

Claudia Ceschi tiene la amabilidad de enviarnos la crónica del pasado curso de Rafael Regaño celebrado en Getafe los días 13 y 14 de diciembre.

CURSO DE AIKIDO 13 Y 14 DE DICIEMBRE 2008 EN GETAFE

Dentro del marco de celebración del 125 aniversario del nacimiento de O Sensei, el Dojo Tenshin (Madrid) organizó el sábado 13 y domingo 14 de diciembre de 2008 un curso de Aikido que se celebró como en los años pasados en el Club Deportivo Aristos (Sector III de Getafe). Las instalaciones del Club Deportivo Aristos son muy confortables para la práctica. Se encuentran en una zona residencial y de centros comerciales más bien en la periferia de Getafe con acceso cómodo desde Madrid en autobús, metro y coche.

El curso fue impartido por Rafael Regaño (6º Dan) y comprendió sesiones el sábado por la mañana (11h a 13h) y tarde (17h a 19h) y el domingo por la mañana (10h a 12h). En el curso participaron alrededor de 35 aikidokas de Madrid, Valencia, Cataluña, Castilla y León, y Extremadura.

Todas las sesiones siguieron un mismo orden: práctica respiratoria, seguida por Aikijo o Aikiken y luego Aikido. La práctica respiratoria es un legado de O Sensei Morihei Ueshiba que la enseñó a sus alumnos, entre ellos al Maestro Itsuo Tsuda que a su vez la enseñó a sus alumnos, entre ellos Rafael Regaño y Hélène Gauriau. Ahora se realiza la práctica respiratoria en muchos dojos de la A.E.A.T. Esta ayuda a interiorizar los principios del Aikido (entre ellos, fuego y agua, movimientos en círculos, unidad del cuerpo y de la mente y las ocho direcciones de la mente y del universo).

Por otro lado, Aikiken y Aikijo son prácticas que ayudan a entender, desarrollar y mejorar los movimientos en la práctica de Aikido ya que muchos de los ejercicios tienen su origen en el trabajo con el jo y el sable. En el tatami había suficiente espacio para practicar cómodamente Aikido, aunque siempre mirando a todos los lados de riesgo para asegurarse de depositar a uke en un sitio seguro.

El domingo al finalizar la sesión de Aikido se presentaron cuatro aikidokas, todos ellos del Dojo

Shuriken (Madrid) para el primer Dan. Los cuatro se examinaron con las mismas parejas en los cuatro exámenes. Enhorabuena por haberse presentado, y la condición de fondo que mostraron los cuatro al no necesitar ningún recambio de uke en los exámenes.

En los cursos representamos las mujeres un porcentaje menor al que tenemos en las clases "normales". Esta vez asistimos cuatro mujeres. Por lo cual, esperemos que nuestra representación en los cursos vaya aumentando.

Siempre anima mucho y es muy bonito tener la oportunidad de practicar con aikidokas de otros dojos porque se abren como en los viajes nuevos paisajes y horizontes. Las horas se pasaron volando y siempre se percibe una energía especialmente positiva durante el curso.

Claudia Ceschi.