Magazin des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.

DJKB

獨逸国 日本空手協会

Fachverband für traditionelles Karate

HEFT 02/2013

SENSEI NAKA

DAS INTERVIEW BEIM KATA-SPEZIAL 2013

• KARATE EUROPAMEISTERSCHAFT 2013 IN KONSTANZ • JUGEND EM IN SERBIEN •
• KINDER- & JUGENDSEITE • KATA-SPEZIAL IN TAUBERBISCHOFSHEIM •

MITTEILUNGEN

NEUE DJKB WEBSITE UNTER:

WWW.DJKB.COM

Die neue Homepage unseres Verbandes ist seit einiger Zeit online. Unter dem Menüpunkt „FORMULARE“ können alle Dojos u.a. ihr eigenes Dojo, Lehrgänge und Lehrgangsberichte selber melden.

Damit **Ihr Dojo auf der Homepage** in der „Dojo-Liste“ aufgeführt werden kann, bitten wir Sie um Übermittlung der Dojo-Daten.

Für **die Veröffentlichung der Lehrgänge** benötigen wir die Ausschreibung als PDF Datei, welche ebenfalls über ein Formular übermittelt wird.

Eigene Lehrgangsberichte können in ein Formular kopiert werden. Bis zu 4 Fotos können zur Veröffentlichung hochgeladen werden.
Wir freuen uns über Ihre Unterstützung!

ACHTUNG - WICHTIG !!

AB 01. JULI 2013:
NEUE PRÜFUNGSGEBÜHREN

Wie im letzten Heft bereits erläutert wird ab dem 01.07.2013 die Gebühr für Kyu-Prüfungen auf 10,- € und für Dan-Prüfungen auf € 70,- angehoben. Die alten Kyu-Prüfungsmarken haben also nur noch eine Gültigkeit bis zum 30. Juni 2013.
Falls **nach diesem Datum noch alte Prüfungsmarken vorhanden sind, können diese im Wertverhältnis 2:1 bei der Geschäftsstelle eingetauscht werden.**

Das Präsidium

Liebe Karateka,

das erste Halbjahr mit ereignisreichen Veranstaltungen liegt nun hinter uns. Besonders hervorheben möchte ich die Europameisterschaften in Konstanz und Serbien sowie Kata-Spezial in Tauberbischofsheim. Sowohl bei der Junioren/Aktiven EM, als auch bei der Jugend EM, haben wir einen hervorragenden Eindruck hinterlassen. An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal bei dem Ausrichterteam von Markus Rues für die geleistete Arbeit bedanken. Für die super Organisation bekamen wir von vielen Nationen sehr positive Rückmeldungen.

Unsere Kaderathleten und -athletinnen haben nicht nur durch ihr Auftreten bei den anderen Nationen einen guten Eindruck hinterlassen, sondern auch noch viele Titel und Platzierungen erreicht.

Beim Kata-Spezial hat der Gasshuku e.V. mit Schlatt und seinem Team wieder einen Ausrichter gefunden, der diese Veranstaltung zur höchsten Zufriedenheit aller Teilnehmer organisiert hat.
Auch die Zusammenstellung des Trainerteams in diesem Jahr sorgte wieder für eine hohe Qualität und die Fortführung des Karates von Ochi Sensei. Hierfür spreche ich allen Verantwortlichen meinen herzlichen Dank aus.
Ich wünsche allen Karateka eine schöne Sommerzeit und freue mich auf ein Wiedersehen beim Gasshuku in Wald-Michelbach im Odenwald.

Oss, Josef Kröll
DJKB-Präsident

NEUE EMAIL-ADRESSEN:
Ab sofort sind Präsidium, Referenten sowie die Stützpunktleiter und -trainer unter ihren jeweiligen Nachnamen und dem Zusatz @djkb.com zu erreichen: **Nachname@djkb.com**.
Die Geschäftsstelle hat folgende Email-Adresse: **info@djkb.com**.
Alle bisherigen Email-Adressen behalten ihre Gültigkeit.

ÄNDERUNGEN BEI DEN REGELN VON WETTKÄMPFEN:
Die Wettkampfform des Jiyu-Ippon Kumite sieht wahlweise die folgenden Angriffstechniken vor: Kizami Tsuki, Oi Tskuki Jodan, Oi Tsuki Chudan, Mae Geri Chudan.
Die 3 Angriffstechniken müssen vom Ausrichter in der Turnierausschreibung klar bezeichnet werden, z.B. Oi Tsuki Jodan, Oi Tsuki Chudan, Mae Geri Chudan.

Änderungen in der Sportordnung:
Bei den offiziellen Meisterschaften des DJKB darf ein Wettkämpfer in den Mannschaftsdisziplinen Kata und Kumite für einen anderen Verein starten **(2:1 Regelung)** und in der Einzeldisziplin für seinen Heimatverein. In der Teilnehmermeldung muss dies vor dem Turnier ersichtlich sein. Diese Regelung gilt ab sofort für **alle Altersklassen**.

04 DIE KATA IST DIE SEELE DER KAMPFKÜNSTE

06 INTERVIEW MIT SENSEI NAKA

Foto: Jens Wagner
(Facebookgruppe „JKA Karate Deutschland" Seite 33)

08 KATA SPEZIAL 2013
in Tauberbischofsheim

12 DIE SCHNEE-EM IN KONSTANZ

16 DER EM-2013 BERICHT
von Toribio Osterkamp

21 ALLE EM-ERGEBNISSE

24 GASSHUKU 2013

28 KINDER- & JUGENDTSEITE
Kleinigkeiten über Karate-Etikette

30 JKA JUGEND EM IN BELGRAD

33 NEUE FACEBOOK-GRUPPE

34 JKA-CUP BOTTROP
Ausschreibung für 2013

36 PRÄSIDIUM, REFERENTEN & GESCHÄFTSSTELLE
Adressen & die Bankverbindung

37 NACHWUCHSTRAINER / FORTBILDUNGS-LEHRGANG

38 LEHRGÄNGE
Alle Lehrgänge der nächsten Zeit

41 IMPRESSUM

45 STÜTZPUNKTE

46 DJKB-TRAINER

47 ABO & BESTELLUNGEN

Titelfoto: Sven Mikolajewicz

REDAKTIONSSCHLUSS HEFT 03/2013: 20. OKTOBER 2013!

Geschäftsstelle des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V. ist vom 09. - 15. September 2013 geschlossen.

DJKB-LOGO

Der DJKB bittet alle Mitglieds-Dojos darum, ihre Zugehörigkeit zum DJKB durch Platzierung eines kleinen Icons mit Link zum DJKB **(www.djkb.com)** auf ihrer Homepage zu zeigen. Dafür wurden unterschiedliche Logo-Varianten vorbereitet, die unter dem Menüpunkt **„Downloads"** der DJKB Homepage heruntergeladen werden können.

MITTEILUNGEN

ABSAGE EINER ORDENTLICHEN MITGLIEDERVERSAMMLUNG DES DJKB IN 2013 DURCH DAS DJKB-PRÄSIDIUM.

Liebe Karateka!

Gemäß der DJKB-Satzung § 8, 2. wäre im normalen Turnus in 2013 eine ordentliche Mitgliederversammlung durchzuführen.

Nachdem jedoch am 21.9.2012 in Troisdorf eine außerordentliche MV stattgefunden hat, ist das DJKB-Präsidium einhellig nach sorgfältiger Abwägung aller aktuellen Sachverhalte und Notwendigkeiten zur Auffassung gelangt, die Mitglieder aus wirtschaftlichen und terminlichen Gründen nicht nochmals in 2013 mit der Einberufung einer Mitgliederversammlung zu „bemühen".

Die nächste ordentliche Mitgliederversammlung des DJKB soll daher erst wieder in 2014 durchgeführt werden.
Daher wird das Präsidium die bereits mitgeteilte anstehende Gebührenerhöhung im Bereich der Kyu-Prüfungen sowie die Haushaltspläne 2013 und 2014 zunächst gemäß § 9, 8. der DJKB-Satzung vorläufig bis zur endgültigen Genehmigung durch die MV in 2014 in Kraft setzen.

Selbstverständlich können eure Anliegen auch außerhalb einer MV jederzeit an das DJKB-Präsidium zur inhaltlichen Behandlung herangetragen werden.

Wir bitten um euer Verständnis für die hier mitgeteilte Entscheidung, die wir glauben, im Sinne aller DJKB-Mitglieder getroffen zu haben.

Das Präsidium des DJKB

„DIE K
DE

Ist die rechte Faust vor der letzten Technik der Kata Jion an der Hüfte oder vor der Brust? Fragen wie diese verunsichern manche Karateka. Und schon sind sie mittendrin in einer hitzigen Diskussion. Wer hat Recht?

Ochi Sensei hat nie Zweifel darüber aufkommen lassen, dass es Varianten und marginale Abweichungen in einer Kata gibt. Oft genug hat er bei Lehrgängen die Unterschiede erklärt und vorgeführt. Ochi Sensei hat aber gleichzeitig auch in zuverlässiger Beständigkeit die jeweilige Kata in allen Details klar beschrieben. An Orientierung hat es also nie gemangelt. So gesehen könnte die Diskussion auch einmal weniger emotional geführt werden.

Dass es Varianten gibt, versteht sich schon aus der Entstehung der Katas. Gichin Funakoshi Sensei hatte 15 Katas entwickelt, als er von Okinawa zur japanischen Hauptinsel übersiedelte. Es sollte nicht bei 15 Katas bleiben. Schon sein Sohn Yoshitaka Funakoshi Sensei führte die Teikyoku-Katas ein; er beschäftigte sich mit anderen Karate-Stilen und entwickelte zudem Bo-Katas.

Als unter Nakayama Sensei Wettkämpfe eingeführt wurden – was es während der Zeit von Funakoshi Sensei im Shotokan Karate nicht gab, erfuhren die Katas grundlegende Änderungen. Vergleicht man Fotografien aus der damaligen Zeit, fällt auf, wie hoch und schmal Funakoshi Sensei stand. Bedingt durch die Umorientierung zum Wettkampf änderte sich die Ausführung. Nun wurden auch langsame Sequenzen eingebracht, damit die Kata für das Publikum schön und ästhetisch aussieht.

Sugiura Sensei, der Schüler von Nakayama Sensei war, schrieb die Ausführung der Katas in Büchern nieder. Dabei kehrte er wieder etwas zu der ursprünglichen Variante zurück. Diese Aufzeichnungen sind heute noch maßgebend. Derzeit werden beim JKA in Japan die Bücher mit Fotos zu den Techniken illustriert. Damit wäre eine Standardisierung einfacher. Ein Erscheinungstermin steht indes noch nicht fest.

Zurück zu den Wurzeln

Aus dieser Tradition heraus ist die Kata eine Form, Karate zu vermitteln und eigene Techniken zu verbessern. „Kata ist die Seele der Kampfkünste“, sagt Naka Sensei (siehe auch Gespräch mit Naka Sensei beim Kata-Spezial). „Daraus hat man Einzelheiten herausgenommen, immer wieder trainiert und für sich verbessert.“

KATA IST *DIE SEELE* R KAMPFKÜNSTE“

Über die Ausführung von Techniken in einer Kata gibt es immer wieder Diskussionen und Meinungsverschiedenheiten. Welche Version gilt im DJKB?

Text: Harald Fette, Fotos: Sven Mikolajewicz

Was im alltäglichen Training im Dojo, wo jeder Karateka an sich selbst arbeitet, noch als Anregung verstanden werden kann, führt im Wettkampf allerdings zu ganz anderen Problemen. Plötzlich entscheiden Ausholbewegungen oder kleine Unterschiede in der Handhaltung über Sieg und Niederlage.

Von daher ist verständlich, dass immer wieder Fragen nach dem „korrekten“ Ablauf einer Kata gestellt werden. Und nicht nur in Gesprächen nach dem Training geht es bisweilen hoch her. Auch auf Foren im Internet, etwa auf Facebook, wird die Diskussion mit Verve geführt.

Ein ehemaliges Kadermitglied hat in der Diskussion auf Facebook mit seinen Ausführungen die Gemüter zumindest teilweise beruhigt. Er schreibt: „Es gab in den 70/80/90er Jahren immer wieder Dissonanzen in der JKA. Der wohl bekannteste "Absprung" war Kanazawa Sensei, der auch in seinem SKI viele Shotokan Katas veränderte. Man stellte auch fest, dass die JKA selbst viel über Kata-Abläufe diskutierte und sich nicht einig war. Ochi Sensei machte diese Diskussionen nicht mit. Er arbeitete mit viel Engagement weiter an seiner Aufbauarbeit in Deutschland und bereiste das ganze Land. Er fuhr quasi zu seinen tausenden von Schülern hin. Seine Entscheidung, nicht jede irgendwo wieder vorgestellte Änderung aus Japan in seinen vielen geleiteten Trainings seit über 40 Jahren nicht direkt als richtig oder falsch zu deuten oder gleich, ohne weiter nachzudenken, direkt zu übernehmen, verhinderte seit jeher ein großes Durcheinander bei den deutschen Karateka, die Ochi Sensei folgten.“

Wer für seinen Weg im Karate in punkto Kata-Ablauf Orientierung sucht, findet sie bei Ochi Sensei. Gleichwohl werden Kaderathleten vor Wettkämpfen von ihren Trainern Thomas Schulze und Markus Rues auf die Wertungen der Kampfrichter eingestellt. Denen fällt es ohnehin leicht, beispielsweise am Schluss von Jion die Ausholbewegung wahlweise vor der Brust oder von der Hüfte aus mit Kime auszuführen.

Was bleibt ist die Empfehlung an jeden einzelnen Karateka, sich an der Kata stetig weiterzuentwickeln. Für ihn oder sie sollte sich der Sinn jeder Bewegung, jeder Technik erschließen. Dann wird mit viel Übung sichtbar, mit welchem Kampfgeist und mit welcher Vorstellungskraft auf den imaginären Gegner der Karateka eine Kata zum Leben erweckt. ❙

DJKB-Magazin: Wie sind Veränderungen in einer Kata zu erklären?
Naka Sensei: Es ist nicht so, dass es immer wieder, etwa jährlich, zu Veränderungen kommt. Der Stand wurde in den Büchern von Sugiura Sensei festgehalten – und danach trainiert die JKA in Japan. Dabei ist man zum Ursprung zurückgekehrt. Zum Beispiel wurde der Yoko Geri nach oben, jodan, ausgeführt, damit es gut aussieht. Aber von der Grundidee ist das eigentlich falsch. Deshalb hat Sugiura Sensei zum Ursprung zurückgefunden. Doch kleine Veränderungen sind nicht relevant. Man muss auf das Gesamtbild einer Kata schauen. Das gilt auch im Wettkampf. Die Kampfrichter werden keine Punktabzüge machen wegen kleinen Abweichungen.

So sollte es sein, aber so ist es nicht. Vielleicht sind da die Europäer Vorreiter. Wir erleben es jedoch oft etwa bei einer EM: jame, shugo, dann wird diskutiert. Und dann gibt es Abzug bei verschiedenen Ausführungen, wegen Kleinigkeiten.
Naka Sensei: Den Sportlern für solche Kleinigkeiten Minuspunkte zu geben, das ist falsch. Das ist ein Problem, das die Kampfrichter haben.

Wir nehmen inzwischen die kleinen Änderungen bei Instructor-Lehrgängen in Japan auf und geben sie an die Wettkämpfer weiter. Ochi Sensei bewahrt die Linie und hält fest, was er gelernt hat. In Deutschland sind wir ein großer Verband. Bis Änderungen in der Fläche weitergegeben werden, kommt unter Umständen wieder etwas Anderes an, quasi wie bei „Stiller Post". Ochi Sensei legt Wert auf die wesentlichen Teile der Kata. Hat es nicht maßgeblich zum Erfolg von Ochi Sensei beigetragen, seine Linie beizubehalten und sich nicht von außen Änderungen aufdrängen zu lassen?
Naka Sensei: Ochi Sensei fährt die richtige Linie, wenn er an einer klaren Position festhält. Es entstünde nur Chaos, wenn bei einem so großen Verband ständig Änderungen propagiert würden. Niemand sagt zur Ausführung einer Kata, das sei falsch. Es gibt nur eine andere Variante. Wir machen uns darüber viel zu viele Gedanken. Man macht ja nicht Karate, um am Wettkampf teilzunehmen und Sport zu machen, es sollte nicht der Wettkampf das Karate bestimmen. Ein wichtiger Punkt ist: Wie gut setze ich meinen Körper ein.

Welche Bedeutung hat die Kata im Karate?

„DIE KATA HILFT UNS, UNS ZU VERBESSERN.“

Gespräch mit Naka Sensei beim Kata-Spezial in Tauberbischofsheim

Naka Sensei: Kata ist die Form. Daraus hat man Einzelheiten herausgenommen, daraus ist Kihon entstanden. Wenn man Kampfkunst praktiziert hat Kata einen hohen Stellenwert. In allen Budo-Arten hat man Katas gelernt und einzelne Sequenzen herausgenommen, sie immer weiter trainiert und verbessert. Kata ist die Seele der Kampfkünste.
Wer nur auf Sport aus ist, kann nur Sporttechniken ausüben. Dafür gibt es Regeln, wie Punkte erzielt werden. Dann plötzlich sind die Regeln die Grundlagen, die Regeln sind Kihon. Das ist meiner Meinung nach kein Karate. Für mich gilt: Weil es die Kata gibt, die Form – ist es Budo.
Die Kata zeigt uns auch den Weg. Wir üben die Kata als Form und sie hilft uns, uns zu verbessern. Die Kata hat verschiedene Elemente und Aspekte, um dem Karateka etwas beizubringen; deswegen ist sie so essentiell. Das ist der wahre Grund, warum man Kata trainieren sollte.

Ist das nicht schwer zu vermitteln?
Naka Sensei: In Japan haben wir ein Problem. Es gibt außerhalb der JKA Verbände und Organisationen, da geht es nur darum: Handschuhe anziehen und los. Dann wird Kumite trainiert. Die verstehen auch nicht mehr, was Kata bedeutet. Aber wenn sie mit ihrer Wettkampfkarriere fertig sind, fallen sie in ein Loch und hören auf. Bei anderen Stilen ist es so: Außer Kinder haben die keine Oberstufe mehr, keine Erwachsenen.

Der Einfluss, der in Japan herrscht, kommt eher aus Europa, das schwappt herüber. Karate wird zur Trendsportart mit Wettkämpfen. In Tokio ist ein ehemaliger Jugendweltmeister nach seinem Studium zu uns ins Dojo gekommen. Aber er hat nur gelernt, Handschuhe anzuziehen und dann mit Reaktionsvermögen, Schnellkraft und Athletik nach den vorgegebenen Regeln zu punkten, das konnte er. Aber Kata, Kihon, das konnte er nicht. Und obwohl er Weltmeister war, wurde er bei unserem Training ganz schnell müde. Bei uns im Dojo wird realistisch trainiert, wird ohne jame gekämpft. Wenn man nur nach den Regeln punktet, hat man keine Möglichkeit, sich weiterzuentwickeln. Der Student hat sich dann gefragt: Was habe ich vier Jahre lang gemacht?

Hat Europa womöglich einen schlechten Einfluss und führt zur Versportlichung von Karate?
Naka Sensei: Der Geist, den Ochi Sensei in sich trägt, ist immer der Geist des Budo. Der Kampfgeist. Es geht auch darum, die Leute zu vereinigen und zu bewegen, den Budo-Kampfgeist zu vermitteln. Ich habe viele Kontakte zu anderen Senseis aus anderen Stilen. Die sagen alle: In Deutschland haben viele diesen Budo-Geist in sich.

Dann war das Kata-Spezial in Tauberbischofsheim eine gute Erfahrung?
Naka Sensei: Ich habe zu meinen Schülern gesagt: In Deutschland herrscht eine gute Atmosphäre um Karate zu machen. Deswegen habe ich fünf Schüler aus Japan mitgebracht, damit sie die Gastfreundschaft spüren. Es hat großen Spaß gemacht.

Interview: DJKB-Magazin

DOUCEMENT,
NORMALE,
PLUS VITE.

Kata-Spezial aus Sicht der Trainingsgruppe ab 2. Dan

Text: Torsten Uhlemann,
Fotos: Sven Mikolajewicz, Eckhard Hennes

Mittwochabend in Tauberbischofsheim – wir freuen uns über den netten Empfang unserer Karatefreunde aus ganz Deutschland, Frankreich, Japan. Es tut gut, Chiefinstructor Shihan Ochi ist nach überstandener Hüftoperation sichtlich gut gelaunt zu sehen.

Für unsere Trainingsgruppe beginnt es mit einer großen Herausforderung: die Gojushiho Dai bei Sensei **Jean-Pierre Fischer**. Didaktisch äußerst durchdacht, zerlegt Sensei Fischer die Kata in mehrere Abschnitte, die wir im Heisoku Dachi absolvieren. Nach jeweils einem Durchgang **doucement**, folgt ein Durchgang **normale** und dann **plus vite**. Danach absolvierten wir die Kata avec les positions, also mit den zugehörigen Stellungen und dem korrekten Embusen. Zwischendrin immer wieder Korrekturen und Hinweise auf besondere Details der Kata, die Sensei Fischer mit unnachahmlicher Eleganz und Präzision demonstriert. Besonders großen Wert legt er immer wieder darauf, dass die Höhe in der Kata beibehalten wird. Insbesondere bei Beintechniken wie Mae Geri und Fumikomi und den Drehungen und Wendungen sollen wir bewusst darauf achten, das Standbein gebeugt zu halten.

Zum Schluss werden wir mit Pistol Squats (Einbeinige Kniebeugen) und Liegestützen in Form gebracht. Kräftigungsübungen, die bei einigen Mitgliedern der Trainingsgruppe offensichtlich wohl nicht mehr zur täglichen Trainingsroutine gehören.

Die zweite Einheit leitet DJKB-Instructor **Toribio Osterkamp**. Neben den technischen Feinheiten der Kata Sochin, die Toribio gewohnt routiniert und präzise demonstriert und auch uns abverlangt, legt er besonderes Augenmerk auf Blocktechniken, die wir in der Vorwärtsbewegung als Angriff nutzen sollen. Das „Nach-vorne-Denken" ist ihm sehr wichtig. Kata ist Kampf und der findet nicht auf der Stelle statt. Entschieden wird der Kampf, indem man nach vorne geht, die Initiative übernimmt, so der Tenor seiner Ausführungen. Während einer der Unterbrechungen, in denen er immer wieder die wichtigsten Elemente der Kata bzw. der Anwendungen erläutert, flegeln einige Teilnehmer auf dem Boden herum. Bekannterweise ist Sensei **Toribio Osterkamp** einer, der noch immer sehr viel Wert auf Etikette legt und deshalb brachte er seinen Unmut über einige schlechte Angewohnheiten zum Ausdruck. Gerade wir, die wir zum großen Teil selbst als Trainer tätig sind, sollten doch darauf achten, die Etikette einzuhalten und vorzuleben. Hin und wieder braucht es wohl die Erinnerung, dass wir auch bei uns selbst die Zügel nicht schleifen lassen. Oss!

Freitagmorgen bei Sensei **Julian Chees**: Chinte. An das Aufwärmprogramm schließen sich nahtlos einige Vorübungen zur Kata an: Lockere Armbewegungen münde n nach und nach in Techniken aus der Kata. Großen Wert legt er auf Lockerheit, die zum Schluss in einer ganz kurzen aber präzisen Arretierung endet und unmittelbar wieder gelöst wird.

In der Kata legt Sensei Julian großes Augenmerk darauf, dass wir nach den Tate Shuto Ukes zunächst die Handfläche wieder zu uns drehen, bevor wir den Tate Tsuki ausführen. In einer interessanten Bunkai-Sequenz beschäftigen wir uns mit den Tate Shuto Ukes – Tate Tsukis bis zum Age Empi vom Anfang der Kata. Blocken, kontern unter Ausnutzung der Fußwechsel auf der Stelle münden in einem Hebel durch den Ellenbogen, wodurch der Partner zu Boden gebracht wird.

Nachmittags studiert Sensei **Thomas Schulze** mit uns die Kata Gojushiho Sho ein. Wir starten mit einer komplexen Partnerübung, die er aus zentralen Elementen der Kata zusammengestellt hat: Einen Oi Tsuki Angriff mit links wehren wir im Zurückgleiten in Kokutsu Dachi mit der offenen rechten Hand ab. Den unmittelbar folgenden Gyaku Tsuki blocken wir dann mit Shuto Gedan Barai. Der Gegenangriff erfolgt im Vorwärtsgehen mit Chudan Nukite. Dieser wird nach der Ausführung vom Partner gegriffen, woraufhin wir mit einem Gyaku Nukite den Griff lösen und mit einem erneuten Choku Nukite die Sequenz abschließen.

Dann nehmen wir uns den Ablauf und die technischen Besonderheiten der Gojushiho Sho vor. Abschnittsweise bringt uns Thomas die Kata nah. Das aktive Heranziehen

links oben: Thomas Schulze, Nationalcoach
links unten: Toribio Osterkamp, DJKB-Instructor
Jean-Pierre Fischer, JKA-Instructor Frankreich
Foto: 2009 Wangen

Julian Chees, Instructor / Deutschland

des hinteren Beins, das Schließen und Stabilisieren der Stellungen durch Innenspannung im Oberschenkelbereich stehen im Fokus. Eine Besonderheit in Thomas' Einheiten ist es dann immer wieder, die jeweilige Kata ohne Armtechniken auszuführen, um sich voll und ganz nur auf die Beinarbeit zu konzentrieren. Zum Ende absolvieren wir Kata mehrmals, setzen den Fokus immer wieder neu: auf die technisch korrekte Ausführung, auf die Beinarbeit, auf Atmung und Rhythmus und abschließend auf den Kampfgeist.

Am Samstagmorgen leitet Sensei **Shinji Akita** für unsere Trainingsgruppe das „Japanische Wochenende" ein – mit der Kata Nijushiho. Nachdem die Dolmetscherfrage geklärt ist, unterweist uns Akita Sensei zunächst einmal in der Kata Heian Yondan, mit Partnerübungen. Ziel dieser Partnerübungen: Lockerheit und fließende Bewegungen über bekannte Bewegungsmuster einstudieren, bevor wir diese Prinzipien dann in der Nijushiho umsetzen.
Akita Sensei erklärt, dass mit „tief stehen" gemeint sei, den Körperschwerpunkt, unser Hara abzusenken, nicht einfach extrem lang und tief zu stehen. Während des Trainings erläutert er, dass wir Kata (und Ka-

Tatsuya Naka, JKA-Instructor / Japan

rate überhaupt) nicht nur für Wettkämpfe oder Prüfungen trainieren, sondern immer für uns selbst. Man solle in jedem Training sein Bestes geben und seinen Maßstab immer an sich selbst anlegen, sich nicht von äußeren Beurteilungen und dem Streben nach Anerkennung leiten lassen. Das sei Karate im Geiste Funakoshis.
Die Nachmittagseinheit leitet **Tatsuya Naka** Sensei. Zunächst arbeitet er mit uns am Hüfteinsatz. Im Heisoku Dachi beginnen wir mit einer typischen Dreier-Kombination: Gyaku Tsuki mit rechts nach schräg links vorn, gefolgt von Gyaku Tsuki mit links auf die andere Seite. Der dritte Tsuki dann Choku Tsuki mit rechts gerade nach vorn. Und dabei jeden Tsuki mit der Hüfte einleiten. Wir sollen aber nicht um eine zentrale Körperachse rotieren, sondern uns zwei vertikale Achsen durch Schultern, Hüfte und Beine vorstellen, die wir als Fixpunkte nutzen. Beim Übergang von einer Technik zur nächsten solle dann die Hüfte wie ein Gummiball, den man gegen eine Wand wirft, zurückprallen. Ziel ist, durch den Reboundeffekt deutlich schneller zu werden und die Dauer der Arretierung am Ende der Technik zu minimieren. Naka Sensei demonstriert hierbei wieder seine phänomenale Hüftarbeit. Als Vorbereitung für die Kata Unsu erweitert

Shinji Akita, Instructor / Deutschland

er dann die Übung. Ausgangsposition ist Gyaku Tsuki mit rechts in Heisoku Dachi, aus der Hüfte kommend sollen wir dann in die gleiche Richtung Tate Shuto Uke mit links ausführen, unmittelbar gefolgt von einem Yoko Uraken mit rechts nach rechts vorn und Gyaku Tsuki mit links. Abgeschlossen wird die Kombination mit einem Hiza Geri links und gleichzeitigem Soto Uke mit rechts und einem Gyaku Tsuki mit links im Absetzen. Dann geht es spiegelverkehrt weiter. Neben der Hüftarbeit sollen wir vor allem auf die Stabilität beim Hiza Geri mit Soto Uke achten.

Bei der Kata legt Naka Sensei immer großen Wert darauf, dass wir Budo-Karate machen. Es kommt ihm nicht darauf an, die technisch schönste Ausführung der Kata zu lehren, wie sie vielleicht für Wettkämpfe erforderlich ist, sondern darauf, dass man die Bewegungen möglichst schnell, dynamisch und unter Ausnutzung der physikalischen Gesetzmäßigkeiten ausführt. Denn nur so erlange man einen Vorteil im realen Kampf. Bei Drehungen und Wendungen sollen wir darauf achten, nicht zu rotieren, sondern die Körperachsen aneinander vorbeigleiten zu lassen. Die Schwerkraft und Disbalancen sollen wir gezielt einsetzen, um unsere Dynamik zu steigern; beim Aufstehen und Abspringen einzuatmen hilft ebenso, wie in der Technik auszuatmen und den Körperschwerpunkt abzusenken. Neben diesen grundsätzlichen Aspekten der Bewegungslehre befassen wir uns mit der korrekten Arm- und Handhaltung in der Kata, mit der Ausführung der Mawashi Geris (mit einer äußerst unangenehm anstrengenden Vorübung im Sitzen) und der Vermeidung überflüssiger oder gar kontraproduktiver Bewegungen.

Die letzte Trainingseinheit des Kata-Spezial leitet ebenfalls Naka Sensei mit Gankaku. Trotz grandioser Party am Abend zuvor und ausgiebigen Tanzeinlagen des Senseis geht es mit großem Elan ins letzte Training des Lehrgangs. Wie schon tags zuvor bei der Unsu arbeiten wir an der Hüftarbeit, dem Ausnutzen der Schwerkraft und der Stabilität insbesondere im Tsuru Ashi Dachi. Letzteres ist nicht ganz einfach, auch wenn Naka Sensei uns den Tipp gibt, gedanklich unseren Körperschwerpunkt abzusenken, selbst beim Einatmen. Großen Wert legt Naka Sensei darauf, dass wir bei Doppelarmtechniken wie dem Manji Uke unsere Konzentration zu 70 - 80 Prozent auf den vorderen, unteren Arm legen. Dadurch wird der Schwerpunkt abgesenkt und die Stabilität erhöht. Das Absenken des Schwerpunkts steht auch bei den Yoko Geris und den Folgetechniken im Mittelpunkt. Nach dem Zurückschnappen des Geris sollen wir zunächst das Standbein noch stärker beugen und uns dann mit starkem Hüfteinsatz in den Gyaku Tsuki hineindrücken.

Nach mehreren Durchgängen der Kata Gankaku geht das Kata-Spezial 2013 für unsere Trainingsgruppe zu Ende. Wir hatten vier Tage voller außerordentlich lehrreicher Trainingseinheiten bei charismatischen und erstklassigen Trainern in fantastischer Atmosphäre erlebt. Schlatt und sein Ryuzanpaku Dojo haben ein perfekt organisiertes Kata-Spezial ausgerichtet. Tolle Stimmung während der gesamten Tage und eine grandiose Party spiegelten dies wider. Vielen Dank dafür und auf Wiedersehen in Tauberbischofsheim.

DIE SCHNEE EM 2013

Konstanz hat die Europameisterschaft des JKA schon einmal ausgerichtet – im Jahre 2006. Nach dem Ausscheiden der Ukraine als Ausrichter kommt es 2013 zu einer Neuauflage.

Die Portugiesen schlottern schon, als sie am Freitagnachmittag in Zürich aus dem Flugzeug steigen. Beim Abflug in Lissabon waren es noch 18 Grad Celsius. In Zürich regnet es, am Tag vor dem großen Wettkampf. Und es ist empfindlich kalt geworden.

Aber es geht noch immer eine Stufe tiefer: Am Samstagmorgen um acht liegt nasser Schnee am Straßenrand. Die Kämpferinnen und Kämpfer steigen fröstelnd aus ihren Bussen, die sie vor der Schänzlehalle in Konstanz abladen. Die Schnee-EM hat begonnen.

Drei Tage zuvor herrschte in Konstanz noch Sonnenschein bei 24 Grad. Die Athleten hätten dann auch mal vor die Halle gehen können, um am Rheinufer die Gedanken für den nächsten Kampf zu sammeln. Aber diesmal zeigt sich der Bodensee von seiner garstigen Seite.

Nur Einer hat mit dem Wetter keine Probleme: Markus Rues, Organisator der EM vom Karate-Fitness-Dojo Konstanz. „Das ist mein Traumwetter“, freut er sich auf der Empore der Schänzlehalle und rechnet insgeheim damit, dass an diesem Tag viele Zuschauer den Weg in die Halle finden. Am Ende sind es um die 1700 Besucher; ein paar mehr hätten auf den Rängen noch Platz gefunden, ausverkauft war die Veranstaltung damit nicht ganz. Aber den Karateka auf den Tatamis bot sich eine ansprechende Kulisse.

Nach anfänglicher Nervosität finden sich die Karatekämpfer und -kämpferinnen auf den fünf Kampfflächen zurecht. Die Ausscheidungskämpfe in Kata und Kumite gehen ohne große Verzögerungen über die Bühne. Sobald eine Gruppe abgeschlossen hat, rückt die nächste an. So bleibt die EM im Zeitplan, trotz neuem Teilnehmerrekord mit 303 Athletinnen und Athleten. 22 Länder haben sich zur Europameisterschaft des JKA angemeldet.

Am Vormittag dominieren die Kata-Vorentscheidungen. Die hohe Konzentration auf den Matten überträgt sich auch auf die Ränge im Publikum. Und dann die ersten Ausscheidungen im Kumite. Die Zuschauer verfolgen interessiert die unterschiedlichen Kampfweisen der Athleten. Das technische Niveau ist hoch. Selbst die Jungs von der Hüpfburg, in ihren offenen flatternden Gis mit freiem Blick auf Brusttoupet, überbrücken wieselflink große Distanzen.

Bei den Kumite-Ausscheidungen am Nach-

mittag wird dann der Ernst der Veranstaltung sichtbar. Ärzte und Sanitäter sind nun in Bewegung. Zu schwerwiegenden Verletzungen kommt es zum Glück nicht. Doch die Wattestöpsel im Nasenloch nehmen zu, und immer wieder geht jemand zu Boden; wiederholt diagnostizieren die Ärzte Gehirnerschütterungen mit Schwindelgefühl.

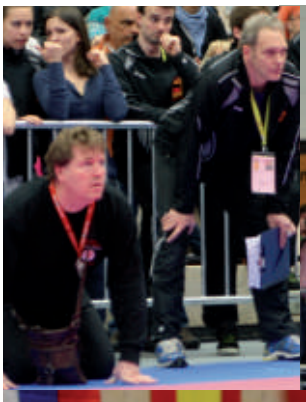
Aus Sicht des deutschen Teams verlaufen die Vorentscheidungen recht erfolgreich (Näheres siehe folgender Artikel von Toribio Osterkamp). Sowohl im Kumite als auch in den Kata-Entscheidungen kämpfen sich unsere Athleten und Athletinnen aus dem Nationalkader in die Endrunde.

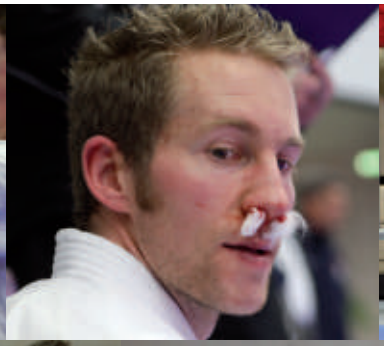
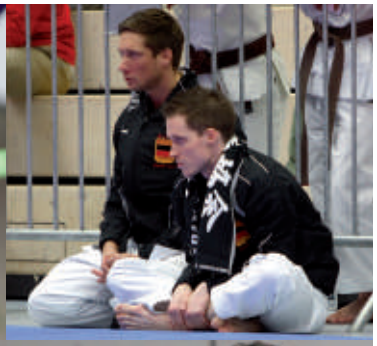
Noch während der letzten Ausscheidungskämpfe bauen die Helfer des Karate-Fitness-Dojo Konstanz drei Kampfflächen ab und ziehen die verbleibenden zwei Tatami nach Beendigung der Vorausscheidungen in die Mitte der Halle. Die Beleuchtung wird gedimmt, nun informiert auch die Leinwand rechts der Arenen über den Stand der Veranstaltung.

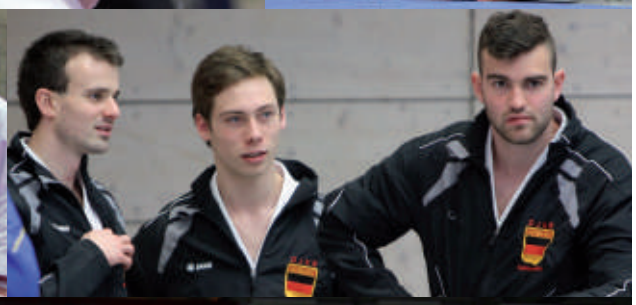
Die Eröffnungszeremonie beginnt planmäßig mit dem stimmungsvollen Einzug der Nationen und den Fahnenschwingern der Konstanzer Fasnachtszunft. DJKB-Präsident Sepp Kröll begrüßt Teilnehmer und Publikum. Der Präsident des Europäischen JKA-Verbandes, Ilija Goulijev, schließt sich an. Und von der Stadt Konstanz grüßt Claus Boldt, Bürgermeister für Kultur und Sport.

Die Finalrunde ist geprägt von hoher Konzentration und einem beachtenswerten technischen Niveau. Die Siegerehrungen kommen dank der aufgebauten Technik mit Videoleinwand beim Publikum an; es soll schon Siegerehrungen gegeben haben, bei denen niemand wusste, wer wofür einen Pokal bekommt. Am Ende holt der deutsche Kader fünf Mal Gold, drei Mal Silber und ein Mal Bronze. Damit führt Deutschland den Medaillenspiegel an, vor Ungarn und Belgien.

Auf Konzentration folgt Entspannung. Im Konzilgebäude am Konstanzer Hafen – wo vor 600 Jahren die Wahl des Papstes nach Überwindung des Schismas stattfand – treffen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der EM 2013 zum leckeren Bankett. Der DJ freut sich anschließend am meisten über seine Stimmungsmusik und zieht die Leute reihenweise auf die Tanzfläche. Von den Blessuren des Tages ist nach einer Dusche und dem Wechsel in die Abend-





garderobe erstaunlicherweise nichts mehr zu sehen. Kaum zu glauben, wie hart einige Stunden zuvor noch gekämpft wurde. Tags darauf Abreise. Noch immer schlotternd besteigen die Portugiesen den Bus zum Flughafen Zürich und hoffen auf 19 Grad in Lissabon, ohne Schnee.

Text: Harald Fette
Fotos: Alexander Raitz von Frentz

TITELFLUT FÜR DEN DJKB

Eine sehr gute Ausbeute konnte das DJKB-Team bei der JKA-EM in Konstanz verbuchen: Von 22 teilnehmenden Ländern mit fünfmal Gold, dreimal Silber und einmal Bronze ging es auf Platz Eins der Nationenwertung!

Foto: Markus Rues

Bei den Junioren-Damen kam **Sara Baradaran** aus Karlsruhe gut durch die Vorrunde des Kata-Einzels. Im Finale, welches mit vier Athletinnen bestückt war, traf sie auf ihre Konkurrentinnen aus Ungarn mit der Kata Niju Shiho, Norwegen (Niju Shiho) und Tschechien (Gojushiho Sho).

Sara trat mit Sochin an, ihre übliche Final-Kata. Eine gute Wahl, mit 40,5 Punkten ließ sie die Konkurrenz in der oben genannten Reihenfolge hinter sich und wurde mit zwei Zehntel Vorsprung zur Zweitplatzierten verdient Europameisterin der Junioren! Die Sochin von Sara war sehr gut, etwas mehr Festigkeit in den Stellungen und die Sochin wird noch besser!

Kaum zehn Minuten später musste Sara wieder ran. Mit **Melissa Rathmann** aus Remagen und **Jeanette Bellhäuser** aus Karlsruhe an ihrer Seite ging es in das Finale Junioren Kata-Team Damen.

Dort zeigten die drei jungen Damen eine vorzügliche Niju Shiho (40,9 Punkte) und holten sich damit den Europameister-Titel! Gut gemacht!
Platz Zwei ging an Russland mit Gojushiho Sho (40,7), Platz Drei erreichte Ungarn mit Gojushiho Sho (39,9).
Im Kata-Einzel schaffte es **Frieder Diegner** (Schwenningen) gegen den Portugiesen Pedro Marques in die zweite Runde. Im anderen Pool kam **Robin Kaun** (Calw), ein junger Mann mit Potenzial, ebenfalls in die zweite Runde. Die erste Runde gegen den Niederländer Casper Goubet entschied Robin für sich. Der zweite Kontrahent war der Schwede Sam Biranvand. Die Wertung: Hikiwake-Unentschieden! Der deutsche Hauptkampfrichter musste entscheiden und er tat es auch, leider zu Robins Ungunsten. Hier wäre ein Stichkampf die bessere Lösung gewesen, keiner wäre bevorteilt gewesen. Dem Schweden kam das natürlich gerade Recht, er wurde später Europameister.

Bleiben wir bei den Junioren: **Nadja Stuchlik** aus Homburg hatte spannende Kämpfe im Kumite-Einzel! Die erste Runde ging gleich in die Verlängerung, wurde gewonnen. Die nächste Runde wurde auch gewonnen, jedoch musste Nadja Jodan einen schweren Treffer nehmen. Dieser hinderte sie aber nicht, in das Halbfinale vorzudringen. Das ging leider verloren. Mit einem Wazari zog die Ungarin Monika Bogardi in das Finale ein. Dieses gewann

sie gegen ihre belgische Gegnerin, Evelyn Naessens. Nadja kann mit ihrem dritten Platz bei einer EM aber sehr zufrieden sein, sie hat sich prima präsentiert! Die Schwedin Anna-Julie Koefoed wurde ebenfalls Dritte.

Aber für **Nadja Stuchlik** war es noch nicht alles. Mit **Franziska Meixner** (Kulmbach) und **Katharinna Feldmann** (HKC Magdeburg) trat sie zum Finale Junioren Kumite-Team Damen an. Dort trafen die Drei auf das Team aus Ungarn, welches sich als noch zu stark erwies. Mit drei Siegen wurde unser Team recht mühelos bezwungen. Lediglich Franziska holte einen Wazari als Startkämpferin. Somit wurde es der Vize-Titel für unser junges Team.

Schauen wir auf das Kumite-Team Junioren Herren. Dieses wurde gestellt von den engagierten jungen Burschen **Manuel Rues** (Konstanz), **Joachim Rein** (München), **Arwid Zang** (Marburg). Als Ersatzkämpfer komplettierte **Daniel Benzing** (Kulmbach) das Team.

Gegen das italienische Team wurden alle drei Begegnungen gewonnen. Manuel besiegte seinen Italiener mit einem Wazari. Arwid und Joachim beendeten ihre Kämpfe mit Awasete Ippon. Wunderbar, nun ging es gegen Belgien. Die belgischen Kämpfer sind, unabhängig von der Altersklasse, traditionell sehr schwer zu kämpfen. Sie sind hart, schnell und beweglich. Es wurde spannend, sehr spannend sogar! Startkämpfer Manuel verlor seinen Kampf mit zwei Wazari. Belgien also in Führung.

Natürlich war klar, dass Arwid jetzt gewinnen musste, und er gewann auch. Leider nicht so wie erhofft. Sein belgischer Gegner hatte schon einen Wazari, jetzt wurde es hitzig! Da passierte es: ein schwerer Niederschlag fällte Arwid. Das hieß für den Belgier Hansoku Make, also Disqualifikation. Schade, dass der Gleichstand so zustande kam. Es ging mit Joachim als Schlusskämpfer weiter. Beide, Joachim und der Belgier, kassierten zweimal Keikoku, bei beiden jeweils einer wegen Jogai. Letztendlich holte Joachim mit 2:1 Wazari den Sieg für sein Team. Ab in das Finale!

Dort sollten die Jungs auf das Team der Ukraine treffen, das im zweiten Halbfinale das Litauische Team besiegt hatte. Dieses trat im Finale aus unbekannten Gründen nicht an, somit wurde unser Team kampflos Europameister! Natürlich wünscht man sich ein richtiges Finale, nun, unsere Jungs waren bereit, an ihnen lag es nicht!

Das Junioren Kata-Team Herren wurde von **Christoph Röthlein**, **Maximilian Röthlein** und **Daniel Bergmann** (alle Kulmbach) gebildet. Für eine Finalteilnahme langte es noch nicht, Erfahrung sammeln ist alles. Im Halbfinale traten sie mit Unsu an, was zu einem Shugo, einer Kampfrichterbesprechung führte. Die Basistechniken sind noch nicht ausgereift, daher fehlt natürlich dann auch die mentale Bindung zur Kata, besonders zu so einer hohen. Das sahen auch die Kampfrichter. Es wäre gut, wenn Christoph, Maximilian und Daniel sich mit hoher Motivation Heian- und Sentei-Katas widmen würden. Kraft und Technik würden so aufgebaut werden und das wachsende Verständnis komplettiert das Ganze. Grundsätzlich könnten die Jungs auf längerer Sicht ein gutes Team werden.

„Eine Technik ohne KIME ist kein richtiges Karate..."

Widmen wir uns den Athleten im Senioren-Bereich (ab 21 Jahren): Beim Kata-Einzel der Herren dominierte **Emanuele Bisceglie** mit hoher Qualität seinen Pool. Folgerichtig ging er als Poolsieger in das Finale. Ebenso die Athleten aus Ungarn, Portugal und Tschechien. Emanuele's Unsu (40,8 Punkte) war gut, doch eine gewisse Unruhe war zu sehen. Zumindest für diejenigen, die Emanuele gut kennen. So fehlte am Schluss dieses berühmte eine Zehntel zum Titel. Das holte sich der ungarische Karateka mit Kanku Sho (40,9). Dritter wurde der Portugiese mit Unsu (40,2). Es war ein Kata-Finale mit guter Qualität, in dem Emanuele das eine Zehntel mehr verdient hätte. Aus jeder Gestik, in jeder Sekunde waren seine hohe Konzentration und sein Wille zu spüren. Dennoch, ein ausgezeichnetes Resultat!

Davor Vranjes ist einem unglaublichen Vorfall zum Opfer gefallen. Dass er nicht im Finale zu sehen war, lag nicht an seiner gezeigten Leistung, ganz im Gegenteil! In Runde zwei schlug er mit einer starken Bassai Dai seinen italienischen Gegner glatt mit 4:0! Sache gegessen, die nächste Paarung war dran. Nach dieser Paarung stand plötzlich Davor mit demselben Gegner von eben auf der Tatami, die Runde wurde wiederholt. Sie mussten Heian Nidan machen. Die Wertung: Hikiwake - Unentschieden, also Stichkampf! Die vom Hauptkampfrichter gewählte Kata war die Tekki Shodan. Und prompt verliert Davor diesen Stichkampf 3:1! Er war raus!
Dieses Szenario klingt komisch? Nun, Davor konnte nicht lachen. Aus meiner Sicht hätten er und Emanuele um den Titel kämpfen müssen.
Was war geschehen? Lapidar hieß es, in Runde zwei wäre Heian- und nicht Sentei-Kata dran gewesen. Na klasse, wer hat da geschlafen? Für den Athleten psychologisch eine Katastrophe! Weil irgendwer nicht aufgepasst hat, verliert man gegen den Gegner, den man gerade "glatt" geschlagen hat und fliegt aus dem Wettbewerb. Davor war verständlicherweise ziemlich niedergeschlagen.

Stefan Effler (Viernheim) und **Dennis Braun** (Bremen) sind in ihren Pools auch nicht richtig glücklich geworden. Stefan schlug in der ersten Runde den Dritten des letzten Jahres, Richard Ruzicka aus Tschechien. In der zweiten Runde jedoch war trotz deutlich besserer Kata Schluss. Schade, denn mit seinem Potenzial lag für Stefan durchaus mehr drin.
Auch Dennis, bekanntermaßen mit guter und starker Technik ausgestattet, traf in der ersten Runde auf den Italiener Lorenzo Ninicato. Auch hier zeigte sich, dass nicht

immer die bessere Kata gewinnt. Nach der Kata Tekki Shodan gab es Shugo. Bei Dennis wurden die Blickwechsel beim Sokumen Chudan Uke/Nami Gaeshi moniert. Da dieser Blickwechsel viermal vorkommt, waren es also vier Fehler. Und das war es, Dennis war raus. Diese Wertung, in meinen Augen eine Farce, war nicht korrekt. Nebenbei wurde damit der eigentlich sichere Poolsieger eliminiert.
In der Disziplin Kata-Team Damen war die Hoffnung aufgrund der Dominanz der letzten Jahre recht groß! Würden es **Malin Gereke** (Hamburg), **Joana Tsesmeles** (Troisdorf) und **Christin Hundertmark** (BKC Magdeburg) es schaffen, zum vierten Mal in Folge den Titel für den DJKB zu holen?

Die Bassai Dai in der Vorrunde war gut, routiniert, technisch sauber und engagiert. Aber war da nicht eine kleine Nervosität? Wie auch immer, das Team war als Titelverteidiger im Finale. Die große Chance für einen weiteren Titel war da. Für Malin und Christin wäre es insgesamt der fünfte Team-Titel, für Joana der dritte.

Die Konkurrenz im Finale waren die Teams aus Serbien, Italien und England. Auch dieses Finale war eine runde Sache, mit den starken Leistungen konnte man zufrieden sein. Das englische Team belegte den vierten Platz, die Kanku Sho brachte 39,7 Punkte. Der dritte Platz ging an Italien, mit 40,0 Punkten wurde Sochin angemessen bewertet. Auf den zweiten Platz kam, nein, nicht Serbien, sondern unser Team! Schon wieder schlug das berühmte „eine Zehntel" zu unseren Ungunsten aus! Die Bewertung mit 40,5 Punkten für die sehr, sehr gute Niju Shiho von Malin, Joana und Christin war in Ordnung und hätte eigentlich den Sieg bedeuten müssen! Das serbische Team zeigte eine gute Gojushiho Sho, die eine Wertung von 40,6 Punkte brachte und somit den Titel.
Aber….auf Platz Eins hätte eindeutig das deutsche Team stehen müssen! Warum? Die Niju Shiho war fehlerfrei, stark, technisch sauber, frei von Nervosität, reif. Eine klasse Team-Leistung von Malin, Joana und Christin, die eine Titelverteidigung ganz klar verdient hätten.

Dagegen schlugen in der Gojushiho Sho des serbischen Teams einige deutliche asynchrone Passagen und ein paar unsaubere Stellungen zu Buche. Warum also auf Platz Eins? Vielleicht weil Teammitglied Ivana Zanfirovic etwa zwanzig Minuten vorher den Titel im Einzel geholt hatte? Jedenfalls ist unser Damen Kata-Team ein sehr, sehr guter Vize-Europameister!
Beim Kata-Einzel Damen gelang lediglich **Joana Tsesmeles** der Sprung in die Zwischenrunde. Dort war leider Schluss. Schade, denn wie wir wissen, ist Joana durchaus in der Lage, in einem Finale eine gute Rolle zu spielen. Das Finale gewann, wie oben erwähnt, die Serbin Ivana Zanfirovic. Zweitplatzierte wurde die Vorjahressiegerin Roisin Campbell, sie gewann später das Kumite-Einzel. Der dritte Platz ging an die Italienerin Francesca Barnaba.

„Einen ganz, ganz großen Dank an Markus Rues & seinem Helferteam."

In der Disziplin Kata-Team Herren kam mit **Emanuele Bisceglie**, **Davor Vranjes** und **Giovanni Machitella** das wohlbekannte, höchst erfolgreiche Team auf die Tatami. In der ersten Runde zeigten sie gleich mit Empi ihre ganze Stärke und setzten da schon ein Ausrufezeichen! Folgerichtig zogen sie mit der höchsten Punktzahl in die Zwischenrunde. Auch diese Runde wurde von unserem Team dominiert, mit der wiederum höchsten Wertung für Unsu gingen sie in das Finale. Eine Demonstration der Stärke. Bewundernswert, wie Davor für das Team sein Fiasko im Einzel verdrängte.
Das Finale wurde von vier Teams bestritten: Deutschland, Ungarn, Tschechien und Belgien. Der vierte Platz ging an Belgien. Um den zweiten Platz wurde ein Stechen zwischen Ungarn und Tschechien notwendig, welches das ungarische Team mit Gojushiho Sho für sich entschied. Damit wurde Tschechien mit Sochin Dritter und Deutschland mit einer richtig guten Unsu Europameister!

Damit holten sich Davor, Emanuele und Giovanni als Kata-Team zum insgesamt fünften Mal den Titel! Dazu waren sie einmal Vize-Europameister. Eine Bilanz, die sich sehen lassen kann! Es ist ein guter Abschluss des Teams. Denn nach eigenen Angaben werden Davor, Emanuele und Giovanni international nicht mehr als Team antreten.
In der Disziplin Kumite-Einzel erreichten einige unserer Starter das Viertelfinale. Bei den Damen zum Beispiel **Caroline Sieger** (Hamburg), **Michaela Rein** (München) sowie **Bianca Walsleben** (HKC Magdeburg). Diese drei Damen stellten sich auch als Kumite-Team gemeinsam der Konkurrenz. Doch davon später.

Caroline kämpfte gut, fand aber im Viertelfinale keinen richtigen Zugang zu ihrer Gegnerin, der Engländerin Rachel O'Halloran. Michaela sieht man die Freude am Shiai förmlich an. Diese Freude, gepaart mit intensivem Training, mag der Grund für ihre stetige Weiterentwicklung sein. Und auch Bianca wusste sich gut zu präsentieren und drang berechtigt in das Viertelfinale ein. Diesmal deutlich ruhiger im Rhythmus, war ihr sonst eher sehr hektischer Kampfstil deutlich zielorientierter.
Pascal Senn verlor seinen Viertelfinalkampf gegen den Italiener Mattia Baccilega. Der Italiener, ein harter Brocken, gewann mit 2:1 Wazari. Überflüssig sein Niederschlag gegen Pascal nach Yame, wofür er eine Verwarnung kassierte.

Bei den Junioren schlugen sich **Daniel Benzing** und **Manuel Rues** tapfer bis in das Viertelfinale durch. Manuel bekam es mit dem Russen Vladislav Ivanov zu tun, einem sehr beweglichen Kämpfer, der später den dritten Platz erreichte. Er gewann alle seine Kämpfe mit Ura Mawashi Geri, anscheinend seine Spezialtechnik. Und auch Manuel musste diese Technik hinnehmen, wofür der Russe Ippon bekam. Sehr schade, denn Manuel führte mit Wazari für einen Tsuki Jodan.

DER EM-BERICHT VON TORBIO OSTERKAMP

Auch für das Kumite-Team Herren war im Viertelfinale Endstation. Mit **Pascal Senn** (Baden-Baden), **Till Schäberle** (Nagold), **Florian Bindbeutel** (Marburg) und **Thomas Castillon** (Remagen) hatte National-Coach Thomas Schulze eine gute Truppe zusammengestellt. Das wollte unser Team gerne bestätigen. Mit drei Siegen wurden die Schotten bezwungen. Dann kam das starke italienische Team. Pascal gewann seinen Kampf mit 2:1. Till wollte natürlich nachlegen, doch dann kam, zumindest für mich, die beste Kumite-Technik des Tages! Kaum hatte der Hauptkampfrichter das Hajime über die Lippen bekommen, schoss der italienische Karateka wie eine Rakete vor und holte sich den verdienten Ippon mit Ashi Barai/Tsuki!
Eine blitzsaubere, superschnelle kraftvolle Technik, mit einem super Timing und getragen von maximaler Willenskraft! Keine Chance für unseren Till, der ja auch nicht ohne ist. Doch in diesem einen Moment wären eine ganze Menge der anwesenden Aktiven ohne Chance gewesen. Und auch Florian verlor nach hitzigem Gefecht seine Runde. Somit verloren unsere Herren 2:1 gegen die Italiener, die dann zusammen mit dem schwedischen Team Dritte wurden. Das Finale wurde zwischen Belgien und Russland ausgetragen, hier trug das belgische Team den Sieg davon.

Nach dem Vize-Titel bei der JKA-EM im letzten Jahr in Prag hätten wir uns mehr gewünscht. Doch jedes Jahr ist anders und von einer gewissen personellen Instabilität wird auch unser Kader nicht verschont.

Caroline Sieger, **Michaela Rein**, **Bianca Walsleben** und in Reserve **Jennifer Roth** aus Pforzheim bildeten unser diesjähriges, recht feuriges Kumite-Team Damen. Auf geht's gegen Italien! Michaela legte schon mal vor und gewann mit 2:0 Wazari. Bianca als zweite Kämpferin holte einen Wazari, ihre Gegnerin allerdings auch. Also Hikiwake – Unentschieden. Doch Caroline siegt mit 2:1 Wazari und so war es das für die Italienerinnen. Jetzt stand unser Damen-Team Tschechien gegenüber, die seinerseits das serbische Team ausgeschaltet hatte. Michaela marschierte voran und gewann wieder ohne Gegentreffer mit zwei Wazari. Mit dieser Wertung, leider umgekehrt, verlor Bianca. Doch Caroline holte mit Ippon für Mae Geri/Tsuki den zweiten Sieg in dieser Begegnung und damit auch die Eintrittskarte für das Finale gegen England. Unser Team bot bis jetzt eine klasse Vorstellung mit super Kämpfen. Würde es auch gegen England, in dessen sehr starken Team die Top-Athletin Roisin Campbell stand, so sein?
Es war eine hochspannende Finalbegegnung, die alle in ihren Bann zog. Die erste Paarung hieß Michaela gegen Roisin Campbell. Diese Runde ging mit 2:0 an England. Bianca holte, ebenfalls mit 2:0, die Runde für ihr Team. Caroline gewann ihren Kampf mit Wazari. Das bedeutete den Gewinn der Europameisterschaft! Ganz großartig!

Trotz aller Erfolge noch etwas zum Nachdenken:
Es ist nicht zu übersehen, dass etliche unserer Starter im Vergleich zu anderen Teams nicht athletisch genug sind. Hier ist dringend Handlungsbedarf von Nöten. Eine gesunde physische Basis ist eine Grundvoraussetzung für jedes Kadermitglied. Wenn ich physisch nicht ausreichend konditioniert bin, fehlen mir in engen Situationen die Konzentration und der Glaube an die eigene Stärke. Die Verantwortung diesbezüglich liegt beim Kadermitglied und dessen Heimtrainer. Da wäre eine ehrliche Selbstreflexion wichtig.

Das Niveau der Kata war bis auf einige Ausreißer in der Breite ziemlich gut. Im Kumite gab es viele tolle Momente, in der Breite gesehen war das technische Niveau im Vergleich zur EM im letzten Jahr allerdings niedriger. Schlagen, stark kämpfen und sich athletisch bewegen, können im Prinzip fast alle. Doch wo war oftmals die Technik, die den Begriff JKA-Karate tragen darf? Wenn die Aktiven manches Mal mit blauen und roten Handschützern ausgestattet gewesen wären, hätte es auch eine Veranstaltung von irgendeinem Verband sein können.

In Konstanz waren deutlich mehr sogenannte Crossover-Kämpfer (Aktive, die in jedem Verband mitmischen) am Start als in Prag. Übrigens oft gut an ihren überlangen und flatterigen Gis zu erkennen. Uns sollte bewusst sein, dass diese Art Kämpfer nicht weniger werden und unser Kader sich ihnen stellen muss. Grundsätzlich sollte bekannt sein, dass diese Kämpfer tatsächlich in der Regel nur Kämpfen trainieren und sich kaum bis gar nicht mit Kihon und Kata abgeben. Und wenn, deutlich anders als in unserem Verständnis.
Doch auch wenn es schwer wird, dürfen wir unsere technische Schulung nicht vernachlässigen. Folgendes muss für uns weiter gelten: **„Eine Technik ohne KIME ist kein richtiges Karate, auch wenn dies so scheinen mag"** (Masatoshi Nakayama)!

Einen ganz, ganz großen Dank an Markus Rues und seinem Helferteam, die wieder mal eine Veranstaltung dieser Größenordnung herausragend organisiert haben. Eine Goldmedaille habt Ihr euch ganz sicher verdient!

An unsere Kampfrichter: Vielen Dank für Euren Einsatz! Ebenso ein großes „Dankeschön" an Petra Hinschberger und Roland Dietrich! Das großartige Publikum verdient ebenfalls unseren Dank! Last but not least: Herzlichen Dank an Nationalcoach Thomas Schulze und allen Kader-Leuten, die angetreten sind! Wir sind gespannt, was uns im nächsten Jahr bei der JKA-EM in Belgien erwartet.

OSS!
Toribio Osterkamp, DJKB-Instructor

KARATE EM'13

DJKB Fachverband für traditionelles Karate

SAMSTAG, 20. APRIL 2013 **Konstanz, Schänzlehalle**

SENIOREN KUMITE EINZEL MÄNNER:

1. VICAIRE Arnaud
2. GAFIYATOV Marat
3. BACCHILEGA Mattia
3. NISSEN Jacob

SENIOREN KUMITE TEAM MÄNNER:

1. Belgien
2. Russland
3. Schweden
3. Italien

SENIOREN KUMITE EINZEL FRAUEN:

1. CAMPBELL Roisin
2. O`HALLORAN Rachel
3. AKDAG Gülsah
3. SERGEEVA Alla

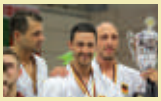
SENIORS KUMITE TEAM FRAUEN:

1. Deutschland
2. England
3. Russland
3. Tschechien

SENIOREN KATA EINZEL MÄNNER:

1. FÓRIKA Tamás
2. BISCEGLIE Emanuele
3. JERONIMO Rui

SENIOREN KATA TEAM MÄNNER:



1. Deutschland
2. Ungarn
3. Tschechien

SENIOREN KATA EINZEL FRAUEN:

1. ZANFIROVIC Ivana
2. CAMPBELL Roisin
3. BARNABA Francesca

SENIOREN KATA TEAM FRAUEN:

1. Serbien
2. Deutschland
3. Italien

JUNIOREN KUMITE EINZEL MÄNNER :

1. BYTYCI Nikoll
2. NAGOEV Islam
3. IVANOV Vladislav
3. MKHITARYAN Mkhitar

JUNIOREN KUMITE TEAM MÄNNER:

1. Deutschland
2. Ukraine
3. Belgien
3. Litauen

JUNIOREN KUMITE EINZEL FRAUEN:

1. BOGÁRDI Mónika
2. NAESSENS Evelyn
3. KOEFOED Anna-Julie
3. STUCHLIK Nadja

JUNIOREN KUMITE TEAM FRAUEN:

1. Ungarn
2. Deutschland
3. Italien
3. Russland

JUNIOREN KATA EINZEL MÄNNER:

1. BIRANVAND Sam
2. NUNES Rafael
3. GAINUTDINOV Marsel

JUNIOREN KATA TEAM MÄNNER:

1. Russland
2. Portugal
3. England

JUNIOREN KATA EINZEL FRAUEN:

1. BARADARAN Sara
2. HORVÁTH Diána
3. HANSEN Janette

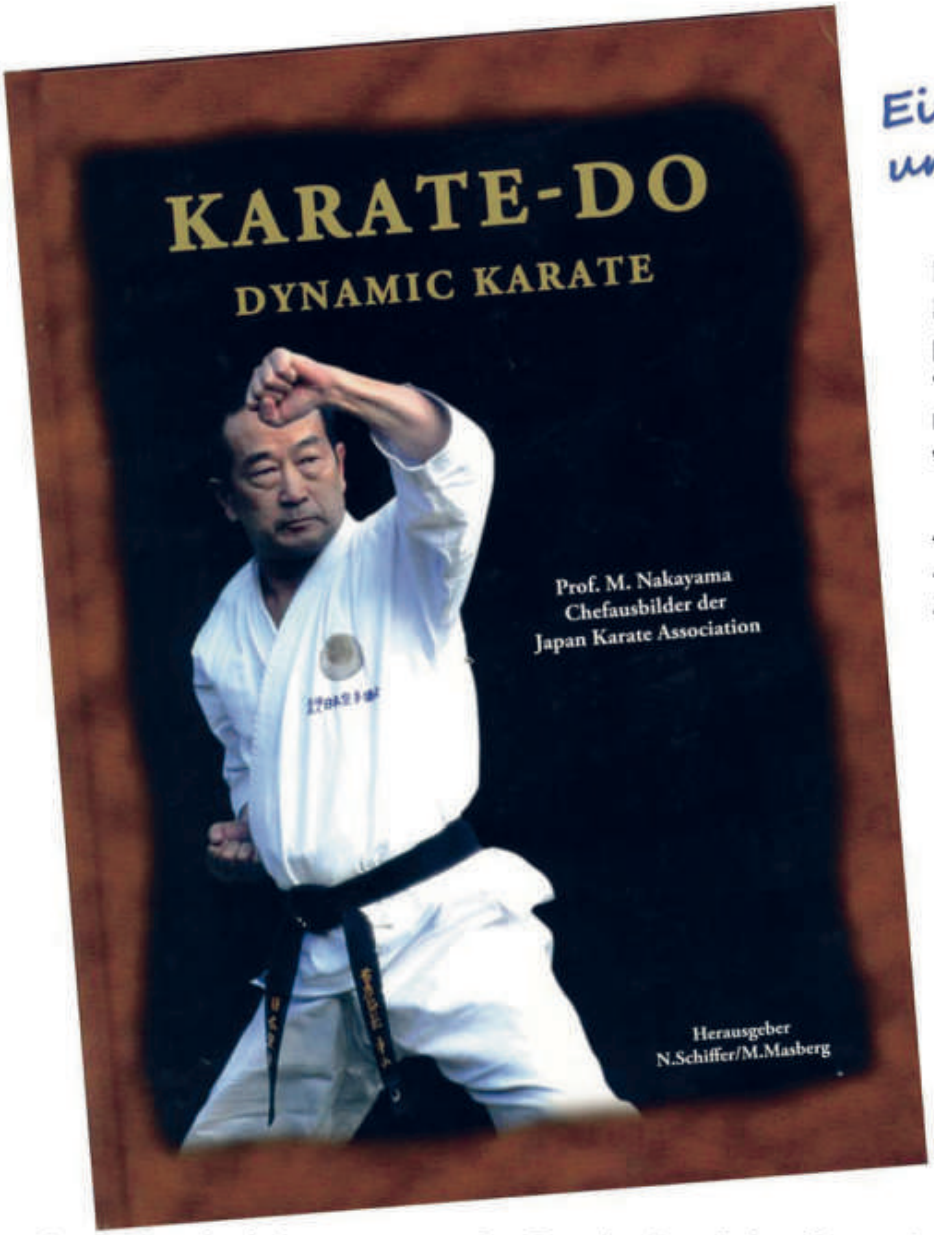
JUNIOREN KATA TEAM FRAUEN:

1. Deutschland
2. Russland
3. Ungarn

MEDAILLEN SPIEGEL:

	Gold	Silber	Bronze
1. Deutschland	5	3	1
2. Ungarn	3	2	1
3. Belgien	2	1	1
4. Serbien	2	0	0
5. Russland	1	4	6
6. England	1	3	1
7. Schweden	1	0	3
8. Schweiz	1	0	0
9. Portugal	0	2	1
10. Ukraine	0	1	0
11. Italien	0	0	5
12. Tschechien	0	0	2
13. Norwegen	0	0	1
14. Litauen	0	0	1
15. Dänmark	0	0	1

Der Klassiker unter den Karate-Lehrbüchern



Ein Muss für Schüler und Meister

Nahezu die gesamte Palette der Karate-Techniken mit einer perfekten Gliederung - leicht verständlich - detailgenau - u.a. mit Fotos japanischer Meister wie z.B.:

Asai, Enoeda, Itaya. Kanazawa, Kisaka, Mikami, Myasaki, Nakayama, Nishiyama,Ochi, Okazaki, Shirai, Tabata, Takahashi, Ueki, Yaguchi .

Neu!

Das weltweit als herausragendes Standardwerk des Karate-Do respektierte Lehrfachbuch von Prof. Masatoshi Nakayama ist nun in einer Neuauflage von N.Schiffer und M. Masberg ab sofort in deutscher Sprache erhältlich.
Prof. Nakayama war der bedeutendste und weltweit bekannteste Japan Karate Association (JKA) Chiefinstructor. Zuvor war er auch ein direkter Schüler von Prof. Gichin Funakoshi, der als Begründer des "modernen Karate" in die Geschichte der Kampfkünste einging.
Dieser Lehrbuch-Klassiker wird jeden Karateka beim Studium des Karate-Do ein Leben lang hilfreich begleiten.

Das ideale Werk, um dich durch das gesamte Training zu begleiten. Dieses Buch dient als Vorlage für unsere Trainingseinheiten.

Hardcover
1,2 kg
308 Seiten
Format: 19 cm x 26 cm
1640 Abb.

Bestellungen unter:
Mario Masberg
Tel: 02632 710488
info@kampfkunstvideos.de
www.kampfkunstvideos.de

24,99 Euro

16.30 - 18.00 Uhr	3. - 2. Kyu	1. Kyu	7.K yu

Änderungen der Hallenbelegung und Trainingszeiten vorbehalten.

DER LAGEPLAN:

WOHNMOBIL- UND CAMPINGPLÄTZE:

Die Campingplätze liegen nun noch günstiger in der Nähe des Gasshuku-Zentrums (siehe schraffierte Flächen, nur Zelte). Für Wohnmobile und Wohnwagen wird der befestigte Parkplatz an der Rudi-Wünzer-Halle zur Verfügung stehen. Die Kosten für einen Wohnmobil/ Wohnwagenstellplatz betragen 10,- EURO pro Tag/Nacht, Zeltcamping kostet 5,- EURO pro Person pro Tag/Nacht. An den Wohnwagenstellplätzen wird der Müll entsorgt und es gibt Stromanschlüsse, Toiletten und Wasser.
Am Zeltcamping wird der Müll entsorgt, es gibt Toilettenwagen mit Waschbecken und Strom, außerdem die Möglichkeit des Duschens in Halle 1.
Bitte die Zeltplätze sauber halten! Nachtruhe ab 00:30 Uhr! Die Anmeldgung zum Camping Wohnwagen, Wohnmobile und Zelte, beginnt ab Sonntag 28.7.2013 um 13:00 Uhr.

Aktuelle Informationen unter: www.dieburg-karate.de/gasshuku-2013

JKA-INSTRUCTOR AUS ITALIEN

SABINE STEINEGG
BIETET ABENDS YOGA UND PILATES

DIETER STEINEGG
EHEM. DEUTSCHER NATIONAL-KÄMPFER AUS NEUSEELAND

HANSKARL ROTZINGER
DJKB-INSTRUCTOR

JULIAN CHEES
INSTRUCTOR

TORIBIO OSTERKAMP
DJKB-INSTRUCTOR

THOMAS SCHULZE
NATIONALCOACH

RISTO KIISKILÄ
DJKB-INSTRUCTOR

WALD-MICHELBACH
im Odenwald (Hessen)

GASSHUKU 2013

29.7. bis 02.08.2013

AUSRICHTER:

JKA-Karate Dieburg | **www.dieburg-karate.de**
JKA-Karate Wald-Michelbach | **www.1-bzv.de**

ORT:

69483 Wald-Michelbach/ Odenwald (Hessen)

ANMELDUNG:

Horst Gallenschütz
Radolfzellerstraße 36 • 78467 Konstanz
Tel.: 07531 / 71144 | Fax: 07531 / 71140

Anmeldung dojoweise.
Wenn nicht anders möglich, auch einzeln. Bitte deutlich mit genauer Absenderangabe (in Druckschrift oder mit Schreibmaschine unter Angabe des Kyu- / Dan-Grades), da die Teilnahmekarte sofort nach Geldeingang an den Anmelder versandt wird.

ERSTATTUNGSANSPRUCH:

Im Verhinderungsfall ist ein Erstattungsanspruch für die volle Lehrgangsgebühr (100,- EURO) bis spätestens Samstag, 20.07.2013, bei Horst Gallenschütz schriftlich unter Zusendung der Teilnehmerkarte zu beantragen.

Erstattungsansprüche, die nach diesem Termin und nach Zusendung der Teilnehmerkarte eingehen, werden nur noch mit 50,-- EURO pro Teilnehmer berücksichtigt.
Vier Wochen nach Lehrgangsende verfallen sämtliche Erstattungsansprüche.

LEHRGANGSGEBÜHR:

Die Trainingsgebühr beträgt 100,- EURO und ist zu überweisen auf das Konto:

„Karate Gasshuku e.V.“
Volksbank Konstanz,
Kontonummer: 0214441403
BLZ: 692 910 00

Letzter Einzahlungstag bei Bank oder Postamt: 20.07.2013 (ab dann nur noch Barzahlung möglich).

DIE PRÜFUNGEN

Kyu-Prüfung: Die Kyu-Prüfungen finden am Freitag, 02.08.2013, ab 9.00 Uhr statt.
Dan-Prüfungen: Alle Dan-Prüfungen finden am Freitag, 02.08.2013, statt.
Nähere Informationen gibt es während des Gasshuku.

PRÜFUNGSGEBÜHR:

Voraussetzung für die Prüfung ist der Ausweis mit der aktuellen Jahresmarke.
Ferner muss bei den Dan-Prüfungen die Gebühr bereits dem DJKB überwiesen worden sein. Die Prüfungsgebühr richtet sich nach den Richtlinien des DJKB.

HAFTUNG:

Für die Richtigkeit der Angaben übernehmen wir jedoch keine Gewähr.

EINIGE INFORMATIONEN ÜBER WALD-MICHELBACH IM ODENWALD (HESSEN)

Wald-Michelbach ist im Herzen des Odenwaldes gelegen. Die Region verfügt über mehrere Campingplätze mit dazugehöriger Infrastruktur und große, moderne Sporthallen, die den Ansprüchen eines großen Gasshuku voll gerecht werden. Wie eigentlich an jedem Gasshuku, außer wenn es in einer Großstadt stattfindet, müssen sich die Karateka auf die nähere Umgebung verteilen, da nicht alle in der Hauptgemeinde Wald-Michelbach unterkommen können.

Hier bietet der Odenwald mit seinen zahlreichen Hotels, Gasthöfen und Pensionen ein reichhaltiges Angebot.

Wir werden ein Gasshuku nach hessischer Art anbieten. Es wird unter anderem typische hessische Spezialitäten geben, wie Handkäs mit Musik und Äppelwoi.
Im Gasshuku-Zentrum (Zelt) wird jeden Abend ein Unterhaltungsprogramm geboten. Es wird uns ein DJ einheizen, Odenwälder-Mundartsänger werden auftreten bis hin zur letztendlichen Abschlussfete. Für Kinder wird es eine Hüpfburg und ein Bastelzelt geben.

Gegen Vorlage einer Gasshuku-Teilnehmerkarte könnt Ihr am Stand, bei einer der vertretenen Sportartikelfirmen, für 5,- € ein Gasshuku T-Shirt mit dem einmaligen Logo des Gasshuku 2013 erwerben.

Trainingsplan	GASSHUKU Halle-01 Eugen-Bachmann Schule	GASSHUKU Halle-02 Rudi-Wünzer Halle	GASSHUKU Halle-03 Mehrzweckhalle Aschbach
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. bis 1. Kyu	Kata-Training 7. bis 6. Kyu	Kata-Training 10. bis 8. Kyu
09.00 - 10.30 Uhr	ab 2. Dan	4. Kyu	5. Kyu
10.30 - 12.00 Uhr	1. Dan	6. Kyu	10. bis 8. Kyu
12.00 - 13.30 Uhr	3. - 2. Kyu	1. Kyu	7.K yu
13.30 - 15.00 Uhr	ab 2. Dan	4. Kyu	5. Kyu
15.00 - 16.30 Uhr	1. Dan	6. Kyu	10. - 8. Kyu

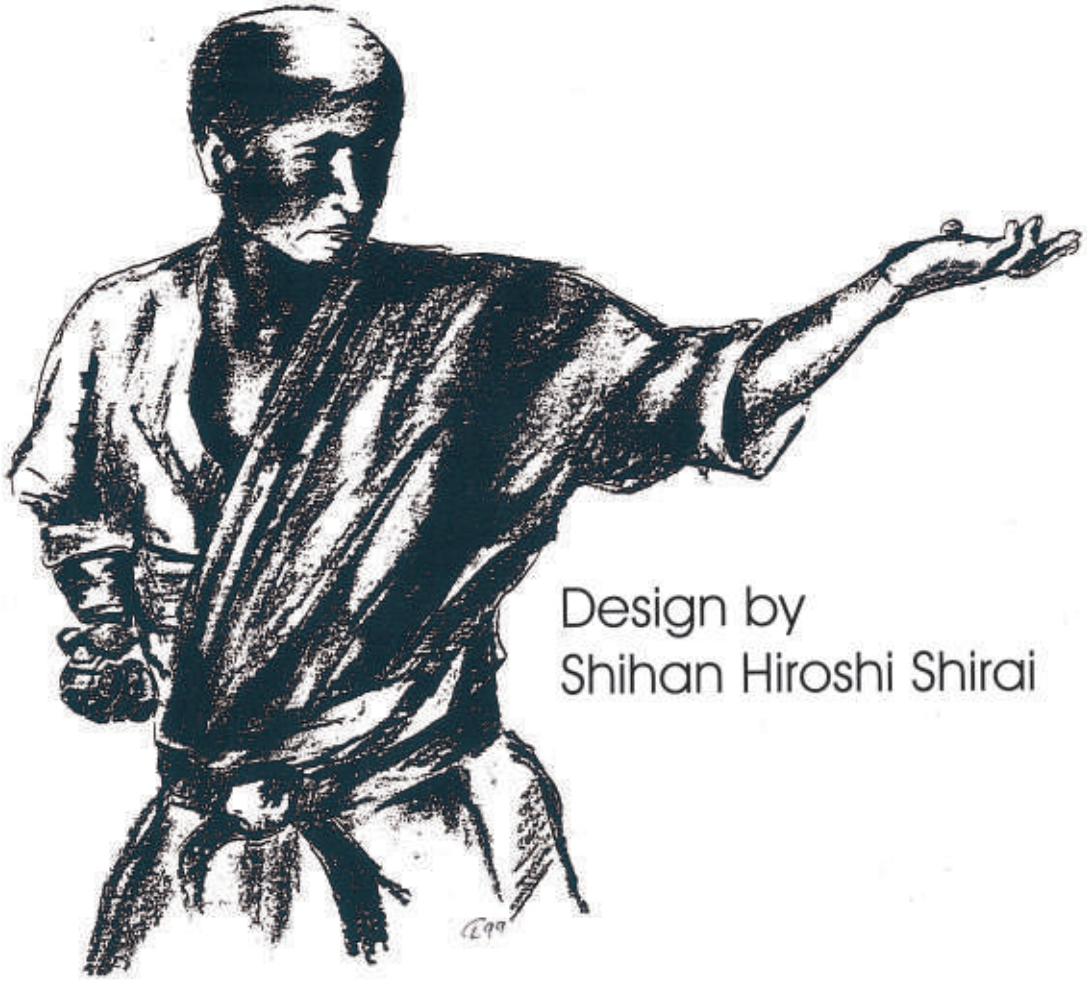
WERBUNG

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

Wie man an den "Karate-Latschen" erkennt, wie gut dein karate ist!

Kleinigkeiten über Karate-Etikette, Motivation und Tipps für Kinder, wie man im Training dran bleibt.

Text & Fotos: Tobias Prüfert DJKB-Jugendwart

Die Verbeugung beim Betreten des Dojo, das Angrüßen einer Kampffläche und des Gegners, ein ordentlicher und sauberer Karate Gi, die Begrüßungszeremonie am Anfang und Ende des Trainings, das Dojokun, der Gruß zum Lehrer oder Trainingskamerad und vieles mehr. All diese Verhaltensregeln sind dir als fleißiger Nachwuchskarateka aus deinem Training bekannt. Die Karate-Etikette lernst du wie auch die Techniken und Kata in deinem Dojo, von deinem Sensei und deinen Mitschülern. Am Anfang ist alles neu, aufregend und ein bisschen geheimnisvoll. Du kannst dir die Abläufe und tiefere Bedeutung all dieser Begriffe und Regeln kaum merken, geschweige denn genau erklären.

Beginn des Trainings mit "Mokusō"

Mit der Zeit wird es dann mehr und mehr zur Routine, du bist sicherer in den Abläufen und weißt auch was ein "Shomen Ni Rei" bedeutet oder warum du "Mokuso" am Anfang des Trainings machst. Diese Regeln und Abläufe vor, während und nach dem Training stellen einen wichtigen Teil der Ausbildung zum Karateka dar. Sie helfen dir und deinen Trainingskameraden, eine gewisse Ordnung im Training zu halten und geben deinem Sensei die Möglichkeit, das Training in ruhiger Atmosphäre und für alle gleichermaßen zu leiten.

Jetzt stell dir vor, du kennst all diese Dojo-Regeln gut, führst sie aber nicht aus voller Überzeugung aus. Du empfindest nichts dabei, findest sie vielleicht sogar lustig oder nervig, denn es sind ja nur Regeln. Die Gefahr, die sich also bei einer bloßen Routine durch eine auswendig gelernte Ausführung der Dojoregeln ergibt, ohne mit ganzem Herzen dabei zu sein, ist eine schlechtere Trainingsatmosphäre. Darunter würde auch der respektvolle Umgang unter den Karateka leiden, die Disziplin würde schwinden, die Gruppe würde sich nicht mehr ganz auf ihre Trainingsziele konzentrieren und bald könnte Langeweile, Frust und fehlendes Feuer und Leidenschaft im Training dazu führen, dass nach und nach die Karate Etikette sogar ganz verschwindet, weil niemand mehr für sie sorgt.

Im Training kommt der Spaß meist durch die Anstrengung und das genaue Beachten der Trainingsaufgaben. Und wenn du dich dann nach einer starken Kumiteübung, bei der beide Gegner ihr Bestes gegeben haben, vor deinem Partner verbeugst, empfindest du Respekt, Freude aber auch Zuneigung, da ihr Beide ein gemeinsames Ziel verfolgt. Und das ist dann auch ein echtes "Rei".

Es geht also bei der Karate Etikette im Dojo nicht nur darum, dass man sie macht, sondern vielmehr wie man sie macht! Nur so wird aus den Karate-Regeln eine Art Werkzeug, welches dir und den anderen im Dojo hilft, im Karate wirklich vorwärts zu kommen. Ganz nebenbei, steigt damit auch deine Motivation und Energie weiter, viel zu trainieren. Und auch die anderen wirst du damit anstecken, denn wenn du dir Mühe gibst die Karate Etikette nicht nur zu verstehen, sondern auch ernst zu nehmen und mit ganzem Herzen auszufüllen, wird dein Karate kraftvoll und zugleich technisch gut sein.

Man sagt "wie du deine Karate-Latschen am Dojoeingang aufstellst" so ist dein

Karate. Damit sind die Hingabe, Sorgfalt, und Pflege deiner Techniken und geistigen Einstellung gemeint. Beobachte dich einmal selbst, man kommt an verschiedenen Tagen mit unterschiedlichen Gefühlen ins Training. Karate Etikette bedeutet auch hier, dass man gleich zu Beginn versucht, sich auf das Training einzulassen. Die Verbeugung, das "Seiza" und "Mokuso" gibt dir Möglichkeit, dich zu sammeln, wenn du angespannt bist oder Energie zu finden, wenn es dir mal schwerfällt.

Das Aufstellen der Karate-Latschen zeigt einem eben schon zu Beginn des Trainings, wie sehr du heute dabei bist und mit welcher Sorgfalt zu rechnen ist.

"Ritsu Rei"

Apropos schwerfallen, es ist ganz normal, dass es einem auch mal schwerfällt ins Training zu gehen oder genauso gut wie bei der letzten Einheit zu sein. Das geht dem Meister wie dem Schüler so. Die Kunst ist, sich nur immer wieder zu motivieren und geduldig zu sein und dabei gibt es einige Tricks.

Einer ist, "man kann nicht immer alles trainieren"! Manchen fehlt es an Geduld bis der Fortschritt spürbar wird und andere bringen nicht immer den Ehrgeiz auf, alles zu geben. Es ist zum Beispiel ganz einfach, sich auf einige bestimmte Sachen im Training zu konzentrieren ohne das Stundenthema des Sensei aus den Augen zu verlieren. Jeder kennt seine Stärken und Schwächen selbst am besten. Das Beste für das eigene Training ist, mit ganz konkreten Zielen zu arbeiten. Niemand trainiert gern einfach so ins Blaue hinein und vor allem ist es schwer, so auf Dauer durchzuhalten. Immer dieselbe Runde joggen, immerder selbe Zeitpunkt, immer dieselbe Musik, die Erfahrung zeigt, dass die Meisten bald aufhören, da es Ihnen an Zielen oder konkreten Aufgaben und einem Plan fehlt. Dabei müssen es keine großen Ziele sein und den Zeitraum solltest du dabei nicht zu lang wählen. Ganz kleine Ziele, wie: Heute will ich im Kumite nur mit Fausttechniken arbeiten oder rechts vorn kämpfen, die Kata Drehungen verbessern oder einfach nur meine Faust geschlossen halten, geben mir unbewusst eine Aufgabe, da ein Trainingsziel vorhanden ist.

Wenn man mal nicht zum Training will, weil man müde, kaputt ist oder zu viel Stress in der Schule oder auf der Arbeit hatte, benutzen Profisportler einen einfachen Trick. Sich selbst zu sagen "Ich fange erstmal an" wirkt manchmal Wunder! Die Erfahrung zeigt, dass selten einer umdreht und nach Hause geht, wenn er oder sie erstmal "angefangen" hat. Bald findet man dann seinen Rhythmus und es wird vielleicht sogar noch ein super gutes Training. Und mit einem kleinen Trainingsziel kommt man dann auch in Fahrt.

Zurück zur Etikette. Auch hier hilft das über Jahre verinnerlichte "Ritual", einem regelmäßigen Training zu folgen. Es ist besser, mehrmals kurz zu trainieren als selten und dafür lang. Auch aus sportwissenschaftlicher Sicht tut man dem Körper damit nichts Gutes.

Das Dojo gilt als "Ort der Weglehre" oder gar als "heiliger Ort". Aus einer anfänglich regelverlangten Verbeugung beim Betreten und Verlassen, wird mit der Zeit eine verständnisvolle und emotionale Bindung zu der Trainingsstätte, in der man so viel Schweiß gelassen hat. Nicht umsonst überkommt Sportler oft eine Gänsehaut, wenn sie an einen für sie wichtigen Wettkampf- oder Trainingsort zurückkommen, mit dem sie vergangene Erfolge oder intensive Trainingsjahre verbinden. Es ist die innere Einstellung, die das "Dojo" zu einem besonderen Ort werden lässt. Man selbst trägt dafür Sorge und wird es dann immer wieder gern aufsuchen.

"Seiza und Za Rei"

Die Karate Etikette sorgt also nicht nur für eine geordnete Trainingsatmosphäre, sondern hilft uns vor allem bei der eigenen geistigen und technischen Entwicklung, im Karate vorwärts zu kommen, sorgt für Motivation und ist ein Werkzeug um das eigene Karate zu pflegen und zu verbessern. Probier es mal aus, genauso wie schlechte Umgangsformen abfärben können, gelingt es dir auch bei einer sehr guten, konzentrierten und aus ganzem Herzen ehrlichen Karate Etikette, auf dich selbst und deine Trainingskameraden guten Einfluss zu nehmen.

Der Spaß im Karate ist dir und deinen Trainingsfreunden garantiert und du machst ganz nebenbei diese Kampfkunst zu dem Besonderen, zu dem du dich schon als Anfänger hingezogen fühltest.

JKA JUGEND EUROPAI

MEISTERSCHAFT 2013 IN KRUSEVAC/SERBIEN

Nur vier Wochen nach der Europameisterschaft der Junioren und Aktiven (Erwachsene ab 21 Jahren) in Konstanz fand die Jugend Europameisterschaft am 25/26. Mai im serbischen Krusevac statt. Die Delegation des DJKB war mit insgesamt 29 Karateka, Kampfrichtern, Betreuern, Offiziellen und einem Teamarzt vor Ort.

Nach der Landung in Belgrad stand dem Team zunächst eine zweieinhalb stündige Busfahrt bevor. Um 16.30 Uhr im Hotel angekommen folgte die allgemein bekannte Hektik. Einchecken, Kampfrichterkurs, JKA Europe-Meeting, Registrierung, Abendessen für 29 Personen organisieren, Wasser für die Wettkampftage einkaufen, mit dem Team trainieren etc. Hier zahlte es sich aus, dass neben dem Bundesjugendtrainer Markus Rues als zusätzlicher Betreuer Pascal Senn zur Unterstützung mitgereist war. So konnten wir uns gut vorbereitet am Samstag um 08.30 Uhr zur Wettkampfhalle begeben.

Dass diese Meisterschaft kein Zuckerschlecken werden würde, war allen Beteiligten von vorn herein klar. Schon auf Grund der geographischen Lage von Krusevac war zu erwarten, dass der Osten alles aufbieten würde. Unsere Athleten waren von unserem Bundesjugendtrainer physisch und psychisch gut auf das Turnier vorbereitet worden. Mit dem sehr unorthodoxen Kampfstil mancher Nationen muss man sich erst zurechtfinden. Der DJKB startete bei dieser Meisterschaft in den Kategorien ab 15 Jahren.

Nun zum Turnier. Bei den 15 jährigen Mädchen gingen **Vanessa Asal** aus Kaiserslautern und **Mira Pfister** aus Konstanz an den Start. Vanessa gewann ihren ersten Kampf klar, musste sich aber im zweiten Kampf der späteren Europameisterin geschlagen geben. Mira Pfister, die ihr erstes internationales Turnier bestritt, kämpfte sich unbekümmert gegen Gegner aus Russland, Serbien, Ungarn und Dänemark bis ins Finale vor. Hier unterlag sie äußerst knapp der Lokalmatadorin aus Serbien.

Bei den 16 jährigen Mädchen mit **Mahassan Jaffel** aus Kaiserslautern, **Helena Pejcic** aus Remagen, **Leonie Diffene** aus Magdeburg und **Diana Pfister** aus Konstanz wurde der Erfolg fortgesetzt. Die drei erst genannten schieden erst in der zweiten bzw. dritten Runde aus. Diana Pfister verlor etwas unglücklich im Halbfinale und belegte Rang drei. Auch die 17 jährigen Mädchen Michaela Roth aus Pforzheim und Nina Rogge aus Bühlertal schlugen sich wacker. Unsere Kumite Damen haben ausnahmslos Kampfgeist und gute Technik gezeigt und mit Silber und Bronze in den Einzeldisziplinen tolle Erfolge verzeichnet.

Bei den Jungen in der Altersklasse 15 Jahre wurde nur **Luca Weingötz** aus Tauberbischofsheim nominiert. Es ist beeindruckend, mit welcher Vielfalt, Präzision und Schnelligkeit Luca kämpft. In dem Jungen steckt ein unheimliches Potenzial. Er gewann souverän seine Kämpfe gegen Ukrainer, Tschechen, und Serben. Erst im Halbfinale musste er sich in der Verlängerung (Sai-Shiai) dem Kämpfer aus Ungarn in der letzten Sekunde unglücklich geschlagen geben. Eine hochverdiente Bronzemedaille für den Tauberbischofsheimer.

Bei den 16 und 17 jährigen Jungen mit **Valentin Gaar** aus Groß Bieberau, **Alexander Zott** und **Pascal Christmann,** beide aus Kaiserslautern, **Moritz Markhardt** aus Osnabrück, **Peter Pastuchow** aus Bühlertal und **Hamid Jofua** aus Remagen entwickelt sich ein Team, von dem man in Zukunft noch hören wird. Zwar wurde in der Einzeldisziplin keine Medaille gewonnen, die Jungs verkauften sich aber hervorragend.

In den Kata Disziplinen starteten alle oben erwähnten Mädchen. **Theresia Ventura** und **Sabrina Engelbrecht** schafften in einem starken Teilnehmerfeld den Einzug ins Finale. Theresia gewann mit einer ausgezeichneten Empi den Titel der Vize-Europameisterin und Sabrina musste sich leider mit dem undankbaren vierten Platz zufrieden geben. Trotzdem eine tolle Leistung. Unsere Kata Jungs überstanden alle die ersten Runden, danach scheiterten sie leider. Zweimal Silber und zweimal Bronze, die Bilanz des ersten Tages.

Der zweite Wettkampftag steht ganz im Zeichen der Mannschaften. Das Kata Team der Mädchen mit **Theresia Ventura, Diana Volk** und **Leonie Diffene** wurde mit der Kata Bassai Dai in den Vorrunden Dritter und qualifizierte sich somit für das Finale. Hier zeigten sie eine einwandfreie Kata Empi, wurden aber von den Russin-

nen und Tschechinnen geschlagen. Herzlichen Glückwunsch zur Bronzemedaille. **Steven Kaun, Daniel Bergmann** und **Luca Weingötz** überzeugten in der Vorrunde mit Bassai Dai und mussten sich mit ihrer Jion im Finale mit nur einem Zehntel dem Team aus Russland geschlagen geben. Silber im Kata Team der Jungen, das war eine beeindruckende Leistung.

Foto oben:
Das Kata Team der Frauen: Theresia Ventura, Diana Volk und Leonie Diffene.

Foto unten:
Das Kumite Team der Frauen: Helena Pejcic, Diana Pfister, Leonie Diffene und Vanessa Asal mit Bundesjugendtrainer Markus Rues und Coach Pascall Senn

Mit Spannung wurden nun die Kumite Mannschaftsdisziplinen erwartet. Unsere Mädchen knüpften an die Leistung des Vortages an und zeigten ohne Übertreibung Herz und Kampfgeist. Das erfahrene und erfolgreiche Team aus Tschechien stand uns um den Einzug ins Halbfinale gegenüber. **Helena Pejcic, Diana Pfister, Leonie Diffene** und **Vanessa Asal** kämpften verbissen und kompromisslos gegen die Tschechinnen. Belohnt wurde dies mit einem knappen Sieg. Im Kampf um den Einzug ins Finale trafen wir auf Serbien. Spannender hätte es kaum sein können. Unsere Mädels verloren quasi in letzter Sekunde den entscheidenden Kampf und sicherten sich in der Endabrechnung die Bronzemedaille.

Dass sich die Kumite Teamkämpfe der Jungen 16/17 Jahre zu einem Publikumsmagneten und Nervenkrieg entwickeln würden, konnte zu diesem Zeitpunkt noch niemand ahnen.

Pascal Christmann, Peter Pastuchow, Daniel Gude und **Hamid Jofua** tarfen in der ersten Begegnung auf die starken Ungarn. Unglaublich wie motiviert

unsere Jungs den Ungarn den Schneid abgekauft haben und diese mit 2:1 schlugen. Im Halbfinale stand uns die Mannschaft aus Slowenien gegenüber. Die Slowenen, alle groß gewachsen, waren bereits in den

Foto links: Das Kumite Team der Männer: Pascal Christmann, Peter Pastuchow, Daniel Gude und Hamid Jofua.

Foto rechts: Theresia Ventura mit Empi

Einzeldisziplinen sehr erfolgreich. In allen Begegnungen mussten unsere Athleten um jeden Punkt sehr hart kämpfen. Aber auch hier setzten sie sich durch und gewannen knapp, aber hochverdient, mit 1:0.

Im Finale wartete nun kein geringerer Gegner als Russland. Die Russen scheinen seit Jahren ein Abonnement auf diesen Titel zu haben. Peter Pastuchow, der an diesem Tag souverän kämpfte, kam im ersten Kampf gegen den stärksten Kämpfer aus Russland. Dieser ging mit Gyaku zuki in Führung. Peter riskierte alles und wurde in einem gewagten Augenblick gefegt. Ippon für Russland. Alles schien seinen Lauf zu nehmen. Pascal Christmann wuchs über sich hinaus. Er ging mit einer Mae geri / Oi zuki Kombination in Führung und schaffte dann das Unglaubliche. Ashi Barai Ippon. Jetzt war alles wieder offen. Mittlerweile konzentrierten sich alle in der Halle Anwesenden auf diese Kampffläche. Die Halle glich einem Hexenkessel. Hamid Jofua versuchte alles daran zu setzen, den Sieg nach Deutschland zu holen. Nach etlichen Schlagabtauschen endete der Kampf mit 1:1 unentschieden. Auf beiden Seiten exakt die gleichen Wertungen. Es kam zum Stichkampf. Hamid übernahm die Verantwortung und kämpfte eineinhalb Minuten lang clever gegen den wesentlich größeren Russen. Für einen geblockten Mae geri, der nur vom Hauptkampfrichter gesehen wurde, bekam Russland seine Wertung und somit den Sieg. Die Enttäuschung saß tief. Noch nie war ein Jugend Team dem Titel so nahe, das ist die eine Seite. Auf der anderen Seite muss man sehen, wie stark sich unser Team präsentiert hat. Hochachtung vor dieser Leistung.

Ein besonderes Dankeschön gilt den mitgereisten Kampfrichtern **(Ronny Repp und Andreas Leitner)** sowie dem Mannschaftsarzt **Dr. Rainer Reichel** und dem zusätzlichen Coach **Pascal Senn.**

Fazit:

Mit vier Silber und vier Bronzemedaillen können wir mehr als zufrieden sein. In Serbien hat sich eine deutsche Jugend Nationalmannschaft präsentiert, die Kampfgeist, Zusammenhalt und Technik gezeigt hat. Die solide Karate-Grundausbildung und Charakterschulung in den DJKB Dojos trägt hier ihre Früchte. Dies wurde auch von anderen Nationen gesehen und mit sehr viel Lob anerkannt. Aber nicht nur auf der Kampffläche überzeugte unsere Mannschaft. Auch der Hotelbesitzer lobte unsere freundlichen Jugendlichen für ihren Anstand und ihre Disziplin. Auf und neben der Kampffläche repräsentieren unsere Jugendlichen unseren Verband und unser Land. Ohne Zweifel ist ihnen das tadellos gelungen.

Solange wir unsere Arbeit in dieser Form im DJKB und seinen Dojos fortsetzen, brauchen wir keine Angst um die Zukunft des DJKB´s und des traditionellen Karates haben.

DJ KB Magazin

FACEBOOKGRUPPE „JKA KARATE DEUTSCHLAND“

Thomas Kölling aus Füssen hat eine neue Facebook-Gruppe gegründet. **„Ich war diese elenden und endlosen (verbands-)politischen Debatten auf diversen Facebook-Foren leid“**, schreibt Thomas. **„Die Plattform soll vor allem dem Informationsaustausch zu Trainingsinhalten, Lehrgängen und Wettkämpfen unter dem Dach des DJKB dienen. Politische Debatten hatten und haben hier nichts zu suchen!“**

Unterstützung fand Thomas Kölling bei Carsten May, der über einen befreundeten Designer das Titelbild in Auftrag gab. Derzeit engagieren sich auch noch Malika Hugel aus Konstanz, Dirk Müller aus Willich und Torsten Uhlemann aus Münster an der neuen Facebook-Gruppe. Eine erste Aktion ist bereits erfolgreich gelaufen – ein Fotowettbewerb anlässlich des Kata-Spezial in Tauberbischofsheim, wie nebenstehendes Bild von **Jens Wagner** beweist. Herzlichen Glückwunsch zum 1. Platz für diesen gelungenen Schnappschuss.

Die Facebook-Gruppe werden Thomas Kölling und Freunde auf Karateka ausrichten, „die sich hundertprozentig zum DJKB und Ochi Sensei bekannten und bekennen.“ Wir wünschen viele konstruktive Beiträge.

JKA-CUP 2013

Samstag, 09. November

Ausrichter:	**PSV Karate-Dojo - Bottrop e.V.**	
Veranstalter:	Deutscher JKA-Karate-Bund e. V.	
Ort:	Hans-Böckler-Straße 60, 46236 Bottrop (am Bundesleistungszentrum Karate)	
Einlass:	8.00 Uhr	
Beginn:	9.00 Uhr	Kumite, Mannschaften der Aktiven (+ 21 Jahre), Junioren und Jugend
	ca.10.00 Uhr	Kumite, Einzel
	ca.14.00 Uhr	Kata, Einzel und Teams

KATA: EINZEL

Gruppe A	Herren ab 3. Kyû | ab 21 Jahre	**Gruppe G1**	Damen ab 3. Kyû | ab 21 Jahre
Gruppe B	Herren ab 3. Kyû | 18 - 20 Jahre, **Junioren**	**Gruppe G2**	Damen ab 3. Kyû | 18 - 20 Jahre, **Juniorinnen**
Gruppe C	Herren, ab 3. Kyû | ab 38 Jahren	**Gruppe H**	Damen ab 3. Kyû | ab 30 Jahre
Gruppe J	Jungen, ab 3. Kyû | 15 - 17 Jahre	**Gruppe M**	Mädchen ab 3. Kyû | 15 - 17 Jahre
Gruppe J1	Jungen ab 3. Kyû | 12 - 14 Jahre	**Gruppe M1**	Mädchen ab 3. Kyû | 12 - 14 Jahre

KATA: TEAM

Gruppe HT	Herren-Team ab 3. Kyû	**Gruppe DT**	Damen-Team ab 3. Kyû
Gruppe JT	Jungen-Team ab 5. Kyû | 14-17 Jahre	**Gruppe MT**	Mädchen-Team ab 5. Kyû | 14-17 Jahre

KUMITE: EINZEL

Gruppe D1	Herren ab 3. Kyû | ab 21 Jahre	**Gruppe K1**	Damen ab 3. Kyû | ab 21 Jahre
Gruppe D2	Herren ab 3. Kyû | 18 - 20 Jahre, **Junioren**	**Gruppe K2**	Damen 3. Kyû | 18 - 20 Jahre, **Juniorinnen**
Gruppe E	Herren ab 3. Kyû | ab 41 Jahre	**Gruppe L**	Damen ab 3. Kyû | ab 30 Jahre
Gruppe F	Herren ab 3. Kyû | 35 bis 40 Jahre		
Gruppe J2	Jungen ab 3. Kyû | 16 - 17 Jahre	**Gruppe M2**	Mädchen ab 3. Kyû | 16 - 17 Jahre
Gruppe J3	Jungen ab 3. Kyû | 14 - 15 Jahre	**Gruppe M3**	Mädchen ab 3. Kyû | 14 - 15 Jahre
Gruppe J4	Jungen ab 3. Kyû | 12 - 13 Jahre	**Gruppe M4**	Mädchen ab 3. Kyû | 12 - 13 Jahre

KUMITE: TEAM HERREN

Gruppe HK Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3.Kyû) in den Vorrunden.
4 Mannschaften qualifizieren sich für das Finale.
Dort müssen sie in 5-Mann-Stärke antreten und können aus den regionalen Stützpunkten aufgestockt werden.

KUMITE: TEAM DAMEN

Gruppe DK Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und ab 21 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpferinnen.

KUMITE: TEAM JUNIORINNEN / DAMEN

Gruppe DJ Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und 18 - 20 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpferinnen.

KUMITE: TEAM JUNIOREN / HERREN

Gruppe JJ Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und 18 - 20 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpferinnen.

KUMITE: TEAM HERREN

Gruppe K35 Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und ab 35 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpfern.

KUMITE: TEAM JUNGEN

Gruppe JK Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und 14 - 17 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpfern.

KUMITE: TEAM MÄDCHEN

Gruppe MK Die Mannschaft besteht aus 3 Karateka (ab 3. Kyû und 14 - 17 Jahre). Finale ebenfalls mit 3 Kämpfern.

MODUS KUMITE

Shôbu-Ippon 2 Minuten effektive Kampfzeit.
Seit 2004 wird beim JKA-Cup in allen Kumite-Disziplinen nur mit Faustschützern gekämpft. Die neuen Faustschützer wurden von Shihan Ochi geprüft und können über die Geschäftsstelle des DJKB´s erworben werden. Andere Faustschützer sind nicht zulässig.

MODUS KATA - Alle Disziplinen werden im reinen K.-O.-System ausgetragen

Gruppe: 1. und 2. Runde = Flaggensystem: aus Heian 1 - 5 bis Tekki 1
A, B, C 3. Runde = Flaggensystem: aus Bassai-Dai, Jion, Kanku-Dai, Hangetsu, Enpi
G1, G2, H Finale = freie Wahl der Kata

Gruppen J Vorrunden = Flaggensystem aus Heian 1 - 5
Gruppen M Finale = aus Bassai-Dai, Jion, Kanku-Dai und Enpi

Startgebühren:	Kata-Einzel	9,- € je Teilnehmer	Kumite-Einzel	9,- € je Teilnehmer
	Kata-Mannschaft	20,- € je Mannschaft	Kumite-Mannschaft	20,- € je Mannschaft

Meldung & Auskunft: Klaus Wiegand, Kranichstraße 3, 44867 Bochum
Telefon: 02327 / 95 36 36 | Fax: 02327 / 95 36 37 | Mobil: 0170 / 47 08 980
und unter **www.jka.karate-wattenscheid.de**

Meldeschluss: Freitag der 1. November 2013 (Datum Posteingang)

ACHTUNG! Meldungen auf dem dafür bestimmten Formblatt (siehe DJKB-Homepage) unter Beifügung eines Euro- oder Verrechnungsschecks. Den Scheck bitte auf **„JKA-Cup 2013, Klaus Lammers-Wiegand“** ausstellen. **Barzahlung oder Überweisungen: Sparkasse Bochun, Konto 100046515, BLZ 430 500 01**

Haftung: Veranstalter und Ausrichter lehnen eine Haftung für Schadensfälle jeder Art ab.

Bankett / Ort: Im Brauhaus Bottich, Gladbecker Straße 78, 46236 Bottrop

Bankett Beginn: Nach dem Finale und der Siegerehrung

Übernachtung: Übernachtungsmöglichkeiten sind in der Dieter-Renz-Halle für 2,50 € vorhanden.

Eintrittspreise: 5,- € je Karte, Eintrittskarten sind auch an der Kasse am Eingang erhältlich.

PRÄSIDIUM, REFERENTEN & GESCHÄFTSSTELLE DES DEUTSCHEN JKA-KARATE BUNDES E.V.

PRÄSIDENT
Josef Kröll
Konradstr. 4
85737 Ismaning
Tel.: 0170 / 732 30 59
E-Mail: kroell@djkb.com

VIZEPRÄSIDENT
Thomas Schulze
Aschaffenburger Str. 10
28215 Bremen
Tel.: 04 21 / 378 12 16
E-Mail: schulze@djkb.com

VIZEPRÄSIDENT
Markus Rues
Otto-Adam-Str. 4
78467 Konstanz
Tel.: 0 75 31 / 5 07 07
E-Mail: rues@djkb.com

SCHATZMEISTER
Horst Gallenschütz
Radolfzeller Str. 36
78467 Konstanz
Tel.: 0 75 31 / 7 11 44
Fax: 0 75 31 / 7 11 40
E-Mail: gallenschuetz@djkb.com

SPORTWART
Klaus Lammers-Wiegand
Kranichstr. 3
44867 Bochum
Tel.: 0170 / 4 70 89 80
Fax: 0 23 27 / 95 36 36
E-Mail: wiegand@djkb.com

JUGENDWART
Tobias Prüfert
Weitlingstr. 15
39104 Magdeburg
Tel.: 0177 / 250 06 28
Tel./ Fax: 03 91 / 541 45 45
E-Mail: pruefert@djkb.com

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

REF. FÜR PRÜFUNGS- & AUSBILDUNGSWESEN
Rolf Hecking
Weidegasse 34
54290 Trier
Tel.: 06 51 / 69961009
Fax: 06 51 / 69966007
E-Mail: hecking@djkb.com

KAMPFRICHTERREFERENTEN
Xaver Eldracher
Tel.: 0 83 41 / 715 84 11
E-Mail:
eldracher@djkb.com

Jürgen Breitinger
Tel.: 0171 / 623 61 58
E-Mail:
breitinger@djkb.com

WEBMASTER
Pascal Senn
E-Mail:
senn@djkb.com

GESCHÄFTSSTELLE DES DEUTSCHEN JKA-KARATE BUNDES E.V.
Petra Hinschberger
Schwarzwaldstr. 64
66482 Zweibrücken
Tel.: 0 63 37 / 67 65
Fax: 0 63 37 / 99 31 30
E-Mail: info@djkb.com

BANKVERBINDUNG:
Volksbank Saarpfalz,
Deutscher JKA-Karate Bund e.V. (DJKB)
Kto.-Nr. : 20 50 23 0000
Blz 592 912 00

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

AUSSCHREIBUNG NACHWUCHSTRAINER-FORTBILDUNGSLEHRGANG 2013

VOM 28. - 29. SEPTEMBER 2013 IN KOBLENZ

Referenten und Lehrgangsleiter: **Rolf Hecking, Toribio Osterkamp und Anika Lapp**

Ausrichter:
Karate-Dojo Koblenz-Lahnstein,
Jürgen und Gisela Hinterweller,
Mobil: **0175 / 2226138**
Privat: **02625 / 82008**
Juergen-hinterweller@onlinehome.de

Ort:
Sporthalle und Seminarraum des Schulzentrums Karthause,
Zwickauerstraße 22, 56075 Koblenz

Übernachtung / Verpflegung:
Übernachtung bitte selbst organisieren!
Es gibt eine Jugendherberge, günstige Hotels und Pensionen. **Fremdenverkehrsamt Koblenz, Telefon: 0261-130920**.
Zwischenverpflegung wird vor Ort vom Ausrichter angeboten.

Lehrgangszeiten:
Samstag, 28.9.2013 von 10 - 18 Uhr
Sonntag, 29.9.2013 von 09 - 12 Uhr

Achtung:
Der Lehrgang dient auch zum **Lizenzerwerb und zur Verlängerung von Prüferlizenzen**. Die aktive Teilnahme an den Lehrgangseinheiten wird vorausgesetzt.

Teilnahmeberechtigung:
Ausnahmslos Absolventen/innen der bisherigen DJKB-Nachwuchstrainer-Ausbildungen.
Der Fortbildungslehrgang ist kostenlos.

Meldeschluss: 2. September 2013

Verbindliche Anmeldung zum DJKB-Nachwuchstrainer-Fortbildungs-Lehrgang 2013 ist aus organisatorischen Gründen unerlässlich!

Bitte die Anmeldung schicken an:

Geschäftsstelle des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.
Schwarzwaldstraße 64
66482 Zweibrücken

E-Mail: info@djkb.com
Fax: 06337/993130

DJKB - Dojo: .....

Name - Vorname: .....

Strasse: .....

PLZ, Wohnort: .....

Telefonnummer: .....

E-Mail: .....

Kyu- / Dangrad: .....

Hiermit melde ich mich verbindlich zum diesjährigen Nachwuchstrainer-Fortbildungslehrgang vom 28. bis 29. September 2013 in Koblenz an.

.....

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

AUSSCHREIBUNG / LEHRGÄNGE

MARIJAN GLAD VEITSHÖCHHEIM | **06.07.2013**

Wo? IWolfstalstrasse 47, 97209 Veitshöchheim | Ausrichter / Ansprechpartner: Kôdô-Juku Karate Dôjô, Thomas Igerst, Telefon: 0175 / 4140133, E-Mail: thomas.igerst@kodo-juku.de, www.kodo-juku.de

KARATE MEETS QI GONG MEERBUSCH | **13.07.2013**

Wo? IPappelallee 1, 40668 Meerbusch | Ausrichter / Ansprechpartner: Dojo Jisei Lank, Sandra Schmitz, Telefon: 0152 / 53916664, E-Mail: sandra-schmitz@gmx.de

DIETER STEINEGG MÜNSTER | **13.07.2013**

Wo? IJüdefelder Str. 10, 48143 Münster | Ausrichter / Ansprechpartner: BUSHIDO MÜNSTER E.V., Klaus Maretzke, Telefon: 0251 / 717906, E-Mail: info@bushido-muenster.de, www.bushido-muenster.de

DOJO EINWEIHUNGS - LEHRGANG VON PETRA & VOLKER MIT **UDO FRITZ** OEHRINGEN | **13.07.2013**

Wo? IPfaffenmühlweg 44, 74613 Oehringen | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Dojo TSG Oehringen, Volker Hebestadt, Telefon: 07139 / 18003, E-Mail: volker-hebestadt@t-online.de

!

TOMIE OCHI GLADBECK | **13.07.2013**

Wo? IWeusterweg 3, 45964 Gladbeck | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Do Gladbeck, Ingo Beckmann, Telefon: 0177 / 8397190, E-Mail: karatedo-gladbeck@gmx.de

BUNDESJUGENDLEHRGANG MIT **M. RUES** & **A. LAPP (BEREITS AUSGEBUCHT!!!)** WETZLAR | **21. BIS 26.07.2013**

Wo? Friedenstraße 99, 35578 Wetzlar | Ausrichter / Ansprechpartner: Sport- und Bildungsstätte der Sportjugend Hessen, Anika Lapp, E-Mail: lapp@jka-deutschland.de

KUMITE LEHRGANG MIT **RONALD REPP** OBERTSHAUSEN | **31.08.2013**

Wo? Rodaustraße 1, 63179 Obertshausen | Ausrichter / Ansprechpartner: 1 Karate Dojo Obertshausen e.V., Thomas Flohrer, Telefon: 069 / 87876809, E-Mail: tflohrer@arcor.de

KLEINER SOMMERLEHRGANG MIT **ANKI TAKAHASHI** & **IKUO GOUKON (JKA)** WERTHEIM | **31.08. BIS 01.09.2013**

Wo? Ferdinand-Hotz Straße 5, 97877 Wertheim | Ausrichter / Ansprechpartner: Ryozanpaku Wertheim, Herr Schlatt, Telefon: 09341 / 897635, E-Mail: schlatt@schlatt-books.de

National-coach

THOMAS SCHULZE STADECKEN-ELSHEIM | **31.08.2013**

Wo? Selztalhalle, Auf der Langweid, 55271 Stadecken-Elsheim, Rheinland-Pfalz | Ausrichter / Ansprechpartner: Bushido Selztal e.V., Telefon: 06130 / 919885, info@karate-selztal.de, www.karate-selztal.de

MICHAEL JEPSEN ECKERNFÖRDE | **31.08.2013**

Wo? Bergstraße 26, 24340 Eckernförde | Ausrichter / Ansprechpartner: Shotokan-Karate-Club Eckernförde, Volker Steinmann, Telefon: 0175 / 4236630, E-Mail: V.Steinmann-eck@web.de

!

SHIHAN KOICHI SUGIMURA ZWEIBRÜCKEN | **06. BIS 07.09.2013**

Wo? Canadastraße 25, 66482 Zweibrücken | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Dojo-Kyohan Zweibrücken, Christian Weppler, Telefon: 0171 / 7475565, E-Mail: christianweppler@gmx.de

KLAUS FIERECK ST. KATHARINEN | **07.09.2013**

Wo? Am Sportplatz 8, 53562 St. Katharinen | Ausrichter / Ansprechpartner: JKA-KARATE-BRUCHHAUSEN-ST. KATHARINEN e.V., Egon Heidt, Telefon: 02224 / 72997, E-Mail: ego.heidt@t-online.de

National-coach

THOMAS SCHULZE MAGDEBURG | **07.09.2013**

Ort: Sporthalle am Dojo, Weitlingstraße 15, 39104 Magdeburg | Ausrichter / Ansprechpartner: BKClub Magdeburg e.V., Beginn: 10.00 Uhr bis 5. Kyu, Info: T.Prüfert, Tel.0391-5414545, www.bkc-magdeburg.de

SHINJI AKITA FREIBURG | **13. BIS 14.09.2013**
Wo? Johanna-Kohlund-Straße 24, 79111 Freiburg | Ausrichter / Ansprechpartner: Aramoto Freiburg, Andreas Einecker, Telefon: 0761 / 4787994, E-Mail: aramoto@gmx.de

!

HIROSHI SHIRAI & **CARLO FUGAZZA** HANNOVER | **14. BIS 15.09.2013**
Wo? Wilhelm-Göhrs-Straße 4, 30539 Hannover | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Dojo Hannover von 1976 e.V., Riad Kheiralla, Telefon: 0511 / 8092135, E-Mail: info@karate-dojo-hannover.de, www.karate-dojo-hannover.de

MARIJAN GLAD NENZINGEN | **14.09.2013**
Wo? Im Grund 1, 78359 Nenzingen | Ausrichter / Ansprechpartner: TV. Nenzingen / Abteilung Karate, Thomas Tomow, Telefon: 07771 / 639105, E-Mail: thomas_tomow@gmx.de

DETLEF KRÜGER HOMBURG | **20. BIS 21.09.2013**
Wo? Talstraße 5, 66424 Homburg | Ausrichter / Ansprechpartner: Shotokan Homburg e.V., Markus S., E-Mail: info@shotokan-homburg.de, www.shotokan-homburg.de

National-coach

THOMAS SCHULZE KIRCHLINTELN | **21.09.2013**
Wo? Schulstraße 3, 27308 Kirchlinteln | Ausrichter / Ansprechpartner: TSV Lohberg e.V., Bärbel Lüdemannn, Telefon: 04231 / 82659, E-Mail: urosenweg@aol.com

TORIBIO OSTERKAMP STUTTGART | **21. BIS 22.09.2013**
Wo? Spitalwald 1 (über Äckerwaldstraße 1), 70619 Stuttgart | Ausrichter / Ansprechpartner: TSG Stuttgart, Rudi , Telefon: 0711 / 7542419, E-Mail: fokus-fit@t-online.de

Stützpunkt-trainer

JULIAN CHEES WANGEN IM ALLGÄU | **21.09.2013**
Wo? Danneckerweg 48, 88239 Wangen im Allgäu | Ausrichter / Ansprechpartner: KD Butoku-Kai Wangen e.V., Moni Ströbele, Telefon: 07522 / 5369, E-Mail: moni.stroebele@web.de

MARIJAN GLAD SAARBRÜCKEN | **21.09.2013**
Wo? Scharnhorststraße 1, 66119 Saarbrücken | Ausrichter / Ansprechpartner: Shotokan Karate Dojo Saarbrücken, Norbert Hallmann, Telefon: 0681 / 78218, E-Mail: NuK.Hallmann@web.de

SHINJI AKITA WALDSHUT | **28.09.2013 BIS 29.09.2013**
Wo? Schmitzinger Straße 1, 79761 Waldshut | Ausrichter / Ansprechpartner: Budocenter Waldshut, Christa Bächle, Telefon: 0174 / 21 55 407, E-Mail: christa.baechle@noeggi.de

!

SHIHAN KOICHI SUGIMURA FRIESENHEIM-SCHUTTERN | **28.09.2013**
Wo? Offo-Halle Prinzenstraße 20, 77948 Friesenheim-Schuttern | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Club Sei-Shin-Kan Offenburg e.V., Joachim und Astrid Ehret, Telefon: 07821 | 63961, E-Mail: joachim.astrid.ehret@t-online.de

National-coach

THOMAS SCHULZE KIEL | **28.09.2013**
Wo? Olshausenstraße 70-74, 24118 Kiel | Ausrichter / Ansprechpartner: Uni Dojo Kiel, Ralph Dawert, Telefon: 04346 / 4849, E-Mail: ralph.dawert@gmail.com

HERBERT PERCHTOLD VEITSHÖCHHEIM | **28.09.2013**
Wo? Wolfstalstraße 47, 97209 Veitshöchheim | Ausrichter / Ansprechpartner: Kôdô-Juku Karate Dôjô, Thomas Igerst, Telefon: 0175 / 4140133, E-Mail: thomas.igerst@kodo-juku.de

Bundesjugend-trainer

LEHRGANG FÜR KINDERTRAINER TEIL 1 MIT **MARKUS RUES** DRESDEN | **29.09.2013**
Wo? Dresden | Ausrichter / Ansprechpartner: Markus Rues,
E-Mail: Karate-Fitness-Dojo-Konstanz@t-online.de

AUSSCHREIBUNG / LEHRGÄNGE

Stützpunkt-trainer

JULIAN CHEES & **HENRY LANDECK** IMMENSTADT | **05.10.2013**
Wo? Am Eckschachen 4, 87509 Immenstadt Ortsteil Stein | Ausrichter / Ansprechpartner: Immenstadt/Stein, Xaver Eldracher, Telefon: 08341 / 7158411, E-Mail: X-B.Eldracher@gmx.de

SHINJI AKITA GLAUBURG | **05. BIS 06.10.2013**
Wo? Heegheimer Straße 20, 63695 Glauburg/ Glauberg | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Do Kyohan Glauburg, Peter Stoll, Telefon: 06041 / 820711, 0172/7092133, E-Mail: p.lehmann-stoll@gmx.de

3. HERBST-GASSHUKU MIT **J. HINTERWELLER** & **J. THIELE** MENGERSCHIED | **07. BIS 12.10.2013**
Wo? Ortsmitte 1, 55490 Mengerschied | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Verein Boppard, Jascha Thiele, Telefon: 06742 / 8436091, E-Mail: info@karate-boppard.de, www.karate-boppard.de

9. SELBSTVERTEIDIGUNGSWORKSHOP **MICHAEL SZUMLEWSKI** & **HOLGER PLATT** HAINBURG | **12. BIS 13.10.2013**
Wo? Siemensstraße 8 - 10, 63512 Hainburg | Ausrichter / Ansprechpartner: Budo Gym Hainburg, Michael Szumlewski, Telefon: 06182 / 828636, E-Mail: Michael.Szumlewski@t-online.de

12 STUNDEN LEHRGANG **HANS-JÜRGEN KAUN** & **ANDREAS BEHRENS** CALW | **19.10.2013**
Wo? Breite Heerstraße 45, 75365 Calw-Heumaden | Ausrichter / Ansprechpartner: JKA-Karate Dojo Calw e. V., Hans-Jürgen Kaun, Telefon: 07051 / 926351, E-Mail: hjkaun@cw-net.de

KATA LEHRGANG MIT **HERBERT PERCHTOLD** & **UDO NEUBERT-FRITZ** KARLSRUHE | **19. BIS 20.10.2013**
Wo? Unterfeldstraße 6, 76149 Karlsruhe - Neureut | Ausrichter / Ansprechpartner: 1. SKC-Neureut, Martin Fischer, Telefon: 0176 / 22046164, E-Mail: m.fischer@karate-neureut.de, www.karate-neureut.de

SCHLATT (ERHARD GÖTZELMANN) GLADBECK | **19. BIS 20.10.2013**
Wo? Enfieldstraße 142, 45966 Gladbeck | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Do Gladbeck e.V., Heike Beckmann, Telefon: 02043 / 371841, E-Mail: karatedo-gladbeck@gmx.de

Stützpunkt-trainer

PASCAL SENN RHEINAU | **19.10.2013**
Wo? Schwimmbadstraße 1, 77866 Rheinau | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Dojo Rheinau e.V., Rüdiger Fladt, Telefon: 0173 / 9158146, E-Mail: ruediger@fladt-gmbh.de

TORIBIO OSTERKAMP RIEDSTADT | **26. BIS 27.10.2013**
Ort: Albert-Schweitzer-Straße 4 - 6, 64560 Riedstadt-Wolfskehlen | Ausrichter / Ansprechpartner: Shotokan Karate Wolfskehlen, Simone Gottschling, Telefon: 0160 / 90860608, E-Mail: simone@karate-wolfskehlen.de

MARIJAN GLAD GEMÜNDEN | **26.10.2013**
Wo? Hofweg 4, 97737 Gemünden | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Schule Gemünden, Sigi Fertig, Telefon: 0176 / 39236968, E-Mail: karate-schule-gemuenden@gmx.de

Stützpunkt-trainer

BENEFIZ-LEHRGANG ZUGUNSTEN DER SHOSHIN KINDERHILFE MIT **JULIAN CHEES** HÖCHENSCHWAND | **02.11.2013**
Wo? Dr. Rudolf-Eberle Straße 3, 79862 Höchenschwand | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Dojo Höchenschwand, Ralf Binkert, Telefon: 07751/898992, E-Mail: binkert.ralf@arcor.de

TORIBIO OSTERKAMP BONN | **15. BIS 16.11.2013**
Wo? Zeppelinstraße 7 - 9, 53179 Bonn | Ausrichter / Ansprechpartner: 1. Bonn-Bad Godesberger Karate-Dojo 1965 e.V., Thorsten Deininger, E-Mail: vorstand@karate-dojo-bonn.de, karate-dojo-bonn.de

DJKB KATA-NATIONALTEAM KAISERSLAUTERN | **16.11.2013**
Wo? Schreberstraße 37-39, 67657 Kaiserslautern | Ausrichter / Ansprechpartner: Ken Sei Kan, Hans-Joachim Gutzmer, Telefon: 0179 / 1493781, E-Mail: zotti6769@t-online.de

Stützpunkt-trainer

JULIAN CHEES & **HENRY LANDECK** KULMBACH | **16.11.2013**
Wo? Christian-Pertsch-Straße 4, 95326 Kulmbach | Ausrichter / Ansprechpartner: Shotokan Karate-Zentrum Kulmbach, Henry Landeck, Telefon: 09221 / 1775, E-Mail: Landeck.Karate@gmx.de

SHINJI AKITA BAD CAMBERG | **16.11.2013**
Wo? Pommernstraße 10, 65520 Bad Camberg | Ausrichter / Ansprechpartner: Momijigaoka Karate Dojo, Patrick Jokl, Telefon: 0177 / 5264333, E-Mail: patrickjokl@gmx.de

RISTO KIISKILÄ BERLIN | **16. BIS 17.11.2013**
Wo? Schönagelstraße, 12673 Berlin | Ausrichter / Ansprechpartner: Bushido-Dojo Berlin e.V., Dirk Zimmermann, Telefon: 0171 / 2836222, E-Mail: dirk@bushido-dojo.de, www.bushido-dojo.de

Stützpunkt-trainer

TOBIAS PRÜFERT PRENZLAU | **23.NOVEMBER 2013 IN PRENZLAU**
Wo: Artur-Becker Halle, Robert-Schulz-Ring 58 , 17291 Prenzlau, Beginn: 11.00 Uhr ab 5.Kyu | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate-Dojo Zanshin Prenzlau e.V., Uwe Lucka Telefon: 0173 / 9749313, vorstand@dojozanshin.de, www.dojozanshin.de

SHINJI AKITA LAPPERSDORF | **29. BIS 30.11.2013**
Wo? Am Sportzentrum 1, 93138 Lappersdorf | Ausrichter / Ansprechpartner: KD TSV Kareth-Lappersdorf, Andreas Seitz, Telefon: 0172 / 8623952, E-Mail: info@karate-lappersdorf.de

National-coach

THOMAS SCHULZE MÜNSTER | **30.11.2013**
Wo? Jüdefelder Straße 10, 48143 Münster | Ausrichter / Ansprechpartner: BUSHIDO MÜNSTER E.V., Dojo BUSHIDO MÜNSTER E.V., Telefon: 0251 / 717906, E-Mail: info@bushido-muenster.de, www.bushido-muenster.de

MARIJAN GLAD SELIGENSTADT | **30.11.2013**
Wo? Steinweg 21, 63500 Seligenstadt | Ausrichter / Ansprechpartner: Karate Dojo Seligenstadt, Rolf Beck, Telefon: 0178 / 693 88 08, E-Mail: karate-seligenstadt@web.de

GEBURTSTAGSLEHRGANG VON **TORIBIO OSTERKAMP** & **ANIKA LAPP** REMSECK | **07.12.2013**
Wo? Neckarkanalstraße 51, 71686 Remseck - Aldingen | Ausrichter / Ansprechpartner: SHOTOISSHINKAI Neckarrems, Andi Kanthak, Telefon: 0151 / 5861 2208, E-Mail: karate@vfb-neckarrems.de, www.vfb-neckarrems.de

IMPRESSUM

Geschäftsstelle
des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.

Petra Hinschberger
Schwarzwaldstraße 64 • 66482 Zweibrücken
Tel.: 06337 / 6765 • Fax: 0 6337 / 993130
E-Mail: info@djkb.com

Bankverbindung: DJKB e.V.
Volksbank Saarpfalz • BLZ 592 912 00
Kto.-Nr. : 20 50 23 0000

Internet: www.djkb.com

Redaktion: DJKB-Präsidium, Harald Fette
Layout: Max-Otto Kraus (www.demaex.com)

V.i.S.d.P.: DJKB-Präsidium

Jegliche Vervielfältigung oder Weiterverbreitung in jedem Medium als Ganzes oder in Teilen bedarf der Zustimmung der Geschäftsstelle. Für unverlangt eingesandte Manuskripte kann keine Haftung übernommen werden.

WERBUNG

SA 14. SEPTEMBER 2013

SHIHAN OCHI IN STEIN bei Nürnburg

Ausrichter:	SHOSHIN-TSV Stein
Ort:	Weihersberghalle | Faber-Castell-Allee 10 | 90547 Stein bei Nürnberg, Bayern
Trainingszeiten:	Samstag: 11.00 - 12.15 Uhr, 9. bis 5. Kyu | 12:15 - 13.30 Uhr 4. Kyu bis Dan 14:30 - 15:45 Uhr, 9. Kyu bis Dan
Prüfungen:	Kyu- und **Dan-Prüfungen (1. und 2. Dan)** nach dem letzten Training.
Gebühr:	20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Übernachtung:	In einer separaten Halle möglich. Hotels: **www.stadt-stein.de**
Info:	Julian P. Chees Tel.: 09366 / 981284, E-Mail: chees@shoshin-würzburg.de | **www.tsv-stein.de**
Anmerkung:	Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise.
Haftung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

SA 21. SEPTEMBER 2013

SHIHAN OCHI IN HENNEF

Ausrichter:	Karate Dojo Ochi Hennef e.V.
Ort:	Dreifachturnhalle des Gymnasiums Honnef, Fritz-Jacobi-Strasse, 53773 Hennef
Trainingszeiten:	11.00 - 12.30 Uhr: 9. Kyu bis 5. Kyu | 12.30 - 14.00 Uhr: 4. Kyu bis Dan 15.00 - 16.00 Uhr: 9. Kyu bis 5. Kyu | 16.00 - 17.00 Uhr: 4. Kyu bis Dan
Prüfungen:	Nach letztem Training: Kyu- und **Dan-Prüfungen bis 2. Dan** (ca. 17.15 Uhr: Dan-Prüfungen)
Gebühr:	20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Übernachtung:	Keine
Info:	Sonja Schreyl, Tel.: 02241 / 8 33 13, E-Mail: sonja.schreyl@gmx.de, Theo Schlößer, Tel.: 0177 / 55 393 54, E-Mail: theo.schloesser@arcor.de, Internet: www.ochi-hennef.de
Haftung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

SA 28. SEPTEMBER 2013

SHIHAN OCHI IN IMMENSTADT

Ausrichter:	Karate Dojo Immenstadt/Stein
Ort:	RJulius-Kunert-Halle Auwald-Sportzentrum | Allgäuer Straße 17 | 87509 Immenstadt / Bayern
Trainingszeiten:	11.00 - 12.30 Uhr bis 5. Kyu / 12.30 - 14.00 Uhr ab 4. Kyu | 15.00 - 16.30 Uhr 9. Kyu bis Dan
Prüfungen:	Kyu- und **Dan-Prüfungen (1. und 2. Dan)** nach dem letzten Training.
Gebühr:	20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Übernachtung:	In der Halle möglich oder Gäste-Information Immenstadt Tel.: 08323 / 914176
Info:	Xaver Eldracher, Tel.: 08341 | 7158411, E-Mail: X-B.Eldracher@gmx.de
Anmerkung:	Der Ausrichter übernimmt keine Haftung.

SA 05. OKTOBER 2013

SHIHAN OCHI IN GROSS-UMSTADT

Ausrichter:	Karate Dojo Groß-Umstadt e.V.
Ort:	Heinrich-Klein-Dreifach-Sporthalle I Am Darmstädter Schloss 6 I Groß-Umstadt, Hessen
Trainingszeiten:	11.00 - 12.30 Uhr & 15.00 - 16.00 Uhr bis 5. Kyu / 12.30 - 14.00 Uhr & 16.00 - 17.00 Uhr ab 4. Kyu
Prüfungen:	Bis 1. Kyu, am 05.10.2013, ab 17.15 Uhr in der Halle
Gebühr:	20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Übernachtung:	In der Halle möglich
Info:	Tel: 06078 / 75337, Fax: 969677, E-Mail: ch.gradl@t-online.de I **www.karate-dojo-gross-umstadt.de**
Anmerkung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

SA 12. OKTOBER 2013

SHIHAN OCHI IN OBERVIECHTACH

Ausrichter:	JKA - Karate Verein "Genbukan" Oberviechtach e.V.
Ort:	Mehrzweckhalle Oberviechtach I Martin-Luther-Straße 6 I 92526 Oberviechtach, Bayern
Trainingszeiten:	11.00 Uhr bis 5. Kyu I 12.30 Uhr ab 4. Kyu
Prüfungen:	Keine
Übernachtung:	In der Dojo-Halle möglich
Info:	Johann Ruml, Tel.: 0173 / 5626591, E-Mail: renatekr@gmx.de

SA 26. OKTOBER 2013

SHIHAN OCHI IN DONAUESCHINGEN

Ausrichter:	JKA-Karate-Verein Traditionell Donaueschingen
Ort:	Baarsporthalle I Humboldtstraße 3 I 78166 Donaueschingen (der Weg ist ausgeschildert)
Trainingszeiten:	Samstag 11.00 - 12.30 Uhr 9. Kyu bis 5. Kyu / 12.30 - 14.00 Uhr 4. Kyu bis Dan 15.00 - 16.00 Uhr 9. Kyu bis 5. Kyu / 16.00 - 17.00 Uhr 4. Kyu bis Dan
Prüfungen:	Samstag ab 17.15 Uhr bis zum 1. Kyu
Gebühr:	20,- EURO Kinder bis 14 Jahre: 15,- EURO
Übernachtung:	Fremdenverkehrsamt, Tel.: 0771 / 857221 I 0771 / 857223
Info:	Helmut Hein, Tel. 0771 / 62199, E-Mail: hchein@online.d
Anmerkung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

SA 16. NOVEMBER 2013

SHIHAN OCHI IN BREMEN

Ausrichter:	Karate Dojo SHOGUN Bremen
Ort:	Alexander-v.-Humboldt Schule I Delfter Straße I 28259 Bremen-Huchting
Trainingszeiten:	11.00 - 12.30 Uhr: 9. - 5. Kyu I 12.30 - 14.00 Uhr: 4. Kyu - Dan 15.00 - 16.00 Uhr: 9. - 5. Kyu I 16.00 - 17.00 Uhr: 4. Kyu - Dan
Prüfungen:	Samstag nach dem letzten Training Kyu- und **Dan-Prüfungen (1. und 2. Dan)**
Gebühr:	20,- Euro / Kinder bis 14 Jahre: 15,- Euro
Übernachtung:	In der Halle kostenlos möglich
Info:	Thomas Schulze, Tel. 0421 / 37 81 216, Fax 0421 / 37 81 217, E-Mail: thomas.schulze@online.de
Anmerkung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

FR 07. BIS SA 08. DEZEMBER 2013

SHIHAN OCHI IN HANNOVER

Ausrichter:	Karate Dojo Hannover von 1976 e.V.
Ort:	Sporthalle Schulzentrum Bemerode I Wilhelm-Göhrs-Strasse 4 I 30539 Hannover
Trainingszeiten:	Sa. 9. - 5. Kyu: 12.00 - 13.30 Uhr & 16.00 - 17.00 I 4. Kyu - DAN I 13.30 - 15.00 & 17.00 - 18.00 Uhr So. 9. - 5. Kyu: 10.00 - 11.00 Uhr & 4. Kyu - DAN: 11.00 - 12.00 Uhr
Prüfungen:	Finden am Sonntag nach der letzten Einheit DJKB-Prüfungen bis zum 1. Kyu statt. Prüfungsmarken sind vorhanden.
Gebühr:	15,- EURO bis 14 Jahre, 20,- EURO ab 15 Jahre
Übernachtung:	In der Halle kostenlos möglich
Info:	Tel: 0511 / 8092135, Fax: 0511 / 8092145, Mail: info@karate-dojo-hannover.de
Anmerkung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

WEITERE SHIHAN OCHI TERMINE

SA 30. NOVEMBER 2013 SHIHAN OCHI IM SAARLAND I Prüfungen: DAN (1. und 2.)

FR 20. & SA 21. DEZEMBER 2013 SHIHAN OCHI IN KREFELD I Prüfungen: DAN (1. und 2.)

WERBUNG

WEST

In Zusammenarbeit mit dem Karate NW

ANSPRECHPARTNER:
Klaus Lammers-Wiegand
Kranichstraße 3 • 44867 Bochum
Tel.: 02327 / 953636,
Fax: 02327 / 953637
E-Mail: wiegand@djkb.com

STÜTZPUNKTTRAINER:
Andreas Klein
Tel.: 0171 / 9440187
Marcus Haack
Tel.: 0177 / 2162116

SÜD

STÜTZPUNKTLEITER:
Xaver Eldracher
Tegelbergweg 5 • 87640 Biessenhofen
Tel.: 08341 / 7158411
E-Mail: eldracher@djkb.com

STÜTZPUNKTTRAINER:
Henry Landeck
Ängerlein 42 • 95326 Kulmbach
Tel.: 09221 / 1775
E-Mail: landeck@djkb.com

Julian Chees
Geroldshäuser Str. 9
97271 Kleinrinderfeld

TERMINE:
205. Oktober 2013:
Stützpunktlehrgang in Immenstadt/Stein.

www.djkb-stuetzpunkt-sued.de

SÜDWEST

STÜTZPUNKTLEITER:
Heiko Seifermann
Sponheimstr. 3 • 76530 Baden-Baden
Tel.: 07221 / 376072
E-Mail: seifermann@djkb.com

STÜTZPUNKTTRAINER:
Anika Lapp & Pascal Senn
E-Mail: lapp@djkb.com
E-Mail: senn@djkb.com

TERMINE:
22. + 23. Sep. 2013: Stützpunkttraining 26. Okt. 2013: Vergleichskampf Stützpunkt Südwest/Saar-Pfalz
27. Okt. 2013: Gem. Stützpunkt-Kadertraining SW/Saar-Pfalz in Donaueschingen

NORD-OST

STÜTZPUNKTLEITER & -TRAINER:
Tobias Prüfert
Weitlingstraße 15 • 39104 Magdeburg
E-Mail: pruefert@djkb.com

STÜTZPUNKTTRAINER:
Thomas Schulze
Tel.: 0421 / 3781216
E-Mail: schulze@djkb.com

TERMINE:
14. & 15. September 2013: Allgemeiner-Stützpunkt / Kampfrichter Lehrgang in Schwerin & Ostdeutsche Meisterschaft in Schwerin
19. & 20. Oktober 2013: Allgemeiner Stützpunkt Lehrgang / Kampfrichter Lehrgang in Hannover & 16. Norddeutsche Meisterschaft in Hannover

RHEIN-MAIN-NEKTAR

STÜTZPUNKTLEITER:
Christian Gradl
Karlsbader Str. 14
64823 Groß-Umstadt
Tel.: 06078 / 75337
Fax.: 06078 / 969677
E-Mail: gradl@djkb.com
www.karate-dojo-gross-umstadt.de

STÜTZPUNKTTRAINER:
Ekkehard Schleis
In der Witz 29 • 55252 Mainz-Kastel
Tel.: 0179 / 771 68 81
E-Mail: schleis@djkb.com
Andreas Leitner
Am Rühling 34 • 35633 Lahnau
Tel.: 0163 / 219 58 83
E-Mail: leitner@djkb.com

TERMINE:
31. August 2013:
Stützpunktlehrgang in Groß-Umstadt
26. Oktober 2013:
Stützpunktlehrgang in Groß-Umstadt

SAAR-PFALZ

STÜTZPUNKTTRAINER:
Hans Körner
Bacchusstraße 11
75223 Niefern-Öschelbronn
Tel.: 07233 / 5527
Mobil: 0170 / 80504 69
E-Mail: koerner@djkb.com

TERMINE:
6. Juli 2013: Kaderlehrgang
28. September 2013: Kaderlehrgang
26. Oktober 2013:
Vergleichskampf gegen den Stützpunkt Südwest
27. Oktober 2013:
Gemeinsames Kadertraining mit Südwest in Donaueschingen

WERBUNG

DJKB-TRAINER

Hideo Ochi

DJKB-CHIEF-INSTRUCTOR

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

Hanskarl Rotzinger

DJKB-INSTRUCTOR

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

Toribio Osterkamp

DJKB-INSTRUCTOR

Toribio Osterkamp
Grasweg 34
22299 Hamburg
Tel.: 0 40 / 4604518
toribio.osterkamp@web.de

Risto Kiiskilä

DJKB-INSTRUCTOR

Risto Kiiskilä
Alt Sossenheim 74
65936 Frankfurt
Tel.: 0171 / 4212428
rist-do@onlinehome.de

Ronald Repp

DJKB-INSTRUCTOR

Ronald Repp
Neckarstr. 9
35625 Hüttenberg
Tel.: 06403 / 92191
Ronald.Repp@schaum.tobit.net

Hans Körner

DJKB-INSTRUCTOR

Hans Körner
Bacchusstr. 11
75223 Niefern-Öschelbronn
Tel.: 0170 / 8050469
koerner-niefern@t-online.de

Thomas Schulze

NATIONAL-COACH

Thomas Schulze
Aschaffenburger Str. 10
28215 Bremen
Tel.: 0421 / 3781216
thomas.schulze@online.de

Markus Rues

BUNDESJUGENDTRAINER

Markus Rues
Otto-Adam-Str. 4
78467 Konstanz
Tel.: 07531 / 50707
markus.rues@t-online.de

BESTELLSCHEIN

DOJO-NR

Absender:

Verein / Dojo

Name / Vorname

Straße / Hausnummer

PLZ / Wohnort

Datum / Unterschrift

An die
Geschäftsstelle
Deutschen JKA-Karate Bund e.V.

Schwarwaldstraße 64
66482 Zweibrücken

Hiermit möchten wir folgenden Artikel anfordern:

Bezeichnung	Einzelpreis	Staffelung Stückzahl	Gesamtpreis	
Prüfungsmarken (inkl. Urkunden)*	10,00 €			
Prüfer- und Ausbilderhandbuch	2,60 €			
Broschüren (Willkommen im DJKB)	0,50 €			
Broschüren (9. & 8. Kyu)	0,50 €			
DJKB-Aufnäher (JKA - Karate)	1,60 €	25 Stück 30,00 € / 50 Stück 50,00 €		
DJKB-Aufnäher (JKA - Karate Deutschland)	1,60 €	25 Stück 30,00 € / 50 Stück 50,00 €		
DJKB-Aufkleber	1,00 €	30 Stück 25,00 € / 50 Stück 40,00 €		
Wettkampfurkunden	0,80 €			
Wettkampfflächenklebeband (Rot)	6,00 €			
Wettkampfflächenklebeband (Gelb)	6,00 €			
Plakate DIN A 3	0,20 €			
Plakate DIN A 2	0,40 €			
Faustschutz (S I M I L I XL) pro Paar	12,00 €			
Porto	3,50 €	Portokosten je Bestellung von Plakaten und/oder Klebeband		3,50 €
Summe				

*ACHTUNG: Ab 01.Juli 2013 neue Prüfungsgebühren! (Siehe Mitteilungen Seite 2)

Der Gesamtbetrag der Bestellung wurde ☐ auf das Konto des DJKB e.V. überwiesen I ☐ als Verrechnungs- / Euroscheck beigefügt.

ABBONNEMENT

Hiermit abonniere ich die nächsten 4 Ausgaben des Informations-Magazin "DJKB" des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.: ab Ausgabe: I

Den Betrag von EURO 13,00 € für 4 Ausgaben habe ich
☐ auf das Konto des DJKB e.V. überwiesen I ☐ als Scheck beigelegt.

Bankverbindung:

Volksbank Saarpfalz, Deutscher JKA-Karate Bund e.V. (DJKB)

Kto.-Nr. 20 50 23 0000 I BLZ 592 912 00

DIE BROSCHÜRE

"Willkommen im DJKB"

16 seitige A4 Broschüre mit
- Fragen und Antworten zu Karate
- Inhalte und Ziele im JKA-Karate

DAS PLAKAT

erhältlich im Format Din A3 + Din A2
Vorlage zur Selbstbeschriftung.

TERMINE DJKB

独逸国 日本空手協会

06. Juli 2013	Kindertrainer-Lehrgang in Pforzheim
22. bis 26. Juli 2013	Bundesjugendlehrgang in Wetzlar
29. Juli bis 02. August 2013	Gasshuku in Wald-Michelbach/Odenwald
07. & 08. September 2013	Instructor-Lehrgang in Gäufelden (Dan-Prüfungen 3. Dan)
14. September 2013	Shihan Ochi in Stein bei Nürnberg (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
15. September 2013	Ostdeutsche Meisterschaft in Schwerin
20. & 21. September 2013	Shihan Ochi in Hennef (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
28. September 2013	Shihan Ochi in Immenstadt (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
28. September 2013	Kindertrainer-Lehrgang in Dresden
29. September 2013	Shobu-Ippon-Cup in Darmstadt
05. Oktober 2013	Shihan Ochi in Gross-Umstadt
12. Oktober 2013	Shihan Ochi in Oberviechtach
12. Oktober 2013	Hermann Hesse Cup in Calw-Stammheim
19. Oktober 2013	Süddeutsche Meisterschaft in Immenstadt
20. Oktober 2013	Norddeutsche Meisterschaft in Hannover
26. Oktober 2013	Shihan Ochi in Donaueschingen
09. November 2013	JKA Cup in Bottrop
16. November 2013	Shihan Ochi in Bremen (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
23. November 2013	Shihan Ochi in Siegen
30. November 2013	Shihan Ochi im Saarland (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
07 & 08. Dezember 2013	Shihan Ochi in Hannover
14. Dezember 2013	Shihan Ochi in Freiburg (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)
20. & 21. Dezember 2013	Shihan Ochi in Krefeld (Dan-Prüfungen 1. + 2. Dan)