Heft 2/2012

JKA-Karate

Informationsschrift des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.

FACHVERBAND FÜR TRADITIONELLES KARATE

Präsidium des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.

Präsident
Martin Buchstaller
In den Vogelsäckern 5
66440 Blieskastel
Mobil: 0172 / 720 64 87
martin.buchstaller@t-online.de

Vizepräsident
Karl Eric Leyser
Am Ausserberg 55d
CH-4125 Riehen
E-Mail:ke_leyser@bluewin.ch

Schatzmeister
Horst Gallenschütz
Radolfzeller Str. 36
78467 Konstanz
Tel.: 0 75 31 / 7 11 44
Fax: 0 75 31 / 7 11 40

Referent für Organisation
Klaus Lammers-Wiegand
Kranichstr. 3
44867 Bochum
Tel.: 0170 / 4 70 89 80
Fax: 0 23 27 / 95 36 36
E-Mail: klaus@wattsche.de

Ref. für Öffentlichkeitsarbeit
kommissarisch:
Nadja Körner
Schimperstr. 18
68167 Mannheim
Tel.: 0178 / 3122579
E-Mail:
koerner@jka-deutschland.de

Webmaster
Pascal Senn
E-Mail: senn@jka-deutschland.de

Chiefinstructor
Hideo Ochi
Middeweg 65
46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 09 93
Fax: 0 20 41 / 97 57 26

Ref. für Prüfungs- u. Ausbildungswesen
Rolf Hecking
Weidegasse 34
54290 Trier
Tel.: 06 51 / 69961009
Fax: 06 51 / 69961007
E-Mail: RolfHecking@gmx.de

Kampfrichterreferent
Udo Meyer
E-Mail: DJKB-KR@udomeyer.de

Geschäftsstelle
Petra Hinschberger
Schwarzwaldstr. 64
66482 Zweibrücken
Tel.: 0 63 37 / 67 65
Fax: 0 63 37 / 99 31 30
JKA_Deutschland@gmx.de

Bankverbindung:
Volksbank Saarpfalz
Kto.-Nr. : 20 50 23 0000
Blz 592 912 00

Mitteilungen des Präsidiums und d

Liebe Karateka,

die sehr guten Leistungen und Ergebnisse unseres Nationalteams unter der Leitung von Thomas Schulze bei der Europameisterschaft in Prag, der Beginn des neuen Jahrgangs der erfolgreichen Nachwuchstrainerausbildung, die ausserordentlich gut ausgerichtete DM in Feldkirchen mit spannenden Begegnungen, die vielen Lehrgänge unseres unermüdlichen Chiefinstructors Ochi Sensei, die Lehrgänge unserer Nationalcoaches und DJKB Instructoren und ein Kata Gasshuku in Wangen mit einem rekordverdächtigen Teilnehmerfeld
... diese vielen Höhepunkten prägten das Frühjahr 2012.
Die kommenden Monate werden nicht weniger ereignisreich: Markus Rues reist mit dem Jugendnationalteam zur EM nach Paris, es folgt die Kinder- und Jugend DM in Bochum und der Instructorlehrgang, das große Gasshuku im wunderschönen Konstanz, viele, viele Möglichkeiten zusammen zu trainieren, sich sportlich zu messen und vor allem im Kreise von Karatelehrern, Schülern, Freunden und Gleichgesinnten unser JKA Karate zu leben.

Das Präsidium bedankt sich für Euer Engagement und insbesondere auch für Eure Anmerkungen, die uns helfen, gemeinsam noch stärker zu werden.
Wir wünschen Euch ein spannendes 2. Karatehalbjahr, viel Gesundheit und weitere erfolgreiche Schritte auf Eurem Karate-Weg.

Oss
Martin Buchstaller

Liebe Prüfer,

bitte die Kyu-Prüfungslisten nur im Original benutzen und den Original-Durchschlag an Rolf Hecking senden.
Bitte keine selbstgefertigten Listen benutzen. Solltet Ihr keine Kyu-Prüfungslisten mehr haben, wird die Geschäftsstelle Euch gerne Listen zusenden.

An alle Nachwuchstrainer-Lehrgangsabsolventen,

bitte beachtet die Ausschreibung der Fortbildungsmaßnahme (Seite 57)

Nakayama-Poster

sind ab sofort bei der Firma Kamikaze Sportartikel GmbH erhältlich.

Weitere Informationen:

www.deutscher-jka-karate-bund.de

oder auf facebook

IMPRESSUM: Informationsschrift des Deutschen JKA-Karate Bundes e. V.
Fachverband für traditionelles Karate

REDAKTION: Martin Buchstaller

der Geschäftsstelle

ACHTUNG

Das Karate-Dojo Rheinau / BW (77866) sucht immer noch nach einem neuen Haupt-Trainer.
Leider war in der letzten Ausgabe die E-Mail-Adresse falsch.
Interessenten melden sich bitte unter:
matthias@karate-dojo-rheinau.de
Gruß und Oss
Matthias Pfetzinger
---
karate-dojo-rheinau

Achtung!!!

Die Geschäftsstelle ist vom 1. bis 16. September 2012 geschlossen!!!

ZAHNSCHUTZ gefunden

Beim Kata-Spezial 2011 wurde mir in meiner damaligen Eigenschaft als Kadersprecherin dieser Zahnschutz in die Hand gedrückt.

Er wurde im Dojo von Christian Gradl vergessen und müsste theoretisch einem Kaderathleten gehören. Wer seinen Zahnschutz wiedererkennt kann sich mit mir unter karate.neckarrems@gmail.com in Verbindung setzen!

Anika Lapp

Japanisches Kulturinstitut
Universitätsstr. 98
50674 Köln
Tel.: 02 21 / 9 40 55 80
Fax: 02 21 / 9 40 55 89

Internet und E-Mail Adressen:
Homepage: www.jki.de
E-Mail: jfco@jki.de
Sprachkurse: kurse@jki.de

Informationsschrift des Deutschen JKA-Karate Bundes e. V.

Inhalt Heft 2 / 2012

2 - 3	Informationen / Inhalt
4 - 5	Aus den Stützpunkten
6 - 10	JKA-EM 2012 DJKB-Team vorne dabei
11 - 17	DM 2012 in Feldkirchen
18 - 28	Kata-Spezial 2012 in Wangen
30	Kindertrainer-Lehrgang mit Markus Rues
31 - 34	Gasshuku - Plakat
35	K. Manske und Th. Schulze in Wathlingen
36 - 37	D. Krüger und J. Reuß in Köln
38	Lehrgänge mit Detlef Krüger
39	Jubiläums-Hattrick der TSG Stuttgart
40	Trainer werden ist nicht schwer… / Lehrgang mit Arno Wagner
41	Lehrgang mit Akita Sensei in Kappel
42	Die Gefährten in Rotenburg
43	Shihan Shirai in Hamburg
44	Oster-Lehrgang in Gladbeck
45	Lehrgang mit Erwin Querl auf Helgoland
46	Detlef Krüger in Karlsruhe-Neureut
47	Rezension: Karate - Das Buch für Kinder
48 - 49	Südwestdeutsche Meisterschaften 2012
49	Sensei Akita in Lohberg
50	Kampfkunst schafft krea(t)ive Modekunst
51	Turnierhinweise
52 - 56	Lehrgangsausschreibungen
57	Nachwuchstrainer-Fortbildungslehrgang
58 - 62	Shihan Ochi in …
63	Bestellscheine
64	Termine

ACHTUNG!
Redaktionsschluß Heft 3 / 2012
10. August 2012

RHEIN-MAIN-NECKAR

Stützpunktleiter:
Christian Gradl, Karlsbader Straße 14,
64823 Groß-Umstadt
Tel.: 06078-75337 • Fax.: 06078-969677
E-Mail: Ch.Gradl@t-online.de
Internet: www.karate-dojo-gross-umstadt.de
link "Bundesstützpunkt Rhein-Main-Neckar"
Stützpunkttrainer:
Ekkehard Schleis • In der Witz 29 • 55252 Mainz-Kastel
Tel.: 0179 / 771 68 81
E-Mail: ekkehard@karate-sochin.de
Andreas Leitner • Am Rühling 34 • 35633 Lahnau
Tel.: 0163 / 219 58 83 • E-Mail: aj.leitner@freenet.de

Termine:

1. Sept.	Stützpunkt-Lg + **Kumite-Tag** in Groß-Umstadt
27. Okt.	Stützpunkt-Lg in Groß-Umstadt

Bundesstützpunktlehrgang
am 14. April in Groß-Umstadt

Das Karate-Dojo in Groß-Umstadt lud am 14. April zum abermaligen und gemeinsamen Kräftemessen ein. Schon bei der Ankunft wurden wir von Bundesstützpunktleiter Christian Gradl darauf hingewiesen, dass unser heutiges Training sich in die Länge ziehen würde, denn der Andrang der Karateka, die Erfahrung im Karate sammeln wollten, war viel höher als sonst. Des einen Freud, des anderen Leid. So mussten wir uns damit abfinden, Groß-Umstadt an diesem Tag ein wenig länger zu beehren.

Los ging's mit einer anstrengenden Einheit von Andreas „A.J.“ Leitner: Nachdem die Aufwärmphase vollzogen war, vernahm ich die süßen Worte "Randori" und befand mich sogleich auf der „Tanzfläche“.
Beim Schreiben dieses Berichts fällt mir gerade auf, dass ich am Anfang meiner Karateka-Ausbildung die Worte "süß" und "Randori" sicher nicht in Zusammenhang gebracht hätte. Nachdem wir unsere Techniken an verschiedenen Partnern angebracht hatten, ging es vor allem danach darum, aktiv mit dem Partner zu arbeiten. Zu Beginn wurden dieselben Techniken langsam und am Ende gleichzeitig mit Schnelligkeit und Konsequenz ausgeführt. Die Trainingseinheit wurde vom Sensei mit einem kräftezehrenden „Japanischen-Training“ abgeschlossen.

Die folgende Trainingseinheit wurde von Sensei Ekkehard Schleis geleitet. Er legte seinen Fokus auf Muskeltraining und Dehnübungen, die einem bei seinen Ausführungen so spielerisch einfach vorkamen, dass man an sich selbst fast verzweifelte. Aber eben nur fast! Er machte uns klar, dass eine gute Muskulatur extrem wichtig ist für einen Karateka und dass durch eine ordentliche Dehnbarkeit der Muskeln sowie der Sehnen Verletzungen vermieden werden können. Außerdem kann man dadurch einen Kontrahenten mit längeren Techniken überraschen.

Es war wie immer ein sehr interessanter und anstrengender Trainingstag und als ich am Abend diesen Revue passieren ließ, war ich froh teilgenommen zu haben. Nichts geht darüber, seine Grenzen zu überschreiten und sich quasi selbst zu besiegen. Und natürlich dieses Erlebnis mit anderen Karateka teilen zu dürfen.

Steffen SIMON,
Karate Dojo Marburg

SÜD

Homepage: www.djkb-stuetzpunkt-sued.de

Stützpunktleiter:
Xaver Eldracher, Tegelbergweg 5, 87640
Biessenhofen, Tel.: 0 83 41 / 715 84 11

Stützpunkttrainer:
Henry Landeck, Ängerlein 42, 95326 Kulmbach
Tel.: 0 92 21 / 17 75, e-mail:
Landeck.Karate@gmx.de

Julian Chees, Geroldshäuser Str. 9,
97271 Kleinrinderfeld

Termine:

16. Juni	Stützpunkt-Lg + **Kumite-Tag** + KR-Lg in Oberviechtach
6. Okt.	Stützpunkt-Lg in Oberstdorf
17. Nov.	Stützpunkt-Lg in Kulmbach

SAAR-PFALZ

Stützpunkttrainer:
Hans Körner, Bacchusstr. 11, 75223 Niefern-Öschelbronn
Tel.: 0 72 33 / 55 27 Mobil: 0170 / 805 04 69
E-Mail: koerner-niefern@t-online.de

Termine:

22. Sept.	Stützpunkt-Lg in Kaiserslautern
27. Okt.	Stützpunkt-Lg in Kaiserslautern

Ort: Pestalozzischule,
Pfaffenbergstr. 108, 67663 Kaiserslautern

SÜDWEST

Stützpunktleiter:
Helmut Hein, Bregstr. 17, 78183 Hüfingen
Tel.: 07 71 / 6 21 99,
E-Mail: hchein@online.de
www.djkb-stuetzpunkt-singen.de

Stützpunkttrainer: Giovanni Torzi
Achtung: Das Stützpunkt-Training muß verschoben werden, da die Umbaumaßnahmen im Dojo Singen noch nicht abgeschlossen sind.

Termine:

9./10. Juni	Stützpunkt-Lg Jugend Kader in Singen
15./16. Sept.	Stützpunkt-Lg Junioren/ Senioren in Singen
13. Okt.	Stützpunkt-Lg Jugend Kader + Vergleichskampf in Basel

WEST

in Zusammenarbeit mit dem KarateNW
Ansprechpartner:
Klaus Lammers-Wiegand, Kranichstr. 3,
44867 Bochum
Tel.: 0 23 27 / 95 36 36, Fax: 0 23 27 / 95 36 37

Stützpunkttrainer:
Andreas Klein, Tel.: 0171-9440187
Marcus Haack, Tel.: 0177-2162116

NORD - OST

Aktuelles (Lg-Ausschreibungen, Stützpunkt-Info, usw.) im Stützpunkt Nord ist unter der Homepage: **www.DJKB-Stuetzpunkt-Nord.de** zu erfahren.

Stützpunktleiter:
Tobias Prüfert, Weitlingstr. 13-15, 39104 Magdeburg
e-mail: tobias.pruefert@bkc-magdeburg.de

Stützpunkttrainer:
Thomas Schulze, Tel.: 04 21 / 378 12 16
e-mail: thomas.schulze@online.de

Termine:

15. Sept.	Stützpunkt-Lg in Magdeburg
22. Sept.	Ostdeutsche Meisterschaft in Schwerin
20. Okt.	Stützpunkt-Lg in Hannover
21. Okt.	Norddeutsche Meisterschaft in Hannover

SÜD - OST

Stützpunktleiter:
Dirk Leiding, Neue Schönholzer Str. 32, 13187 Berlin,
Tel.: 030 / 4863 81 61, Fax: 030 / 4863 81 62,
honbu@JKA-Berlin.de

Stützpunkttrainer:
Jörg Reuß, Derkumer Str. 6, 50968 Köln (Raderthal)
Tel.: 02 21 / 42 34 85 04 • Mobil: 0160 / 9623 36 27
reuss.joerg@googlemail.com

Termine:

15./16. Sept.	Stützpunkt-Lg in Blankenhain

Die DJKB -Kampfrichterecke

Achtung: Termin vormerken!

Kampfrichter-Lehrgang für alle DJKB-Kampfrichter

29. September 2012 in Darmstadt

JKA-Europameisterschaft 2012 in Prag

DJKB-Team vorne dabei !

Bei der diesjährigen JKA-EM, die am 31.März 2012 in Prag stattfand, waren aus 19 Nationen 250 Athleten am Start. Einige Nationen waren mit deutlich kleineren Delegation als sonst angereist
(z.B. Italien), andere, wie zum Beispiel Spanien, konnten in diesem Jahr nicht mit dabei sein.
Die große EM-Halle war mit 6 Tatamis bestückt und sehr hell ausgeleuchtet. Auch für Zuschauer wäre mehr als ausreichend Platz gewesen, leider aber war die Resonanz nicht so groß.
Aber kommen wir zu unserem DJKB-Team:
Unser Kumite-Team Herren: Raphael Staubach, Giovanni Macchitella, Steffen Maier, Pascal Senn.
Von Anfang an präsentierten sie sich mit großem Enthusiasmus, der sich in jeder Minute des Wettbewerbs steigerte! Mit Dänemark, Tschechien, Frankreich und Russland als Gegner mussten unsere Athleten sich gleich der Realität stellen. Und sie taten es! Mit großem Willen, Engagement und einem klaren Ziel vor Augen lieferten sie bis ins Finale hinein durchwegs klasse Kämpfe!
Zunächst wurden die unangenehmen Dänen mit drei klaren Siegen aus dem Rennen genommen.
Hier muss Raphael Staubach besonders erwähnt werden, der als Startkämpfer des Teams in allen Runden seinen Kampf mit Ippon gewann! Auch Giovanni Macchitella und Steffen Maier ließen sich nicht lange bitten und besiegten ihre Kontrahenten in beeindruckender Manier.
Also her mit der nächsten Runde, genauer gesagt mit den Tschechen. Wie schon erwähnt, fackelte Raphael wieder nicht lange: Ippon! Trotz hohem Einsatz holte Giovanni „nur“ ein Unentschieden.
Es war also Steffen klar, dass er nicht verlieren durfte. Dank seiner prima Leistung geschah es auch nicht! Mit zwei Siegen und einem Unentschieden hieß es: Danke Tschechien und hallo Frankreich!
Waren schon die vorangegangenen Kämpfe auf ganz hohem Niveau spannend, kam jetzt im Halbfinale gegen Frankreich die pure Dramatik hinzu:
Erster Kämpfer Raphael und jawohl: Ippon! Giovanni muss sich auch in dieser Runde mit einem sehr hart erkämpften Unentschieden abfinden! Da er eine Verwarnung (Jogai Chui) kassiert hatte, war er zusätzlich belastet gewesen. Das Unentschieden hielt das Team also noch im Rennen. Jetzt ging Steffen als Dritter Kämpfer mit der Hypothek des Unentschieden auf die Tatami. Zu allem Überfluss trat ihm sein französischer

links:
Unser langjähriges Kata-Team Herren mit Davor Vranjes, Emanuele Bisceglie, Giovanni Macchitella erreichte dieses Mal einen dritten Platz.

unten:
Das deutsche Damen-Kata-Team wird zum dritten Mal in Folge Europameister!

Gegenüber schon mit einer ziemlich lädierten Nase entgegen. Es wurde hitzig, sehr hitzig. Na klar, wer gewinnt, dessen Team ist im Finale! Leider ging der Franzose stark getroffen zu Boden und das hieß Disqualifikation (Hansoku Make) für Steffen, so ein Pech!
In der Rechnung hieß das: Stichkampf! Wer sollte ran? Aus meiner Sicht konnte es an diesem Tag nur einer sein: Raphael, unser „Mister Ippon"! So kam es auch und er gewann mit zwei Wazaris!
Endlich wieder ein Finale! Auf jeden Fall ist das Team schon Vize-Europameister!
Die Freude und Befriedigung darüber war bei allen riesengroß!

Im Finale war das russische Team der Gegner, ein sehr gefährliches Team, mit sehr großen starken und fähigen Athleten bestückt. Unser Team, dass sich schon die ganze Zeit auf hohen physischen und psychischen Level bewegt hatte, war tatsächlich noch in der Lage, sich nochmal zu steigern!
Es ging also wieder mit Raphael los: Ippon! Giovanni, das muss erwähnt werden, auch als Motivator im Team tätig, musste sich nach einem heißem Kampf mit zwei Wazaris geschlagen geben. Auch hier war die zusätzliche Belastung einer Verwarnung (Jogai Chui) mit im Spiel gewesen.

Jetzt hing es an Steffen. Gewinnt er, hat das Team in einem Stichkampf eine weitere Chance. Die ohnehin schon sehr hohe Intensität nahm weiterhin zu, zerrte bei allen an den Nerven. Irgendwann kam von Steffen eine der besten und schönsten Technik des Turniers: Ein wunderschöner, starker und hervorragend getimter (auch im Kontakt) Ushiro Geri Chudan, was für ein Kracher! Ippon, oder? Alle anwesenden Deutschen jubelten, doch halt! Ippon ja, aber für den Russen für Tsuki Jodan. Damit ging der Titel an Russland, das sich allerdings auch als gutes Team präsentiert hatte.
Doch als Vize-Europameister, zumal mit der in dieser Art und Weise gezeigten Leistungen, können und sollen Raphael Staubach, Giovanni Macchitella, Steffen Maier und Pascal Senn stolz sein. Es war nämlich eine wirklich starke Teamleistung!

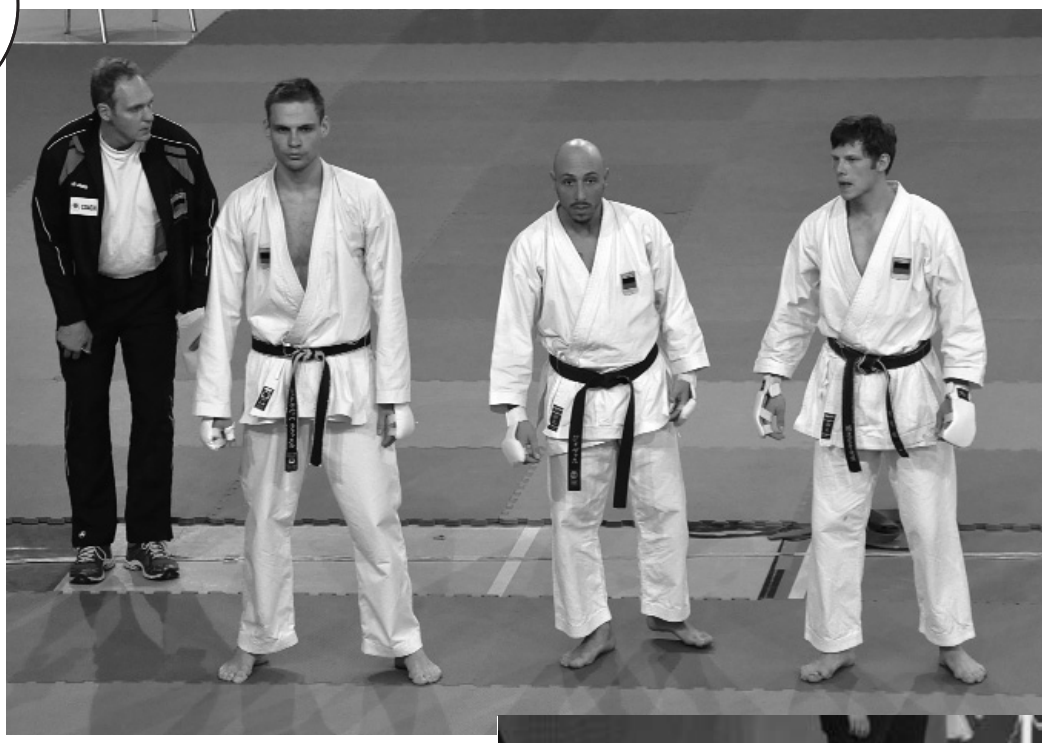
Ein Wort zu Pascal Senn, der natürlich zum Team gehört: Es wird dem Leser aufgefallen sein, dass er in den obigen Team-Kämpfen nicht in Erscheinung getreten ist. Der Grund ist eine alte, schmerzhafte Beinverletzung, die bereits im Einzelwettbewerb aufgebrochen war.

JKA-Europameisterschaft 2012 in Prag

rechts:
Das Junioren-Kata-Team Herren mit Roman Toponar, Christoph Röthlein, Christian Ollert zog souverän ins Finale und holte sich mit einer kraftvollen Kanku Sho den Junioren-Titel!

Das deutsche Damen-Kata-Team wird zum dritten Mal in Folge Europameister!
Für Malin Gereke und Christin Hundertmark bestand die Chance, zum dritten Mal in Folge den Titel als Kata-Team zu gewinnen. Doch es hat im Team eine personelle Veränderung gegeben. Aufgrund des Ausscheidens von Anika Lapp, die ihre Kader-Karriere beendet hat, wurde Joana Tsesmeles nominiert. Als bewährte Mitglieder des in den letzten Jahren erfolgreichen Teams waren Malin und Christin weiterhin mit von der Partie. Doch auch in dieser Zusammensetzung kam eine wunderbare und gute Niju Shiho zustande. (Kein Wunder, holten doch diese drei Damen 2006 schon, bei der JKA-EM in Konstanz, damals allerdings noch im Junioren-Bereich, den Titel als Kata-Team!)
Unser erfolgreiches Team ließ Serbien mit Goju Shiho Sho, Tschechien mit der gleichen Kata und Italien mit Sochin hinter sich (in dieser Reihenfolge).
Malin holte sich im Kata-Einzel mit ihrer feinen Technik noch einen 6.Platz. Nicht schön, weil nicht gerechtfertigt, war das Ausscheiden von Joana in der ersten Runde im Einzel. Im Flaggensystem verlor sie durch den Entscheid des Hauptkampfrichters. Ihre italienische Gegnerin war kein bisschen besser, daher war die Wertung zweimal weiß, zweimal rot schon fragwürdig. Doch dann sollte der Hauptkampfrichter auf einen Stichkampf entscheiden. Das ist allemal fairer. Das gleiche passierte Caroline Sieger im Junioren-Bereich. Unverständlich, zumal es bei den Herren durchaus Stichkämpfe gab. Da sollte es eine klare Linie geben.
Bleiben wir weiter im Kata-Bereich. Im Herren-Einzel errang Constantin Schenk mit einer guten Gankaku den zweiten Platz. Ein kleiner Wackler am Ende, natürlich bei der Drehung kurz vor dem Schluss, hat einige Zehntel gekostet. Er musste sich dem Athleten aus Ungarn geschlagen geben, der mit einer guten und starken Sochin den Titel gewann. Einige Stellen in der Sochin waren zu sehr in die Länge gezogen, dennoch ging der erste Platz in Ordnung. Auf Platz drei und vier kamen ein Tscheche und ein Norweger. Dennis Braun kam auf Platz sieben.

Unser langjähriges Kata-Team Herren mit Davor Vranjes, Emanuele Bisceglie, Giovanni Macchitella
erreichte dieses Mal einen dritten Platz. Natürlich waren sie enttäuscht, hatten sie sich doch mehr erhofft. Bei ihrem Können und Erfahrung, ihrer technischen Qualität und so viele grandiose Erfolge im Rucksack durchaus berechtigt. Aus meiner Sicht wäre auf dieser EM der zweite Platz in Ordnung gewesen. Die Wettkampfhärte, die sie sonst als Kata-Team ausstrahlen, die Kontur insgesamt, war diesmal nicht so, wie man dieses Team kennt. Dazu noch ein kleiner Schnitzer von Giovanni, der eh‘ schon einen ganz harten Tag hatte. Die Unsu war gut, keine Frage. Doch für ganz oben hat es heute leider nicht gereicht. Erster wurde das Team aus Tschechien



mit Sochin, der zweite Platz ging an Ungarn mit Kanku Sho. Vierter mit Sochin wurde das Team aus Italien.
Das Junioren-Kata-Team Herren mit Roman Toponar, Christoph Röthlein, Christian Ollert
zog souverän ins Finale und holte sich mit einer kraftvollen Kanku Sho den Junioren-Titel!
Wenn diese Jungs zusammen bleiben, könnte es auch in Zukunft etwas werden. Das Potenzial dazu haben sie.
Die Reihenfolge hinter ihnen: Ungarn mit Goju Shiho Sho, Belgien mit Jion und England, ebenfalls mit Jion. Im Einzel erreichte Roman einen guten dritten Platz. Und Andreas Werman landete auf einem 7.Platz. Auch bei Andreas könnte man sich in Zukunft noch einiges vorstellen.
Ebenfalls einen dritten Platz im Junioren-Bereich holte sich das Kata-Team der Damen mit
Melissa Rathman, Sara Baradaran, Jeanette Bellhäuser. Sie trugen die Kata Niju Shiho vor. Vor ihnen lagen die Ungarn mit Goju Shiho Sho und Tschechien mit Jion. Hinter dem deutschen Team waren die Engländerinnen mit Kanku Sho plaziert. Im Einzel gab es noch einen 5. Platz für Melissa Rathman und einen 6. Platz für Sara Baradaran.
Wechseln wir wieder zu Kumite. Caroline Sieger, Carmen Exner, Franziska Meixner, Sara Baradaran errangen als Junioren-Team mit sehr viel Glück einen dritten Platz. Caroline gewann im Einzel klar die ersten beiden Runden, ehe sie in der dritten Runde auf die Engländerin Roisin Campbell traf.
Die Engländerin, im Junioren-Bereich seit Jahren mehrfache Titelträgerin in Kata und Kumite, war einfach zu gut. Sie holte sich dann später den Titel in Kata und Kumite sowie den im Kumite-Team.
Das Kumite-Team der Junioren Herren mit Sebastian Franz, Oleg Gorjunow und Joachim Rein
wurde von dem Schweizer Team, glatt geschlagen. Mit dazu beigetragen hat sicher auch der ungewohnte Kampfstil der Schweizer, die erfreulicherweise seit langem mal wieder mit einem größeren Team zu einer internationalen JKA-Meisterschaft anreisen konnten.
Das Kumite-Team der Damen mit Michaela Rein, Andrea Rogowicz und Bianca Walsleben hatte leider einen kurzen Auftritt, sie wurden ziemlich mühelos vom französischen Team besiegt. Also beim nächsten Mal dann!
Beim Kumite-Einzel der Herren und Damen war leider das große Ausscheiden angesagt. Mal in der ersten, mal in der zweiten Runde. Einzig Raphael kämpfte sich in die vierte Runde, wo er gegen einen

Im Herren-Einzel errang Constantin Schenk mit einer guten Gankaku den zweiten Platz.

Norweger mit Disqualifikation (Hansoku Make) ausschied. In der zweiten Runde musste Raphael sich gegen einen Belgier in einem 6 Minuten(!) Kampf aufgrund zwei Verlängerungen quälen, ehe ihn die Kampfrichter per Pflichtentscheid zum Sieger erklärten. Auch Pascal hatte gegen einen Franzosen seine Verlängerung. Doch die oben erwähnte Beinverletzung brach auf und so war Pascal nicht wirklich beweglich.

Die Folgen waren leider einige schwere Treffer. Thomas Castillon, den wir alle als guten und beherzten Kämpfer kennen, musste sich seinem russischen Kontrahenten in der ersten Runde geschlagen geben. Bei den Damen setzte sich Joanna in der ersten Runde durch, in der zweiten erreichte sie immerhin eine Verlängerung, die sie allerdings dann mit zwei Wazaris verlor. Auch Andrea gewann ihre erste Runde, ehe sie in der zweiten knapp verlor. Michaela und Bianca mussten sich in der ersten Runde glatt geschlagen geben.

Welcher Eindruck bleibt?
Natürlich die imposante Leistung des Kumite-Team Herren, welches sich so vorzüglich präsentiert hat, dass viele andere Nationen aufgehorcht haben.
Ebenso der erneute Titelgewinn des Kata-Team der Damen, der nochmals erwähnt, der dritte in Folge ist und somit die Dominanz in dieser Disziplin bestätigt hat.
Der Titelgewinn des Junioren Kata-Team der Herren. Möglicherweise ein Pfund für die Zukunft.
Die Hoffnung, dass sich Constantin Schenk weiterhin so positiv entwickelt.
Und das die meisten unserer Junioren ein gutes Potential besitzen.
Des Weiteren hat sich der Eindruck weiterhin gefestigt, dass der Kader beim Coach Thomas Schulze in guten Händen ist.
Zum Schluss noch ein großes „Danke schön“ an alle Kader-Athleten und an unsere guten deutschen Kampfrichtern im internationalen Einsatz! Wir wollen aber nicht unsere kleine Gruppe der mit angereisten deutschen Fans vergessen, auch ihnen danken wir für die Unterstützung!

Oss!
Toribio Osterkamp, DJKB-Instructor

Deutsche Meisterschaften 2012
in Feldkirchen Westerham

Bericht: Bernd Hinschberger

Die Karate-Abteilung des TV Feldkirchen, unter der Leitung von Norbert Dank, hatte für das erste Maiwochenende 2012 die Ausrichtung unserer Deutschen Meisterschaften übernommen und die für viele unserer Aktiven und Offiziellen doch recht weite Anreise in Bayerns schönen Süden sollte sich nicht nur der Kulisse eines überwältigenden Alpenpanoramas wegen durchaus lohnen.
Norbert Dank und seine zahlreichen, ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer vom TV Feldkirchen zeigten sich gegenüber den weit über 300 Karate-Gästen als glänzend aufgelegte Gastgeber, hatten die Ausrichtung der DM 2012 minutiös und liebevoll geplant und boten mit der hochmodernen, großen und lichtdurchfluteten „Mangfallhalle“ einen einer Deutschen Meisterschaft würdigen und ansprechend geschmückten Austragungsort an.
An alles war seitens der Ausrichter bestens gedacht, alles war vorbereitet: Ausschilderung der Anfahrt, Hallenschmuck im Außenbereich und Plakate im Ort, vorgesorgt war für„das leibliche Wohl“, ein Zelt mit Kinderbetreuung war eingerichtet , ein Aufwärmbereich unmittelbar in Hallennähe, eine attraktive Festschrift, geschulte Tischbesatzungen usw...!
Die Organisations-Erfahrungen der Ausrichter, gewonnen durch die mehrfache Ausrichtung der „Bayerischen-JKA-Karate-Meisterschaften und der Süddeutschen Meisterschaften 2011, zahlten sich an diesem Tage aus und machten somit DJKB-Organisationsreferenten Klaus Wiegand und seinem vierköpfigen Helfer-Team nicht nur die Vorbereitung der Meisterschaft leicht sondern sorgten auch für einen reibungslosen Ablauf am Wettkampftag selbst.

Feldkirchen verfügt über ca. 11.000 Einwohner, in einer Ortschaft solcher Größe findet naturgemäß eine sportliche Großveranstaltung deutlich mehr Anklang und Unterstützung als in einer Metropole wie etwa Berlin, Köln oder München. Daher war es den Ausrichtern auch gelungen, prominente und leistungsfähige Unterstützung aus Politik und Wirtschaft (Sponsoren!) zu gewinnen. Frau Ilse Aigner, Bundesministerin für Ernährung, Landwirtschaft u. Verbraucherschutz, hatte die Schirmherrschaft übernommen und ließ es sich nicht nehmen, die Veranstaltung auch persönlich zu eröffnen. Der Landkreis Rosenheim zeigte Präsens durch die stellvertretende Landrätin Frau Alexandra Burgmaier, die gemeinsam mit der örtlichen Prominenz und den Vertreten des Großvereins TV Feldkirchen der gesamten Finalveranstaltung drei Stunden lang interessiert beiwohnte.

Frau Ilse Aigner, Bundesministerin für Ernährung, Landwirtschaft u. Verbraucherschutz, hatte die Schirmherrschaft übernommen ……

Bravo, kommt so nicht oft vor!

Seit 2011 bewerben sich anlässlich unserer Deutschen Meisterschaften, die stets am ersten Maiwochenende zur Austragung kommen, die Altersklassen der Jugend (15-17 Jahre), der Junioren (18-20 Jahre) und der Senioren (ab 21 Jahre) um die Titel in den Einzel- und Mannschaftswettbewerben des Kumite- und Kata-Shiai.
Rückläufige Starterzahlen in der Junioren- und Senioren Klasse ließen es angemessen erscheinen, die Altersklasse der 15- bis 17-Jährigen bei der DM anzugliedern, unter anderem auch, um dem Nachwuchs die Möglichkeit zu eröffnen, den „Großen und den Alten Hasen“ über die Schulter schauen zu können.
Leider waren auch in diesem Jahr die Meldezahlen wieder tendenziell

rückläufig, so dass das Starterfeld hinter unseren Erwartungen zurück blieb. Dies mag auch an dem für unsere Aktiven aus den nördlichen Bundesländern sehr weiten, kosten- und zeitaufwändigen Anreiseweg gelegen haben, aber grundsätzlich macht dieser Trend es für den Verband unumgänglich, über neue und ggf. attraktivere Strukturen zur Organisation und Ausrichtung der „Deutschen“ nachzudenken. Doch dazu später mehr.

Nach der pünktlichen Eröffnung der Meisterschaften um 10 Uhr starteten die Ausscheidungskämpfe in den Kumite-Disziplinen der Mannschafts- und Einzelwettbewerbe.
Ich muss freimütig gestehen, dass mir der Durch- und Überblick bei den 24 zur Austragung anstehenden Disziplinen auf den vier Kampfflächen durchaus „verdammt“ schwer fiel. Um den Rahmen dieser Darstellung nicht zu sprengen, möchte ich mich darauf beschränken, meine subjektiven Eindrücke zu schildern und meine naturgemäß nur bruchstückhaften Beobachtungen resümierend darzustellen.

Während der Kumite-Vorkämpfe der Altersklasse der 15- bis 17-Jährigen ließ sich beobachten, dass unsere Nachwuchskarateka sehr beherzt, mutig und engagiert in ihre Wettkämpfe gehen, aber im „Übereifer“ und unter Stress doch noch häufig ihr Karate „verlieren/vergessen“ und dann Gefahr laufen, unkontrolliert zu agieren. Daher sind diese Kämpfe für unsere Kampfrichter häufig sehr schwer zu leiten und es bedarf einiger Erfahrung und eines klaren Maßstabes für die Punktvergabe, um diese Kämpfe unfallfrei und sauber über die Zeit zu bringen.
Dies ist den 27 in Feldkirchen eingesetzten „Referees“ überwiegend, - aber leider nicht immer -gelungen. Das ist ja das traurige „Kampfrichter-Los“: Da machst du den Tag über gute Arbeit, dann unterläuft dir ein Fehler und BUMMS, hacken alle auf dir rum!!!
Eine Anmerkung wert scheint mir hierbei folgender Umstand, und dies gilt für die Kumite-Vorkämpfe sämtlicher Altersklassen, dass der häufige und regelmäßige Wechsel der Hauptkampfrichter (meist nach nur drei Kämpfen) zu einer für die Aktiven, die Seitenkampfrichter und selbst fachkundige Zuschauer verwirrenden Situation führt hinsichtlich der unserem Wettkampfsystems zugrunde liegenden Wertungs- und Bestrafungsmaßstäbe.
Hier würde ich mir schlicht und einfach wünschen, dass ausschließlich die Matten- oder Tatamichefs selbst, also unsere erfahrensten Kampfrichter, die Vorkämpfe leiten, um so zumindest auf ihrer jeweiligen Kampffläche für einen durchgängigen und klaren Beurteilungsmaßstab sorgen zu können.

Erwartungsgemäß boten die Vorkämpfe der Altersklasse der Junioren (18-20 Jahre) sichtbar ein technisch reiferes Karate, taktisch vielseitigeres Kampfverhalten und psychisch stabileres Auftreten der Aktiven. Das Mehr-an-Training und das Mehr-an-Erfahrung zahlen sich hier aus und bestätigen die kontinuierliche Aufbauarbeit unseres Verbandes, ausgehend von der Dojo-Ebene, über die Stützpunkte bis hin zu den Bundeskadern.
Unsere Junioren zeigten in Feldkirchen bemerkenswert gute Ansätze.
Bei den Juniorinnen durchlaufen wir zur Zeit wohl ein kleines Tal, vor allem die Zahl der Aktiven und Starterinnen betreffend. Natürlich macht sich dieser Umstand, der eher geringen Konkurrenz wegen, in der Folge für das Turnier auch leistungsmindernd bemerkbar. Ein Ratschlag an die jungen Damen: Noch mehr Aufmerksamkeit auf die physische Ausbildung und Stärkung legen, da sind Schwächen und Mängel deutlich erkennbar.

Die Ausscheidungskämpfe der Senioren-Klasse entwickelten sich spannend und abwechslungsreich, teilweise aber auch recht hart und ruppig geführt. Mehr Konsequenz bei Kontakt, wenn er zur Beeinträchtigung/Verletzung führt, wäre wünschenswert. Auch die Differenzierung zwischen Ippon- u.o. Wazaari-Wertungen eröffnete sich mir nicht immer. Für die Sicherheit der Wettkämpfer einerseits und damit andererseits ihre „Lust am und auf den Wettkampf nicht verloren geht (übereinstimmend so die beiden DJKB-Kadermitglieder Raphael Staubach und Steffen Maier)“ sind Transparenz, Konsequenz und Klarheit der Entscheidungen essentiell. Mehr Präsens der Mattenchefs (s.o.) als Hauptkampfrichter wäre meines Erachtens bereits ein lohnenswerter und leicht umsetzbarer Ansatz.

Technisches Fazit: Zu häufig wird der „direkte Weg mit der Faust zum Kopf“ gesucht.
Dies gilt gleichermaßen für Kumite Begegnungen der Männer und Frauen.
Bei zu kurzer Distanz geht dann die Stellung (Hüfte!) hoch, der beiderseitige Schlagabtausch wird rege, das Verletzungs- und Trefferrisiko groß und die Wertungschance im Gegensatz dazu wird klein. „Mehr Chudan-Tsuki, da sind die Öffnungen, da lassen sich über das Abkontern sichere Wertungen erzielen“, meint DJKB-Nationalcoach Thomas Schulze.
Das Bestreben, die Kämpfe beweglich, taktisch vielseitig (Faust, Fuß, Feger, Wurf) zu führen ist deutlich spürbar und führt zu farbigen, spannenden und abwechslungsreichen Kämpfen, denen zu zuschauen durchaus Freude macht. Sehr positiv wirkt sich bei den Senioren-Herren die auch enorme Leistungsdichte aus, da gibt es keine leichten Kämpfe; von der ersten Runde an bis ins Finale muss mit vollem Einsatz gekämpft werden!

Nach einer gefühlt langen Mittagspause starteten um 14 Uhr die Vorkämpfe im Kata-Shiai.
Hier ragten im Einzel wie in der Mannschaft die Leistungen der Senioren heraus und unsere Karateka boten teilweise hervorragendes Karate, was für das relativ überschaubare Teilnehmerfeld wieder entschädigte.
Die Kata-Darbietungen der Senioren im Einzel und der Mannschaft zählten für mich zu den absoluten Highlights dieser Meisterschaft. Kein

Wunder, denn wir präsentieren uns auch international in diesen Wettbewerben sehr erfolgreich und können auf zahlreiche Titel und Platzierungen verweisen.
Was mich (Purist) allerdings stört, sind die zunehmenden Kunstpausen, die der Dramaturgie wohl dienen mögen, den Rhythmus der Kata und die Bedeutung der speziellen Elemente einer Kata aber häufig zerstören. Und über den Wettkampf fließt dieser „Trend“ dann leider in die Dojo...!
Unseren Nachwuchskarateka sollten ihre Trainer dringend von der „Beschäftigung“ mit zu hohen, anspruchsvollen Kata abraten! Gojushiho-Kata und Unsu sind für Braungurte einfach noch zwei, drei Nummern zu groß, was durchaus in manchen Kampfrichter-Wertungen dann auch klar zum Ausdruck kam!
Im Starterfeld der Damen machte sich das Fehlen etlicher Kadermitglieder doch spürbar bemerkbar, so dass ich hier wirkliche Glanzpunkte vermisste.

Finalveranstaltung
Pünktlich um 17 Uhr eröffnet DJKB-Vizepräsident Karl Eric Leyser die Veranstaltung, eine Showeinlage der „Westerham Goaß'l Schnalzer“ sorgt mit einer Peitschenvorführung gleich für „authentisch bayerisches“ Flair und Stimmung.
Der Übersichtlichkeit der Darstellung wegen folge ich nicht dem Zeitplan sondern stelle die Kumite-Einzel Wettbewerbe, die Kata-Entscheidungen und dann die Mannschaftsfinale des Kumite in dieser Folge vor.

Die Finalbegegnung im Kumite Einzel der Mädchen (15-17 Jahre) setzte sich Eva Touet (Ochi Troisdorf) gegen Yubonphan Kittima (Ippon Frankfurt) durch. Die beiden dritten Plätze belegten Mariline Wilhelm (Budo-Kai Bühlertal) und Katharina Feldmann (HKC Magdeburg).
Bei den Jungen setzte sich Pascal Christmann (Ken Sei Kan Kaiserslautern) durch gegen Fabian Kozikowski (JKA Calw). Die Drittplatzierten: Erik Hiege (KD Rothenburg) und Johannes Meinecke (HKC Magdeburg).

Bei den 18- bis 20-Jährigen traf im Endkampf die Homburgerin Nadja Stucklik (für KD Pforzheim startend) auf Franziska Meixner (Karate Zentrum Kulmbach). Ein Jodan-Treffer mit Kontakt brachte Nadja früh eine Wertung und mit einem schnellen zweiten Wazaari sicherte sie sich in einem kurzen Kampf den Sieg. Hier gingen die beiden 3. Plätze an Natalia Grybos (ebenfalls Kulmbach) und Dhammika Rüpke (Bremen).
Im Herrenfinale traf Roman Toponar (Kulmbach) auf den ebenfalls starken Dojokollegen Christian Ollert und musste sich mit 1:2 Wazaari nach einem sehr abwechslungsreichen und engagierten Kampf geschlagen geben. David Zwang

(Marburg) und Vito di Bello (PSV Karlsruhe) teilten sich den 3. Platz
In der Kategorie Kumite Damen ab 21 Jahre belegten den 3. Platz Sonja Ben (Ochi Troisdorf) und Daria Vent (Marburg).
Im Finale unterlag die Magdeburgerin Bianca Walsleben

(HKC) ihrer Gegnerin aus Troisdorf. Mit zwei Wazaari Wertungen sicherte sich Joana Tsesmeles verdient den Titel im Kumite-Einzel der Damen.
In den mit großer Spannung erwarteten Finalbegegnungen der Herren hatten sich im Halbfinale in zwei dramatischen und hart geführten Begegnungen Steffen Maier (Fitness Dojo Konstanz) gegen Florian Bindbeutel (SK Marburg) und im zweiten Halbfinale Giovanni Macchitella (Ippon Frankfurt) gegen Egor Prasolow (Siegen) durchgekämpft. Doch, wie bereits im Vorjahr anlässlich der DM zu Köln, war uns auch 2012 der „Kriegsgott“ nicht hold und dem engagiert mitgehenden Publikum blieb auch heuer das große Einzelfinale versagt. Gleich mit der Kampferöffnung durch HKR Ronny Repp setzten sowohl Steffen als auch Giovanni voll auf Jodan-Attacke und es kommt zum Kopf-Kontakt. Mit Verdacht auf Kieferbruch wird Giovanni, auch an diesem Tage beherzt kämpfend, Disqualifikationssieger und sein Nationalmannschafts-Teamgefährte Steffen muss sich nach diesem überaus unglücklichen Ausgang mit dem zweiten Platz begnügen.
Schade, schade! Die Beiden hätten sich und uns wohl gerne einen prächtigen Kampf geliefert.

In der Disziplin Kata Einzel ergab sich bei den 16-bis 17-Jährigen folgende Finalplatzierung:
4. Platz für Johannes Meinecke (HKC Magdeburg, 22.7 Pt), 3. Platz Pascal Christmann (KSK Kaiserslautern, 23.2 Pt) Deutscher Vizemeister: Steven Kaun (JKA Calw, 23.8 Pt) und Deutscher Meister: Daniel Bergmann (Karate Zentr. Kulmbach, 23.9 Pt).
Bei den 16- bis 17-Jährigen Damen siegte Theresia Ventura (Fitness Konstanz, Jion, 24.7 Pt) vor der Zweitplatzierten Sabrina Engelbrecht (Kulmbach, Enpi, 24.1 Pt). Auf dem 3. Platz: Katharina Feldmann (HKC Magdeburg, Jion, 24.0 Pt) vor Mariline Wilhelm (Budo Kai Bühlertal, Bassai Dai, 23.6 Pt).

In der Gruppe der 18- bis 20-Jährigen wurde mit deutlichem Punktevorsprung Roman Toponar (Kulmbach, Kanku Sho, 24.6 Pt) Deutscher Meister vor Jakob Schmidt (Bottrop, Kanku Sho, 24.1 Pt), Robin Kaun (JKA Calw, Sochin, 24.0 Pt) und Andreas Werman (Kaiserlautern, Kanku Sho, 23.8 Pt).
In dieser Altersklasse machten bei den Damen den Titel zwei Schwestern aus Karlsruhe unter sich aus: Sara Baradaran siegte mit Sochin (24.6 Pt) vor ihrer Schwester Sandra (Gojushiho Dai, 24.3 Pt) und vor der Drittplatzierten Melissa Rathmann (Remagen, Nijushiho, 24.2 Pt) und Jeanette Bellhäuser (Karlsruhe, Nijushiho, 23.8 Pt). Ein insgesamt tolles Ergebnis für die Kata-Damen vom PSV Karlsruhe!
Und klar: Im leider sehr schwach besetzten Kata-Mannschaft Finale der Damen dieser Altersklasse hieß der Sieger verdient PSV Karlsruhe und die Damen vom Kulmbacher Karate Zentrum mussten sich hier geschlagen geben.
Bei den Herren dominierten die Kulmbacher Karateka das Team-Finale. Kulmbach II mit 24.8 Punkten klar vor Bottrop (23.5 Pt), auf dem dritten Platz Kulmbach I punktgleich

(23.5 Pt, Unterbewertung).

So richtige Top-Leistungen zeigten die Kata-Team-Finalisten: Bei den Herren blieb erneut das Team von Ippon Frankfurt (Davor Vranjes, Emanuelle Bisceglie, Giovanni Macchitella) siegreich und wurde mit verdienten 25.3 Punkten für Kata Unsu klar Deutscher Meister vor dem Team vom PSV Karlsruhe (Gojushiho Sho, 24.7 Pt) und knapp vor dem KD Viernheim (Gankaku, 24.6 Pt). Ein starker Wettkampf, dem man mit Genuss folgen konnte!
Im Mannschaftsfinale der Kata-Damen ab 21 Jahren errang der BKC Magdeburg (24.9 Pt) den Titel

über die Unterbewertung vor dem Team Troisdorf II (ebenfalls 24.9 Pt) und den Drittplatzierten aus Pforzheim (24.4 Pt).
Einzel-Finale der Damen über 21 Jahre: Mit klarem Punktevorsprung sichert sich die Troisdorferin Joanna Tsesmeles auch in diesem Wettbewerb einen Deutschen-Meister-Titel mit ihrer Kata Gojushiho Sho und 25.1 Punkten.
Vizemeisterin: Nadja Körner (Pforzheim, Sochin, 24.6 Pt) vor der Drittplatzierten Sandra Weiss (TSG Stuttgart, Enpi, 23.8 Pt).
Packend und hochklassig das Herrenfinale, in dem Kurt Wyler (Karlsruhe, 24.7 Pt) sich in der Unterbewertung seinem Dojo-Kollegen Davide Orlando ganz knapp geschlagen geben muss.
Dennis Braun (KD Viernheim, Gojushiho Sho) wird mit 24.9 Pt Vizemeister und einmal mehr sichert sich Davor Vranjes mit einer mitreißenden Unsu und einem klaren Punktevorsprung den Titel eines Deutschen Meisters (25.6 Punkte!).

Von der Stimmung und der Atmosphäre her bilden immer die Finalbegegnungen der Kumite-Mannschaften den Höhepunkt einer Meisterschaft.
In der Gruppe der 15- bis 17-Jährigen Jungen erreichte Troisdorf den dritten Platz. Im Finale siegte mit 2:1 der HKC Magdeburg über das Team JKA-Calw.
Bei den Mädchen war Konstanz im Finale erfolgreich gegen Troisdorf und den dritten Platz belegten die Kämpferinnen von Shikoku Niederkrüchten.
Deutlich heißer her ging es in der Altersklasse der 18- bis 20-Jährigen. Bei den Herren platzierte sich Bottrop auf dem 3.Rang. Im Finale lieferten sich das Karate Zentrum Kulmbach und die Mannschaft von 1880 München einen sehenswert

packenden und abwechslungsreichen Fight, den zuletzt die Münchner mit 2:1 Siegen für sich entscheiden konnten, nachdem richtig schöne Punkte auf beiden Seiten gefallen waren!
Bei den Damen ging es in dieser Altersklasse etwas ruhiger und „zivilisierter“ zu. Marburg behielt die Oberhand über das Team aus Troisdorf (II) und den dritten Platz sicherte ebenfalls eine Mannschaft von Ochi Troisdorf.
Im 1. Halbfinale Kumite Herren ab 21 Jahren standen sich KD Marburg I und der BKC Magdeburg gegenüber. Die Marburger gingen im ersten Kampf durch Wazaari-Sieg in Führung, jedoch konnte das BKC-Team im zweiten Gefecht den Ausgleich wieder herstellen. Im entscheidenden dritten Kampf siegte Marburg durch Awasete Ippon. Die Marburger, die sich in allen Kumite-Wettbewerben sehr stark präsentierten, waren auch im 2. Halbfinale vertreten, mussten sich aber mit ihrer zweiten Mannschaft dem Team vom SKD Tsunami Köln geschlagen geben.
Team-Finale: KD Marburg I gegen Tsunami Köln!
Till Schäberle, stets sehr aggressiv und mit hohem Risiko in seine Kämpfe startend, bringt Tsunami Köln zunächst mit 2:1 Wazaari in Führung.
Markus Stäudel fängt sich, nach einem harten Kopftreffer, eine stark Jochbeinprellung ein, drängt in der letzten Kampfminute energisch auf den Ausgleich und unterliegt letztlich mit 0:1 gegen Florian Bindbeutel.
In der entscheidenden dritten Begegnung setzt sich der sehr starke und beweglich kämpfende Marc Cesar gegen Sascha Göbel mit zwei Chudan-Wazaari durch und sichert so dem Marburger Team den Titel.

Zusammenfassung, Ausblick:
Neben der gelungen Ausrichtung und vorbildlichen Organisation der DM 2012 waren für mich die Kata-Wettbewerbe der Herren ab 21 Jahren eindeutig die Glanzlichter der Veranstaltung.
In den Kumite-Wettbewerben ist die große Leistungsdichte (speziell bei den Senioren) hervor zu heben. Hier treffen in den Pools schon frühzeitig unsere Kader-Athleten aufeinander und die sich dadurch ergebende frühe Auslese macht es selbst einem erfahrenen Kader-Kämpfer schwer, bis ins Poolfinale vorzudringen.
Absolute Dominanz konnte in Feldkirchen keine Kämpferin und kein Kämpfer vorlegen, was wiederum für ein vom Leistungsstand her ausgeglichenes Starterfeld spricht und daher nicht negativ zu sehen ist, bestätigt es doch die durchgängig gute Arbeit der Dojo, Stützpunkt und der Bundeskader.
Hervorheben möchte ich die Leistungen von Joanna Tsesmeles, mit ihren Siegen im Kata-und Kumite-Einzel, das bemerkenswerte Abschneiden der Marburger Mannschaften im Kumite und Giovanni Macchitella, der ebenfalls im Kumite und im Kata-Team überzeugen konnte.
Eine schärfere Kontrolle der „Meldeehrlichkeit“ würde ich mir wünschen; lasst uns bitte nicht die Regeln des Karate-Do und die so gerne und oft zitierte Karate-Ethik dem kurzfristigen Wettkampferfolg opfern! Ausweiskontrollen werden eines Tages auch im DJKB unumgänglich werden, leider!

Die straffe Durchführung der Meisterschaft seitens der DJKB-Wettkampfleitung konnte einmal mehr überzeugen.
Weniger überzeugend fand ich die Handhabung des Wertungsmaßstabes bezüglich Ippon-Wazaari-Make-Chui. Da waren von Kampfrichter zu Kampfrichter und entsprechend von Fläche zu Fläche Auslegungsunterschiede erkennbar. Hier scheint zur Zeit - nach meinem Empfinden - eine gewisse Unsicherheit bezüglich des jeweiligen Spielraumes zu herrschen und diese Unsicherheit überträgt sich natürlich auch auf die Kämpfer, wie ich in Gesprächen mit einigen unserer Kader-Athleten erfahren musste.
Auch an der Präsentation unserer DM sollten wir noch weiter arbeiten. Selbst für fachkundige Zuschauer stellt sich das Geschehen auf den vier Kampfflächen schnell als ein heilloses Durcheinander dar, noch verstärkt durch die große Unruhe, die im Halleninneren herumlaufende oder sich „aufwärmende“ Aktive und deren Betreuer verursachen. Da brauchen wir einfach mehr Disziplin und jemanden, der Disziplin und Ordnung während des Turniers auch einfordert. Diese Aufgabe können wir nicht auch noch unseren Kampfrichtern aufbürden!

Sorgen bereitet mir die rückläufige Beteiligung. Die Organisation und Durchführung einer deutschen Meisterschaft verursacht für den Verband nicht unerhebliche Kosten, dazu kommen die Kosten der anreisenden Teilnehmer und ihrer Betreuer sowie der nicht unerhebliche Zeitaufwand aller Beteiligten.
Wenn bedingt durch sehr überschaubare Starterfelder lange Pausen und Leerlauf entstehen, viel Zeit zwischen Vorkämpfen und Finale überbrückt werden muss, stellt sich die Frage, ob es nicht sinnvoll erscheint, unsere beiden „Deutschen“ zu vereinigen und an einem Wochenende, vielleicht sogar immer am gleichen Ort, die Kinder, Jugend, Junioren und Senioren DM durchzuführen.
Die eingesparten Kosten ließen sich dann gut investieren in eine „zeitgemäße“ Ausrüstung mit Laptops, Beamer und Leinwänden, um während des Turniers Aktive und Zuschauer entsprechend schnell über die aktuellen Disziplinen, Kämpferinnen und Kämpfer und den Turnierverlauf unterrichten zu können.
Gemeinsam mit Ochi Sensei wird das Präsidium unseres Verbandes solche „Gedankenspiele“ abwägen, diskutieren und unter dem Aspekt entscheiden, was letztlich für Mitglieder, Athleten, unsere Dojo und den Verband das Beste und Vorteilhafteste darstellt.

Viele unserer Ziele zur Erhaltung und Bewahrung des IPPON-Karate haben wir im DJKB bereits erreicht. Jetzt gilt es, die Zukunft zu gestalten: Packen wir es gemeinsam an!

Fotos: “der Ausrichter” und Petra Hinschberger

ERGEBNISSE

Kumite Team Damen 15-17 Jahre
1. Konstanz
2. Troisdorf
3. Niederkrüchten

Kumite Team Damen ab 21 Jahre
1. Marburg
2. Troisdorf 2
3. Troisdorf 1
3. HKC Magdeburg

Kumite Team Herren 15-17 Jahre
1. HKC Magdeburg
2. Calw
3. Troisdorf

Kumite Team Herren 18-20 Jahre
1. München
2. Kulmbach
3. Bottrop

Kumite Team Herren ab 21 Jahre
1. Marburg 1
2. Köln
3. Marburg 2
3. BKC Magdeburg

Kata Team Damen 15-17 Jahre
1. Niederkrüchten
2. Troisdorf
3. Willich

Kata Team Damen 18 - 20 Jahre
1. Karlsruhe
2. Kulmbach

Kata Team Damen ab 21 Jahre
1. BKC Magdeburg
2. Troisdorf 2
3. Pforzheim

Kata Team Herren 15-17 Jahre
1. Calw
2. Troisdorf

Kata Team Herren 18-20 Jahre
1. Kulmbach 2
2. Gladbeck
3. Kulmbach 1

Kata Team Herren
1. Frankfurt
2. Karlsruhe
3. Viernheim

Kata Einzel Damen 16-17 Jahre

1. Theresia Ventura	Konstanz
2. Sabrina Engelbrecht	Karlsruhe
3. Katharina Feldmann	HKC Magdeb.

Kata Einzel Damen 18-20 Jahre

1. Sara Baradaran	PSV Karlsruhe
2. Sandra Baradaran	PSV Karlsruhe
3. Melissa Rathmann	Remagen

Kata Einzel Damen ab 21 Jahre

1. Joana Tsemeles	Troisdorf
2. Nadja Körner	Pforzheim
3. Sandra Weiss	Stuttgart

Kata Einzel Herren 16-17 Jahre

1. Daniel Bergmann	Kulmbach
2. Steven Kaun	Calw
3. Pascal Christmann	Kaiserslautern

Kata Einzel Herren 18-20 Jahre

1. Roman Toponar	Kulmbach
2. Jakob Schmidt	Bottrop
3. Robin Kaun	Calw

Kata Einzel Herren ab 21 Jahre

1. Davor Vranjes	Frankfurt
2. Dennis Braun	Viernheim
3. Davide Orlando	Karlsruhe

Kumite Einzel Damen 16-17 Jahre

1. Eva Touet	Troisdorf
2. Kittima Yubonphan	Frankfurt
3. Mariline Wilhelm	Bühlertal
3. Katharina Feldmann	HKC Magdeb.

Kumite Einzel Damen 18-20 Jahre

1. Nadja Stuchlik	Pforzheim
2. Franziska Meixner	Kulmbach
3. Natalia Grybos	Kulmbach
3. Dhammika Rüpke	Bremen

Kumite Einzel Damen ab 21 Jahre

1. Joana Tsemeles	Troisdorf
2. Bianca Walsleben	HKC Magdeburg
3. Sonja Ben	Troisdorf
3. Daria Vent	Marburg

Kumite Einzel Herren 16-17 Jahre

1. Pascal Christmann	Kaiserslautern
2. Fabian Kozikowski	Calw
3. Erik Hiege	Rotenburg
3. Johannes Meineke	HKC Magdeburg

Kumite Einzel Herren 18-20 Jahre

1. Christian Ollert	Kulmbach
2. Roman Toponar	Kulmbach
3. Arwid Zwang	Marburg
3. Vito DiBello	Karlsruhe

Kumite Einzel Herren ab 21 Jahre

1. Giovanni Macchiatella	Frankfurt
2. Steffen Maier	Konstanz
3. Egor Prasolow	Siegen
3. Florian Bindbeutel	Marburg

Kata-Spezial 2012

17. - 20. Mai in Wangen im Allgäu

Bericht: Bernd Hinschberger
Fotos: Rolf Hecking und "der Ausrichter"

Der Verein GASSHUKU e.V. wurde 1987 gegründet und richtet jährlich zwei große Karate-Lehrgänge aus. In der ersten Augustwoche international einen der weltweit größten Lehrgänge: Das Gasshuku, in diesem Jahr wieder in Konstanz zu Gast, und seit 1989 als besonderes Angebot auch an „ältere" Karateka, den Kata-Special Lehrgang, als gesonderten Lehrgang mit dem Schwerpunkt Kata und Kata-Bunkai, zeitlich angesiedelt immer an den vier Tagen von Christi Himmelfahrt bis zum darauf folgenden Sonntag.
Es gehört zum festen Konzept des Gasshuku e.V., die Lehrgänge vorzugsweise in touristisch interessanten und attraktiven Gegenden anzusiedeln, um mitreisenden Familienangehörigen, soweit sie nicht selbst auch Karate betreiben, die Möglichkeit zu einer abwechslungsreichen Gestaltung der Freizeit zu ermöglichen.
Ein Konzept, das über alle Verbandsstrukturen hinweg von Jung und Alt begeistert angenommen wird und beide Veranstaltungen absolut zu sportlichen Highlights im Karate-Jahr werden lässt.
Die 30.000 Einwohner große Stadt Wangen, Mittelzentrum für viele Gemeinden im westlichen Allgäu, bietet alle Voraussetzungen, um den Ansprüchen des Gasshuku e.V. an einen Austragungsort gerecht zu werden.
Der nur 20 km entferne Bodensee, die Allgäuer, Österreichischen und Schweizer Alpen bieten Naherholung pur in unmittelbarer Umgebung der auch historisch interessanten Stadt Wangen mit ihrem mittelalterlichen Stadtkern.
Wangen war bereits im Jahre 2009 einmal Gastgeber des Kata-Special Lehrgangs und die ausrichtenden Dojo Taku Ku Kan Wangen und Butoku Kai Wangen trafen alle Vorbereitungen, um für ihre Karate-Gäste einen nicht nur sportlich abwechslungs- und lehrreichen sondern auch unterhaltsamen Aufenthalt zu arrangieren.

Mittwoch, 16. Mai: Anreisetag

Staus, Regen, Hagel, Kälte und Schnee! Toller Auftakt, besonders für unsere Camper sowie für Peter Hurter und seine vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der beiden Ausrichter-Dojo. Trotz aller Widrigkeiten: Der unmittelbar hinter den beiden einander gegenüber liegenden Trainingshallen gelegene „Campingplatz" bot

links:
"der Tainerstab"

rechts:
Ein Teil des unermüdlichen und immer freundlichen Helferteams der beiden ausrichtenden Dojo

Mittwochabend: Schnee vorm Festzelt!!!

den notwendigen Komfort für eine Vielzahl von Zelten, Caravans und Wohnmobilen. Und da auch das Fest- und Verpflegungszelt im unmittelbaren Hallenbereich aufgebaut war, sollte Wangen 2012 das Kata-Special der kurzen Wege werden. Und das Wetter: Samstag und Sonntag jedenfalls spielte die Sonne gut mit!

Den Trainerstab stellt Ochi Sensei zusammen und mit Sensei Tatsuya Naka, JKA-France –Instructor Jean Pierre Fischer, DJKB-Instructor Toribio Osterkamp, Nationalcoach Thomas Schulze und Stützpunkttrainer Julian Chees hatte „unser Chef" wieder einmal genau die richtige Wahl getroffen, was die stattliche Teilnehmerzahl der aus ganz Deutschland, der Schweiz, Frankreich und etlichen anderen Ländern angereisten Karate-Enthusiasten eindrucksvoll bestätigte. Über die gesamte, viertägige Lehrgangsdauer trugen die fünf Karatelehrer durch ihr

unten: Das Jugend-Kader bereitete sich am Kata-Spezial auf die JKA-Jugend-EM vor.

Kata-Spez

Haus.
Zusätzliche Einheiten für das Senioren- und Juniorenkader hatte Thomas Schulze angesetzt und auch Bundesjugendtrainer Markus Rues, nach einer Knie-Operation „gehandicapt“, ließ es sich nicht nehmen, kurz vor der Jugend-EM Anfang Juni in Paris, noch einmal seinen Kader zu sichten.

methodisch kreatives und gut durchdachtes Training zur vollen Erhaltung der Motivation bei, Ermüdung und nachlassende Aufmerksamkeit der Teilnehmer konnte ich selbst am Sonntagmorgen noch in keiner Gruppe feststellen. Hervorheben muss ich auch die konzentrierte Mitarbeit der zahlreichen Kinder, speziell in der Unter- und Mittelstufe, die wahrhaftig ihr Bestes gaben, um dem anspruchsvollen Training über Stunden hinweg aufmerksam zu folgen!

Der Organisationsrahmen
Von 8:30 Uhr in der Frühe bis 13 Uhr (mit einer nur kurzen Mittagspause) und nachmittags weiter bis 17 Uhr standen den jeweiligen Trainingsgruppen täglich zwei eineinhalbstündige Trainingseinheiten Kata-Unterricht ins

zial 2012

Die stärkste Trainings-Gruppe bilden traditionsgemäß die Karateka ab 2. Dan aufwärts. Sehr gut besetzt und besucht waren auch die Gruppen der 1. Dan-Grade, der Braun-Gurte und die der Violett-Gurte. In den beiden Unterstufen-Gruppen 6. bis 7. Kyu und 9. bis 8. Kyu war dagegen schon mehr Luft und mehr Platz in den Hallen.

Für die inhaltliche Gestaltung eines viertägigen Lehrgangs mit der thematischen Bindung „Kata“ stellt sich für die Lehrenden die Frage, welche Schwerpunktsetzung vorzunehmen ist.
Denkbare ist es, den Fokus auf das reine Erarbeiten und

Festigen des Ablaufes der einzelnen Kata zu legen oder das Bunkai ins Zentrum der Vermittlung zu stellen oder sich mit dem exakten Erarbeiten besonderer Elemente der jeweiligen Kata zu beschäftigen.
In Wangen stand, neben den oben genannten Aspekten, eindeutig die Arbeit an der Verbesserung der Karate-Qualität im Vordergrund.

Die verschieden Kata und ihre jeweilig speziellen Elemente dienten „so zu sagen“ nur als Basis und bildeten die Ausgangspunkte, zentrale Lernziele des Karate anzusprechen, zu verdeutlichen und zu trainieren. Die überwältigende Fülle der Beobachtungen und Eindrücke (rund 63 Karate-Unterrichtsstunden!) macht es dem Chronisten unmöglich, eine repräsentative Auswahl zu treffen. Es sei mir verziehen, wenn ich mich auf wenige Aspekte und Beispiele konzentriere und mein Augenmerk verstärkt auf die Trainerpersönlichkeiten richte.

Seit Jahrzehnten ist **Sensei Ochi** das Herz, die Seele und der Motor des JKA-Karate in Deutschland:
In der Gruppe ab Nidan baute DJKB-Chiefinstructor Ochi Sensei seinen Unterricht der Kata Gojushiho Dai auf mit Schwerpunkten auf dem Wechsel von Spannungs- zu Dynamikelementen und dem Rhythmus-Training zwischen langsamen und extrem schnellen Bewegungen und Wendungen.
Der Wechsel von „weich und hart“, von „langsam und schnell“, von „Spannung und Entspannung“ stellt auch für höher graduierte Karateka eine echte Herausforderung dar und bedarf langen und intensiven

Kata-Spezial 2012

Trainings, macht aber zuletzt den Qualitätsunterschied in der Kata entscheidend aus. Schon alleine durch seine unnachahmliche Zählweise und den Einsatz seiner Stimme steuert Ochi Sensei diese Lernprozesse! Die Demonstration von Anwendungsbeispielen rundeten die Beschäftigung mit dem jeweiligen Kata-Element ab. Neben der ständigen Detailkorrektur einzelner „Ausführungsvarianten“ der Teilnehmer ließ Ochi Sensei auch Raum für Fragen zu Kata-Details der Gojushiho Dai. Raum, der von den Aktiven gerne und ausgiebig genutzt wurde.

DJKB-Instructor Sensei Toribio Osterkamp ist dafür bekannt, an die Ausführung von Karate-Techniken hohe Anforderungen zu stellen. Präzision, Exaktheit und Genauigkeit im Detail bilden für ihn essentielle Bausteine des Karate. Darüber hinaus fordert Toribio stets auch ein der Dojo-Etikette entsprechend korrektes Verhalten seiner Schüler, in einer Zeit, in der laxe Sitten leider häufig ignoriert oder gar toleriert werden ist dies fast schon eine Ausnahmeerscheinung! So war ich gespannt, wie Toribio Osterkamp die Aufgabe lösen würde, in der Gruppe der Orange- und

Am Beispiel der Kata Jitte zeigte Thomas Schulze in der Gruppe ab Nidan die zentrale Bedeutung des hüftgesteuerten, punktgenauen Krafteinsatzes auf.

Grüngurte die Kata Bassai Dai zu vermitteln. Unser DJKB-Instructor wurde der Herausforderung souverän Herr, stellte gleich klar, dass es nicht um die Ablauf-Vermittlung gehen würde, sondern darum, an Elementen dieser Sentei-Kata grundsätzliche Fertigkeiten des Karate zu üben und zu trainieren. Hüfteinsatz in Oi-, Hanmi- und Gyaku-Hanmi Form beispielsweise an der Sequenz mit den Soto-Ude-Uke und Uchi-Ude-Uke Blocks, dabei Standfestigkeit und Sicherheit in Drehungen und bei Wendungen.
Gleichzeitig fand er noch Zeit, sich um das „Schmuckeinsammeln“, Gürtelbinden und korrekte Aufstellen und Ausrichten der Gruppe zu kümmern: Respekt und Chapeau, Toribio!

DJKB-Nationalcoach Sensei Thomas Schulze ist kein Freund langer Ansprachen. Seine Trainingsansagen kommen kurz und präzise, oft nur Stichworte, die den Weg weisen und die Aufmerksamkeit der Schüler auf den wesentlichen und angesprochenen Aspekt hin lenken sollen. Entsprechend trainingsintensiv gestalten sich seine Unterrichts-Einheiten, fordern volle Konzentration und engagierte Mitarbeit.
Am Beispiel der Kata Jitte zeigte Thomas in der Gruppe ab Nidan die zentrale Bedeutung des hüftgesteuerten, punktgenauen Krafteinsatzes auf.
In Kata Enpi (Violettgurtgruppe) bildeten Standsicherheit, Hüfteinsatz, Beinarbeit, Spannungswechsel und der Übergang von Bewegung zur Ruhe und umgekehrt, die Schwerpunkte der Vermittlung. Und selbstverständlich: Auch das intensive Üben der jeweiligen Kata-Elemente kam nicht zu kurz! Methodisch sehr interessant, körperlich (*Körper-Mitte!*) und geistig (*Konzentration!*) richtig fordernd waren seine Trainingssequenzen aus Heisoku Dachi auf der Basis der fünf Heian-Kata.
Beim Üben von Anwendungsbeispielen beschränkte sich Thomas nicht darauf, Beispielanwendungen nur anzureißen, sondern er ließ die ausgesuchten Übungsabläufe mit und ohne Kommando regelrecht eintrainieren, was

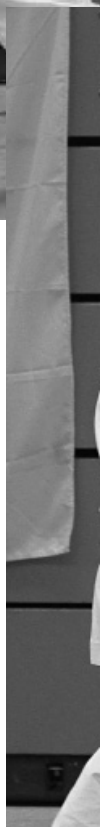
Kata-Spezial 2012

bei den Übenden des Gelingens wegen ein gutes „Feeling“ hinterlässt.

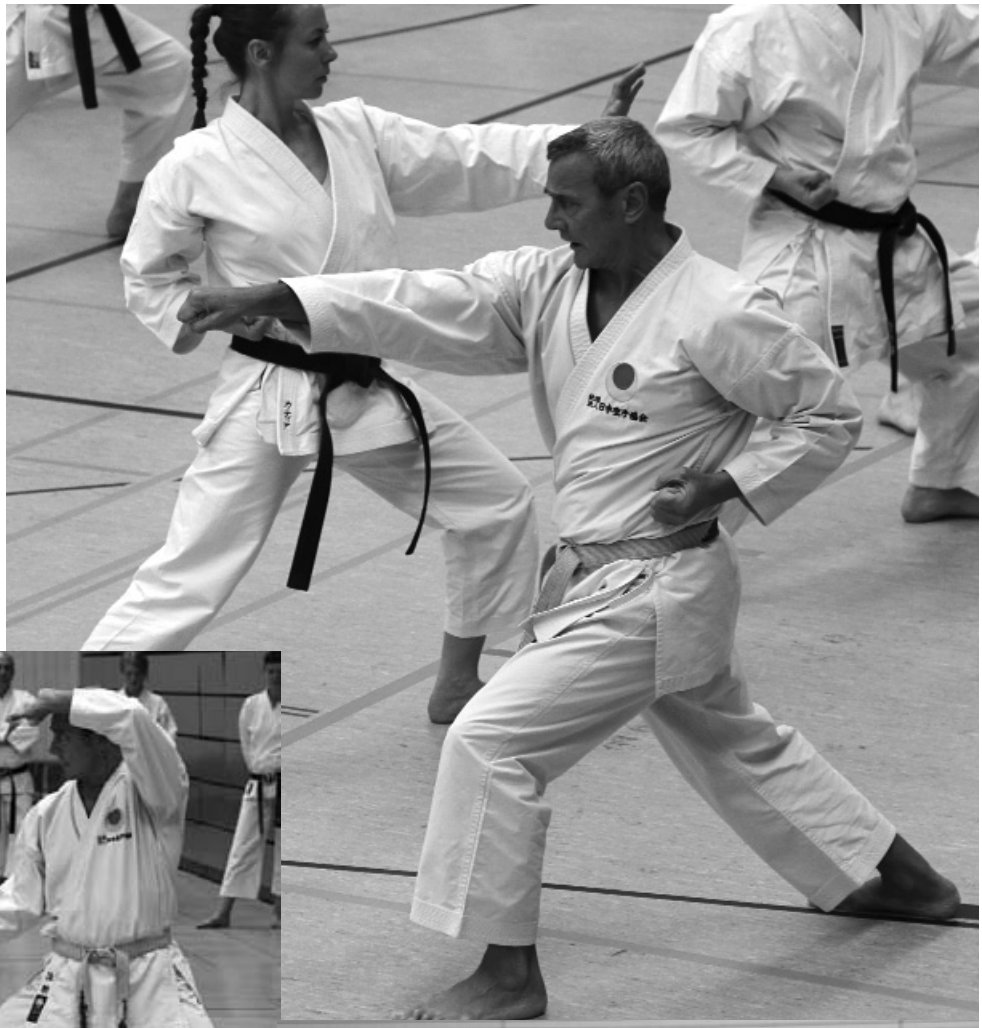
DJKB-Stützpunktrainer Sensei Julian Chees strukturiert sein Training durchdacht. Bereits in der Aufwärmphase finden vorbereitende Übungen ihren Platz, z.B. Schwungübungen zur Kata Jitte (Grp. ab Nidan) oder Übungen zu Heian Godan (Grp. 7.-6. Kyu). Stets bestens gelaunt begeistert Julian seine Schüler durch seine präzisen Technikdemonstrationen, ausgeführt mit einem bestechend starken Kime: Musterbeispiele für das Lernen über das optische Aufnehmen eines Bewegungsvorbildes.
Variationsreich und kreativ gestalten sich auch seine Ausführungen zum Kata-Bunkai; hier scheint Julian über einen wahren Schatz von Variationen zu verfügen.
Trotz höchster Anforderung an seine Lerngruppen vernachlässigt Sensei Chees nie die Interaktion mit seinen Schülern. Frage-Antwort-Spiel, persönliche Zuwendungen und freundlich angebrachte Korrekturen lassen den Funken der Begeisterung überspringen und machen eine Übungseinheit mit Julian zu einem freudvollen Erlebnis: Man lernt, ohne es zu merken, man strengt sich an und verausgabt sich, ohne es zu registrieren!

Mein Eindruck: Julian gelingt es, exzellentes Karate-Training und (in einem ganz positiven Sinne) „Entertainment“ miteinander in Einklang zu bringen.

Der französische JKA-Karate-Lehrer Sensei Jean-Pierre Fischer, seit kurzem in Luxemburg beheimatet, kann auf eine sehr lange, eindrucksvolle und überaus erfolgreiche Laufbahn als Karate-Wettkämpfer und Trainer im internationalen Einsatz zurückblicken.
Dieser daraus resultierende Erfahrungsschatz verleiht Jean-Pierre Fischer eine natürliche Autorität. Wenn er Karate unterrichtet spürt man förmlich seine enorme Kompetenz: Bestechend saubere Demonstrationen und klare Ansagen und Anforderungen an die technische Ausführung und Umsetzung seiner Bewegungsaufgaben charakterisieren seinen Unterricht.
Sensei Fischers aufmerksamen Auge entgeht kein Verstoß gegen die „Karate-Qualität“ seitens der Schüler. Immer wieder spricht er Details der



Technikausführung an und demonstriert selbst: Kraftrichtung, Kimepunkte, Rhythmuswechsel, Hüfteinsatz, Einsatz der Verse und der Beinmuskeln zur Initiierung und Unterstützung der Technik. Sein Rat an Übende und Trainer: *Immer zuerst die Technik verbessern, dann die Schnelligkeit und zuletzt erst die Kraft.* Seine Übungen zum Bunkai der Kata sind einfach, effektiv und schnörkellos: Kampfkunst eben und kein Kino-Karate! In Kata Tekki (7.-6. Kyu) gibt er sich nicht eher zufrieden, bis die Übenden die korrekten Endpunkte für Block- und Tsuki-Techniken finden,



immer wieder Korrektur, Hilfestellung und Anleitung. In seinen Trainingseinheiten wurde Jean-Pierre unauffällig unterstützt durch DJKB-Vizepräsident Karl Eric Leyser, der sich freundlicher Weise nicht nur als kompetenter Übersetzer, sondern auch als eifriger Helfer und „Demonstrationsobjekt“ zur Verfügung stellte.

Unser Ehrengast aus Japan:
JKA-Instructor Sensei Tatsuya Naka zählt

Kata-Spezial 2012

Naka Sensei demonstriert mit seinem Dolmetscher Robert Lazarevic Bunki der Kata Gankuku.

Fotos unten:
Zwei Varianten der 3. Technik

oben:
Zentraler Punkt in Naka Senseis Training:

Die "Oszillaton" um die Wirbelsäule als Mittelachse.

nicht nur in Deutschland inzwischen zu den bekanntesten und beliebtesten Karate-Lehrern aus dem JKA-Hauptquartier.
Viele seiner Fans reisen ihm auf seinen Europa-Aufenthalten von Lehrgang zu Lehrgang nach, lassen sich keine seiner Trainingseinheit entgehen.
Worauf basiert das Geheimnis seines Erfolges, was macht seine Wirkung auf die Karate-Schüler aus? Naka Sensei verfügt über ein unglaubliches Charisma, seiner Ausstrahlung und seiner Persönlichkeit kann man sich schlicht und einfach nicht entziehen.
Seine bildreiche Sprache und seine exzellenten

Demonstrationen machen auch karate-technisch komplexe und schwierige Zusammenhänge verständlich.

In Wangen lag ein Schwerpunkt seines Trainings auf der Verbesserung der allgemeinen technischen Karate-Qualität. Er betonte immer wieder die Bedeutung der Körpermittelachse.
Diese Hüftrotation (wie unser Übersetzer Robert Lazarevic meinte, könne man bei Naka Sensei eher von “Oszillation” sprechen, bei der Geschwindigkeit seiner Ausführung) demonstrierte Naka Sensei immer wieder eindrucksvoll.

Zunächst kommen alle Karatebewegungen aus dieser Mittelachse heraus und bleiben auch in dieser Mittelachse.
Beispiel Gyaki-Zuki: Die Hüftrotation um die Wirbelsäulenachse treibt die Faust von der Hüfte aus nach vorne, wo der Zielpunkt sich wieder in der Verlängerung der Wirbelsäule (Mittelachse) befindet.
Auch Naka Sensei ließ Heian Kata aus Heisoku-Dachi üben, um das Prinzip der Mittelachse zu verdeutlichen.

Erst bei der Bewegung (Drehung) im Raum kommen 2 zusätzliche Achsen (Schulterachsen) hinzu, die dennoch logischerweise immer mit der Mittelachse in Verbindung stehen.

Ein weiteres Anliegen war für ihn die “Ökonomie der Karatebewegungen”.
Alle Techniken kommen aus der Körpermitte heraus und gehen auf direkten Wege zum Ziel. Keine vorauseilenden Bewegungssignale, keine Schwungbewegungen, keine Umwege auf dem Weg zum Ziel.

Nicht unerwähnt bleiben soll auch die unaufdringliche und bescheidene Art, mit der Robert Lazarevic sich als kompetenter Japanisch-Übersetzer erwies und dadurch mit dazu beitrug, die Lehreinheiten von Sensei Naka zu einem Karate-Erlebnis der “ALLER-ERSTEN-KLASSE” werden zu lassen.

Zum Schluss im Namen der Trainer, der Teilnehmer, des Gasshuku e.V. **und** des DJKB-Präsidiums ein ganz herzliches “DANKESCHÖN” an Peter Hurter und sein 70-köpfiges Helfer-Team aus den beiden Dojo „Taku Ku Kan“ und „Butoku Kai“.

In einem abschließenden Fazit brachte ein völlig entspannter Peter Hurter es stichwortartig so auf den Punkt:
”Wetter na ja, nach anfänglichem Kälteeinbruch (Schnee und Hagel) bis -2 Grad in der Nacht, Freitag bis Sonntag sonniges und schönes Sommerwetter, Stimmung der Teilnehmer sehr entspannt und zufrieden, die

Kata-Spezial 2012

Trainingseinheiten wurden durchwegs sehr positiv beurteilt.

Unterhaltungsprogramm gelungen und gut angenommen, großes Festzelt mit leckerer und günstiger Verpflegung, Live Band am Abend, Public Viewing Champions League Finale, Spielewagen für Kinder, also alles, was man so braucht, war vor Ort vorhanden!
Besondere Vorkommnisse: Keine, (außer "unfreiwilliges Baden" eines Teilnehmers im Kanal nebenan). Ohne jegliche Beschädigungen der Hallen, des Zelt, des Inventars! Stimmung des Ausrichters: Sehr zufrieden, denn unsere Mühen haben sich gelohnt, den Teilnehmern das Kata-Spezial so angenehm wie möglich zu machen und für die Veranstaltung eine freundliche und familiäre Atmosphäre zu schaffen!"

Kata-Spezial 2013 9. - 12. Mai in Tauberbischofsheim

KAITEN
KARATE GI

Besucht jetzt unseren neuen Online-Shop.

!!! NEU !!!

Täglich wechselnde Angebote mit Live Shopping

Design by
Shihan Hiroshi Shirai

www. KAMIKAZE .de

Kamikaze Sportartikelvertriebs GmbH * Am Butterhügel 6 * 66450 Bexbach
Telefon: 06826 / 9335-0 * Fax: 06826 / 9335-50 * E-Mail: mail@kamikaze.de

Kindertrainerlehrgang
mit Markus Rues in Wangen

Trotz ungünstigem Termin, kurz nach der Fastnacht, reisten 24 Teilnehmer zum zweiten Kindertrainerlehrgang nach Wangen an. Am teilweise sehr weiten Anreiseweg (Teilnehmer aus Baden-Baden, Aalen, Feldkirch oder Rüdesheim am Rhein waren dabei), lässt sich ersehen, dass Fortbildung für Jugendtrainer sehr gefragt ist. Nur 2 Teilnehmer waren im Vorjahr schon dabei, so dass einige Themen Wiederholungen vom letzten Jahr beinhalteten, jedoch mit neuen Variationen im Koordinationstraining ausgeschmückt.

In der 1. Stunde vermittelte Markus zunächst theoretisches Wissen. Kinder, die Sport treiben, lernen leichter! (ist durch Untersuchungen belegt). Im DJKB sind 21000 Mitglieder, davon 55% Kinder. Kinder und Eltern haben ganz unterschiedliche Beweggründe, warum sie ins Karate gehen, bzw. geschickt werden. Eltern schicken die Kinder, damit sie Disziplin lernen, sich motorisch verbessern. Kinder wollen sich verteidigen lernen, kämpfen, was auch die anwesenden Kinder bestätigt haben.

Ganz wichtig für das Kindertraining ist, dass

- die Kinder ihren Trainer/in mögen
- eine Beziehung zwischen Trainer/in und Kind aufgebaut wird
- wir als Trainer uns Respekt verschaffen (was bei Männern und Frauen unterschiedlich ist)
- wir die Disziplin nicht übertreiben, diese kommt später von allein.

Nach wertvollen Tipps zu altersgerechtem Training, kindgerechter Sprache, der richtigen Anbringung von Kritik im Training und sinnvoller Gruppeneinteilung war der praktische Teil an der Reihe. Mit viel Freude und Spaß demonstrierten die Kinder des Butoku-Kai, unter der Anleitung von Markus Rues, Bewegungs- und Koordinationsübungen mit verschiedenen Kleingeräten.
Spielerisch werden in diesem Training Muskeln aufgebaut, Schnellkraft trainiert und Koordination geübt.
Das brauchen wir alles im Karate und es fördert auch die Flexibilität, die wir später im Kumite einsetzen sollen. Koordinationstraining ist keine verlorenen Zeit! Aber warum findet das keinen ausreichenden Platz in unserem Training?
Markus betont aber auch ganz deutlich: Grundschule muss auch sein, darf aber auch abwechslungsreich vermittelt werden, z.B. mit verschiedenen Aufstellungsformen.
Immer wieder war Zeit für Fragen der Teilnehmer, die fast immer mit praktischen Übungen der Kinder beantwortet wurden.
So war nach dem Grundschulteil noch Zeit für Kata und Kumite, jeweils ein Block mit vielen praktischen Beispielen, die teils sehr anstrengend waren und trotzdem Spaß gemacht haben. Nach 5 Stunden Lehrgang haben die Köpfe geraucht, die Notiz-Blöcke waren vollgeschrieben und alle freuten sich auf einen Kindertrainer-LG Teil 2, wahrscheinlich im Herbst 2012 wieder in Wangen.

Bericht: Monika Ströbele
Fotos: Norbert Ströbele

Gasshuku 2012

30. Juli - 3. August

in Konstanz am Bodensee

Veranstalter: Karate Gasshuku e.V.

Ausrichter: Karate-Fitness-Dojo Konstanz
Markus Rues • Otto-Adam-Str. 4 • 78467 Konstanz • Tel.: 0 75 31 / 5 07 07

Anmeldung: **Horst Gallenschütz • Radolfzellerstr. 36 • 78467 Konstanz • Tel.: 0 75 31 / 7 11 44 • Fax: 0 75 31 / 7 11 40**
Anmeldung dojoweise, wenn nicht anders möglich, auch einzeln. Bitte deutlich mit genauer Absenderangabe (in Druckschrift od. mit Schreibmaschine unter Angabe des Kyu- oder Dan-Grades), da Teilnahmekarte sofort nach Geldeingang an den Anmelder versandt wird.

Gebühr: **100,- EURO** zu überweisen auf das Konto: »Karate Gasshuku e.V.« • Volksbank Konstanz • Blz 692 910 00 • Kto. 0214441403
Letzter Einzahlungstag bei Bank od. Postamt: **23. Juli 2012** (ab dann nur noch Barzahlung möglich).

Erstattungs-anspruch: Im Verhinderungsfall ist ein Erstattungsanspruch für die volle Lehrgangsgebühr (100,- EURO) bis spätestens Sonntag, 28. Juli 2012 bei Horst Gallenschütz schriftlich unter Zusendung der Teilnahmekarte zu beantragen. Erstattungsansprüche, die nach diesem Termin unter Zusendung der Teilnehmerkarte eingehen, werden noch mit 50,- EURO pro Teilnehmer berücksichtigt. Vier Wochen nach Lehrgangsende verfallen sämtliche Erstattungsansprüche.

Barzahlung: am So., 29. Juli zwischen 17.00 u. 22.00 Uhr im Festzelt F

Prüfungen: Kyu- und Dan-Prüfungen (Zeiten werden vor Ort bekannt gegeben.)

Treffpunkt: Es wird ein großes Festzelt direkt neben der Schänzlehalle aufgestellt, das als ständiger Treffpunkt dient.

Gasshuku in Konstanz

30. Juli - 3. August

2012

Shihan
Hideo Yamamoto
(Shihan Mori ist leider aus privaten Gründen verhindert)

Shihan Seizo Izumiya
JKA-Instructor aus Japan

Shihan Koichi Sugimura
JKA-Instructor aus der Schweiz

Sensei Shinji Akita

Sensei Hanskarl Rotzinger

Sensei Risto Kiiskilä

Sensei Toribio Osterkamp

Sensei Julian Chees

Sensei Thomas Schulze

Sensei
Detlef Krüger

“last but not least” Shihan Hideo Ochi

Täglich wechselndes Programm
Freitag: Große Abschiedsparty

Verpflegung: täglich von 6:30 bis 0.30 Uhr Frühstück, Mittag- und Abendessen.

Übernachtung:

Hotelzimmer: **bitte über die Tourist-Information Konstanz buchen Tel.: 0 75 31 / 13 30-30**

Camping: **Neben den Trainingshallen, direkt am Rhein, wird ein Bedarfscampingplatz (Z) eingerichtet. Toilettenwägen werden zur Verfügung gestellt.** Die offiziellen konstanzer Campingplätze sind sehr weit von den Trainingshallen entfernt. **Wir stellen ca. 300 Campingplätze zur Verfügung.**

Wohnmobile u. Wohnwagen: Für ca. 70 Wohnmobile und Wohnwagen wird in unmittelbarer Nähe zum Festzelt ein Parkplatz zur Verfügung gestellt. (W)

Außerdem: **Parkplätze sind absolute Mangelware! Bitte möglichst ein Fahrrad mitbringen. Trainingshallen, Festzelt, Bedarfscampingplatz und Wohnmobilplatz befinden sich alle linksrheinisch im Stadtteil »Paradies«.**

Haftung: **Der Ausrichter übernimmt keine Haftung!**

Weitere Infos unter:

www.gasshuku-konstanz-2012.de

KAMIKAZE

	1-3	4	5
Trainingsplan	**Schänzlehalle**	**Schänzlehalle**	**Ellenrieder Halle**
07.00 - 08.00 Uhr	Kata-Training alle Dan-Grade	Kata-Training 4. Kyu	Kata-Training 5. Kyu
08.00 - 09.00 Uhr	Kata-Training 3. - 1. Kyu	Kata-Training 7. - 6. Kyu	Kata-Training 10. - 8. Kyu
09.00 - 10.30 Uhr	ab 2. Dan	4. Kyu	5. Kyu
10.30 - 12.00 Uhr	1. Dan	6. Kyu	10. - 8. Kyu
12.00 - 13.30 Uhr	3. - 2. Kyu	1. Kyu	7. Kyu
13.30 - 15.00 Uhr	ab 2. Dan	4. Kyu	5. Kyu
15.00 - 16.30 Uhr	1. Dan	6. Kyu	10. - 8. Kyu
16.30 - 18.00 Uhr	3. - 2. Kyu	1. Kyu	7. Kyu

Änderungen der Hallenbelegung und Trainingszeiten vorbehalten!

Die Gasshuku-Teilnehmerkarte beinhaltet einen Waren-Gutschein in Höhe von 25,- Euro¤ der am KAMIKAZE-Stand beim Kauf eines Karate-Gi angerechnet wird.

10. KINDER- UND JUGENDLEHRGANG MIT

KIRSTEN **MANSKE** und THOMAS **SCHULZE**

in Wathlingen

Ein besonderes Jubiläum konnte unser Dojo am 10. März begehen: Zum zehnten Mal durften wir das beliebte Trainerehepaar Kirsten Manske und Thomas Schulze begrüßen.

Was vor zehn Jahren als nahezu reiner Kinder- und Jugendlehrgang begann, ist nun zu einem Lehrgang für „Jung und Alt“ geworden. Karateka aller Altersklassen kommen zusammen, um miteinander zu trainieren.
Die jüngeren weiblichen Karateka finden in Kirsten eine der wenigen weiblichen Lehrgangstrainerinnen und somit ein „weibliches Vorbild zum Identifizieren“.
In diesem Jahr kamen wieder über 100 Karatekas ins Celler Land. Vielen von ihnen kommen jedes Jahr gerne wieder zu uns und sind schon Stammgäste!

Der diesjährige Jubiläumslehrgang stand ganz unter dem Motto Kumite, und brachte für alle Karateka viele (neue) Denkanstöße.
Unterstufe und Oberstufe wurden parallel in der großen abgetrennten Halle trainiert, wobei sich Kirsten und Thomas abwechseln

Die Unterstufe (bis einschließlich 5. Kyu) befasste sich schwerpunktmäßig mit dem Thema Hüfteinsatz und Hüftrotation.
Neben zahlreichen Übungen aus dem Kihon erläuterte Kirsten den Teilnehmern noch die Partnerübung Gohon Kumite, und Thomas führte die Thematik Kumite mit dem Kihon Ippon Kumite fort. (Was sicherlich für einige unserer Bonsai-Kinder noch „Böhmische Dörfer“ war).
Toll ist, dass Kirsten und Thomas auch bei den sehr aktiven Kindern große Geduld zeigen!

Auch für die Oberstufe stand Kumite auf dem Programm.
Thomas erläuterte uns anhand vieler Demonstrationen, wie wichtig die richtige Distanz zum Partner und eine ausreichende „Bodenhaftung“ (sprich stabile Stellung) sind.
Zanshin muss auf jeden Fall bis zum Ende jeder Übung bewusst - aber nicht krampfhaft - gehalten werden.
Auch der korrekte Einsatz der Hüfte wurde angesprochen. (Zum Beispiel beim Vorgleiten mit der Übung Kizami Zuki Yodan und Gyaku-Zuki Chudan).
Jede Übung sollte mit absoluter Ernsthaftigkeit ausgeführt werden, als ob man einen konkreten Gegner (als Ziel) vor Augen hat.
Bei der Ausführung im Kihon Ippon Kumite soll die Abwehr erst im letzten Moment erfolgen, dafür aber sehr stark und konzentriert ausgeführt werden. Dann sollten die Teilnehmer vor Ausführung des Gegenangriffs eine Pause einlegen, um sich alle Momente des „Kampfes“ bewusst zu machen.
Thomas betonte ausdrücklich die besondere Bedeutung des Kihon Ippon Kumite für den späteren Freikampf: Wer Kihon Ippon Kumite sicher beherrscht, wird auch im Freikampf durchdachte und keine überhasteten Aktionen starten!
Auch eine Wurftechnik (Ausgangsposition Haito Uchi zum Hals des Partners) wurde in die Übungen eingebaut.
Den Abschluss der Trainingseinheit von Thomas bildete die Kata Heian Nidan, die auch im Geiste eines realen Kampfes ausgeführt werden sollte.

Kirstens Training begann nach der Mittagspause mit einigen Mae Geri (aus dem Stand), wobei auf das Hochreißen des Knies, den Einsatz der Hüfte und die Schnelligkeit geachtet werden sollte.
Mit dem Partner wurde anschließend sehr intensiv eine Sequenz geübt, die aus drei Angriffen bestand: Vorgehen mit Oi Zuki Yodan (und sofort wieder zurück in die Ausgangsposition), vorgehen mit Mae Geri (vorne absetzen und auch wieder sofort zurück in die Ausgangsposition); dann letzter Angriff mit Mae Geri und gleichzeitig Oi Zuki beim Vorne-Absetzen. Danach wieder schneller Rückzug in die Ausgangsposition. Alles wurde natürlich mit wechselnden Partnern und in Rechts- und Linksauslage geübt.
Anschließend beschäftigten wir uns noch ausgiebig mit dem Kihon Ippon Kumite und mit Randori (aus Techniken dieser Kumite-Form).
Auch bei Kirstens Kumite-Einheit stand die Partnerorientierung im Vordergrund.

Zum Abschluss der letzten Trainingseinheit absolvierten alle Teilnehmer gemeinsam ein letztes und schweißtreibendes Programm aus Grundschultechniken.

Gegen 15.30 Uhr traten noch einige Prüflinge an, die nach einer überzeugenden „Darbietung“ alle, mit neuen Kyu-Graden ausgestattet, den Heimweg antreten konnten.

Was unsern Lehrgang so beliebt macht, ist aber nicht nur das exzellente Training, sondern auch unser erstklassiges und umfangreiches Buffet!
An dieser Stelle dafür ein herzliches Dankeschön an die Organisationsprofis unseres Dojo!

Wir hoffen, Euch auch im nächsten Jahr am 02. März 2013 in Wathlingen begrüßen zu können.

Rita Fiedler

Lehrgang mit **Detlef Krüger** und **Jörg Reuß**
im Shotokan-Karate-Dojo Tsunami Köln

Gedanken und Eindrücke zum Lehrgang aus Sicht von…

Wir sind vier Frauen

(alle über 40 Jahre alt) aus dem Shotokan-Karate-Dojo Tsunami Köln. Anfangs haben wir unsere Kinder zu Karate begleitet, beim Training zugesehen und bei den Prüfungen mit gefiebert. Doch vor ca. 3 Jahren haben wir uns gedacht, dass es doch besser wäre, nicht vor der Tür auf unsere Kinder zu warten, sondern im Training selbst mitzumachen. Heute, am 24. März 2012 haben wir auf dem Lehrgang mit Detlef Krüger und Jörg Reuß, unsere Kinder in der Gürtelfarbe überholt! Wir haben unsere Violett- und Grüngurt-Prüfungen bestanden. Darauf sind wir sehr stolz.
Unser Trainer, Jörg Reuß, fordert viel von uns. Jede Kleinigkeit wird gesehen und korrigiert. Selten ist er zufrieden mit unserer Leistung. Unregelmäßiges Training wird entsprechend kommentiert. Und genau das ist es, was uns anspornt und beflügelt. Es macht Spaß, hart zu trainieren und an seine Grenzen zu gehen. Wenn dann mal ein Lob kommt, ist es entsprechend wertvoll für uns!

In unserem Dojo werden seit letztem Jahr alle drei Monate Lehrgänge angeboten. Da Jörg durch seine langjährige Karatezeit als Wettkämpfer, als nationaler und internationaler Kampfrichter und Stützpunktleiter viele gute Freunde unter den DJKB-Instruktoren und anderen erfolgreichen Karateka hat, wird er in Zukunft zu unseren Lehrgängen viele seiner Freunde als Gasttrainer und Prüfer einladen. Prüfungen sollen bei unseren Lehrgängen von diesen Gästen abgenommen werden, um Objektivität zu gewährleisten und die Qualität der Ausbildung zu prüfen.
Zu Beginn des Lehrgangs wurde Unter, Mittel- und Oberstufe getrennt. Detlef übernahm zunächst die Unter-/Mittelstufe und ging mit uns die Prüfungstechniken durch. Dabei hat er uns Varianten zu einzelnen Techniken aufgezeigt und ausgiebig erklärt.
Nach einer Stunde wurde gewechselt und Jörg übernahm die Unter-/Mittelstufe. Gohon- und Kihon-Ippon-Kumite war das Thema. Wir alle waren wegen der bevorstehenden Prüfung recht nervös und um „den Kopf frei" zu bekommen, übte Jörg mit uns für den Rest der Stunde die Grundschultechniken.

Dann war es soweit: Prüfung! Wir 10 Prüflinge haben uns im Dojo versammelt, die restlichen Lehrgangsteilnehmer gingen in die Mittagspause. Detlef Krüger war kritisch und legte großen Wert auf stabile und richtige Stände, saubere Ausführung der Techniken, Körperspannung und die richtige Atmung. Einzelne Techniken mussten wiederholt werden und kleine Varianten aus dem Training zuvor sollten gezeigt werden. Dann aber stand fest: Alle haben bestanden!!
Jetzt hatten auch wir Prüflinge eine kurze Pause und die Anspannung wich der Freude über unsere bestandene Prüfung.
In der vorletzten Einheit an diesem Tag trainierte Unter-, Mittel- und Oberstufe gemeinsam.
Timing und Distanz war nun das Thema, für das es viel Gefühl, Schnelligkeit und ein gutes Auge braucht. Eine wirklich schwierige Aufgabe für uns „Anfänger".

www.KAMIKAZE.de

Dann war der Lehrgang für die Unterstufe zu Ende und Dusche, Kölsch und ein sonniger Abend stand bevor.
Natürlich haben wir an dem Lehrgang teilgenommen, weil wir unsere Prüfung ablegen wollten aber auch, um zu sehen, wie andere Senseis so „ticken“. Viel Unterschied zu Jörg (Ansichten über Kihon, Kata und im Besonderen das Kumite) gibt es offensichtlich nicht bei den beiden ehemaligen Nationalkämpfern. Aber es ist faszinierend, wie viele Gedanken sie sich über Sinn und Ausführung von Techniken machen und versuchen, ihr Wissen jedem Lehrgangsteilnehmer entsprechend seines Könnens zu vermitteln. Nach diesem Wochenende ist uns klar geworden, was alles dazugehört, um ein guter Karateka zu werden: Kondition, gutes Timing, Mut und den Willen an seine Grenzen und darüber hinaus zu gehen und außerdem viel, viel Training und natürlich einen guten Sensei.
Leider haben wir vier Frauen viel zu spät mit dem Karate angefangen, Wettkämpferinnen werden wir nicht mehr, was schade ist. Aber dieser Lehrgang hat uns gezeigt, dass Karate viel mehr bedeutet, als nur ein Sport, den man mal so anfängt und so nebenbei für seine Fitness betreibt. Wir sind uns einig, wir werden nicht mehr aufhören und uns hoffentlich irgendwann den Schwarzgurt erarbeiten.
Was unsere Kinder betrifft, so kann ich nur raten: Legt ein bisschen mehr Trainingsdisziplin an den Tag und strengt euch mehr an!! Es lohnt sich: In jeder Hinsicht!

Oss
Sabine, Renate, Renata, Claudia

PS
Wie mit der Oberstufe trainiert wurde haben wir nicht mitbekommen aber ein paar Meinungen konnten wir nach dem Lehrgang noch einfangen:

Sascha:
Es war ein schönes Kumite Training, das einem bewusst macht, wie wichtig Vielseitigkeit im Karate ist.

Thomas: Ja, Vielseitigkeit und Timing - auf jeden möglichen Angriff vorbereitet sein!
Wir haben in verschiedenen Trainingsintervallen geübt: Techniken / Bewegungsabläufe bis auf 100% gesteigert (Detlef nannte es "Spitzen"), um die eigene Leistungsfähigkeit zu testen und zu verbessern.

Sabrina: Wir mussten aus einer Grundtechnik verschiedene Varianten/Techniken bewusst durchführen

Andreas: Es war ein super Kumite Training!!

Ach ja! **Unser nächster Gasttrainer am 30. Juni 2012 wird Emanuele Bisceglie sein** – darauf freuen wir uns alle schon sehr! Infos auf unserer Homepage www.shotokan-koeln.de

Fachhandel für
Budosport-Artikel und Bücher
BUDO SPORT
FINDOR
DOKAN VERLAG
KAMIKAZE KARATEGI
www.budosport-findor.de
Telefon (0761) 5 85 32 80 Telefax (0761) 58 43 48

Kumite-Lehrgang mit Detlef Krüger

Das Ausrichten von Lehrgängen, seit 1985 bereits über 100 Mal, ist für das Dietzenbacher Karate-Dojo nichts Neues. Es betrat jedoch mit diesem speziellen Lehrgang „Neuland“ hinsichtlich der zu vermittelnden Inhalte. Dieses Mal explizit Kumite, als ein einfacher Einstieg gedacht, nicht „nur“ pauschal Kihon, Kumite, Kata und Bunkai, praktisch als Test-Lehrgang, sich einmal nur in Partnerübungen zu versuchen.
Ganz gezieltes Üben der Grundtechniken und deren Anwendung in abgewandelten Bewegungsmustern in der Offensive wie auch in der Defensive standen in der Unterstufe auf dem Programm. Den Lehrgangsteilnehmern die Scheu vor Kumite-Übungen zu nehmen und sie mit einem guten Konzept langsam heranzuführen war das Ziel. Nicht nur in dieser Gruppe sondern auch in der Oberstufe waren Aufbau und Struktur der Übungen wohl durchdacht und wurden hervorragend vermittelt. In der Gruppe ab 4. Kyu war das Motto des Trainings die Vermittlung der „Acht Kostbarkeiten“, wie Detlef sie bezeichnete.
Bei gleichbleibender Angriffstechnik mit freier Wahl der Auslage seitens des Tori (Angreifer) sollte Uke (Verteidiger) auf den ersten Impuls des Gegenüber mit acht unterschiedlichen Bewegungen die Situation und den Abstand beherrschen und mit einem korrekt geführten Gegenangriff die Aktion für sich entscheidend abschließen. Diese acht Variationen, vier davon in der ersten, die anderen in der zweiten Einheit, wurden erst einzeln geübt, später jeweils als Viererblock und zum Abschluss mehrfach mit wechselnden Partnern als kompletter Achterblock. Dabei rauchten auch den „Alten Hasen“ die Köpfe kräftig. Ziel war es, die meist zu spontane und stereotype Reaktion auf einen Angriff - und somit die möglicherweise ungünstige Position für den Konter - zu vermeiden und stattdessen der Aktion des Gegenüber durch eine bessere und vorteilhaftere Reaktion zu beantworten und sich dadurch eine bessere Ausgangsposition für die eigene Kontertechnik zu schaffen und so die Situation für sich zu entscheiden.

Allen Teilnehmern hat dieser Lehrgang sehr gut gefallen, besonders die ruhige und konsequente Art der Trainingsleitung und der schrittweise Aufbau der einzelnen Übungsteile, welche sogar die Kinder und Jugendlichen gut umsetzen konnten. Einer Wiederholung eines solchen Lehrganges in Herbst steht nichts entgegen.

Spezielle Lehrgänge dieser Art sind, da unser Karate auf drei Beinen steht, ein Muss für jeden Karateka, nicht nur für nur an Kumite Interessierte. Vielleicht erleben wir eine solche Einheiten unter Detlefs Leitung auch einmal in der Gruppe ab zweiten Dan auf dem Gasshuku 2012 in Konstanz!

OSS Klaus Bösche

Internes Wettkampftraining mit Detlef Krüger im Budosportcenter Münster

Nachdem Bundeskadermitglied Giovanni Macchitella am 25 Februar bereits einen Lehrgang in Münster geleitet hatte, reiste am 31. März Sensei Detlef Krüger aus Herford ins Budosportcenter an, um auf Einladung von Jörg Gantert ein wettkampfbezogenes Training zu leiten. In zwei schweißtreibenden Kumiteeinheiten bereitete der ehemalige Weltmeister eine enge Auswahl an reinen Turnier-Wettkämpfern auf die bevorstehende JKA-Karate Saison vor. Aufgrund von Krankheit konnten leider nur 7 von 11 Wettkampfathleten teilnehmen. So war das dojointerne Spezial- Kumitetraining umso intensiver. Nachdem in der ersten Einheit zahlreiche Kizami Gyaku Kombinationen mit Suri ashi Bewegungen trainiert worden waren, legte Sensei Detlef in der zweiten Einheit großen Wert auf wettkampfnahe Bedingungen.
Er ließ jeweils 2 Karateka im Abstand von 3 Metern in Shizentai-Bereitschaft gegenüber stehen. Aus dieser Shizentai Stellung heraus wurden dann zahlreiche Angriffs- und Kontertechniken trainiert. Hierbei wurde stets der Ippon Gedanke und 100%ige Entschlossenheit gefordert. „Sei hart aber fair!“, lautete das Motto.
Am Ende der zweiten Einheit wurde sehr viel Wert auf die Flexibilität der Wettkämpfer gelegt. Dies zeigte sich im Einüben von Deai-Techniken, ausgeführt unmittelbar in den gegnerischen Angriff hinein. Detlef betonte auch hier die Wichtigkeit des Mutes und der mentalen Stärke im Vorangehen und im entschlossenen Umsetzten der Deai-Situation. „Mach etwas ganz oder gar nicht“, wäre hier das passende Motto. Der permanente Partnerwechsel, die hohe Einsatzbereitschaft und ansteckende und große Begeisterung von Sensei Detlef sowie die vielen mentalen und technischen Tipps machten dieses Kumite Spezialtraining zu einem ganz besonderen Karate-Erlebnis.

Oss
Jörg Gantert

Jubiläums-Hattrick

bei der Karateabteilung der TSG Stuttgart

Das Jahr 2012 ist ein besonderes Jubiläumsjahr für unsere Karateabteilung, denn wir feiern **20 Jahre Karate in der TSG Stuttgart.** Vor 20 Jahren gründete Rudi Morgenstern die TSG - Karateabteilung. Er erhielt damals von seinem Sensei Wolfgang Ziebart (ehemals Bundestrainer DKU, 6. Dan) die Erlaubnis, in Stuttgart sein eigenes Dojo zu gründen. Er war der Erste, dem das gelang, andere die dasselbe Ziel verfolgten, durften das nicht.
Verstärkung bekam die TSG Karateabteilung nach einem Jahr aus dem KC Stuttgart, seinem ehemaligen Verein, weil dort sein Sensei Wolfgang Ziebart verstarb. So fand die gesamte Oberstufe des KC Stuttgart eine neue Heimat.
Rudi hat die Karateabteilung sukzessive ausgebaut und heute ist sie mit rund 150 Mitgliedern die zweitstärkste Abteilung der TSG Stuttgart. Rudi kann auf seine Karateka stolz sein. Von 6 bis 70 Jahren ist jedes Alter vertreten. Die Graduierungen beginnen beim Anfänger und enden beim 5. Dan.
Durch die sehr erfolgreiche Jugendmannschaft (2011 gewannen sie 48 Pokale) ist unsere Karateabteilung auch bundesweit bekannt. Darüber hinaus organisieren die Karateka das Kinder- und Jugendturnier um den Shotokan-Cup, mit Teilnehmern umliegender Dojos aus dem Großraum Stuttgart sowie regelmäßig überregionale Lehrgänge.
Doch **neben dem 20-jährigen Bestehen der Karateabteilung feiert Rudi Morgenstern auch sein 40-jähriges Karatejubiläum sowie seinen 70-sten Geburtstag.**

Rudi betreibt Karate nicht nur als Sport, sondern er lebt Karate. Das beginnt z.B. in der Halle, indem er unermüdlich seine Sicht des Karate zum Ausdruck bringt, beginnend beim Aspekt der Gesundheit und der Fitness: "Wenn man Karate richtig betreibt, bleibt man auch im Alter fit", über Selbstverteidigung und Wachsamkeit bis zu Karate im täglichen Leben.
Jeden Freitag gibt Rudi das traditionelle Wochenabschlusstraining, an dem alle Graduierungen von Weiß- bis Schwarzgurt teilnehmen. Und wer nun annimmt, dass das ein einfaches Training ist, der täuscht sich. Jedes Mal sieht man die Schweißperlen auf den Gesichtern der Trainierenden. Beim Aufwärmen und Dehnen hat Rudi gegenüber manchem jüngeren Karateka noch viel Vorsprung und geht mit gutem Beispiel voran.
Was ihm am Herzen liegt, ist die Qualität des Karate, die in "seinem Dojo" betrieben wird. Prüfungen werden erst abgelegt, wenn der Prüfling technisch soweit ist, und nicht wenn eine bestimmte Zeit verstrichen ist. Als Ergebnis dieser Arbeit soll man die TSG-Karateka auf den Lehrgängen an ihrem Fleiß und an der Qualität ihres Karate erkennen. Er ist stolz darauf, dass seine Trainer regelmäßig auf Lehrgänge gehen oder sich zusätzlich auf speziellen Lehrgängen (wie dem Instructor-Lehrgang oder Nachwuchstrainer-Lehrgang) weiterbilden.
Letztlich geht er mit gutem Beispiel voran und wenn man Rudi auf den Lehrgängen sucht, muss man in der Halle immer vorne rechts suchen. Auch auf den Gasshuku's und den Instructor-Lehrgängen findet man ihn, und auch dort lässt er selten eine Einheit aus.

Als besonderes Geschenk zum Jubiläums-Hattrick der Karateabteilung gelingt es uns hoffentlich, seinen Traum vom eigenen Dojo zu verwirklichen.
Anlässlich des Jubiläums veranstaltet die Karateabteilung am 15. September einen großen Karatelehrgang, an dem 4 Meister, alle Träger des 5. Dan, das Training leiten werden. Dessen Erlös soll für einen wohltätigen Zweck gespendet werden.

Das alles spiegelt sich in seinem Motto wieder: "Der Karateka ist beständig, doch immer in Bewegung. Er verhält sich freundlich und korrekt, daher will ihm niemand Böses".
Lieber Rudi, wir alle gratulieren Dir zu Deinem Jubiläum, Deinem Geburtstag und zu Deinem erfolgreichen Karateweg.
Mach weiter so, bleib wie Du bist und bleib uns noch lange erhalten.

Die TSG Stuttgart e.V. – Abteilung Karate

www.KAMIKAZE.de

Trainer werden ist nicht schwer, Trainer sein dagegen sehr!

Ich lese in unserem JKA-Magazin oft Beiträge, in denen davon berichtet wird, wie schwer und anstrengend für die Leute das Karate-Training ist.
Beiträge, in denen von der tausendsten Wiederholung auf dem Weg zur Perfektion die Rede ist und was man als Schüler alles so auf sich nehmen muss, auf dem Weg der niemals endet.
Ich, selbst Karate-Schüler, fand es an der Zeit, mal die Seite des Trainers zu betrachten.
Denn der Trainer ist der Mensch, der sich in stoischer Ruhe und Gelassenheit den "langen Weg des Elends" mit ansieht, ansehen muss.
Ich habe vor ca. 7 Jahren, auf Drängen meiner Frau, meine Tochter zu ihrer ersten kleinen Karateprüfung begleitet.

In den Jahren davor etwas träge geworden, lagen meine aktiven Sportjahre (Handballer und Gewichtheber) bereits lange zurück.
Meine damalige Wahrnehmung von Karate war geprägt durch Bruce Lee Filme, die ich in meiner Jugend mit großer Begeisterung gesehen habe.
Karatemeister, so glaubte ich, sind klein, super beweglich und durchtrainiert bis in die Haarspitzen.
In diesen Gedanken versunken, hörte ich meine Frau plötzlich sagen: "Da ist Steffen John, der Trainer von Emily".

Die Person, die ich sah, war größer als 1,80 Meter und gute 100 Kg schwer. Hoffnung keimte in mir auf. Hoffnung, dass auch ich, mit meiner in die Jahre gekommenen Gewichtheber-Figur, in der Lage sein könnte, karateähnliche Bewegungen korrekt auszuführen.

Eine Verabredung zum ersten Training war schnell getroffen und wenn ich heute auf die letzten sieben Jahre zurückblicke, so muss ich mit Hochachtung feststellen, dass ich den Job von meinem Trainer nicht machen möchte.
Denn während ich mich als Einzelner im Training quäle und immer und immer wieder die Kata verhaue und den Ushiro-Geri nicht hinbekomme, sieht mein Trainer gleichzeitig 10 - 20 schwitzende und innerlich ggf. fluchende Menschen mit ähnlichen Problemen kämpfen.
Und obwohl es mir wie ein Märchen erscheint, gelingt es ihm mit viel Geschick für die richtigen Hinweise, mich und meine Leidensgenossen auf dem beschwerlichen Weg ständig neu zu fordern und nach und nach, wenn auch in ganz kleinen Schritten, richtige Karatekas aus uns zu formen.
Und wenn ich mich heute im Training selbst beobachte, kann ich mir mit viel Phantasie und „Augen zudrücken“ vorstellen, dass das was ich tue, für einen Außenstehenden tatsächlich wie Karate aussieht.
Dafür meinen Dank an meinen Trainer Steffen John, stellvertretend für alle Trainer, die uns Schüler auf dem ewigen Weg begleiten.

Oss
Markus Nagorsen
(www.tora-shotokan-karate.de)

Lehrgang mit Arno Wagner

Am 21.04.12 trainierten über 40 Karateka aus fünf verschiedenen Dojos im Karatezentrum Meppen unter der Leitung von Arno Wagner (5.Dan). Sensei Wagner legte großen Wert auf die korrekte Ausführung der Grundtechniken und verlangte in beiden schweißtreibenden Trainingseinheiten von den Teilnehmern vollen Einsatz.
Schwerpunkte waren das richtige Hikite in Verbindung mit Hüfteinsatz, sowie die Konzentration auf Körpermitte/ Hara bzw. Kime.
Viele der erfahreneren Danträger erkannten dabei reichlich Unzulänglichkeiten in ihrer technischen Ausführung.
Arno Wagner trainiert bereits seit 1975 Karate und legte 1980 sein erste Danprüfung noch bei Nakayama Sensei ab.
Er ist schon 1993 dem DJKB beigetreten und Inhaber der B- Prüferlizenz. Wer Lehrgänge mit Sensei Wagner veranstalten möchte kann sich unter www.karatezentrum.de informieren.

Anstrengende Entspannung

Sensei Akita erneut zu Lehrgang beim SV Kappel

Der japanische Erfolgstrainer Shinji Akita, 5.Dan, war erneut zu einem viertägigen Lehrgang bei der Karateabteilung „HakuRyuKan“ des SV Kappel zu Gast. In insgesamt 10 Trainingseinheiten zeigte er mit viel Engagement und ausgefeilten Übungen den über 100 Teilnehmern, dass jeder Karateka, egal welchen Gürtelgrad er trägt, noch entscheidend dazulernen kann.
Hatte er bereits am ersten Tag mit ausgefallenen und einfallsreichen Stand- und Gleichgewichtsübungen den gesamten Bewegungsapparat gefordert, und dazu unsere Oberschenkel mit Übungen zur Verbesserung der Innenspannung „erwärmt“, so galt es am zweiten Tag, die dadurch erworbene Konzentration auf den Unterbauch in schnelle explosive Vorwärtsbewegungen umzusetzen.
Dies erforderte erheblichen Einsatz, und entsprechend floss der Schweiß in Strömen.
Diese Trainingseinheit wurde dann gegen Ende durch 8 x Heian Shodan und 5 x Bassai Dai („so schnell wie möglich“) „gekrönt“.
Aber damit gab sich Akita Sensei nicht zufrieden. Immer wieder lenkte er unsere Aufmerksamkeit auf die Innenspannung und den Unterbauch. Dadurch wurden auch ansonsten bekannte Bewegungsabläufe extrem fordernd, allerdings konnte derart auch eine innere „Neuausrichtung“ erfolgen. Sensei Akita zeigte und erklärte uns, dass bei korrekter Körperhaltung die Entspannung des gesamten Körpers gleichzusetzen ist mit einer gewissen Anspannung des Unterbauchs, dass allerdings im Gegensatz dazu Anspannung beispielsweise des Oberkörpers bedeutet, dass keine Spannung im Unterbauch aufgebaut werden kann! Und das bedeutet, dass die Techniken wesentlich geschwächt werden.
Er forderte uns auf, uns selbst zu beobachten, um unsere Eigenheiten wahrzunehmen und dadurch diese auch korrigieren zu können. Alle Bewegungsabläufe sollten gut beobachtet werden, und in ihrer Wirkung beurteilt werden. Es sei zwar gut, einem Sensei bedingungslos zu folgen, speziell in der Unterstufe, aber später sollten diese Anweisungen selbst überprüft werden, und nur diese Empfehlungen übernommen werden, die nach eigener Überprüfung für gut und weiterführend befunden wurden. Dadurch wisse man, was und vor allem warum man etwas übt. Wenn man nur übt ohne zu wissen wofür, dann werde Karate langweilig. Aber wenn man wisse, welchen Sinn eine Übung hat, falle es leicht, hart dafür zu arbeiten. Und ohne harte Arbeit entstehe kein Nutzen.
Dass seine Empfehlungen Sinn machen, konnten jeder bei den Partnerübungen leicht wahrnehmen. Sowohl die Grundschnelligkeit als auch die Stärke der Techniken war „fühlbar“ verbessert. Diesen Zugewinn durch regelmäßiges Üben zu festigen, ist nun die weitere Aufgabe der Teilnehmer.
Die besondere Fähigkeit Sensei Akitas, seine Erklärungen durch eindrückliche Körperdemonstrationen anschaulich zu machen, half den Teilnehmern dabei sehr. Schließlich hatte die Gruppe von über 100 Karateka ein Altersspektrum von 6 bis 72 Jahren. Dennoch kam niemand „zu kurz“, und jeder, ob jung ob alt, konnte neue Erfahrungen mitnehmen.
Das Lehrgangskonzept „Osterferien und Karate im Schwarzwald“ mit vielen Freizeitaktivitäten hatte viele Karatesportler aus Deutschland, Schweiz und sogar aus England nach Lenzkirch-Kappel gelockt. Sämtliche Teilnehmer zeigten sich von der herrlichen Umgebung, der schönen Lage und Aussicht der Hochfirsthalle und den vielen Freizeitangeboten beeindruckt. Die günstigen Unterbringungsmöglichkeiten in unmittelbarer Nähe zur Trainingshalle waren ein weiterer Pluspunkt dieses Lehrgangs, der bereits zum zweiten Mal in Kappel stattfand. Die ans Training anschließenden gemütlichen Runden in verschiedenen Gaststätten boten ausreichend Gelegenheit, sich gegenseitig und Akita Sensei kennen zu lernen, alte Kontakte aufzufrischen und neue zu knüpfen. Derart wurde der Anspruch des Lehrgangs, gemeinsam zu Üben und gemeinsam Zeit zu verbringen, neben dem fordernden Training zu einem gemeinsam und gesellig verbrachten, schönen Erlebnis.
Sensei Akita erhielt von der Karateabteilung als Gastgeschenk eine Zusammenstellung von kulinarischen Köstlichkeiten aus dem Hochschwarzwald. Nach diesem gelungenen Lehrgang fiel es Sensei Akita nicht schwer zu versprechen, wiederum nach Kappel zu kommen.

Die Gefährten
in Rotenburg an der Fulda

Zum zweiten Mal in diesem Jahr trafen sich am 21./22. April die Trainer und ausgewählte Schwarz- und Braungurte aus verschiedenen ostdeutschen Dojos und dem hessischen Gastgeberdojo in Rotenburg a. d. Fulda zum gemeinsamen, methodischen Trainertraining. Thematischer Schwerpunkt war die von Sensei Risto Kiiskilä entwickelte Kumite-Kata Hokkyokuko (finn.: Polarlicht) mit Kumite-Anwendungen.

Unserem Treffen schlossen sich erstmalig auch drei Gefährten aus dem Dojo Aramoto-Freiburg an, darunter der Dojo-Leiter Andreas Einecker, welcher auch gleich die erste Trainingseinheit gab.
In einzelnen Sequenzen wurde zunächst die Kata schrittweise wiederholt und einige Techniken mit dem Partner verinnerlicht. Andreas unkomplizierte Darstellung half, den Ablauf zügig wieder abrufbereit zu haben und sich bei den Partnerübungen auf das Wesentliche zu konzentrieren.

Nach einer (nur) 15-minütigen Verschnaufpause bot uns Jens Skarupsi/Kamenz in der zweiten Trainingseinheit viel Stoff für den Kopf. In der Aufwärmphase wurden zunächst aufeinander aufbauende Kumitekombinationen in Vierergruppen im Kreis geübt.
Den Schwerpunkt bildeten anschließend drei Kata-Sequenzen aus der ersten Hälfte der Hokkyokuko, welche intensiv mit Partnern in verschiedenen Variationen trainiert wurden.
In der dritten und letzten Trainingseinheit, dem sogenannten „Powerpack“, werden einzelne Techniken noch einmal am Schlagpolster trainiert.
Jürgen Mosler/Berlin konzentrierte sich diesmal auf die erste Technik der Kata mit Anwendung: Abwehr mit Morote-Kake-Uke und Gegenangriff mit Kagi-Tsuki oder Mawashi-Tsuki. Im Anschluss blieb noch Zeit, anhand von mitgefilmten Videosequenzen ein kurzes Feedback zu geben, bevor wir dann zum gemütlichen Teil des Abends übergingen.
Diese Videoaufnahmen sind für uns sehr wichtig, zunächst um sich selber einmal zu beobachten und weiterhin, um die Trainingseinheiten zu rekapitulieren und in der Gruppe zu diskutieren. Durch eine Übernachtung in Rotenburg bot sich diesmal auch die Möglichkeit, sich auch Sonntag noch einmal zum Karate zusammenzufinden. Die als kurze Erwärmung angekündigte Einheit vor dem Frühstück nutzte Dirk Zimmermann/Berlin, um die wichtigsten Hokkyokuko-Sequenzen noch einmal zu wiederholen und den Körper mit weichen und fließenden Bewegungen in Schwung zu bringen. Alles in allem eine runde Sache und ein super Wochenende. Ich danke den Gefährten für den Weg, den wir gemeinsam gehen.

Oss
Carolin Thoms

SHIRAI Shihan in Hamburg

Zum achten Mal fanden sich internationale Gäste aus ganz Europa im SenDo zum Karate-Seminar unter Ausrichtung des SenDo-Hamburg ein. Geleitet wurde das Training von Shihan Hiroshi SHIRAI, 10. Dan, und seinen Schülern Angelo TORRE, 6. Dan, und Massimo ABATE, 5. Dan.

Besonderes Highlight: Meister SHIRAI wurde vor wenigen Monaten in Japan für sein Lebenswerk mit dem 10. Dan graduiert!

Das diesjährige Training umfasste nicht nur die üblichen Technik- und Formaufgaben, sondern vertiefte Verständnis und Anwendung traditioneller Kampfkunst und Selbstverteidigung. Insbesondere das Kihon zu Dan-Prüfungen im Schwierigkeitsgrad 1. bis 3. Dan wurde ausgiebig als Partnerübungen studiert. Es zeigte sich sehr schnell, dass es sich dabei nicht um eine lose Abfolge akrobatischer Aufgaben handelt, sondern um sinnvoll und zweckmäßig verbundene Bewegungssysteme, die ihren Widerhall im Kumite und Kata-Bunkai finden. Fazit: auch Kihon hat ein Bunkai!

Damit steht der Unterricht von Meister SHIRAI in Kontrast zu den oftmals sportlich orientierten Veranstaltungen in Deutschland. Über fünf Stunden wurde in der gutbesuchten Dreifeldhalle des Christianeums so traditionelle Kampfkunst geübt.

Während die Oberstufe aus Braun- und Schwarzgurten unter der direkten Aufsicht SHIRAI Shihans fast nur am Partner Bunkai zu Jitte und Tekki trainierte, wurden Farbgurte und der jüngste Nachwuchs von den Ausnahme-Karateka und direkten Schülern des Meisters unterrichtet. Beide Co-Instructoren verfügen selbst über ein imposantes Karate-Leben: Angelo TORRE, 6. Dan, war selbst mehrfach Welt- und Europameister bevor er als Landestrainer in Süditalien die Szene dort wesentlich aufbaute. Massimo ABATE, 5. Dan, ist einer der beliebtesten italienischen Lehrgangs-Leiter in Deutschland.

Beide betreuten in sehr persönlicher Art die Schüler und führten ihre Farbgurt-Gruppen intensiv an die Grundlagen des Karate heran. Wesentliches Thema der Veranstaltung war die notwendige Ernsthaftigkeit, Karate wirklich „auszuüben“ und nicht im Sinne einer „Fun-Sportart“ zu „spielen“. Sogar die Jüngsten erkannten schnell den Unterschied – und hielten die Konzentration über die vielen Stunden aufrecht!

Ein entscheidendes Merkmal, das sich auch in den abschließenden Gürtelprüfungen wiederfand: (alle) 18 angetretenen Schüler bestanden mit hohem Einsatz zu ihren neuen Farbgurträngen, exakt nach Reglement des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V..

MB

Osterlehrgang in Gladbeck...

mit Marijan Glad, Risto Kiiskilä und Herbert Perchtold.

Zwischen netten Leuten, Ostereiern und „NOSSa nOSSa".

Die Vorfreude auf den diesjährigen Osterlehrgang in Frankenthal bestand schon seit dem letztjährigen Osterfest. Doch plötzlich, ca. eineinhalb Monate vorher, lautete die Verkündung:
,,Der Lehrgang fällt aus!!!"
Entrüstung, Trauer, was mache ich Ostern denn jetzt?
Zwei Wochen später:
Über Facebook erreicht die immer noch deprimierten Leute, die nicht wissen, was sie an Ostern mit ihrer Zeit anfangen sollen, folgende Nachricht:
Hallo Karateka,
Ostern ist "gerettet". Alle erforderlichen Genehmigungen der Stadt Gladbeck wurden erteilt. Hierzu unser Dank an Bürgermeister Ulrich Roland und seine Mitarbeiter. Der in Frankenthal abgesagte Osterlehrgang kann nun hier bei uns in Gladbeck stattfinden. Mit gleicher Trainerbesetzung wie all die Jahre in Frankenthal. Mit Sensei Marijan Glad, Sensei Risto Kiiskilä und Sensei Herbert Perchtold. Die Ausschreibung kommt in Kürze.
Oss!
Nun hieß es also ,,auf zum Osterlehrgang nach Gladbeck."

Hier ein kleiner Bericht aus dem Oberstufentraining und den abendlichen Geselligkeiten:
Mittlerweile wieder traditionsgemäß eröffnete Marijan den Karfreitagmorgen im Oberstufentraining. Kombinationen nach vorne, zurück, links, rechts, 45°…puh! Aber am Ende stehen dann doch alle wieder in der Ausgangsposition. Den Abschluss bildete eine Form des Kaeshi-Kumites. Ein super Auftakt!

Die zweite Einheit des Tages gehörte Herbert Perchtold. Kata Jion stand auf dem Programm, jedoch nicht ,,nur", es wurden zwei Gruppen gebildet, die Kata in einzelne Sequenzen zerlegt, und jede Gruppe dürfte der jeweils anderen die Sequenz vorführen, sowohl ,,richtig" als auch „ura". Im zweiten Teil ließ Herbert dann ein sehr ausführliches Bunkai trainieren.

Der erste Tag verging wie im Flug und eh wir uns versahen, saßen wir auch schon im Gladbecker Brauhaus, wo wir diesen gelungenen Auftakt zünftig ausklingen ließen. Da an Karfreitag keine Musik gespielt wird, mussten wir uns selbst darum kümmern. Das bestand lediglich darin bei Gelegenheit ,,Ai Se Eu Te Pego! (Nossa Nossa)" anzustimmen, doch das reichte schon.

Ristos ,,Mäusefüßchen" brachten die Knochen am Samstagmorgen so richtig in Schwung. Mr. Hip machte seinem Namen mit seinen abwechslungsreichen Übungen für Hüfte und Beine wieder alle Ehre.

In der zweiten Einheit brachte Marijan uns die Kata Meikyo Sandan bei. Für einige von uns war diese Kata ganz neu, andere wiederum ,,kannten" sie, nur ganz wenige Karateka hatten den Ablauf auch wirklich parat. Marijans Empfehlung, die Kata regelmäßig zu üben, wurde sowohl nach dem Training als auch am nächsten Morgen umgesetzt. Beim nächsten Lehrgang mit Marijan werden wir sehen, wer seinen Ratschlag befolgt hat.

Ein leckeres Abendessen beim Chinesen mit anschließendem Umzug ins Brauhaus rundete diesen Tag ab. Wer den Osterlehrgang in Frankenthal schon einmal besucht hat, der weiß, welche stets familiäre und harmonische Atmosphäre dort herrschte. Diese Atmosphäre war in Gladbeck noch deutlicher zu spüren. Um es mit wenigen Worten auszudrücken:
Wir hatten einfach Spaß!!!!

Nachdem sich am Sonntagmorgen schon ein Muskelkater angekündigt hatte, machten Herberts umfangreiche Tsuki-Geri-Kombinationen diesen vergessen. Diese wurden sowohl solo als auch mit Partner geübt. Das Training schloss mit Deai-Blöcken am Partner ab. Die Blöcke entnahm Herbert aus verschiedenen Katas.

Ristos Kumite-Kata Hokkyokuko bildete den hervorragenden Abschluss dieses tollen Lehrgangs. Sensei Kiiskiläs kündigte seine Kumite-Kata mit den Worten an: ,,Bunkai brauchen wir nicht, denn die Kata ist schon Bunkai." Die Zeit ging leider so schnell vorbei, dass wir die Kata zum Schluss nur einmal komplett machen konnten. Aber zum letzten Mal haben wir sie bestimmt nicht gemacht.

Den Osterlehrgang gibt es nun im dritten Jahr wieder. Im Jahr 2010 wurde angekündigt ,,Die Legende lebt." Und das tut sie auch in Gladbeck. Ingo und sein Team haben super Arbeit geleistet und das in kurzer Zeit.

Wie soll das erst nächstes Jahr aussehen, wenn die Vorbereitungszeit länger ist?
Und darum der Aufruf: Kommt nächstes Jahr nach Gladbeck, es wird noch besser!

OSS!!!
Sally Glad und Moritz Kachel

Helgoland Lehrgang mit Erwin Querl

04.05. bis 06.05.2012

Ausgerichtet von der Karateabteilung des VFL Fosite Helgoland begann der Lehrgang mit Sensei Erwin Querl am späteren Freitag Nachmittag des 04. Mai.
Etwa 40 Karateka, die sowohl per Fähre aus Cuxhaven bzw. Bremerhaven angereist waren als auch einige Helgoländer, trafen sich bei Sprühregen und „frühlingshaften Temperaturen“ von 10°C zur gemeinsamen ersten Trainingseinheit in der Turnhalle der James-Krüss-Schule.
Bereits zu Beginn des ersten Trainings wurden die Inhalte des Lehrgangs von Erwin kurz umschrieben. Diese umfassten die Heian Kata: Heian Shodan, Heian Nidan und Heian Sandan sowie die Angriffstechniken Kizami Zuki, Oi Zuki und Gyaku Zuki. Schwerpunkt der Kata sollten die verschiedenen Ausführungsrichtungen Standard, Ura, Go und Ura Go zur Vertiefung der Flexibilität sein, denn der mögliche Gegner muss sich ja nicht zwangsläufig auf der Seite befinden, zu der die Kata standardmäßig beginnt.
Der zweite Lehrgangstag umfasste für Unterstufe und Oberstufe jeweils zwei Trainingseinheiten.
Das erste Samstagstraining sollte sich intensiv den Ausführungsrichtungen der drei Heian Kata widmen, wobei sich die Unterstufe ausschließlich mit den Bewegungsrichtungen Standard und Ura beschäftigte.
Außerdem wurden einzelne Teilstücke der drei Kata besonders hervorgehoben und durch Bunkai Anwendungen vertieft. So wurde beispielsweise in der Unterstufe insbesondere die Notwendigkeit des korrekten Hüfteinsatzes hervorgehoben. Hierzu dienten sehr anschaulich sowohl Gyaku Uchi Uke Kombination mit anschließendem Mae Geri aus der Heian Nidan als auch die Kombination von Mikazuki-Geri, Tate Uraken und Fumikomi aus der Heian Sandan.
Die zweite Trainingseinheit beinhaltete als Schwerpunkt die Vertiefung der Angriffstechniken Kizami–Zuki, Oi Zuki und Gyaku Zuki.
Wobei hier ein besonderes Augenmerk auf dem richtig ausgeführten Hüfteinsatz und einer zielgerichtet ausgeführten Technik lag.

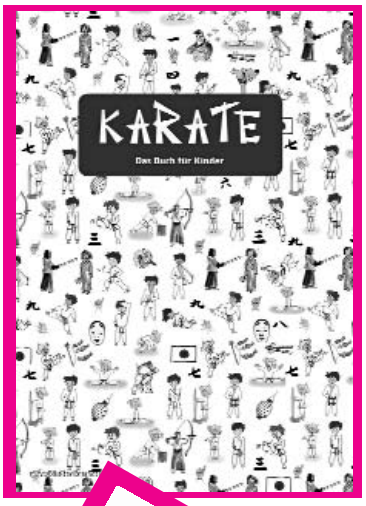
Im Oberstufentraining wurden zusätzlich zum „normalen“ Schritt die Schrittmuster Suri Ashi und Jori Ashi in Kombination mit den Angriffstechniken trainiert, wobei für alle Trainingsgruppen gleichermaßen die Devise „maximal tief stehen“ galt.
Beim abschließenden Sonntagstraining wurden schließlich alle Lehrgangsinhalte noch einmal vertieft, was sich sowohl in den verschiedenen Kata als auch deren Anwendung widerspiegelte.
Selbstverständlich kam auch die Geselligkeit während des Lehrgangswochenendes nicht zu kurz. Freitagabend konnten sich die Teilnehmer in den „Mocca Stuben“ mit Helgoländer Köstlichkeiten stärken. Und Samstag ging es nach dem Training ins Dojo zur Lehrgangsparty.
Bei einem reichhaltigen Buffet und kühlen Getränken wurde bis in den späten Abend gelacht, diskutiert und erzählt.
Auch die Erkundung der Insel war in den Trainingspausen möglich; so hatten die Lehrgangsausrichter es sich nicht nehmen lassen, sowohl eine Bunkerführung als auch eine Leuchtturmbesichtigung zu organisieren.
Helgoland 2012:
Ein gelungener Lehrgang.

OSS
Dagmar Rieper

Lehrgang mit Detlef Krüger
in Karlsruhe-Neureut

Am 21./22. April veranstaltete der 1. Sotokan Karate Club Neureut einen Lehrgang mit Detlef Krüger. In drei Trainingseinheiten, je für Unterstufe und Oberstufe, wurde am Samstag sowie am Sonntagvormittag im Schulzentrum Neureut trainiert. Wie bereits im letzten Jahr fanden sich auch viele auswärtige Teilnehmer zum Training ein u.a. von befreundeten Vereinen aus dem benachbarten Elsass (Region in Frankreich), mit welchen wir einen Austausch pflegen.
Detlef baute sein Training wie immer methodisch gekonnt auf und begann mit den einfacheren Grundtechniken des Jiyu-Ippon-Kumite, Kizami-Tsuki, Oi-Tsuki, Mae-Geri, Yoko-Geri, Mawashi-Geri und Usihiro-Geri. Die ersten vier Techniken wurden fortan hauptsächlich genutzt.
Zunächst in einer Übung, die helfen sollte eine Aktion des Gegenübers zu erkennen und als Impuls für eine eigene Aktion z.B. einen Angriff/Gegenangriff oder Abwehr zu nutzen. Zunächst wurde eine Serie geübt, Angriff mit den vier Techniken, beliebige Abwehr.
Der Angreifer macht einen zweiten Angriff, den er durch einen Impuls in Form eines Standwechsels (vorderes Bein mit hinterem Bein durch Sprung wechseln) „ankündigt“.
Die Übung wurde dann so modifiziert, dass der Verteidiger die Rolle des Impulsgebers übernahm. Nach erstem erfolgtem Angriff und Abwehr machte der Verteidiger einen Standwechsel und sollte dem Angreifer dadurch den Impuls für einen unmittelbar weiteren Angriff geben. Detlef wählte den Standwechsel als sehr einfache Ausprägung eines Impulses aus. Im Wettkampf könnten Impulse kommen durch Stellungsfehler beim Gegner, das Herunternehmen der Deckung oder andere Verhaltensweisen, auf die zu achten man hin trainieren sollte.
Diese Übungen wurden dann variiert. Beispielsweise sollte der Verteidiger die gleiche Technik, mit der er angegriffen wurde, für seinen eigenen Gegenangriff nutzen.
Anfangs waren die Techniken in fester Reihenfolge, später in freier Reihgenfolge durchzuführen und spätestens da war die Übung auch für den Kopf eine echte Herausforderung.
Im weiteren Verlauf der Trainingseinheiten wurden diese Übungen komplexer und weiter variiert. Es wurde Jiyu-Ipon-Kumite trainiert. Angegriffen wird mit den vier Techniken, Abwehr ist frei. In der einfachen Form werden die Angriffsstufen angesagt dann schwerer werdend ohne Ansage.
Dieses Training ging dann über in ein Okuri-Ippon-Kumite. Hier sollte geübt werden, wie der Angreifer nach erster erfolgter Abwehr durch den Trainingspartner einen zweiten passenden Angriff nachfolgen lässt. Dazu wurde in einfacher Form zunächst der erste Angriff frei mit einer der vier Techniken durchgeführt. Die Abwehr und somit die resultierende Stellung des Verteidigers waren frei. In einer ersten Trainingsform wurde der zweite durchzuführende Angriff von Detlef vorgegeben. Je nachdem wie gerade die Stellung der Übenden zueinander war, war es nicht so leicht, die vorgegebene Angriffstechnik umzusetzen: Eine sehr lehrreiche Übungsform! In einer späteren Trainingsform mussten die Übenden dann die zweite Technik selbst bestimmen. Diese musste zur aktuellen Stellung, zum Winkel und zur Distanz zum Gegner passen. Für viele, die nicht so häufig diese Kumite-Formen trainieren, war das alles andere als leicht. Aber gerade das ist ja der Sinn eines Lehrgangs, nämlich Neues zu lernen und Impulse für das eigene Training mitzunehmen.
Eine weitere Variation brachte Detlef in diese Übungen, in dem er ein „umgekehrtes Okuri-Kumite“ erklärte. Dazu wurde der zweite Angriff festgelegt in der Reihenfolge der vier Techniken. Ein erster Angriff und die Abwehr waren frei, der zweite Angriff dann festgelegt. Nicht immer leicht, je nachdem wie der Abwehrende seine Abwehr wählte und den Angreifer für die vorgegebene nächste Technik in eine schlechte Position brachte.
Zum Abschluss des Trainings wurden einige der Trainingsformen miteinander kombiniert und dieser Lernschritt brachte alle Trainierenden kräftig aus der Puste.
Es war wieder schön zu sehen, wie Groß mit Klein und Übende unterschiedlicher Graduierung miteinander trainierten und gegenseitig auf den jeweiligen Kenntnisstand der anderen Rücksicht nahmen.
Ein Dank an Detlef Krüger für den didaktisch gut aufbereiteten Lehrgang und wir freuen uns auf weitere Lehrgänge in Neureut.

Karate – Das Buch für Kinder



von Marié Niino
Samurai Verlag, Rosenheim, 2011
2. Auflage, DIN A 4, kartoniert,
128 Seiten, 93 Fotos, 234 Graphiken
Erhältlich unter www.kinder-karate-buch.de

Beim flüchtigen Durchblättern erkennt man schon, dass dieses Buch anders ist als alle anderen seines Genres. Es ist nicht nur der Mix von handgefertigten Zeichnungen und bereichernden Fotographien, was den besonderen Reiz dieses Buches ausmacht. Schon bei der Lektüre des Inhaltsverzeichnisses wird die Intention der Autorin deutlich. „Dieses Buch möchte dazu beitragen, dass jene Kinder, die das Karate-Training aufgenommen haben, Hintergrundwissen erfahren zur Kampfkunst Karate und seinem Herkunftsland Japan. Es ist wichtig, dass sich die Kinder auch intellektuell mit dem Thema auseinandersetzen, welches sie im Begriff sind, körperlich zu erfahren. Die intensive Beschäftigung außerhalb der Sportstätte trägt zur längerfristigen Stabilisierung bei, damit ein Springen von einer Sportart zur nächsten verhindert oder verzögert wird."

Diese Verwobenheit von Grundkenntnissen zu unserer Kampfkunst mit der Kultur Japans ist außerordentlich gut gelungen. Das Inhaltsverzeichnis ist zweigeteilt. Einerseits sind alle Themen um das technische Karate zusammengefasst und andererseits werden alle Berichte um die Besonderheiten der japanischen Kultur aufgelistet. Im Buch sind die einzelnen Artikel gut durchmischt, so dass sich alles wie ein spannendes Lesebuch genießen lässt.

Schon in der Einleitung werden die Kinder damit vertraut gemacht, dass es gute und schlechte Tage im Karate gibt und darauf ankommt, durchzuhalten. Und natürlich die Empfehlung, die man jedem älteren Einsteiger auch geben sollte: „Auf Deinem Karate-Weg musst Du der Trainerin oder dem Trainer vertrauen und dann geht es schon irgendwie weiter!" Sehr anschaulich und in kindgerechter Sprache führt die Autorin von einer Beschreibung Japans zur Geschichte des Karate. Allgemeine Themen wie Aufwärmen, Blutkreislauf, Dehnung, Muskelwachstum oder die Übersicht anderer Stilrichtungen und die Darstellung eines Karate-Gis und der Kunstfertigkeit, diesen zu falten, würzen das Gesamtwerk und stellen die Verbindung zum Training im heimischen Dojo her.

Bei den japan-typischen Aspekten gibt es auch für Kindertrainer noch einiges zu lernen. Historische Themen wie Ikebana, Geisha, Torii, Schreine und Tempel, oder Kanji und Geta, wechseln mit Besonderheiten des japanischen Kulturkreises wie Shinkansen, Kindergarten in Japan, die Affenplage oder die Ernährung.
Eine Erläuterung der japanischen Begriffe fehlt ebenso wenig wie die Zusammenfassung aller im Buch behandelter Karate-Techniken in einer übersichtlichen Darstellung auf einer Doppelseite.

Die jungen Leserinnen und Leser, aber auch die Älteren unter uns, werden nach der Lektüre dieses Buches auch über fundierte Informationen zu anderen Kampfkünsten wie Kendo, Judo oder Sumo verfügen.

Die Absicht, Kenntnisse über Karate mit den kulturellen Besonderheiten Japans zu verknüpfen, ist verständlich. Denn die Autorin Marié Niino ist selbst japanischen Ursprungs und trägt den 4. Dan. Sie ist davon überzeugt, dass sich viele Dinge im Karate erst über das Grundwissen der japanischen Kulturgeschichte erschließen. Ihr ist es nicht nur gelungen, durch eine bildhafte und anschauliche Sprache Spannung und Verständnis zu erzeugen. Gerade die von ihr selbst gezeichneten Graphiken fokussieren das Wesentliche und unterstützen dabei den Zugang zu den Kindern.
„Ein Buch ist ein Haufen toter Buchstaben? Nein, ein Sack voller Samenkörner!" - so hat es der französische Literatur-Nobelpreisträger André Gide formuliert. Die von Marié Niino ausgebrachte Saat wird mit Sicherheit keimen und so manchen, jungen Karateka einige Jahre begleiten.

Südwestdeutsche Meisterschaften 2012

in Iffezheim

Das Dojo Makoto Baden-Baden mit Pascal Senn an der Spitze, hatte sich bereit erklärt, dieses Jahr erneut, das Turnier auszurichten.
Obwohl in einen engen Zeitrahmen gepresst, meisterten die Karateka von Makoto diese Meisterschaft wieder souverän.
Denn Erfahrungen hatten sie ja letztes Jahr gesammelt, als ich Pascal kurzfristig überreden konnte, zum ersten Mal ein Turnier und dann auch noch die SWDM auszurichten.
Die Erinnerung an diese Meisterschaft klingt noch bei allen positiv nach, und man konnte sich auch dieses Jahr auf eine gut organisierte Meisterschaft (ohne unnötig lange Pausen!) freuen.

Pascal hatte immer die Zügel in der Hand und führte straff durch die Veranstaltung, die auch um 16.30 Uhr ausklang.

Die freundliche, lichtdurchflutete und sauerstoffreiche Halle, die hervorragende Verpflegung, sowie die schöne Iffezheimer Landschaft sorgten für die Sportler und Schlachtenbummler für einen kurzweiligen Tag.
Auf die vorderen Plätze konnten sich Karatekas von 22 Dojo vorkämpfen.
Kampfbeginn auf den vier Flächen war um 09.00 Uhr mit den 9-bis 11-Jährigen und 12-bis 13- Jährigen in Kata und Kihon-Ippon Kumite. Hier zeigten die Kinder teilweise respektable Leistungen, besonders aufgefallen sind mir die Kinder aus Mannheim und dem ausrichtenden Dojo, da waren die Leistungen sowohl in Kata wie auch in Kihon Ippon Kumite schon sehr gut.
Es ging dann weiter mit Jyu-Ippon Kumite der 14-bis 17-Jährigen. Hier fiel mir neben den Kämpfer/innen der beiden oben genannten Dojo, die Karateka aus Bühlertal positiv auf.
Bei den 16-bis 17- Jährigen und in der Klasse ab 18 Jahren ging es dann in Jiyu Kumite um die Platzierungen. Zusätzlich gab es die Gruppe der 14-bis 15- Jährigen (ab 3.Kyu),die im
Jiyu Kumite und Kata ihre Sieger ermittelten.
Bei den 16-17 jährigen vielen mir die 2 Erstplatzierten Bieger von Tauberbischofsheim und Christmann von Kaiserslautern auf.
Ab 18 Jahre gingen die ersten beiden Plätze der Männer in Kata an die Karlsruher Orlando und Burkart.
Im Kumite konnte Markus Stäudel aus Homburg gegen Burkart die Oberhand behalten.
Bei den Frauen gewann Nadja Körner gegen Nadja Stuchlik aus Homburg. in Kata musste sich Nadja Körner gegen Petra Bergler vom 1. Badener Karate Dojo geschlagen geben.

Nicht nur bei dieser Meisterschaft stellt sich die Frage Ist ein Turnier für Kihon und Jiyu-Ippon Kumite, beide Übungsformen vom Ursprung her reine Trainingsformen, die richtige Plattform? Sollte man nicht einmal in eine andere Richtung gehen.
Sollten Kinder mit 9 Jahren schon an solchen Meisterschaften teilnehmen und sich dann Meister nennen dürfen. Da gibt es viele andere Möglichkeiten und nicht unbedingt eine Nord-Süd-SW oder Deutsche Meisterschaft.
Bei den 16-bis 17-Jährigen sah man ansprechende Leistungen und der Verband hat hier ein Potenzial für die Zukunft, wenn man diese Karateka langfristig halten

und motivieren kann.
Bei den Kämpfen in der Seniorenklasse ab 18 Jahre konnten die Kämpfer und Kämpferinnen überzeugen, und man sah der Meisterschaft entsprechend sehr gute Kämpfe sowohl in Kata wie auch in Kumite.
Ein Wermutstropfen gab es auch bei diesem Turnier: Ich beobachte immer häufiger die Melde-Rückläufigkeit der Gruppe der über 18- Jährigen, sowohl im Einzel als auch in den Mannschaftsdisziplinen. Woran liegt das? Ich möchte diese Frage unbeantwortet lassen und dadurch zur Diskussion anregen.
Zum Schluss vielen Dank an den Ausrichter für den reibungslosen Ablauf des Turniers. Auch den Kampfrichtern für ihre Leistungen ein Dankeschön.

„OSS“ Hans Körner

Ergebnisse: siehe DJKB-Homepage

www.KAMIKAZE.de

SENSEI AKITA IN LOHBERG

Auf großes Interesse stieß der Karate-Lehrgang des TSV Lohberg mit Akita Sensei. Über 110 Kampfsportler tummelten sich in der Halle der Schule am Lindhoop, um von den Unterweisungen des Trainers im Deutschen JKA-Karate-Bund, Sensei Akita, zu profitieren. Neben vielen Sportlern aus unseren Nachbarvereinen (wie Dörverden, Rotenburg und Sottrum) nutzten auch zahlreiche Karateka aus Cuxhaven, Berlin, Schwerin, Hannover und Osnabrück die Gelegenheit zum Training.
Gut angekommen bei den Teilnehmern sind das hohe Fachwissen und die mit großer Ruhe vermittelten Anweisungen des Meisters, ganz im Sinne des traditionellen Shotokan-Karate.
Sowohl die Sportler mit niedrigeren Kyu-Graden als auch die höheren Dan-Grade äußerten sich am Abend sehr positiv über das Training, auch wenn sich bereits ein schlimmer Muskelkater bei ihnen ankündigte.
Am Sonntag gab es dann noch eine Trainingseinheit für alle Grade zusammen.
Sensei Akita war angenehm überrascht von der Anzahl der Karateka, der positiven Stimmung und dem gesamten Verlauf des Wochenendes.
Alle Teilnehmer freuen sich schon jetzt auf den 15. September, wenn uns Sensei Marijan Glad in Lohberg die Ehre gibt.

Kampfkunst schafft krea(k)tive Modekunst

"Defend your style"

Unter diesem Motto präsentierte die Karateka Britta Bavendiek ihre Kollektion *"Nipponology"*.
Bushido Münster ist stolz auf seine Powerfrau Britta und gratuliert ihr zur ausgezeichneten Prüfung als Modemacherin und Produktmanagerin.

Durch den Schnitt eines Karate-Gis wurde Britta inspiriert, praktische, dezente und sportlich-elegante Mode für den Alltag zu kreieren und selbst zu produzieren. Ob als Kurzjacke, Mantel, Hose oder Kleid, überall finden sich Schnitt, Form und verschiedenes Details eines Karate-Gis und Karate-Gürtels wieder. Britta präsentierte ihre sehr schicke einmalige Kollektion im Rahmen der Modenschau der Modemacherschule Münster in der Halle Münsterland am 27.01.12.
On catwalk wurde der Karate-Schnitt natürlich mit aktiven Karateka als Model tatkräftig und schnittig verstärkt.
Vielen herzlichen Dank an Britta, die Models und alle beteiligten Karatekas für das besonders gelungene krea(k)tive Mode-Karate-Event.

Klarer IPPON für NIPPONOLOGY!

Mehr Infos und Fotos auch unter
www.bushido-muenster.de

Bericht von Christina Maretzke
Fotos von Tobias Olbrich

www.KAMIKAZE.de

Turniere

26. Aug. 2012	**Bonsai-Cup** in Mandelbachtal / Saar Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) über: ahmet.soenmez@web.de
8. Sept. 2012	**23. Nakayama Gedächtnisturnier** in Krefeld Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) über: www.karate-krefeld.de/turnier
22. Sept. 2012	**Ostdeutsche Meisterschaften** in Schwerin / Mecklenburg-Vorpommern Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten usw.) unter: www.odm-schwerin.de 1. Oktober 2011 – Stützpunkt- und Kampfrichterlehrgang Nord!
30. Sept. 2012	**Shobu-Ippon-Cup** in Darmstadt Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) zu gegebener Zeit über: www.karate-darmstadt.de
6. Okt. 2012	**Hermann-Hesse-Cup** in Calw Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) über: www.skd-calw.de
21. Okt. 2012	**Norddeutsche Meisterschaften** in Hannover Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) zu gegebener Zeit über: www.karate-dojo-hannover.de
10. Nov. 2012	**JKA-Cup** in Bottrop Nähere Ausschreibung (Disziplinen, Infos, Meldelisten, usw.) zu gegebener Zeit über: www.Deutscher-JKA-Karate-Bund.de

Lehrgangs-Ausschreibungen .....

Lehrgang mit
Thomas Schulze

Datum: 16. Juni 2012

Ort: 45964 Gladbeck

Halle: Artur-Schirrmacher-Sporthalle
Konrad-Adenauer-Allee 1

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 6. Kyu
12.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Birgit Höing
Tel.: 0173 / 284 51 62
www.psv-gladbeck.de

Lehrgang mit
Marijan Glad

Datum: 16. Juni 2012

Ort: Dieburg / Hessen

Halle: Gutenberghalle
Auf der Leer 19

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Karate-Verein Dieburg
Tel.: 0 60 71 / 8 88 70

Lehrgang mit
Michael Szumlewski

Datum: 16. Juni 2012

Ort: 63512 Hainburg

Halle: Budo Gym Hainburg
Siemensstr. 8 - 10

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 6. Kyu
12.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Michael Szumlewsi
Tel.: 0 61 82 / 82 86 36

Lehrgang mit
Henry Landeck

Datum: 16. Juni 2012

Ort: 92526 Oberviechtach

Halle: Hauptschule Oberviechtach
Martin Lutherstr. 5 - 7

Beginn: Sa. 11.00 Uhr alle Grade

Info: Johann Ruml
Tel.: 0173 / 562 65 91

Lehrgang mit
Michael Gehre

Datum: 16. Juni 2012

Ort: 24238 Selent

Halle: Schule am Selenter See
Schulstr. 8

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Michael Gehre
Tel.: 0177 / 239 32 20

Lehrgang mit
A. u. M. Engel

Datum: 16. Juni 2012

Ort: 61440 Oberursel-Stierstadt

Halle: Vereinsturnhalle
Platanenstr.

Beginn: Sa. 10.00 Uhr gemeinsam

Info: Marcus u. Alexandra Engel
Tel.: 0 60 03 / 82 97 14
od. 0 60 03 / 82 99 01

Lehrgang mit
Shinji Akita

Datum: 22. / 23. Juni 2012

Ort: 91484 Sugenheim

Halle: Sporthalle
Am Sportplatz 1

Beginn: Fr. 19.00 Uhr gemeinsam

Info: Martin Koopmann
Tel.: 0 91 64 / 99 68 35

Lehrgang mit
H. Landeck u. J. Chees

Datum: 23. Juni 2012

Ort: 99438 Bad Berka

Halle: Gymnasium Bad Berka
Bergstr. 9

Beginn: Sa. 11.00 Uhr gemeinsam

Info: Michael Eberhardt
Tel.: 036422 / 60303

Lehrgang mit
Shihan Sugimura

Datum: 30. Juni 2012

Ort: Osnabrück

Halle: Schulzentrum Sonnenhügel
Knollstr.

Beginn: Sa. 13.00 Uhr bis 6. Kyu
14.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Christoph Weiß
Tel.: 0152 / 2964 72 36
www.karate-osanbrueck.de

Lehrgang mit
Kirsten Manske u. Silvana Moreno

Datum: 30. Juni 2012

Ort: 28199 Bremen

Halle: Langemarkstr. 113

Beginn: Sa. 13.00 Uhr 2 Gr. parallel

Info: Tel.: 04 21 / 378 12 16
www.KarateBremen.de

Lehrgang mit
E. Bisceglie u. J. Reuß

Datum: 30. Juni 2012

Ort: 50968 Köln

Halle: Sportcenter Bushido
Sechtemer Str. 5

Beginn: Sa. 11.00 Uhr

Info: Mobil: 0160 / 9623 36 27
www.shotokan-koeln.de
reuss.joerg@googlemail.com

Lehrgang mit
S. Kötz u. Th. Stenzel

Datum: 30. 6. / 1. 7. 2012

Ort: 01705 Freital

Halle: Gymnasium Freital
Krönertstr. 25

Beginn: Sa. 10.00 Uhr bis 6. Kyu
11.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Thomas Stenzel
Tel.: 0174 / 660 74 94
www.dresden-karate.de

... und noch mehr Lehrgangs-Ausschreibungen

Lehrgang mit Th. Schulze u. K. Manske

Datum: 7. Juli 2012

Ort: 31275 Lehrte

Halle: Große Sporthalle
Schlesische Str.

Beginn: Sa. 11.00 Uhr 2 Gr. parallel

Info: Riad Kheirallah
Tel.: 05 11 / 8092135
www.karate-dojo-lehrte.de

Lehrgang mit Marijan Glad

Datum: 7. Juli 2012

Ort: 74243 Langenbrettach

Halle: Talhalle (neben Freibad)
Schwabbacher Str.

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Tel.: 0 71 39 / 29 14

Lehrgang mit T. Nakayama u. R. Heselton

Datum: 14. / 15. Juli 2012

Ort: 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Halle: Solitude Gymnasium
Spechtweg 40

Beginn: Sa. 09.00 Uhr bis 4. Kyu
10.30 Uhr ab 3. Kyu

Info: Robert Lazarević
Tel. 0178 / 281 17 30

Juli-Hatz mit M. Buchstaller, J. Reuß u. M. Stäudel

Datum: 15. - 21. Juli 2012

Ort: 50968 Köln

Halle: Sportcenter Bushido
Sechtemer Str. 5

Info: begrenzte Teilnehmerzahl
Anmeldung erforderlich
Tel.: 0160 / 96233627
www.shotokan-koeln.de

Lehrgang mit Marijan Glad

Datum: 28. Juli 2012

Ort: 97209 Veitshöchheim

Halle: Sportzentrum Veitshöchheim
Wolfstalstr. 47

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 6. Kyu
12.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: www.kodo-juku.de

Herbst-Lehrgang mit Schlatt

Datum: 9. - 14. August 2012

Ort: Ylä-Savo / FINNLAND

Info: marjut.langefeld@t-online.de

www.kaseha.fi/vks

Lehrgang mit Marijan Glad

Datum: 18. August 2012

Ort: 63500 Seligenstadt

Halle: Konrad-Adenauer-Halle
Steinweg 21

Beginn: Sa. 10.30 Uhr bis 5. Kyu
12.00 Uhr ab 4. Kyu

Info: Eike Fuchs
Tel.: 0173 / 656 49 55
www.karate-seligenstadt.de

DJKB-Instructor Ronny Repp

Datum: 25. August 2012

Ort: 64807 Dieburg

Halle: Marienschule
Frankfurter Str. 24

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Tel.: 0 60 71 / 8 88 70
www.dieburg-karate.de

Lehrgang mit Jörg Reuß

Datum: 26. August 2012

Ort: 64732 Bad König

Halle: Grundschulsporthalle
Martin-Luther-Str.

Beginn: Sa. 10.00 Uhr bis 7. Kyu
11.30 Uhr ab 6. Kyu

Info:
www.shotokan-karate-bad-koenig.de

Lehrgang mit Marijan Glad

Datum: 31. 8. / 1. 9. 2012

Ort: 45966 Gladbeck

Halle: Ingeborg-Drewitz-GeS
Enfieldstr. 142

Beginn: Fr. 19.00 Uhr gemeinsam

Info: Tel.: 0177 / 8397190
www.karatedo-gladbeck.de

Lehrgang mit Jürgen Gutmann

Datum: 1. September 2012

Ort: 55271 Stadecken-Elsheim

Halle: Selztalhalle
Auf der Langweid

Beginn: Sa. 10.00 Uhr Kinder bis 14 J.
11.15 Uhr Erwachsene

Info: Gerd Thielmann
Tel.: 0 61 30 / 91 98 85

Lehrgang mit Julian Chees

Datum: 1. September 2012

Ort: 64560 Riedstadt

Halle: Sporthalle beim Bürgerhaus
Albert-Schweitzer-Str.

Beginn: Sa. 10.00 Uhr Kinder bis 10 J.
11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Tel.: 0160 / 9086 06 08
www.karate-wolfskehlen.de

... und noch mehr Lehrgangs-Ausschreibungen

DJKB-Instructor
Hans Körner

Datum: 8. September 2012

Ort: 63128 Dietzenbach

Halle: Helen-Keller-Schule
Arminiusstr.

Beginn: Sa. 12.00 Uhr bis 6. Kyu
13.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Klaus Bösche
Tel.: 0170 / 864 84 34
www.tanren-dojo.de

Lehrgang mit
Shinji Akita

Datum: 8. September 2012

Ort: 63695 Glauburg-Glauberg

Halle: Turnhalle Glauburg
Heegheimer Str.

Beginn: Sa. 10.00 Uhr Kinder bis 8. Kyu
11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.15 Uhr ab 4. Kyu

Info: P. Stoll, Tel.: 0172/7092133
www.do-kyohan.de

Lehrgang mit
Shihan Sugimura

Datum: 8. September 2012

Ort: 53572 Unkel am Rhein

Halle: Grundschule
Schulstr.

Beginn: Sa. 10.30 Uhr bis 4. Kyu
12.00 Uhr ab 3. Kyu

Info: Egon Heidt
Tel.: 0 22 24 / 7 29 97

Jubiläums-Lehrgang mit
R. Kiiskilä u. Sh. Akita

Datum: 14. - 16. September 2012

Ort: 79111 Freiburg

Halle: Waldorfschule
Ingeborg-Drewitz-Allee 1

Beginn: Fr. 19.00 Uhr gemeinsam

Info: Andreas Einecker
Tel.: 07 61 / 478 79 94
Aramoto@gmx.de

Lehrgang mit
Marijan Glad

Datum: 15. September 2012

Ort: 27308 Kirchlinteln

Halle: Schulzentrum
Schulstr. 3

Beginn: Sa. 10.00 Uhr bis 5. Kyu
11.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Udo Lüdemann
Tel.: 0170 / 585 55 54
urosenweg@aol.com

Lehrgang mit
Shinji Akita

Datum: 21. / 22. September 2012

Ort: 73547 Lorch

Halle: Neue Sporthalle im
Schäfersfeld

Beginn: Fr. 19.30 Uhr gemeinsam

Info: Stefan Kremp
Tel.: 0170 / 542 69 66
www.karate-lorch.de

Kumite-Lehrgang mit
Detlef Krüger

Datum: 22. September 2012

Ort: 57258 Alchen-Freudenberg

Halle: Turnhalle Alchen
Seelbacher Str.

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 4. Kyu
12.15 Uhr ab 3. Kyu

Info: Holger Wiederstein
Tel.: 0160 / 637 90 19
www.karate-alchen.info

Lehrgang mit
Herbert Perchtold

Datum: 22. September 2012

Ort: 97209 Veitshöchheim

Halle: Sportzentrum Veitshöchheim
Wolfstalstr. 47

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 6. Kyu
12.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Thomas Igerst
thomas.igerst@kodo-juku.de
www.kodo-juku.de

Kata-Lehrgang mit
Klaus Bösche

Datum: 22. September 2012

Ort: 63128 Dietzenbach

Halle: Helen-Keller-Schule
Arminiusstr.

Beginn: Sa. 10.30 Uhr bis 6. Kyu
12.00 Uhr ab 5. Kyu

Info: Klaus Bösche
Tel.: 0170 / 864 84 34
www.budokan-dietzenbach.de

Lehrgang mit
Julian Chees

Datum: 22. September 2012

Ort: 71126 Gäufelden

Halle: Aspenhalle
Gäufelden-Öschelbronn

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Hans-Peter Bieryt
Tel.: 0 70 32 / 910 96 33
www.karate-gaeufelden.de

Lehrgang mit
Shihan Sugimura

Datum: 22. September 2012

Ort: 77948 Friesenheim-Schuttern

Halle: Offo-Halle
Unterdorfstr.

Beginn: Sa. 13.00 Uhr bis 6. Kyu
14.30 Uhr ab 5. Kyu

Info: Astrid Ehret
Tel.: 078 21 / 6 39 61

Lehrgang mit
T. Ochi u. K. Manske

Datum: 22. September 2012

Ort: 64823 Groß-Umstadt

Halle: Heinrich-Klein-Dreifachhalle
am Darmstädter Schloß 5

Beginn: Sa. 12.00 Uhr 2 Gr. parallel

Info: Christian Gradl
Tel.: 0 60 78 / 7 53 37
www.karate-dojo-gross-umstadt.de

... und noch mehr Lehrgangs-Ausschreibungen

DJKB-Instructor
Toribio Osterkamp

Datum: 22. / 23. September 2012

Ort: 56154 Boppard

Halle: Großsporthalle
Helene-Pages-Str.

Beginn: Sa. 09.30 Uhr bis 5. Kyu
11.00 Uhr ab 4. Kyu

Info: Tel.: 0 67 42 / 84 45 17
www.dojokan.de

Pratzen- / Kumite-Lg mit
Michael Ehrenreich

Datum: 22. / 23. September 2012

Ort: 97941 Tauberbischofsheim

Halle: Sporthalle am Wörth
Pestalozziallee

Beginn: Sa. 12.30 Uhr

Info: Schlatt
Tel.: 0 93 41 / 89 76 35
schlatt@t-online.de

Lehrgang mit
Schlatt

Datum: 29. September 2012

Ort: 31311 Uetze-Hänigsen

Halle: Neue Ballspielhalle
Moorgartenweg 1

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Jens Schaprian
Tel.: 0 51 47 / 978722
www.shujinko.de

Lehrgang mit
H. Wittig, Th. Flohrer u. R. Grasse

Datum: 29. September 2012

Ort: 63179 Obertshausen

Halle: Rodau Sporthalle
Rodaustr. 2

Beginn: Sa. 10.00 Uhr 3 Gr. parallel

Info: Tel.: 069 / 8787 68 09
www.karate-obertshausen.de

Lehrgang mit
Thomas Schulze

Datum: 29. September 2012

Ort: 24118 Kiel

Halle: Sportzentrum der Uni Kiel
Olshausenstr. 70-74

Beginn: Sa. 12.30 Uhr bis 5. Kyu
14.00 Uhr ab 4. Kyu

Info: Ralph Dawert
Tel.: 0 43 46 / 48 49

Lehrgang mit
Julian Chees

Datum: 29. September 2012

Ort: 86438 Kissing

Halle: Mehrzweckhalle Grundschule
Bahnhofstr. 69a

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info:
www.shotokan-karate-dojo-kissing.de

Lehrgang mit
Marijan Glad

Datum: 29. September 2012

Ort: 66119 Saarbrücken

Halle: Sporthalle St. Arnual
Scharnhorststr.

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: www.shotokan-karate-dojo-saarbrücken.de

Lehrgang mit
Shinji Akita

Datum: 29. / 30. September 2012

Ort: 57080 Siegen (Eiserfeld)

Halle: Gesamtschule Eiserfeld
Talsbachstr. 33

Beginn: Sa. 10.00 Uhr bis 4. Kyu
11.30 Uhr ab 3. Kyu

Info: www.bushido-siegen.de

Lehrgang mit
R. Ruzicka u. R. Farhatyar

Datum: 5. - 7. Oktober 2012

Ort: 72160 Horb-Betra

Halle: Hohenzollernhalle
Widmaierstr. 21

Beginn: Fr. 19.00 Uhr gemeinsam

Info: Stefan Kahlert
Tel.: 0172 / 343 04 97
www.karate-betra.de

Lehrgang mit
H. Platt u. M. Szumlewski

Datum: 6. / 7. Oktober 2012

Ort: 63512 Hainburg

Halle: Budo Gym Hainburg
Siemensstr. 8 - 10

Beginn: Sa. 13.00 Uhr

Info: Michael Szumlewski
Tel.: 0 61 82 / 82 86 36

Lehrgang mit
Tobias Prüfert

Datum: 6. Oktober 2012

Ort: 30167 Hannover

Halle: Gesamtschule Uhland str
in der Flage 2

Beginn: Sa. 11.00 Uhr bis 5. Kyu
12.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: www.kiko-karate-hannover.de

Lehrgang mit
J. Chees u. H. Landeck

Datum: 6. Oktober 2012

Ort: Oberstorf / Allgäu

Halle: Gymnasium Oberstorf
Rübinger Str. 9

Beginn: Sa. 11.00 Uhr alle Grade

Info: Xaver Eldracher
Tel.: 0171 / 125 59 44

Kumite-Lehrgang mit
Detlef Krüger

Datum: 6. Oktober 2012

Ort: 63128 Dietzenbach-Steinberg

Halle: Helen-Keller-Schule
Arminiusstr. 45

Beginn: Sa. 10.30 Uhr bis 5. Kyu
12.00 Uhr ab 4. Kyu

Info: Tel.: 0170 / 864 843 4

www.budokan-dietzenbach.de

Lehrgang mit
Shinji Akita

Datum: 6. Oktober 2012

Ort: 80333 München

Halle: Berufsbildungszentrum
Lindwurmstr. 90

Beginn: Sa. 10.00 Uhr bis 5. Kyu
11.30 Uhr ab 4. Kyu

Info: Peter
Tel.: 0176 / 2527 54 44

Lehrgang mit
J. Thiele u.
J. Hinterweller

Datum: 8. - 13. Oktober 2012

Ort: 55490 Mengerscheid

Halle: Bürgerhaus Mengerscheid

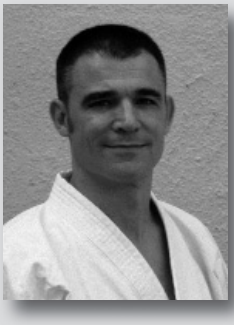
Beginn: Mo. 8.00 Uhr
(3 x täglich)

Info: Anmeldung erforderlich!
Tel.: 0 67 42 / 84 45 17

Nationalcoach
Thomas Schulze
Aschaffenburger Str. 10
28215 Bremen
Tel.: 04 21 / 378 12 16
thomas.schulze@online.de

Bundesjugendtrainer
Markus Rues
Joseph-Belli-Weg 3
78467 Konstanz
Tel.: 0 75 31 / 5 07 07
Markus.rues@t-online.de

DJKB-Instructoren

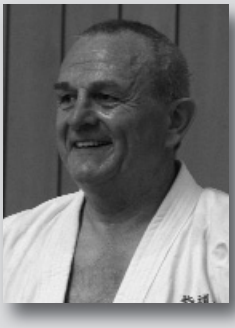


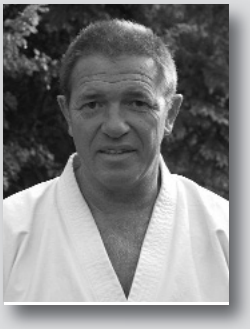
Toribio Osterkamp
Grasweg 34
22299 Hamburg
Tel.: 0 40 / 4 60 45 18
toribio.osterkamp@web.de

Risto Kiiskilä
Alt Sossenheim 74
65936 Frankfurt
Tel.: 0171 / 421 24 28
rist-do@onlinehome.de

Hanskarl Rotzinger
Postfach 5425
78433 Konstanz
Tel.: 0160 / 9477 17 95

Hans Körner
Bacchusstr. 11
75223 Niefern-Öschelbronn
Tel.: 0170 / 805 04 69
koerner-niefern@t-online.de





Ronald Repp
Neckarstr. 9
35625 Hüttenberg
Tel.: 0 64 03 / 9 21 91
Ronald.Repp@schaum.tobit.net

Nachwuchstrainer-Fortbildungslehrgang 2012

mit Gastreferent Nationalcoach Thomas Schulze

am 1. + 2. September 2012 in Saarbrücken

Referenten und Lehrgangsleiter:
Rolf Hecking, Bernd Hinschberger, Toribio Osterkamp, Anika Lapp sowie Nationalcoach Thomas Schulze

AUSRICHTER:	JKA-Karate-Dojo Saarbrücken e.V.
ORT:	Sporthalle der Dellengarten-Schule, Dellengartenstraße, Saarbrücken
ÜBERNACHTUNG:	kostenlos, bereits freitags im Dojo möglich Übernachtung unbedingt rechtzeitig vorher telefonisch anmelden: Info an Wolfgang und Martina Stenger, Tel.: 06898/63399
LEHRGANGSZEITEN:	**Samstag, 1.9. von 10.00 – 18.00 h** **Sonntag, 2.9. von 9.00 – 12.00 h**
ACHTUNG:	Der Lehrgang dient auch zum Lizenzerwerb und zur Verlängerung von Prüferlizenzen. Die aktive Teilnahme an allen Lehrgangseinheiten wird vorausgesetzt.
TEILNAHME-BERECHTIGUNG:	Ausnahmslos Absolventen/innen der bisherigen DJKB-Nachwuchstrainer-Ausbildungen. Der Fortbildungslehrgang ist kostenlos.
MELDESCHLUSS:	26. August 2012

VERBINDLICHE ANMELDUNG zum DJKB-Nachwuchstrainer-Fortbildungs-Lehrgang 2012

An die DJKB-Geschäftsstelle, Schwarzwaldstraße 64, 66482 Zweibrücken
E-MAIL: JKA_Deutschland@gmx.de, Fax: 06337/993130

DJKB-DOJO: _____

NAME, VORNAME: _____

STRASSE: _____

PLZ, WOHNORT: _____

TELEFON-NR/E-MAIL: _____

KYU- / DANGRAD: _____

Hiermit melde ich mich verbindlich zum diesjährigen Nachwuchstrainer-Fortbildungslehrgang vom 1. bis 2. September 2012 in Saarbrücken an.

_____

Ort, Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen zusätzlich die Unterschrift des/der Gesetzlichen Vertreters/in)

SHIHAN OCHI IN ...

Shihan Ochi in VS-Schwenningen

15. / 16. Juni 2012

Ausrichter: Shotokan Karate Dojo Schwenningen

Ort: **Sporthalle - Deutenberg,**
Spittelstr. 85, 78056 VS-Schwenningen

Trainings-zeiten:

Freitag, 15.6.:	19.30 - 21.00 Uhr	alle gemeinsam
Samstag, 16.6.:	11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	12.30 - 14.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	15.00 - 16.00 Uhr	9. - 5. Kyu
	16.00 - 17.00 Uhr	4. Kyu - Dan

ACHTUNG!
ggf. Zusammenlegung der Gruppen nach dem 1. Training.
Info: vor Ort oder über Dojoleiter (Tel. siehe Info)

Prüfungen: am Samstag, ab 17. Uhr Kyu-Prüfungen

Gebühr: 20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO

Über-nachtung: In separater Halle möglich. Frühstück wird angeboten.
Tourist-Service, Tel.: 0 77 21 / 82 23 40

Info: Johann “Hans” Wagner, Tel.: 0 77 20 / 78 91,
Mobil: 0171 / 670 30 07
www.shotokan-karate-dojo-schwenningen.de

Haftung: Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Instructor-Lehrgang

Instructor-Lehrgang mit Shihan Ochi in Bochum

23. / 24. Juni 2012

Teilnahme nur mit gültiger Instructor-Marke 2012

Ausrichter: Karate-Dojo Wattenscheid e.V. 1975

Ort: **Sporthalle am Lohring 20**, Bochum

Trainings-zeiten:

Samstag, 23.6.:	11.00 - 12.30 Uhr	
	nachmittags: wird vor Ort bekannt gegeben	
Sonntag, 24.6.:	wird vor Ort bekannt gegeben	

Achtung: Der Lehrgangsstempel wird nur bei einer aktiven Teilnahme an allen Lehrgangseinheiten erteilt! (am Sonntag nach dem Training)

Über-nachtung: www.Karate-Wattenscheid.de

Info: Klaus Wiegand, Tel.: 0170 / 470 89 80

Haftung: Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung jeglicher Art ab.

Shihan Ochi in Nagold

6. / 7. Juli 2012

DAN Prüfung

zum 1. + 2. Dan

Ausrichter: JKA-Karate Dojo Nagold

Ort: **Bächlenhalle**
Max-Eyth-Str. 23, 72202 Nagold (Der Weg wird ausgeschildert)

Trainings-zeiten:

Freitag, 6.7.:	19.30 - 21.00 Uhr	9. Kyu - Dan
Samstag, 7.7.:	11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	12.30 - 14.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	15.00 - 16.00 Uhr	9. - 5. Kyu
	16.00 - 17.00 Uhr	4. Kyu - Dan

ACHTUNG!
ggf. Zusammenlegung der Gruppen nach dem 1. Training.
Info: vor Ort oder über Dojoleiter (Tel. siehe Info)

Prüfungen: Kyu- u. Dan-Prüfungen am Samstag im Anschluß an das Training.

Gebühr: 20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO

Über- In der Halle nicht möglich.
Info: 0173 / 453 91 96

Info: Helmut Schäberle, Tel.: 0 70 32 / 99 29 47
E-Mail: karatenagold@aol.com

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

Shihan Ochi in Immenstadt

14. Juli 2012

DAN Prüfung

zum 1. + 2. Dan

Ausrichter: Karate Dojo Immenstadt/Stein

Ort: **Julius-Kunert-Halle / Auwald-Sportzentrum**
Allgäuer Str. 17 (Autobahnabfahrt Immenstadt/Süd)

Trainings-zeiten:

Samstag, 14.7.:	11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	12.30 - 14.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	15.00 - 16.30 Uhr	9. Kyu - Dan

Prüfungen: ab 17.00 Uhr Kyu- und Dan-Prüfungen.

Gebühr: 20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO

Über-nachtung: in der Halle möglich, oder
Gäste-Information Immenstadt, Tel.: 0 83 23 / 91 41 76,
E-Mail: info@immenstadt.de

Info: Xaver u. Britta Eldracher, Tel.: 0 83 41 / 7 15 84 11,
Handy: 0171 / 1255944, E-Mail: X-B.Eldracher@gmx.de

Haftung: Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung.

SHIHAN OCHI IN ...

Instructor-Lehrgang

SHIHAN OCHI IN ...

Instructor-Lehrgang
mit Shihan Ochi in Rotenburg / Wümme
8. / 9. September 2012

DAN Prüfung

zum 3. Dan

Ausrichter:	Karate-Dojo-Rotenburg	
Ort:	**Adolf Rinck Halle**, Freudenthalstr., 27356 Rotenburg/Wümme	
Trainings-zeiten:	Samstag, 23.6.:	11.00 - 12.30 Uhr nachmittags: wird vor Ort bekannt gegeben
	Sonntag, 24.6.:	wird vor Ort bekannt gegeben
Achtung:	Der Lehrgangsstempel wird nur bei einer aktiven Teilnahme an allen Lehrgangseinheiten erteilt! (am Sonntag nach dem Training)	
Über-nachtung:	siehe: www.karate-dojo-rotenburg.de od. unter: www.tourow.de/gastgeber/gastgeberverzeichnis.html	
Info:	Heide Bahrs, Tel.: 0173 / 9309688 instructor@karate-dojo-rotenburg.de	
Haftung:	Der Ausrichter lehnt jede Haftung ab.	

Teilnahme nur mit gültiger Instructor-Marke 2012

Shihan Ochi in Stein (bei Nürnberg)

15. September 2012

DAN Prüfung

zum 1. + 2. Dan

Ausrichter:	SHOSHIN-TSV-Stein	
Ort:	**Sporthalle am Weihersberg,** Faber-Castell-Allee 10 / 90547 Stein (bei Nürnberg)	
Trainings-zeiten:	Samstag, 15.9.:	11.00 - 12.15 Uhr 9. - 5. Kyu 12.15 - 13.30 Uhr 4. Kyu - Dan 15.00 - 16.15 Uhr 9. Kyu - Dan
Prüfungen:	Kyu- und Dan-Prüfungen nach dem letzten Training	
Gebühr:	20,- EURO	Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Über-nachtung:	In einer separaten Halle möglich. Hotels in Stein unter www.stadt-stein.de	
Info:	Julian P. Chees, Tel.: 0 93 66 / 98 12 84, oder unter: chees@shoshin-wuerzburg.de www.psv-stein.de	
Haftung:	Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.	

Shihan Ochi in Troisdorf

21. / 22. September 2012

DAN Prüfung

zum 1. + 2. Dan

Ausrichter: Karate Dojo Ochi Troisdorf e.V.

Ort: **Rundsporthalle in Troisdorf,** Am Elsenplatz / 53840 Troisdorf

Trainings-zeiten:

Freitag, 21.9.:	18.00 - 19.30 Uhr	9. Kyu - Dan
Samstag, 22.9.:	11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	12.30 - 14.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	15.00 - 16.00 Uhr	9. - 5. Kyu
	16.00 - 17.00 Uhr	4. Kyu - Dan

ACHTUNG!
ggf. Zusammenlegung der Gruppen nach dem 1. Training.
Info: vor Ort oder über Dojoleiter (Tel. siehe Info)

Prüfungen: Kyu- und Dan-Prüfungen
am Samstag im Anschluß an das letzte Training

Gebühr: 20,- EURO

Über-nachtung: in der Halle nicht möglich

Info: Dr. Somantha Roeung, Tel.: 0170 / 932 00 71
E-mail: Somantha@gmx.de, Internet: www.ochi-troisdorf.de

Haftung: Der Ausrichter lehnt eine Haftung jeglicher Art ab.

Shihan Ochi in Donaueschingen

28. / 29. September 2012

Ausrichter: JKA-Karate-Verein Traditionell Donaueschingen

Ort: **Baarsporthalle,** Humboldstr. / 78166 Donaueschingen

Trainings-zeiten:

Freitag, 28.9.:	19.30 - 21.00 Uhr	alle gemeinsam
Samstag, 29.9.:	11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	12.30 - 14.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	15.00 - 16.00 Uhr	9. - 5. Kyu
	16.00 - 17.00 Uhr	4. Kyu - Dan

ACHTUNG!
ggf. Zusammenlegung der Gruppen nach dem 1. Training.
Info: vor Ort oder über Dojoleiter (Tel. siehe Info)

Prüfungen: bis einschließlich 1. Kyu nach dem letzten Training

Gebühr: 20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO

Über-nachtung: Fremdenverkehrsamt, Tel.: 07 71 / 85 72 21(od. -23)

Info: Helmut Hein, Tel.: 07 71 / 6 21 99,

Haftung: Der Veranstalter lehnt eine Haftung jeglicher Art ab.

SHIHAN OCHI IN ...

SHIHAN OCHI IN ...

Shihan Ochi in Höchst im Odenwald

5. / 6. Oktober 2012

Ausrichter: Samurai Odenwald

Ort: **Grundschulturnhalle**
Pestalozzistr. 20, 64739 Höchst im Odenwald

Trainings-zeiten:

Freitag, 28.9.:	19.00 - 20.30 Uhr	alle gemeinsam
Samstag, 29.9.:	10.00 - 11.30 Uhr	9. - 5. Kyu
	11.30 - 13.00 Uhr	4. Kyu - Dan
	14.00 - 15.00 Uhr	9. - 5. Kyu
	15.00 - 16.00 Uhr	4. Kyu - Dan

ACHTUNG!
ggf. Zusammenlegung der Gruppen nach dem 1. Training.
Info: vor Ort oder über Dojoleiter (Tel. siehe Info)

Prüfungen: am Samstag, ab 16.30 Uhr bis 1. Kyu

Gebühr: 20,- EURO

Übernachtung: auf Anfrage

Info: Ayhan Ismail, Tel.: 0170 / 485 30 49,
oder unter: www.samurai-odenwald.de

Haftung: Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Liebe Leserinnen und Leser von »JKA-Karate«,
auch weiterhin erhalten unsere Ansprechpartner für je drei gemeldete Mitglieder ein Exemplar unseres Fachorgans kostenlos zugestellt. Für Einzelmitglieder oder Interessenten besteht die Möglichkeit, »JKA-Karate« für die jeweils nächsten 4 Ausgaben zu abonnieren.

ABONNEMENT

Hiermit abonniere ich die nächsten 4 Ausgaben der Informationsschrift »JKA-Karate« des Deutschen JKA-Karate Bundes e. V. (ab Ausgabe……)
Bitte senden
Sie die Zeitschrift an:

_____
Name, Vorname

_____
Straße, Nr.

_____
Plz, Ort

Diesen Abschnitt senden Sie bitte an:

DJKB-Geschäftsstelle
Petra Hinschberger
Schwarzwaldstr. 64
66482 Zweibrücken

Den Betrag von 13,- € / 4 Ausgaben für die Einzelzustellung habe ich

◯ auf das Konto des DJKB e.V. (s.S. 2 / Vorstand) überwiesen

◯ als Scheck beigelegt

BESTELLSCHEIN

Dojo-Nr.:

Absender:

An den
Deutschen JKA-Karate Bund e.V.
Geschäftsstelle
Schwarzwaldstr. 64

66482 Zweibrücken

Verein / Dojo

Name, Vorname

Straße, Nr.

Plz Wohnort

Hiermit möchten wir folgende Artikel anfordern:

Bezeichnung	Einzelpreis	Staffelung	Stückzahl	Gesamtpreis
Prüfungsmarken (incl. Urkunden)	5,00 EURO	/		
Prüfer- u. Ausbilderhandbuch	2,60 EURO	/		
Broschüren (Willkommen im DJKB)	0,50 EURO	/		
Broschüren (9. + 8. Kyu)	0,50 EURO	/		
DJKB-Aufnäher (JKA-Karate)	1,60 EURO	25St.: 30 € / 50St.: 50 €		
DJKB-Aufnäher (JKA-Karate Deutschland)	1,60 EURO	25St.: 30 € / 50St.: 50 €		
DJKB-Aufkleber	1,00 EURO	30St.: 25 € / 50St.: 40 €		
Wettkampfurkunden	0,80 EURO	/		
Wettkampfflächenklebeband (rot)	6,00 EURO	/		
Wettkampfflächenklebeband (gelb)	6,00 EURO	/		
Plakate DIN A 3	0,20 EURO	/		
Plakate DIN A 2	0,40 EURO	/		
Porto	**3,50 EURO/Sendung Nur bei Bestellung von Klebeband bzw. Plakaten!**			3,50
			Summe	

Der Gesamtbetrag wurde

☐ auf das Konto des DJKB e.V. / Volksbank Homburg / Blz 592 912 00 / Kto.-Nr. 20 50 23 0000 überwiesen.

☐ als Verrechnungs- / Euroscheck beigefügt!

Die Broschüre
"Willkommen im DJKB"

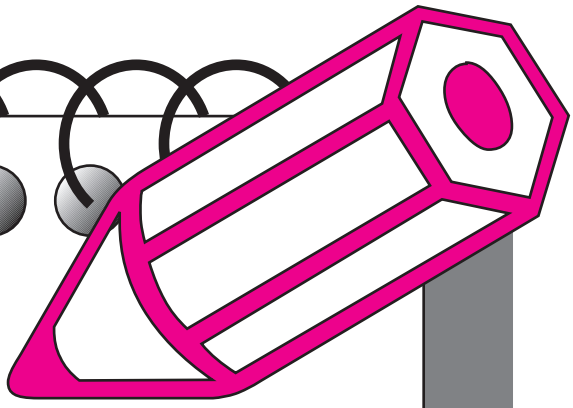
16-seitige A4 Broschüre mit

- Fragen und Antworten zu Karate
- Inhalte und Ziele im JKA-Karate
- Die 15 ehernen Regeln des Karate-Dô

Das Plakat

erhältlich im Format Din A3
und Din A2

Vorlage zur Selbstbeschriftung



JKA-Termine !

15./16. Juni 2012	Shihan Ochi in VS-Schwenningen
23. Juni 2012	Deutsche Kinder- u. Jugendmeisterschaften in Bochum
23./24. Juni 2012	Instructor-Lehrgang in Bochum
7./8. Juli 2012	Shihan Ochi in Nagold
14./15. Juli 2012	Shihan Ochi in Immenstadt (1.+2. Dan-Prüfungen)
22. - 27.7. 2012	Bundesjugendlehrgang in Wetzlar
30.7. - 3.8.2012	Gasshuku in Konstanz (Dan-Prüfungen)
26. August 2012	Bonsai-Cup in Mandelbachtal/Saar
8. Sept. 2012	Nakayama Gedächtnisturnier in Krefeld
8./9. Sept. 2012	Instructor-Lehrgang in Rotenburg/Wümme (3. Dan-Prüfungen)
15. Sept. 2012	Shihan Ochi in Stein /bei Nürnberg (1.+2. Dan-Prüfungen)
21./22. Sept. 2012	Shihan Ochi in Troisdorf (1.+2. Dan-Prüfungen)
22. Sept. 2012	Ostdeutsche Meisterschaften in Schwerin
28./29. Sept. 2012	Shihan Ochi in Donaueschingen
30. Sept. 2012	Shobu-Ippon-Cup in Darmstadt
5./6. Okt. 2012	Shihan Ochi in Höchst im Odenwald
6. Okt. 2012	Hermann-Hesse-Cup in Calw
21. Okt. 2012	Norddeutsche Meisterschaften in Hannover
27./28. Okt. 2012	Shihan Ochi in Köln (1.+2. Dan-Prüfungen)
10. Nov. 2012	JKA-Cup in Bottrop
16./17. Nov. 2012	Shihan Ochi in Bremen (1.+2. Dan-Prüfungen)