

## Shin Dojo - Aikidoschule



Shin Dojo

### Braungurt (1. Kyu) für Alexander Reck

Niedernhausen. Am 29.06.2018, hat Alexander Reck bei Prüfer Manfred Jennewein, 7. Dan Aikido, Regionaltrainer u. Vizepräsident des Deutschen Aikido-Bund e.V., seine Prüfung zum Braunen Gürtel mit wirklich guten Leistungen erfolgreich bestanden.



v.l. Manfred Jennewein, Alexander Reck, Thorsten Reck

Auch in Anbetracht seines noch sehr jungen Alters ist das wirklich eine hervorragende Leistung! Die er aufgrund seines Wissensdurstes u. sehr regelmäßigem Training, sowie Teilnahme an div. Aikido Seminaren u. intensiver Prüfungsvorbereitung erbringen konnte ;-)  
Zudem hat er auch aufgrund seines fortgeschrittenen Aikido Grades u. techn. Verständnisses Mitverantwortung für das Jugendtraining im Dojo. Damit hat er nun alle Schülergrade gemeistert und bereitet sich ab sofort auf die nächste Prüfung zum Schwarzen Gürtel (= Meistergrad) vor. Der Weg den er jetzt seit Jahren geht, hat sich also bisher mehr als gelohnt. Die Prüfung besteht aus drei Teilen, Überprüfung – Prüfung – Randori. Vor der eigentl. Prüfung wird überprüft ob die Verteidigungstechniken vom Prüfling verinnerlicht u. mit steigendem Grad maßgeblich in Ihrer Ausführung u. Wirkungsweise verbessert wurden. Ist diese bestanden, darf die eigentliche Prüfung angetreten werden. Diese besteht dann aus den verschiedensten Verteidigungstechniken (Wurftechniken, Befreiungstechniken sowie Hebel-/Festhalte- bzw. Arrest-Techniken aus unzähligen, versch. Angriffen (Fass- u. Schlagangriffen). Zum Abschluß erfolgt ein Randori (= freier Angriff durch Schläge u. Fassangriffe), auch hier wird der Grad der Verinnerlichung überprüft u. ob man in der Lage ist, die erlernten Verteidigungstechniken blitzschnell aus dem Unterbewusstsein anwenden zu können, da der Angreifer frei angreift u. so schnell er kann. Wer Aikido mal ausprobieren möchte ist im Shin Dojo - Großheubach herzlich willkommen (6 - xxx J.). Weitere Info's / Trainingszeiten: [www.shindojo.de](http://www.shindojo.de) u. Tel. 0170/ 80 70 656, [info@shindojo.de](mailto:info@shindojo.de).

Text & Bild: S. Zirbus



## Angelsportverein Großheubach

Jubiläumfest des Angelsportverein Großheubach  
zum 50 jährigen Bestehen

Kaum zu glauben aber wahr, der Angelsportverein Großheubach wird 50 Jahr.

Und dieses Jubiläum wollen wir mit euch und unserem **Alleinunterhalter Boris Englert** am **28. Juli 2018 ab 16 Uhr** feiern.

Neben **leckeren Fischspezialitäten** wie Zander, Kibbeling, Backfischli und geräucherten Forellen warten außerdem Bratwürste und Bratenbrötchen auf euch. Für unsere kleinen Gäste haben wir natürlich wieder Pommes.

**Bier vom Fass** von der Brauerei Faust zudem **selbst gemachter Hugo** und ab 20 Uhr wartet unsere **FischerBar** mit zahlreichen anderen Getränken auf euch. Sowie

**Live Musik** von unserem **Alleinunterhalter Boris Englert (bekannt von der Band B.L.O.N.D.)**

Der Angelsportverein Großheubach freut sich über euren Besuch

**50 Jahre**  
Angelsportverein  
Großheubach  
Jubiläumfest

## Volkshochschule Miltenberg

**Neues aus Ihrer:** Volkshochschule Miltenberg und Umgebung – Info und Anmeldung unter 09371/404-146, Engelplatz 67, Miltenberg, [www.vhs-miltenberg.de](http://www.vhs-miltenberg.de)

**Neues Bildungsprogramm ab Freitag, 13. Juli 2018, im Internet.**

## Kreismülldeponie Guggenberg Baustellenrundgang

**Erweiterung der Kreismülldeponie Guggenberg um die Bauabschnitte IVa und Va, Einladung zu einem geführten Baustellenrundgang am 26.07.2018, 17:00 Uhr.**

Treffpunkt ist am Eingang der Kreismülldeponie Guggenberg. Eine vorherige Anmeldung zwingend erforderlich, bevorzugt per mail unter [abfallwirtschaft@lra-mil.de](mailto:abfallwirtschaft@lra-mil.de) oder telefonisch unter 09371 501-390. Erforderlich sind außerdem festes Schuhwerk und möglichst eine Warnweste.

Ihre Kommunale Abfallwirtschaft im Landkreis Miltenberg

## Elisabeth – Die Legende einer Heiligen

Wunder oder Wahrheit? Ist die Legende, welche sich um die Heilige Elisabeth von Thüringen rankt, ein Mythos? Auch das Musical von Dennis Martin beantwortet die Frage nicht, aber es ermöglicht einen Einblick in Elisabeths Leben, in ihre Leiden und ihren Mut, in ihre Ängste und Visionen und in ihren unbändigen Willen, Gutes zu tun.

*Elisabeth*  
DIE LEGENDE EINER HEILIGEN

MainMusical inszeniert auf der Gotthardsruine das erfolgreiche Musical und entführt die Zuschauer ins Mittelalter, in eine Zeit von Reichtum und Armut, von Hungersnot und Angst aber auch

in eine Zeit voller Hoffnung und aufkeimender Nächstenliebe. Abwechslungsreiche Musik mit mittelalterlichen und rockigen Klängen macht zusammen mit eindrucksvollen Tänzen und Kostümen die Geschichte um die Heilige Elisabeth zu einem unvergesslichen Musicalerlebnis.

Drachenvolk e.V.  
Lindenfels



Stimmen Sie sich vor der Veranstaltung mit der ganzen Familie auf das Leben im 13. Jahrhundert ein. Erleben Sie die historische Kulisse des Gotthards und dessen Besiedelung durch das Drachenvolk Lindenfels e.V. Erfreuen Sie sich am mittelalterlichen Lagerleben, beobachten Sie Handwerker in historischen Gewändern und fiebern Sie mit bei Kampfkunstvorführungen und nächtlichen Feuershows.

### Wegen großer Nachfrage Zusatzvorstellung am Donnerstag, 9. August!

Genießen Sie die großartige Musicalproduktion von MainMusical:

3. bis 12. August – Gotthardsruine Weilbach/Amorbach,  
jeweils Freitag, Samstag und Sonntag 19:30 Uhr,

Einlass und mittelalterliches Lager ab 16 Uhr,  
Samstag ab 14 Uhr Pechherstellung am Lagerfeuer

Shuttle Service ab 18 Uhr vom Schwimmbadparkplatz Amorbach

Kartenpreise: VVK 27,40 Euro (incl. aller Gebühren)

[www.mainmusical.com](http://www.mainmusical.com) / [www.adticket.de](http://www.adticket.de)

## Shin Dojo - Aikidoschule



Shin Dojo

### Braungurt (1. Kyu) für Alexander Reck

Niedernhausen. Am 29.06.2018, hat Alexander Reck bei Prüfer Manfred Jennewein, 7. Dan Aikido, Regionaltrainer u. Vizepräsident des Deutschen Aikido-Bund e.V., seine Prüfung zum Braunen Gürtel mit wirklich guten Leistungen erfolgreich bestanden.



v.L. Manfred Jennewein, Alexander Reck, Thorsten Reck

Auch in Anbetracht seines noch sehr jungen Alters ist das wirklich eine hervorragende Leistung! Die er aufgrund seines Wissensdurstes u. sehr regelmäßigem Training, sowie Teilnahme an div. Aikido Seminaren u. intensiver Prüfungsvorbereitung erbringen konnte ;-) Zudem hat er auch aufgrund seines fortgeschrittenen Aikido Grades u. techn. Verständnisses Mitverantwortung für das Jugendtraining im Dojo. Damit hat er nun alle Schülergrade gemeistert und bereitet sich ab sofort auf die nächste Prüfung zum Schwarzen Gürtel (= Meistergrad) vor. Der Weg den er jetzt seit Jahren geht, hat sich also bisher mehr als gelohnt. Die Prüfung besteht aus drei Teilen, Überprüfung – Prüfung – Randori. Vor der eigentl. Prüfung wird überprüft ob die Verteidigungstechniken vom Prüfling verinnerlicht u. mit steigendem Grad maßgeblich in Ihrer Ausführung u. Wirkungsweise verbessert wurden. Ist diese bestanden, darf die eigentliche Prüfung angetreten werden. Diese besteht dann aus den verschiedensten Verteidigungstechniken (Wurftechniken, Befreiungstechniken sowie Hebel-/Festhalte- bzw. Arrest-Techniken aus unzähligen, versch. Angriffen (Fass- u. Schlagangriffen). Zum Abschluß erfolgt ein Randori (= freier Angriff durch Schläge u. Fassangriffe), auch hier wird der Grad der Verinnerlichung überprüft u. ob man in der Lage ist, die erlernten Verteidigungstechniken blitzschnell aus dem Unterbewusstsein anwenden zu können, da der Angreifer frei angreift u. so schnell er kann. Wer Aikido mal ausprobieren möchte ist im Shin Dojo - Großheubach herzlich willkommen (6 - xxx J.). Weitere Info's / Trainingszeiten: [www.shindojo.de](http://www.shindojo.de) u. Tel. 0170/ 80 70 656, [info@shindojo.de](mailto:info@shindojo.de). Text & Bild: S. Zirbus