



ERHARD Aikido-Gruppe (EAG)

Die Kunst der Selbstverteidigung

Dreimal in der Woche erinnert die Sporthalle am Werkgymnasium an einen japanischen DoJo, wenn die ERHARD Aikido-Gruppe (EAG) mit ihren rund 80 erwachsenen und 40 jugendlichen Mitgliedern dort voller Eifer unter Anleitung der elf Übungsleiter, darunter acht Dan-Träger, trainiert.

Gegründet wurde die EAG bereits 1972 als Betriebssportgruppe der Firma „Johannes Erhard, H. Waldenmaier Erben Südd. Armaturenfabrik“, so damals der volle Name. Erhard Altenbrandt war zu dieser Zeit Mitarbeiter bei Erhard und fand in seinem Chef einen Gönner für den Aikido-Sport. Zusammen schufen sie die Voraussetzungen, damit die Gruppe bald in den Räumen an der Meeboldstraße trainieren konnte.

Aikido ist dabei kein Kampfsport, sondern eine Kampfkunst zur Selbstverteidigung. *AI* steht für Freundschaft, Gleichgewicht und Harmonie, *KI* für Energie, Geist und Wille, *DO* für den Weg bzw. die Philosophie. Ziel im Aikido ist es, die durch einen Angreifer oder eine Angreiferin gestörte Harmonie wiederherzustellen. Die aggressive Kraft des Angriffs wird umgelenkt und durch eigene

Energie verstärkt auf den Angreifer zurückgeführt. Er verliert das Gleichgewicht, fällt oder wird durch Verhebeln seiner Gelenke am Boden fixiert. Da Kraft und Größe dabei eine untergeordnete Rolle spielen, ist Aikido auch für Mädchen und Frauen geeignet. Außerdem kann Aikido, bei dem die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System gestärkt werden, bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Die waffenlosen Aikido-Techniken bestehen hauptsächlich aus Wurf- und Hebeltechniken. Ein wichtiger Bestandteil der Trainingsstunde sind Ausweich- und Fallübungen zu allen Seiten – Übungen, die im täglichen Leben von großem Nutzen sein und vor körperlichem Schaden bewahren können. Je nach Ausbildungsstand bekommen die Schüler einen Gürtel verliehen. Dan-Träger, die Meister des Aikido, dürfen den schwarzen Hakama, eine Art Hosenrock, tragen.

Jährliches Highlight ist der internationale Aikido-Pfingstlehrgang, der dieses Jahr vom 22. bis 24. Mai mit dem Fanzosen Claude Orsatelli, Träger des 7. Dan, stattfinden wird.

Weitere Infos unter www.aikido-heidenheim.de. Anmeldung zum Pfingstlehrgang bis zum 5. April

Evangelische Gesamtkirchengemeinde Heidenheim

Stiftungen für junge Menschen und Kirchen

„Stiften macht Sinn“ heißt eine Initiative der Evangelischen Landeskirche in Württemberg. Mitte Oktober 2009 stellte die Evangelische Gesamtkirchengemeinde Heidenheim zwei neue Stiftungen vor Ort vor, die angesichts der beschränkten Finanzen tatsächlich Sinn machen. Zur Zukunftssicherung von jungen Menschen wurde die Jugend- und Sozialstiftung gegründet, zur Erhaltung der Michaels- und der Pauluskirche die Kirchenstiftung.

Die vielfältigen Aufgaben, die in der Evangelischen Gesamtkirchengemeinde Heidenheim in der Jugend-, Familien- und Sozialarbeit zu erfüllen sind, werden immer umfangreicher, die dafür erforderlichen Geldmittel jedoch immer knapper. Mit der Jugend- und Sozialstiftung soll langfristig die Aus- und Weiterbildung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Jugend- und Sozialarbeit sowie von Ehrenamtlichen gesi-

chert werden, vor allem aber die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen einschließlich deren junger Familien gewährleistet werden. „Kinder und Jugendliche sind unsere Zukunft, deshalb sollten wir ihnen die Voraussetzungen für ein eigenständiges und selbstverantwortliches Leben schaffen“, sagt dazu Schirmherrin Ga-



briele Rogowski. „Die Stiftung will überall dort, wo finanzielle und ideelle Hilfe nötig ist, helfen. Deshalb bitte ich alle Heidenheimer Bürgerinnen und Bürger, diese großartige Initiative zu unterstützen.“

Die Stiftung für die Pauluskirche und die Michaelskirche soll langfristig den Erhalt dieser beiden bau- und kunsthistorisch wertvollen Gebäude garantieren. „Beide Kirchen prägen das Stadtbild Heidenheims und sollen als Orte des Glaubens und kirchenmusikalischer Veranstaltungen auch nachfolgenden Generationen erhalten bleiben“, erklärt Schirmherr Horst Neugart, Schuldekan i. R., „deshalb hoffe ich, dass diese Stiftung von zahlreichen Personen unterstützt wird.“

Stifterinnen und Stifter stünden dabei in einer guten Heidenheimer Tradition, denn schon der Bau der Pauluskirche vor über 100 Jahren war praktisch allen Schichten der damaligen Bürgerschaft zu verdanken.

Weitere Infos unter www.jugend-und-sozialstiftung.de bzw. www.paulus-und-michaelskirche-stiftung.de. Ansprechpartner: Dekan Dr. Karl-Heinz Schlaudraff, Telefon 275210, E-Mail: dekanatamt.heidenheim@elkwue.de

Trotz Behinderung fröhlich durchs Leben

Junge Nachwuchskräfte zu fördern und auf zukünftige Führungsaufgaben vorzubereiten, das ist das Ziel des Nachwuchsförderkreises der Kreissparkasse. „Rund 10 bis 15 Mitarbeiter nehmen jedes Jahr an diesem Programm teil, das zahlreiche Aktionen im Sinne eines «Studium Generale» umfasst“, erklärt Sparkassen-Marketingleiter Marcus Wittkamp das Konzept.

Als Projektarbeit, für die die Nachwuchskräfte auch viel Freizeit investieren, entschieden sich die Teilnehmer dieses Jahr erstmals für ein Sozialprojekt, in dem sie Menschen mit Behinderungen in der Wohnanlage Vohberg der HWW Lebenshilfe betreuten. Die HWW bietet in ihren Werkstätten über 250 behinderten Menschen Arbeits- und Förderangebote. In drei Wohnanlagen stehen ca. 110 stationäre Wohnplätze zur Verfügung, in der vom Förderkreis besuchten Wohnanlage leben zurzeit 45 pflegebedürftige Erwachsene zwischen 27 und 79 Jahren.

„Wie begegnet man Menschen mit Behinderungen?“ Das war eine der Fragen, die sich den Nachwuchskräften stellte. Aber bereits am Auftaktabend Ende Oktober 2009 wurden die jungen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kreissparkasse herzlich empfangen. An weiteren Abenden kam man sich schnell näher beim Singen, Trommeln und Tanzen sowie beim Basteln, Malen und Backen für den Adventsbasar der Lebenshilfe.

Die Banker erfuhren dabei bewegende Geschichten aus dem Leben der Bewohner und lernten deren Angehörige auf dem Adventsbasar kennen, an dem sie mit Würstchen und Glühwein für das leibliche Wohl der Besucher sorgten. Als das Projekt mit einem fröhlichen Abend schloss, fiel beiderseits der Abschied schwer.

Was die Mitglieder des Förderkreises besonders beeindruckt hat? „Die Fröhlichkeit der Bewohner, ihr liebevolles und soziales Miteinander.“



Edelmann Group



Packender Auftritt für große Marken.
Innovative Verpackungslösungen aus Heidenheim.



High Q Packaging



As ranked by
Packaging & Technology Integrated Solutions
& Packaging Strategies

Carl Edelmann GmbH
Steinheimer Straße 45
89518 Heidenheim
Deutschland
Tel +49 7321 340-0
Fax +49 7321 340-244
info@edelmann.de
www.edelmann.de