus denen sich „MA-AI“ zusammensetzt, nämlich „Tōma“-„Chikama“-„Uchima“, fanden dabei besondere Beachtung.



„Tōma“: große Entfernung zum Gegner. In dieser Position passiert nichts, die beiden Kontrahenten können noch entscheiden, ob sie kämpfen wollen oder nicht.



„Chikama“ ist die wohl entscheidende Phase. Hier gibt es kein Zurück mehr.



„Uchima“ ist der Moment, in dem jederzeit ein blitzschneller Angriff erfolgen kann.

Diese drei Begriffe finden sich in praktisch allen Budoarten in leicht veränderter Form wieder

und sollten vor allem bei Kata mit Waffen eine entscheidende Rolle spielen, denn abhängig vom Gebrauch und der Länge der Waffe können diese Distanzen variieren. Um Verletzungen zu vermeiden, muss gerade bei Anfängern ein großes Augenmerk darauf gelegt werden.

Das Mittagessen konnten wir praktischerweise in dem griechischen Restaurant einnehmen, das dem Hallenkomplex direkt nebenan angeschlossen ist.

Nachdem am Samstag also fleißig in der Hitze trainiert wurde, unterbrochen durch kleine Trinkpausen, hatten wir wieder gemäß unserer guten Tradition ein hervorragendes Abendessen im Restaurant „Schützenhof“. Es liegt am Hang oberhalb von Würzburg und bietet einen grandiosen Ausblick über die Stadt.



Da sie aus der französischsprachigen Schweiz stammen, sieht man hier unsere beiden Trainer, wie sie mit Hilfe eines Übersetzungsprogramms die Speisekarte studieren. Hoffentlich haben sie etwas Gutes gefunden!

Am Sonntag ging es wie gewohnt weiter. Während des Frühmorgentrainings wurden die Kihon trainiert, danach gab es wieder das Frühstück, organisiert von Helfern des Budovereins, in dem Franz trainiert. Diesen Personen gilt mein besonderer Dank dafür, dass sie sich bereit erklärt hatten, schon so früh am Samstag und Sonntag für uns tätig zu sein.

Danach wurde das Training wieder ernsthaft aufgenommen. Es wurden auch Kenjutsu-Kata

vorgeführt und trainiert. Überhaupt sind Kenjutsu-Übungen extrem wichtig für die Jodo-Kata. Denn ohne gute Beherrschung der Schwerttechniken kann die Jo-Seite ihre Techniken auch nicht gut lernen und ausführen.

Dieses Mal fanden keine Prüfungen statt, diese sollen sich dann auf das Gasshuku im Schwarzwald konzentrieren. Und so hoffe ich, die zumindest meisten Teilnehmer in Würzburg im August im Schwarzwald wiederzutreffen. Leider konnte der Autor dieses Berichtes wegen Rückenproblemen nicht durchgehend teilnehmen. Aber alleine das Zuschauen kann wertvolle Erkenntnisse bringen.

[metaslider id="5536"]

100 Jahre BGV - Wir können gewinnen - Stimmt für den PSV ab

BGV 100 Jahre
Vereine



Die Abstimmung ist gestartet!

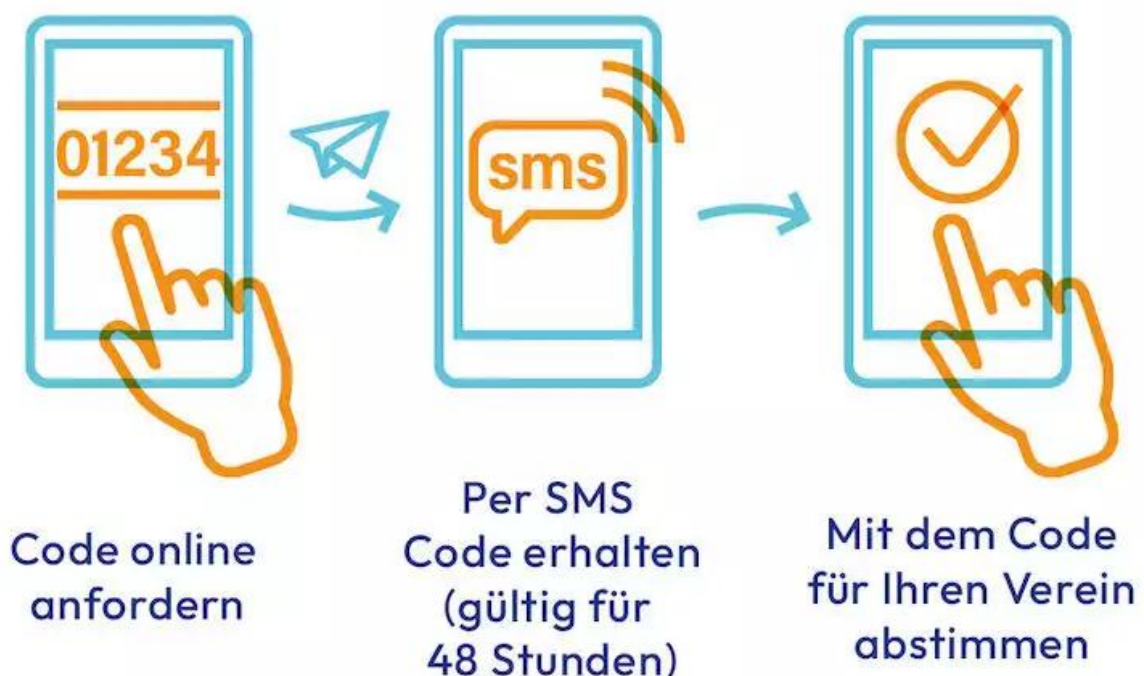
Das wichtigste zuerst: Bis zum 13. Juli können alle mit abstimmen, welche 80 Vereine die Publikumspreise erhalten. Zur Stimmabgabe wird auf 100vereine.de/code-anfordern eine Handynummer eingegeben, an diese wird per SMS ein Abstimmcode versendet. Er ist für 48 Stunden gültig und wird auf der Profilseite des PSV eingelöst.

[Hier ist der direkte Link zur Eingabe des SMS Code für den PSV.](#)

Es entstehen durch die Stimmabgabe keinerlei Kosten. Die Mobilfunknummern dienen ausschließlich der Abstimmung, sie werden nicht für Werbezwecke verwendet. Nach Ablauf des Wettbewerbs werden sie verschlüsselt gespeichert und danach vollständig gelöscht.

Die 80 Vereine, die bis zum 13. Juli die meisten Stimmen gesammelt haben, erhalten Publikumspreise zwischen 500 und 3.000 Euro. Unsere Jury vergibt unabhängig davon unter allen teilnehmenden Vereinen 20-mal 1.000 Euro.

BGV 100 Jahre Vereine



Jetzt abstimmen!

Der BGV (Badischer Gemeinde-Versicherungs-Verband) feiert 2023 seinen 100. Geburtstag, genau wie unser Verein. Als Versicherer mit kommunalen Wurzeln ist er schon laut seiner Satzung dem Allgemeinwohl verpflichtet. Seit vielen Jahrzehnten engagiert er sich vor allem für die freiwilligen Feuerwehren im Land, seit 2021 auch für die Jugendhilfsorganisationen mit der Aktion „Nachwuchshelden“.

Im Jubiläumsjahr weitet der BGV seine Unterstützung auf alle gemeinnützigen Vereine in Baden aus. Mit der Aktion 100 Jahre – 100 Vereine werden 100 Vereine gefördert: Über 80 Publikumspreise entscheidet bis 13. Juli eine online Abstimmung! Unter allen teilnehmenden Vereinen werden darüber hinaus 20 Jurypreise vergeben

3. Dan Karate für Andrea Montrasio



Unsere Karate-Abteilungsvorsitzende Andrea Montrasio hat am 29.7.2023 im Rahmen des Wadokai-Sommerlehrgangs in Haslach die Prüfung zum 3. Dan erfolgreich absolviert. Mit ihrer

gezeigten Leistung konnte sie die hochkarätig besetzte Prüfferrunde unter der Führung von Dr. Elke von Oehsen (8. Dan) überzeugen und am Ende die Prüfungsurkunde in Empfang nehmen. Ein herzlicher Glückwunsch geht auch an die erfolgreichen Prüflinge der anderen Dojos!

Wir verneigen uns vor Dir, Andrea-sensei!





Karl Kiening meistert den 2. Dan Aikido



Alter ist nur eine Zahl – seine Leidenschaft für Aikido treibt ihn an, ungeachtet der Jahre: Professor Dr. med. Karl Kiening (im Bild rechts) strahlt nach den Herausforderungen des diesjährigen Internationalen Aikido Lehrgangs in Bernau am Chiemsee. Für sein Engagement und seine grossen Fortschritte im Aikido wurde ihm von Sansuikai der 2. Dan verliehen. Seine Beharrlichkeit zeigt was mit Hingabe erreichbar ist. Der Polizeisportverein Heidelberg e.V. gratuliert herzlich zu diesem inspirierenden Erfolg.

16.08.2023

Aikido-Lehrgang in Leopoldshafen am 16./17.9.2023 mit Michael Daishiro Nakajima

Die Aikidogruppe am KIT lädt ein zu einem [Lehrgang mit M.D. Nakajima](#), 7. Dan Aikido, Shihan (Aikikai Honbu Dojo / Tokyo), 9. Dan Daitoryu Aiki Jujutsu, Shihan (Bokuyokan / Muroran), Ittoden, Shinki Toho, Hoshu.

Die Anmeldung ist möglich bis **10.9.2023**. Der Kurs ist offen für alle Aikidoka, die die Fallschule beherrschen.

Nachtrag - hier ein Teilnehmerbild des Lehrganges.



[Aikido-Lehrgang-Nakajima-Leopoldshafen-2023.cleanedHerunterladen](#)

JODO Gasshuku 2023 - Feldberg



Nach fast einem Jahr Vorbereitungszeit und Organisation konnte endlich unser einwöchiger Jodo-Lehrgang im Herzogenhorn Sports Center (<https://herzogenhorn.info/>) stattfinden. Mit 125 Teilnehmern war dies unser bisher größter Lehrgang überhaupt. Obwohl das Herzogenhorn Sports Center nur 80 Betten zur Verfügung hatte und noch nie so viele Teilnehmer unterbringen musste, wurde auch dies gemeistert. Neben den 80 Betten gab es noch ein Chalet in der Nähe sowie eine weitere Hütte in der näheren Umgebung, so dass alle Teilnehmer untergebracht werden konnten.

Am Freitag, Samstag und Sonntag vor dem Trainingsbeginn kamen dann nach und nach sämtliche Teilnehmer aus den unterschiedlichsten europäischen Ländern, von Norden nach Süden und Osten nach Westen waren so ziemlich alle Nationen vertreten. Sogar aus der Ukraine waren einige gekommen, denn auch dort haben wir eine Gruppe. Nur aus Russland konnte leider niemand kommen, dort gibt es eine größere Gruppe in St. Petersburg. Am Samstag reiste dann eine größere Aikido-Gruppe wieder ab, die dort auch einen Lehrgang veranstaltet hatten.

Nachdem nun wieder alle Grenzen nach der Pandemie geöffnet waren, war die Freude natürlich groß, wieder alte Bekannte und Freunde zu treffen. Denn auch das ist Sinn und Zweck dieser Veranstaltungen. Nach sieben Stunden Training pro Tag konnten dann am Abend Erfahrungen

ausgetauscht und neue Freundschaften geschlossen werden.

Trainiert wurde allerdings nicht nur Jodo, also der Kampf Stock gegen Schwert, sondern auch die dieser Ryu angehängten Waffen wie

Tanjojutsu

Kenjutsu

Juttejutsu

Kusarigamajutsu

Hojojutsu

Alles in allem waren es ausgefüllte Tage, die leider viel zu schnell vergingen. Am Freitag, dem letzten Tag vor der Abreise, wurden noch Prüfungen angesetzt, gefolgt von einem Embu, bei dem sämtliche Waffengattungen vorgeführt wurden, auch laido, eine Schwertkunst, die nicht der Shinto Muso Ryu zugehörig ist.

Die letzte Überraschung an diesem letzten Tag war eine große Grillfeier, organisiert und veranstaltet vom Sports Center. Bis spät in die Nacht wurde dann noch ausgiebig gefeiert und man war sich einig, dass dieser Lehrgang wirklich toll war.

Am Samstag war dann Abreisetag und man versprach, sich im nächsten Jahr wieder zu treffen, und zwar wieder zu einem einwöchigen Lehrgang, dieses Mal in Tschechien, genauer in Kácov.

11.09.2023

Erfolgreiche Ju-Jutsu Prüfung



Am gestrigen Sonntag Morgen haben 2 Weiß- und 2 Gelbgurte erfolgreich ihre Prüfung zum nächsten Gürtelgrad abgelegt.

Herzlichen Glückwunsch.

26.09.2023

6., 7. und 8. Oktober Aikido Friendship Seminar mit Sakabe Sensei (7. Dan)

Wir freuen uns sehr, am 6.Oktober (abends), Samstag 7. (vormittags) und Sonntag 8. Oktober (ganztags) zu einem Aikidoseminar mit Munetsugu Sakabe aus Kumamoto in das PSV-Dojo einladen zu dürfen. Eine Anmeldung ist nicht nötig, Gäste sind herzlich willkommen.

[2023_Ausschreibung_Sakabe-3Herunterladen](#)

Gelernt, geschwitzt, gelacht: Drei Tage Workshop mit Sakabe Sensei aus Kumamoto

Mit einem besonderen Wochenend-Workshop hat die Aikido-Abteilung des PSV das neue Dojo auf ihre Weise eingeweiht: unter sachkundiger Anleitung, mit alten und neuen Freunden und sehr viel Spaß. Wir danken allen voran Sakabe Sensei für den einfühlsamen, lebhaften Unterricht, Karl Kiening für die Organisation, Aika fürs Dolmetschen und allen, die dabei waren, für ihren Einsatz!



Anfänger, Fortgeschrittene und richtige Könner - jeder durfte etwas mitnehmen von diesen drei Tagen. Am meisten lag Sakabe Sensei am Herzen, ein "freundliches" Aikido zu vermitteln: ohne großen Krafteinsatz, locker und sanft. Viele Übungen zu Grundtechniken taten nicht nur den Anfängern gut. Beeindruckend war es allemal, wenn der kleine ältere Herr mit freundlichem Lächeln drei große Uke auf einmal über die Matte rollen ließ, auch wenn es nicht jedem oder jeder von uns gelang, das nachzumachen!

Auch die Freunde von Bokken und Jo kamen auf ihre Kosten und wurden im Schnelldurchgang durch einige Katas geführt. Sakabe Sensei zeigte zahlreiche Techniken und Würfe, Aika übersetzte simultan, und ohne viel Gerede ging es ans Üben. Mit freundlichen Worten (auf japanisch, aber unterstützt durch lebhafte Mimik und praktisches Beispiel) ermutigte Sakabe Sensei alle Anwesenden, ihr Bestes zu geben.

Besonders haben wir uns als Organisatoren gefreut, dass nicht nur Aikidoka aus dem PSV, sondern auch aus den umliegenden Dojos beim Workshop dabei waren. Wir hoffen, in Zukunft regelmäßig Workshops auf hohem Niveau anbieten zu können. Und auch Sakabe Sensei verabschiedete sich von diesem sechsten Freundschaftsworkshop "Bis nächstes Jahr!"

19.10.2023

4. und 5. November Aikido Seminar mit Jisch Scheuren (6. Dan Aikikai, Shihan)

Wir freuen uns sehr, am 4. November (nachmittags) und 5. November (vormittags) zu einem Aikidoseminar mit Jisch Scheuren aus Kopstal-Bridel, Luxembourg, in das PSV-Dojo einladen zu dürfen. Eine Anmeldung ist nicht nötig, Gäste sind herzlich willkommen.

[2023_Ausschreibung_ScheurenHerunterladen](#)

19.10.2023

PSV-Vorstand beim Empfang des Bürgermeisters

Anlässlich des 30-jährigen Freundschaftsvertrag mit Kumamoto empfing der Bürgermeister Raoul Schmidt-Lamontain die Delegation aus Heidelbergs Partnerstadt rund um Oberbürgermeister Kazufumi Onishi. Bei dem Festakt im Großen Rathaussaal waren auch die Vorstände des PSV Heidelberg dabei. Markus Krabel und Prof. Karl Kiening wurden begleitet von Munetsugu Sakabe, Aikidomeister aus Kumamoto.

Sowohl der japanischen Delegation als auch den Gastgebern war es ein Anliegen, den Jugendsportaustausch zwischen Heidelberg und Kumamoto wieder aufleben zu lassen. Dieser war nach einem Erdbeben in Kumamoto weitgehend zum Erliegen gekommen. Ab 2024 solle es konkrete Gespräche geben, zunächst für die Bereich Fußball, Basketball und Judo.



26.10.2023

Ju-Jutsu Landesprüfung



Am 15. Juli 2023 fand in Durmersheim die Landes Kyu-Prüfung für Ju-Jutsu statt. Mit vier bestanden Prüfungen zum 2. Kyu und einer zum 1. Kyu haben alle unsere Prüflinge bestanden. Herzlichen Glückwunsch.



ZEN-Meditation: Neu beim PSV Heidelberg

Ab Do, 9.11. 2023 trifft sich die Zazen-Meditationsgruppe im Südstadt-Dojo des PSV



Unter Leitung von Karl Kiening treffen sich ab 9.11.2023 jeweils donnerstags von 17:00 bis 18:00 alle Interessierten zur Einführung in die ZEN-Meditation.

Karl Kiening ist Dharmaschüler des Daishin-Rinzai-ZEN von [ZEN-Meister Syobu Sensei Hinnerk Polenski](#), wo er derzeit eine Ausbildung zum [Zendolehrer](#) absolviert.

Eine Auswahl von Sitzhilfen befinden sich vor Ort und kann natürlich genutzt werden. Wer schon eigene passende Ausrüstung hat, kann diese gerne mitbringen. Geplant sind zweimal 25 Minuten Meditation mit einer fünfminütigen Pause. **Wir bitten dringend um pünktliches Erscheinen!**

Die Gruppe steht allen Vereinsmitgliedern offen. Nicht-Vereinsmitglieder dürfen gerne bis zu dreimal zum "Schnuppern" kommen. Weitere Informationen gibt es von [Karl Kiening](#).

Ju-Jutsu Jugendtraining ab 14



JU•JUTSU
Jugendtraining ab 14 -16 Jahren

- Rangeln, Raufen und Spaß,
- Verteidigungen gegen Schläge und Tritte
- Grundschole im Boxen und Treten
- Spielerische Wettkampfformen
- Konzepte für die Selbstverteidigung
- Wurf- und Haltetechniken
- Gürtelprüfungen nach DJJV-Standard

PSV Polizeisportverein
Heidelberg e.V.
www.psv-hd.de

Bist du zwischen 14 und 16 Jahren und hast Lust auf Kampfsport? – Dann komm vorbei !

Immer Montags um 18:00 Uhr findet das [Ju-Jutsu](#) Training für Jugendliche statt. Unser ausgebildeter Trainer und ehemaliger Wettkämpfer Richard wird euch die Grundlagen des Kickboxens, coole Judo-Würfe, Haltetechniken und vieles mehr vermitteln. Spaß und die Fitness kommen hierbei natürlich nicht zu kurz.

Regelmäßig könnt ihr [Gürtelprüfungen](#) nach den Standards den [Deutschen Ju-Jutsu-Verbandes](#) ablegen.

Erfolgreicher Revanchekampf: SG Heidelberg-Leimen besiegt Plankstadt



Nach einem beeindruckenden Auftritt gegen Mosbach stand die erste Mannschaft der SG Heidelberg-Leimen am Samstag 28.11.2023 vor einer wichtigen Herausforderung gegen die Reserve aus Plankstadt. Das Duell war nicht nur entscheidend für zwei weitere Punkte in der Tabelle, da lediglich zwei Zähler die Teams zuvor trennten, sondern auch für die Wiedergutmachung einer schmerzlichen Niederlage in der vorherigen Saison.

Trotz anfänglicher Schwierigkeiten gelang es der SG Heidelberg-Leimen, die Kontrolle zu übernehmen und den Sieg zu erringen. Mit diesem Triumph gleicht die Mannschaft ihr Punktekonto aus und klettert auf den fünften Platz in der hart umkämpften Landesliga.

Nach dem spannenden Spielende konnten sich der Spieler und Vorstand des *Förderverein Zukunftswerkstatt Handball e.V. Heidelberg*, Daniel Weigel, sowie der Vorstand des PSV

Heidelberg e.V., Markus Krabel, der Freude über den erfolgreichen Revanchekampf hingeben.
Herzlichen Glückwunsch an die siegreiche Spielgemeinschaft Heidelberg-Leimen.

Hier gehts zum Spielbericht: [Hart erkämpfter Auswärtssieg der Herren 1 in Plankstadt](#)

15.12.2023

Karate - Kinder Kyu-Prüfung am 12. Dezember

Nachdem unsere Abteilungsvorsitzende Andrea Montrasio im Sommer 2023 ihre B-Prüferlizenz erhalten hatte, konnten wir nun unsere erste [Kyu-Prüfung](#) im neuen Dojo ohne externe Prüfer abhalten. Geprüft wurden Kinder und Jugendliche. Für viele von ihnen war es die erste Kyu-Prüfung überhaupt.



Während die Eltern erwartungsvoll zusahen, wärmten sich die Kinder unter Thomas' Anleitung auf.



Nach dem Angrüßen fand dann die eigentliche Prüfung statt, während der keine Fotos gemacht wurden, um die Kinder nicht in ihrer Konzentration zu stören. Geprüft wurden die drei Bereiche Kihon (Grundschule), Kumite (Partnerübungen) und Kata (Formenlauf). Alle Kinder zeigten solide, teilweise sogar hervorragende Leistungen und konnten sich daher auch über ihre wohlverdienten Prüfungsurkunden freuen.



Wir freuen uns auf viele weitere Prüfungen in unserem Dojo.

Zu unserer [Karate Abteilungsseite](#)

Flottes Tempo beim Aikido-Workshop mit Jisch Scheuren

Action im PSV Südstadt-Dojo mit dem 6. Dan (Aikikai) aus Luxembourg

Am 4. und 5. November durften wir [Jisch Scheuren](#) aus Luxembourg mit einigen seiner Schülerinnen und Schüler aus [Kopstal-Bridel](#) zu einem Workshop im Dojo begrüßen. In zwei Sessions am Samstag Nachmittag und Sonntag Morgen ging es zur Sache. Der Grundgedanke: aus jeweils demselben Eingang heraus zahlreiche unterschiedliche Griffe und Würfe anwenden.



Workshopteilnehmer am Samstag

Die gelungene Kooperation von Uke und Nage zur Übung der unterschiedlichen Techniken stand (wieder einmal) im Zentrum. Dabei ließ die Aneinanderreihung von Technik, Gegentechnik und Gegen-Gegentechnik die Abläufe fast zur Choreographie werden! Zudem lag auf einmal ein Hauch von Wettstreit in der Luft: Dich krieg ich! Oder doch nicht??

Obwohl die Vielzahl der Techniken eher ein Programm für Fortgeschrittene boten, gab es auch für die anwesenden Anfänger wieder viel zu lernen. Dafür bot die freundlich-familiäre Atmosphäre auch den richtigen Rahmen, und die Gäste aus Luxembourg fühlten sich ebenfalls sichtlich willkommen.

Das Highlight am Rande: Senseis überaus geduldiger Hund, der ganz ungerührt von herumfallenden Menschen sein Schläfchen hielt. Vielen Dank an Jisch Scheuren für die spannenden zwei Tage, an Holger Breithaupt für die Organisation, an Johannes und Manuela für die Unterstützung!

Die Heidelberger Aikidoka sind herzlich zum Gegenbesuch in Luxembourg eingeladen, und wir hoffen unsererseits, die neuen Sportsfreunde im kommenden Jahr wieder hier begrüßen zu dürfen. Hier lest Ihr noch einen [ausführlichen Bericht](#), der im Januar 2024 im [Aikido Journal](#) erscheinen wird.



Workshopteilnehmer am Sonntag

4. Dan für Sebastian Ehrhard



Unser Trainer und stellvertretender Abteilungsleiter [Ju-Jutsu](#) Sebastian Ehrhard hat sich am 10.12.2023 der Prüfung in Rastatt gestellt. Mit 6 weiteren Prüflingen auf 1. 2. und 3.Dan konnte er in einer sieben stündigen Prüfung sein Können unter Beweis stellen und ist nun stolzer Träger des 4. Dan.

Für diesen Grad muss zusätzlich zum sehr umfangreichen Prüfungsprogramm eine traditionelle japanische Form (KATA) gezeigt werden. Diese trainierte Sebastian seit Monaten zusammen mit Anton, der auch als Partner für dieses Fach mit dabei war.

Im weiteren Verlauf musste er eine Vielzahl an Techniken aus den verschiedenen Bereichen des Ju-Jutsu in höchster Perfektion und Dynamik präsentieren.

Wir gratulieren!

PSV Weihnachtsworkshop und -feier

Gemeinsam haben die Abteilungen [Aikido](#), [Ju-Jutsu](#), [Karate](#) und [Kyudo](#) das Jahr mit einem interdisziplinären Workshop ausklingen lassen.

[metaslider id="6208"]

Bilder: Eva Klingmann

Zugegeben, die Planung war etwas kurzfristig und ein bisschen chaotisch. Trotzdem kam am 9.12. doch eine schöne Gruppe zusammen. Mit viel Spaß konnte man sich anschauen, was denn die anderen so in ihrem Training machen. Und nicht nur anschauen: es war natürlich Mitmachen angesagt.

Klar zeigten sich entscheidende Unterschiede zwischen den Abteilungen. Wo die Ju-Jutsuka hart kontern, lassen die Aikidoka den Gegner lieber erst einmal ins Leere laufen. Treten und schubsen? Bei den einen normal, bei den anderen eher unerwünscht! Verbindende Elemente zu finden war dennoch nicht schwer, schließlich sind gerade im Ju-Jutsu Elemente aus vielen anderen Budo-Arten verschmolzen. Ähnliche Techniken finden sich so bei allen drei Abteilungen, und wurden auch im Workshop direkt parallel demonstriert.

In einer Atempause ließ sich den Kyudoka mit ihren beeindruckenden Bogen zuschauen. Oben auf der Bühne wurde fleißig gezielt, während unten in der Halle gerollt und gekickt wurde. Der Hakama der Aikidoka war beim Ju-Jutsu ein bisschen im Weg, und auch die hohen Tritte der Karateka waren etwas ungewohnt für die anderen. Dafür konnten die Aikidoka mit der Leichtigkeit beeindrucken, die in ihren Techniken zentral ist.

Hat jetzt eine Abteilung den anderen die Mitglieder abspenstig gemacht? Es scheint nicht so: Obwohl es allemal lustig war, den jeweils anderen Stil auszuprobieren, werden wohl die meisten von uns bei ihrer Abteilung bleiben. Schließlich hat man sich die nicht ohne Grund ausgesucht - sei der Schwerpunkt nun auf der Action, auf der Eleganz oder auf der Alltagstauglichkeit.

Das Buffet bog sich danach, dank der vielen Mitbringsel von allen Beteiligten. Im Vorraum der Halle war Platz für alle MitmacherInnen und diejenigen, die nur zum sozialen Teil kamen. Der Dank für die Organisation geht vor allem an Uwe, aber auch an alle anderen, die Zeit und Energie investiert haben, um die Feier zu ermöglichen.

Wir gratulieren zum 1. bzw. 2 Kyu!

Zum Jahresende legten Aika Marie Tada und Ralph Pfahler erfolgreich die Prüfungen für den 1. bzw. 2. Kyu ab.

Nach intensiver Vorbereitung legten beide vor der Prüfungskommission, bestehend aus Rick Soriano und Markus Krabel, eine tadellose Leistung an den Tag. In einem atemberaubenden Tempo zeigten sie Schwert-Kata, Stock-Kata und zahlreiche Techniken. Danach waren nicht nur die Prüflinge, sondern auch zahlreiche Ukes schwer ausser Atem!



Aika und Ralph bei der Schwert-Kata



Aika bei der Prüfung zum 1. Kyu



Ralph Prüfung zum 2. Kyu

Florin Constantinescu, der die Prüfung zum 3. Dan bereits im Frühjahr bestanden hatte, bekam zum Abschluß seine Urkunde überreicht. Allen Dreien galt der herzliche Beifall des Publikums - wir freuen uns mit Euch und sind mächtig stolz!

23.12.2023

Weihnachten

Allen unseren Mitgliedern, deren Familien und den Besuchern unserer Website wünscht der PSV Heidelberg schöne Weihnachten, ruhige Feiertage und einen guten Rutsch ins Jahr 2024.



Tatsu-doshi - Das Jahr des Drachen



Foto: Ulrich Meinberg

Willkommen im Jahr des Drachens, genauer gesagt des Holz Drachens. Offiziell beginnt es am 10. Februar 2024 und endet am 28. Januar 2025. Die jährlichen Tierkreiszeichen werden in Japan nach dem chinesischen Kalender festgelegt, der auf dem Mondzyklus basiert. Der Drachenzzyklus findet alle 12 Jahre statt. Zugeordnet wird dem Tierkreiszeichen immer eines der vier Elemente, in diesem Jahr ist es Holz. Diese Kombination wiederholt sich alle 60 Jahre.

Der Vorstand des PSV Heidelberg wünscht seinen Mitgliedern ein gutes neues Jahr, Gesundheit, privaten und sportlichen Erfolg.

Uma-Doshi - Das Jahr des Feuerpferdes



Willkommen im Jahr des Pferdes, genauer gesagt des Feuerpferdes. Offiziell beginnt es am 17. Februar 2026 und endet am 5. Februar 2027. Im praktischen Alltag gilt in Japan allerdings das ganze Jahr 2026 als „Pferdejahr“. Die jährlichen Tierkreiszeichen „Eto“ (十二支) werden in Japan nach dem chinesischen Kalender festgelegt, der auf dem Mondzyklus basiert. Der Pferdezyklus findet alle 12 Jahre statt. Zugeordnet wird dem Tierkreiszeichen immer eines der vier Elemente, in diesem Jahr ist es Feuer. Diese Kombination wiederholt sich alle 60 Jahre.

Das Pferd (Uma) steht im japanischen Tierkreis für Energie, Freiheitsliebe und Reiselust – ein Zeichen für Menschen, die nie stillstehen und das Leben in Bewegung lieben.

Der Vorstand des PSV Heidelberg wünscht seinen Mitgliedern ein gutes neues Jahr, Gesundheit, privaten und sportlichen Erfolg.