

Er lehrt die Kleinen, sich zu verteidigen

Rüfenach Bei Dojoleiter Jörg Keller lernen Kinder, wie sie sich gegen Mobbing und Gewalt zur Wehr setzen können

VON LARISSA HUNZIKER

Es herrscht eine lockere Stimmung in der Turnhalle der Schule Rüfenach. Acht Kinder und vier Erwachsene haben sich an diesem Samstagmorgen rund um Jörg Keller aufgereiht. Der 57-Jährige, der in Villigen wohnt, ist der Dojoleiter des Karateclubs Rüfenach. Seit 2006 bietet Keller im Namen des Karateclubs Selbstverteidigungskurse an, so auch an diesem Morgen. «Als ich angefangen habe, war ich manchmal alleine in der Halle», sagt Keller und rückt sein Gi, sein Karategewand, zurecht. Eine Anmeldung für den Unterricht am Samstagmorgen ist nicht notwendig, weshalb die Anzahl Teilnehmer unterschiedlich ist. Ein harter Kern ist aber jedes Mal dabei.

Dojoleiter Keller, der seit vielen Jahren den schwarzen Gurt in Karate trägt, will seinen Schülern beibringen, wie sie sich in Gefahrensituationen verteidigen und schützen können. Besonders den Kindern will er lehren, wie sie sich gegen Grössere wehren können, etwa auf dem Schulweg oder auf dem Pausenplatz. «Gerade für Kinder sind Automatismen wichtig», so Keller. Er thematisiert in seinen Lektionen die immer gleichen Bewegungsabläufe, die immer gleichen Reaktionen, damit sie sich die Kinder und auch die Erwachsenen einprägen können. So reagieren sie in einem Gefahrenmoment reflexartig.

Wichtige Regel zuerst

Für Kinder und Jugendliche sind die Lektionen kostenlos, Erwachsene zahlen 5 Franken. Trainiert wird barfuss und in sportlicher Kleidung, jeweils um 9 Uhr beginnt die Lektion, sie dauert bis um 10 Uhr. Leo ist an diesem Morgen zum ersten Mal in einer Selbstverteidigungslektion dabei. Der sechsjährige Erstklässler wird von seinem Vater André und seiner kleinen, bald dreijährigen Schwester Alice begleitet. Jörg Keller erklärt ihm gleich zu Beginn die wichtige Regel: Stopp zu sagen, sobald man sich nicht mehr wohl fühlt. Die Teilnehmenden üben, wie sie mit lauter Stimme «Stopp» rufen und ihrer Aussage mit der in Richtung Aggressor ausgestreckten flachen Hand Nachdruck verleihen. Auch das will geübt sein.

SELBSTVERTEIDIGUNG

So läuft der Kurs ab

Ab Samstag, 29. September, findet der Selbstverteidigungskurs regelmässig jeweils am Samstagmorgen von 9 bis 10 Uhr in der Turnhalle Rüfenach, Reinerstrasse 25, 5235 Rüfenach statt. Ab fünf Jahren können Kinder teilnehmen. Kinder und Jugendliche mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen sind nach einer erfolgten positiven Abklärung durch eine Probelektion unter Beizug der Eltern ebenfalls herzlich willkommen. Trainiert wird barfuss und in Sportkleidern. Für Kinder sind die Lektionen gratis, Erwachsene zahlen 5 Franken pro Lektion. Infos unter www.karate-ruefenach.ch.

«Gerade für Kinder sind Automatismen wichtig.»

Jörg Keller Dojo-Leiter

Keller bringt den Kindern in seinen Lektionen bei, wie sie sich gegen ihre Mobber, aber auch gegen erwachsene und somit grössere Angreifer wehren können. Er zeigt eine Übung vor, erklärt, wie und warum man handeln sollte. Danach üben die Teilnehmer zusammen. Wichtig ist dem Dojoleiter, dass die Teilnehmer durch das gegenseitige Üben erfahren, wie schmerzhaft solche Gegenangriffe sein können. So kommen sie auch nicht in Versuchung, ihre Kenntnisse beim Raufen mit anderen zu nutzen, ist Keller überzeugt.

«Red Man» darf verprügelt werden

«Was ist mit einem Schlag in den Bauch?», will einer der Teilnehmer wissen, als Jörg Keller fragt, wie man sich gegen einen Griff des Aggressors wehren kann. «Das hilft nichts», sagt Keller und lädt die Kinder ein, es selbst zu versuchen. Sie dürfen ihm mit voller Wucht in den Bauch hauen, Keller kümmert das wenig. «Gerade muskulöse oder beleibte Gegner macht so ein Schlag bloss wütend», erklärt er. Besser ist es, die Schmerzpunkte im Gesicht anzuvisieren.

Damit die Teilnehmer einmal ohne Hemmungen das Gelernte anwenden können, zieht sich Keller einen Ganzkörperanzug, einen «Red Man», an. «Du siehst aus wie Mister Krabs aus SpongeBob Schwammkopf», kichert Mohamed, der mit seinem Bruder Abdoulaye die Selbstverteidigungslektionen und später auch den Karateunterricht besucht. Der rote Anzug dämpft die Schläge und Tritte ab, die Wucht bekommt Keller aber trotzdem zu spüren. Er muss in seinem Unterricht also einiges einstecken. Trotzdem fordert er die Anwesenden auf, richtig zuzuschlagen. Einige tun das noch verhalten, andere gehen aus sich heraus und erleben den Mut, den es braucht, um sich körperlich zur Wehr zu setzen.

Am Schluss der Lektion ist Jörg Keller verschwitzt und erschöpft, aber zufrieden. Anschliessend wird er mit den meisten Anwesenden und einigen Neuankommelingen noch eine Karatelektion durchführen. Für den Neuling Leo ist indes klar, dass er am nächsten Unterricht wieder teilnehmen wird.



Leo wehrt sich gegen den zupackenden Jörg Keller, der im «Red Man»-Anzug steckt. LH

BRIEFE AN DIE AZ

Geschwindigkeit sinkt gerade mal um ca. 3 km/h

AZ vom 25. 9.: Leserbrief – Bei Tempo 30 gehts um Fussgänger und Radfahrer

Es geht nicht um die FDP oder die SVP, sondern um ein breit abgestütztes Referendumskomitee aus Exponenten dieser Parteien, des Gewerbevereins Zentrum Brugg, des TCS Untersektion Brugg und der Jungfreisinnigen Brugg-Zurzach. Während praktisch nur Quartiervereine in der Projektgruppe Verkehr vertreten waren, durften sich Gewerbe, Wirtschaft, privater und öffentlicher Verkehr nicht einbringen. Das ist stossend! Das Komitee fordert darum hier eine Korrektur. Zur Sicherheit des Langsamverkehrs in diesen Zonen: Aus vergleichbaren Verkehrssituationen ist ersichtlich, dass in Kurzzonen die effektiv gefahrene Geschwindigkeit gerade mal um durchschnittlich ca. -3 km/h sinkt, nicht um 20 km/h (Metron, Bern)! In den quartierflächendeckenden Zonen in Brugg dürfte sie unverändert tief bleiben. Bloss: Die Fussgänger verlieren ihre Fussgängerstreifen und die Radfahrer auf der Bodenackerstrasse ihren Vortritt. Wir wünschen uns, dass dies die vehementen Befürworter der 30er-Zonen zur Kenntnis nehmen und ihre Schlussfolgerungen ziehen. Gerne lade ich Sie dazu ein, den immer noch gültigen Artikel «Tempo 30: Lebensgefahr für Kinder» aus dem «Beobachter» zu googeln. Sie sind dann jederzeit willkommen in unserem Komitee.

REMO EUGSTER, BRUGG,
MITGLIED DES REFERENDUMSKOMITEES
«TEMPO30VORSVOLK!»,
JUNGFREISINNIIGE BRUGG-ZURZACH

In Archiven ist Platz knapp

Brugg Der Einwohnerrat entscheidet über das Archivkonzept. Mit dem Ausbau soll sichergestellt werden, dass die Unterlagen langjährig und klimatisch unbedenklich eingelagert werden können.

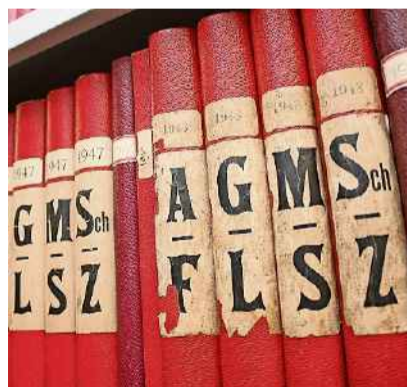
VON MICHAEL HUNZIKER

Es ist eng in den Archiven in Brugg. «Die Dokumente und Bilder lagern an unterschiedlichen Standorten und teilweise unter schlechten klimatischen Bedingungen», hält der Stadtrat fest. Dem Einwohnerrat wird ein Kredit beantragt von 385 000 Franken für die Umsetzung des Archivkonzepts.

Heute wird das Zimmermannhaus - unter anderem - genutzt als Stadtarchiv. Allerdings seien die Räumlichkeiten nicht benutzerfreundlich eingerichtet, führt der Stadtrat in seiner Botschaft an den Einwohnerrat aus. Unterlagen sind ebenfalls untergebracht im Aussenmagazin Langmatt: Stadtarchiv, Regionales Zivilstandsamt, Galerie Zimmermannhaus und Stadtmuseum.

Bewirtschaftung ist zeitintensiv

Die Klima-Situation im Aussenmagazin-Kellerraum sei problematisch, die kleine, alte Rollgestellanlage und die massiven Regale seien sehr unzuverlässig, so die Behörde. Kurz: Die Bewirtschaftung sei umständlich und zeitintensiv. Mit der Erarbeitung eines



Das Archivkonzept soll 2019 umgesetzt werden (Symbolbild). ARCHIV AZ

Archivkonzepts wurde die Docuteam GmbH mit Sitz in Baden-Dättwil beauftragt. Diese schlägt vor, wie die betrieblichen und organisatorischen Probleme gelöst und die Lagerräumlichkeiten entflochten werden können.

Vertiefte Abklärungen zeigen, heisst es in der Botschaft an den Einwohnerrat, dass mit der Schaffung eines zusätzlichen Archivstandorts und einem geeigneten Ausbau in der ehemaligen Bereitschaftsanlage (BSA) Langmatt die Raumknappheit des Stadtarchivs beseitigt werden kann. Vorgesehen ist in der BSA Langmatt die Alleinbenutzung durch das Stadtarchiv. Im Aussenmagazin Langmatt dagegen wird die alleinige Nutzung durch das Regionale Zivilstandsamt angestrebt. Die Archivräume im Zimmermannhaus schliesslich sollen nur noch durch die Galerie Zimmermannhaus sowie das Stadtmuseum zur Einlagerung von Bildwerken genutzt werden.

An den einzelnen Standorten sind bauliche Massnahmen vorgesehen, um das Lagergut ordnungsgemäss zu archivieren. «Weiter sollen geeignete Klimageräte und Heizungsanlagen die erforderlichen klimatischen Bedingungen garantieren», führt der Stadtrat aus.

Aufschub ist nicht möglich

Die Gesamtkosten von voraussichtlich 385 000 Franken setzen sich aus den notwendigen baulichen Massnahmen zusammen sowie den Kosten für die neuen Lagereinrichtungen. Der Aufwand für das Zügeln und ordentliche Archivieren des Lagerguts basiert laut Behörde auf einer vorsichtigen Schätzung. Die gesamten zusätzlichen Unterhalts- und Betriebskosten müssten mit rund 6000 Franken pro Jahr berücksichtigt werden.

Die baulichen Massnahmen, ist der Stadtrat überzeugt, «sind nachhaltig und die Bedingungen für die Bewirtschaftung können wesentlich verbessert werden». Eine Umsetzung des Projekts - diese erfolgt in drei Etappen - ist gemäss Behörde im Jahr 2019 nötig, damit der notwendige Archivraum auch für die Akten der Gemeinde Schinznach-Bad auf den Fusionszeitpunkt zur Verfügung steht. Einen Aufschub bis zur Realisierung einer neuen, zentralisierten Verwaltung «lassen die sehr unterschiedlichen Terminhorizonte nicht zu».

Einwohnerrat Freitag, 19. Oktober, und eventuell Freitag, 26. Oktober, jeweils 19.30 Uhr, Rathausaal.

Villigen

Vorschläge können eingereicht werden

Am 25. November finden in Villigen Ersatzwahlen statt für ein Mitglied der Steuerkommission sowie für ein Mitglied der Schulpflege. Wahlvorschläge sind bei der Gemeindekanzlei bis spätestens am Freitag, 12. Oktober, 12 Uhr einzureichen. Das erforderliche Formular kann bei der Gemeindekanzlei oder via Website www.villigen.ch bezogen werden. (AZ)

INSERAT

TOURISMUS REGION BRUGG PRÄSENTIERT SAC Sektion Brugg

Die Sektion Brugg des Schweizer Alpen-Clubs (SAC), wurde 1922 gegründet und zählt rund 1100 Mitglieder im Grosse Brugg-Baden-Fricktal. Sie betreibt das Kinderbergsteigen, eine Jugendorganisation (JO), einen Boulderraum, eine Kletterhalle und die Gelmerhütte am Grimsel. Es besteht ein breites Angebot an Wanderungen, Hoch-, Ski- und Klettertouren.

Die Aus- und Weiterbildung ist uns wichtig für sichere und genussvolle Bergfahrten. www.sac-brugg.ch.

