

Aikidoka erklommen den Berg

AIKIDO SURSEE DREITÄGIGES TRAININGSWOCHENENDE IN EGGBERGE WAR WINDIG UND SCHÖN



Das Trainingswochenende war für die Surseer Aikidoka sportlich und kameradschaftlich ein Erfolg.

FOTO VZG

Die Surseer Aikidoka haben sich für ein Trainingswochenende in die Berge auf die Eggberge in Uri begeben.

Das bereits zum fünften Mal durchgeführte Seminar zeichnet sich durch seine wettertechnische Unvorhersagbarkeit aus. Während die Aikidoka in vergangenen Jahren mit grossen Schneemengen zu kämpfen hatten, hat dieses Mal der Föhn einen Strich durch die Rechnung gemacht. Durch die anhaltend hohen Windgeschwindigkeiten der vergangenen Woche musste der Seilbahnbetrieb eingestellt

werden. Eine zusätzliche technische Störung bewirkte, dass die Anreise auf die Eggberge nicht mit der Seilbahn, sondern mit einem Shuttle-Bus und zu Fuss bewältigt werden musste.

Gepäck als Aufwärmtraining

Die Betreiber der Seilbahn dürfen Reisende nur bis zu einer gewissen Stelle auf dem Weg auf die Eggberge mit dem Bus führen. Danach heisst es: «Weiter zu Fuss.» Die Wanderung dauerte etwa 30 Minuten. Glücklicherweise gab es einen Bergbauer, der die Küchenutensilien und Esswaren entgegennahm und mit seinem Jeep bis vor

das Lagerhaus führte. Das Gepäck mussten die Aikidoka schultern. Nach einer stärkenden Kürbissuppe begaben sie sich am Freitagabend noch für ein gut einstündiges Training auf die Matten.

Sechseinhalb Stunden Training

Das Programm am Samstag sah wie folgt aus: Am Morgen Yoga und Meditation, dann frühstücken, gefolgt von zwei Stunden Training, Mittagessen, zwei Stunden Training, Nachtessen und als Abschluss gemütliches Beisammensein. Am Sonntag gabs nochmals ein- einhalb Stunden Training. Danach ei-

nen feinen Brunch, und dann hiess es bereits aufräumen und Haus putzen. Die sechseinhalb Stunden Training und die gemeinsame Zeit im Aufenthaltsraum wirken sich stark auf das Vereinsleben aus. Denn abgesehen vom Aikido ist die Kameradschaft ein wichtiger Erfolgsfaktor. Und beide Teile werden an einem solchen Trainingswochenende immens gestärkt. Der Anlass war einmal mehr gelungen, und die Surseer Aikidoka freuen sich bereits auf die nächste Durchführung.

MARKUS STEINMANN

Weitere Infos www.aikido-sursee.ch