KARATE AKTUELL

Offizielles Magazin des Karate-Dachverbandes Nordrhein-Westfalen e.V.

Jahrgang 25 Ausgabe 3 / 2014

9. Dan
für Bernd Milner

Rekord
Jüngste Schwarzgurtin Deutschlands kommt aus Dortmund.

Kumite
Kleine Regelkunde – Teil II

KARATEbyJesse
42 Geheimnisse, die ich vom weltbesten Kata-Trainer gelernt habe – Teil I

Okinawa-Reise – Teil I
Das ostasiatische Paradies

Europakampfrichterin
Eva Mona Altmann besteht Kata und Kumite.

EM der Regionen
Bronze für den KDNW!

4 Seiten Special
KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

Der KDNW e.V. ist Mitglied im:

Titelseite:
Bernd Milner, 9. Dan, Shotokan-Urgestein aus Bochum (Foto: Altmann)

Editorial

Foto: Dinger

Liebe Leser/innen,

randvoll gepackt bis auf die letzte Seite ist diese Ausgabe der Karate Aktuell!

Seht es daher bitte nach, dass nicht alle aus den Mitgliedsvereinen eingesandten Beiträge abgedruckt werden konnten. Online könnt ihr in der Rubrik „Aus unseren Dojos“ weitere Artikel und Fotos abrufen.

Das zweite Quartal des Jahres 2014 war geprägt von vielen Wettkämpfen: Die Landesmeisterschaften der Kinder, Schüler, Jugend, Junioren und Masterclass im KDNW (S.26; S.30), die Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse auf Bundesebene (S. 24) und die Europameisterschaften der Leistungsklasse (S. 16) und der Regionen (S. 17) wurden ergänzt von Turnieren in anderen Bundesländern (S. 27-28), einer Stilrichtungs- und einer Hochschulmeisterschaft (S. 29) sowie weiteren Wettkämpfen im Ausland (S.28).

Dabei konnten nicht nur die Athleten/innen des KDNW tolle Erfolge erzielen – beispielhaft hier genannt: Alexander Heimann, der einmal mehr Deutscher Meister (-60 kg) wurde und unser Kata-Team (Tocaj, Wieser, Lux), das Bronze von der EM der Regionen in Izmir mitbrachte – sondern auch auf Kampfrichterseite gibt es Erfreuliches zu berichten: Stefan Krause bestand auf Bundesebene seine A-Lizenz im Kumite (S. 8) und für mich persönlich wurde mit dem Bestehen der EKF-Europakampfrichterprüfung Kata und Kumite (S. 9) ein Traum wahr.

Nicht nur im Leistungssport machen sich KDNW-Karateka verdient, auch im so genannten Breitensport. Besonderes Engagement wurde im Rahmen des Verbandstages im April (S. 5) auf Landesebene geehrt (Judith Niemann, Elisabeth Bork, Carsjen van Schwartzenberg, Bernd Milner, Udo Jung) und wir freuen uns mit Dieter Paul über seine DKV-Ehrenmedaille in Gold (S. 31).

Mit der verdienten Verleihung des neunten Dan an Bernd Milner wurde dieser zum höchstgraduierten Shotokan-Karateka im Deutschen Karate Verband. Wenn das kein Anlass für ein Interview (ab S. 12) war?

Die Karate-WM 2014 in Bremen rückt unaufhaltsam näher. Neben einem Newsflash zum Event (S. 21) bietet unser vierseitiges WM-Special den zweiten und letzten Teil der kleinen Regelkunde – diesmal zum Thema Kumite (ab S. 18).

Den Auftakt zu unserer brandneuen Kooperation mit Jesse Enkamp (besser bekannt unter KARATEbyJesse) bildet der erste Teil von „42 Geheimnisse, die ich vom weltbesten Kata-Trainer gelernt habe“ (S. 22). Die Fortsetzung folgt in der nächsten Ausgabe.

Mit ins faszinierende Okinawa, die Wiege des Karate-Do, nimmt uns Stefanie Gans im ersten von zwei Teilen ihrer Reisereportage (S. 32).

Schon gewusst: Die jüngste Junior-Dan-Trägerin Deutschlands kommt aus Dortmund (S. 10). Wer sonst noch eine Schwarzgurtprüfung abgelegt hat (S. 10), welche Neuigkeiten es im Bereich der KDNW-Trainer/innen-Ausbildung (ab S. 6) und in den Stilrichtungen (S. 11) gibt und wann was wo demnächst passiert (Termine, S. 4) – all das und noch mehr kann ebenfalls auf den folgenden Seiten nachgelesen werden.

Bis zum 15.09.2014 (Redaktionsschluss) könnt ihr eure Beiträge für die Ausgabe 4/2014 einsenden (an: e.m.altmann@kdnw.de).*

Und jetzt: Viel Freude beim Lesen und Schauen!

Eva Mona Altmann

* Kein Anspruch auf Veröffentlichung. Redaktionelle Kürzungen und Ergänzungen vorbehalten.

Bild oben:
Interessierte Eltern bei der Lektüre der Karate Aktuell während einer Gürtelprüfung im TuS St. Arnold (Foto: Dreyer).

Inhalt

4 **Termine** KDNW-Lehrgänge und Ausbildung, Dan-Prüfungen, Wettkampftermine
5 **Verbandstag und Verbandsjugendtag** am 6. April 2014 in Duisburg
6 **Lizenzverlängerung** Anforderungen an Lehrgänge zur Verlängerung von Trainerlizenzen des KDNW
7 **KDNW-Ausbildung: Trainerassistent/in** Melina Lex und Alexandra Iserloh waren dabei.
7 **Trainer/in-C Breitensport** 18 neue Lizenzen vergeben.
8 **Basics der Kampfrichterei** Dan-Anwärter/innen-Lehrgang am 5. April 2014 in Kempen
8 **BKR-Prüfung** Stefan Krause besteht A-Lizenz.
8 **Die WKF-App** Event-News aufs Handy bekommen.
8 **„Arzt!“** Die medizinische Kommission des KDNW sucht Verstärkung.
9 **Kata-Lehrgang** für die KDNW-Bundeskampfrichter/innen
9 **Neue Europakampfrichterin im KDNW** Eva Mona Altmann besteht erste Kata- und Kumite-Prüfung der EKF.
10 **Neue Dan-Grade** im KDNW
10 **Junior-Dan** Die jüngste Dan-Trägerin Deutschlands kommt aus Dortmund.
10 **Christian Winkler** besteht 6. Dan.
11 **Shotokan-Reihe** des KDNW in Bochum
11 **Kamen 2014** 25. Goju-Ryu-Sommerlager
11 **SOK** An die SOK-Prüfer/innen im KDNW
11 **Goju-Ryu** Prüfer/innen-Lehrgang des KDNW
12 **Bernd Milner** im Interview
15 **KDNW-Nachwuchs** überaus erfolgreich beim U21-Randori
16 **Europameisterschaft der Senioren/innen** in Tampere (Finnland)
17 **Europameisterschaft der Regionen** Bronze für den KDNW
18 **Kleine Regelkunde – Teil II** Kumite
21 **Karate-WM 2014 in Deutschland** Der Countdown läuft!
22 **Karate by Jesse** 42 Geheimnisse, die ich vom weltbesten Kata-Trainer gelernt habe – Teil I
24 **Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse** 29.-30. März 2014 in Coburg
26 **Landesmeisterschaft** Kinder, Schüler & Masterclass in Düren
27 **Krokoyama Cup** Viele Platzierungen für den KDNW
28 **Golden Belt** Zwei Mal Bronze in Serbien
28 **Kata-Athleten setzen sich in Holland durch** Internationaler Rotterdam-Cup
28 **Rhein Shiai 2014** Rang 2 im Medaillenspiegel für unseren Schülerkader
28 **Neko Cup** KDNW erfolgreich in Hessen
29 **DHM** Deutsche Hochschulmeisterschaft Karate 2014
29 **Westfalen** Bezirksmeisterschaft
29 **Deutscher Goju-Ryu Cup** Stilrichtung trifft sich in Eppingen.
30 **Landesmeisterschaft Jugend & Junioren** mit teils sehr hohem Leistungsniveau
31 **Hans Wecks** 70. Geburtstag
31 **Ehrung** in Gummersbach
31 **Dieter Paul** Goldene DKV-Medaille
31 **Jukuren** Karate lernen mit 80 Jahren
31 **White Crane** Haki Celikkol nun Vertreter
31 **Bosnien** Neusser trainieren in Mostar.
32 **Okinawa** Eine beeindruckende Reise in das ostasiatische Paradies – Teil I
33 **Nachruf** für Nadja Nihela
33 **Termine der Dojos**
35 **Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen**
35 **Impressum**

Vier Seiten WM-Special! S. 18-21

Termine Termine Termine Termine Termine

KDNW-Ausbildung *Anmeldungen über das Seminarmodul online.*

28.06.	Prüfer/innen-C-FoBi SOK	Wuppertal
05.-07.09.	Trainer-C Leistungssport I,1	Radevormwald
07.09.	Turniersport - aber wie? II	Kempen
19.-21.09.	Trainer-C-FoBi Leistungssp.	Radevormwald
21.09.	Dananwärter-LG	Köln
02.-05.10.	Trainer-C Leistungssport I,2	Hachen
05.10.	Prüfer-LG Goju-Ryu	Rheine
18.10.	Turniersport - aber wie? III	Kempen
25.10.	Prüfer-LG Shotokan	Bochum
26.10.	Prüfer-Ausbildung Shotokan	Bochum
14.-16.11.	FoBi Karate und Meditation	Radevormwald
29.11.	Prüfer-LG Wado-Ryu	Düsseldorf
07.12.	Prüfer-Ausbildung Shotokan	Bochum

Wettkampftermine

	KDNW-WETTKAMPFTERMINE	
06.09.	Fair-Play-Pokal	Köln
	PRIVAT-TURNIERE IM KDNW	
20.09.	Budokan-Cup	Bochum
25.10.	Karate Grand Prix U16-U21	Düsseldorf
	NATIONAL & INTERNATIONAL	
28.-29.06.	DM Jugend, Jun., Schüler	Erfurt (Thüringen)
30.06.-06.07.	WKF Youth Camp & Cup	Umag (Kroatien)
13.09.	DM Masterclass	Kaiserslautern (Rheinland-Pf.)
05.-07.09.	EGKF-Cup	Heilbronn (Baden-Württemb.)
27.-28.09.	German Open	Hanau (Hessen)
11.10.	Shotokan-Cup	Mendig (Rheinland-Pfalz)
05.-09.11.	WM Senioren	Bremen
	VORSCHAU 2015	
25.-26.04.15	DM Leistungsklasse, DM Menschen m. Behind.	Aschaffenburg (Bayern)
27.-28.06.15	DM Jugend, Junioren	Erfurt (Thüringen)
26.-27.09.15	German Open	
07.-08.11.15	DM Schüler, Masterclass, Länder	Ludwigsburg (Baden-Württ.)

KDNW-Stilrichtungslehrgänge

	SHOTOKAN		
30.08.	Kumite De-Ai	Krause	Lemgo
13.09.	Dan-Vorbereitung	Altinova	Köln
12.10.	Gojushiho-Sho	Karras	Bonn
	GOJU-RYU		
29.06.	Karate f. Senioren	Nöpel	Kamen
31.08.	Sepai II	Winkler	Kamen
21.09.	Bunkai	Beeking	Rheine
04.10.	Jukuren	Nöpel	Waltrop
15.11.	Kata entdecken	Nöpel, Beuerlein	Bergkamen
23.11.	Trainingsmeth.	Winkler	Kamen

Dan-Prüfungen im KDNW

Zulassung und Anmeldung über den DKV.

	SHOTOKAN	
28.06.	Katteluhn, Fröschke	Geldern
30.08.	Katteluhn, Mansouri	St. Augustin
06.09.	Katteluhn, Kritzler	Dortmund
14.09.	Karras, Berscheid	Bergisch-Gladb.
15.11.	Milner, Krause	Bünde
22.11.	Milner, Ratschke	Dortmund
30.11.	Milner, Herbst	Bochum
06.12.	Karamtisos, Karras	Bonn
	GOJU-RYU	
29.06.	Heckhuis, Nehm, n.n.	Dortmund
30.08.	Nöpel, Woltering, Jordan	Langenfeld
29.11.	Nöpel, Beeking, Kipke-Osterbrink	Rheine
30.11.	Nöpel, H.Keßling, Krämer	Neuss
06.12.	Portugall, E.Keßling, Winkler	Bochum
	SOK	
28.06.	Reichelt, Weß-Wesner	Detmold
05.07.	Wolf, Binder, Zschammer, Merzbach	Bonn
30.08.	Hoffmann, Keles, Prediger	Siegburg
05.10.	Krause, Hüging	Neuenkirchen
25.10.	Prast, n.n.	Wuppertal
25.10.	Binder, Zschammer, Merzbach	Bonn
15.11.	Mrotzek, Lohe, Keller	Bottrop
29.11.	Behnke, T. Nitschmann	Duisburg
06.12.	Laszczyk, Volkmann	Minden/Hille
13.12.	Binder, Wedewardt, Tolo	Neuss
	SHOTO-RYU	
07.12.	Trapski, Peisert	Essen
	KOSHINKAN	
27.09.	Wecks, Witte, Aksünger, Kuhlmann	Oberhausen

Jugend-Karatefreizeit beach & fun

11.-19.07. Costa Brava (Spanien)

Trotz aller Sorgfalt ohne Gewähr. Fehler und Änderungen möglich.

2nd International Goju-Ryu Seminar (GKD & EGKF)

28.06. Dortmund

Verbandstag & Verbandsjugendtag

Am 6. April 2014 trafen sich die Vertreter/innen der KDNW-Mitgliedsvereine in Duisburg.

von Eva Mona Altmann

Während draußen bei schönstem Frühlingswetter die Sonne vom Himmel lachte, wurde in den Räumlichkeiten des Landessportbundes die diesjährige Mitgliederversammlung des Karate-Dachverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. abgehalten.

Auch wenn es sich diesmal um einen „kleinen“ Verbandstag, also ohne Wahlen, handelte, stand doch einiges auf der Tagesordnung.

So galt es, einige Personen, die ein Amt auf Grund kurzfristiger Änderungen kommisarisch übernommen hatten, in diesem zu bestätigen (Thomas Behnke nach Ausscheiden von Heribert Rojek im Referat Ausbildung und Breitensport; Barbara Höfer nach Ausscheiden von Petra Pelkowski als Frauenreferentin; Andreas Sturm als Referent für Öffentlichkeitsarbeit, der Carsjen van Schwartzenbergs Nachfolge antritt und Kerstin Serowy, die das Amt der Vertreterin der weiblichen Jugend von Marissa Wenning übernimmt). Des Weiteren wurde die neue Landeskampfrichterordnung endgültig verabschiedet und neben dem Jahres- und Geschäftsbericht und der Vorstellung der Planungen für das kommende Jahr ließ es sich KDNW-Präsident Ulrich Heckhuis nicht nehmen, einige verdiente Karateka persönlich zu ehren.

Mehr Fotos online!

1 Bernd Milner wird anlässich seines 9. Dan geehrt. 2 Elisabeth Bork feiert 25-jähriges Dienstjubiläum beim KDNW. 3 Goldene Ehrenmedaille für Carsjen van Schwartzenberg (2002 bis 2014 KDNW-Referent für Öffentlichkeitsarbeit, richtete die erste Webseite in der Verbandsgeschichte ein). 4 Udo Jung erhält die goldene Ehrenmedaille für sein langjähriges Engagement als Trainer und Prüfer und in verschiedenen KDNW-Vereinen. 5 Silberne Ehrenmedaille für Judith Niemann (langjähriges Engagement im Bereich der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des KDNW sowie im Verein Kisaki Münster e.V.).

Fotos Verbandstag: Altmann

Lizenzverlängerung

Anforderungen an Lehrgänge zur Verlängerung von Trainerlizenzen des KDNW (C und B im Breiten- und Leistungssport)

von Elisabeth Bork und Thomas Behnke (Referat für Ausbildung und Breitensport im KDNW)

1. Grundsätzliches:

• Der Lehrgang muss sich thematisch und methodisch an die Zielgruppe der Trainer/innen wenden. (Siehe DKV-Ausbildungsrichtlinie: Kapitel II Didaktisch-methodisch Grundsätze) Es gilt das Bildungsverständnis des LSB NRW.

• Anzahl der Teilnehmer/innen:
Maximale Anzahl: zentrale Lehrgänge 25 TN (mit Übernachtung/ Sportschulen), dezentrale Lehrgänge 30 TN
Minimale Anzahl: 12 TN, bei Jugendlehrgängen 8 TN

• Mindestens 5 Lerneinheiten zu je 45 Minuten, die Theorie und Praxis beinhalten müssen. Beispiel: 3 LE Praxis + 2 LE Theorie

• Vorlage einer Ausschreibung und eines inhaltlich/methodisch konkretisierten Zeitplans:
Die Ausschreibung muss sich **primär** an die Zielgruppe der Trainerinnen und Trainer richten, andere Interessierte dürfen die Fortbildung besuchen. In der Ausschreibung müssen das Thema und die Zielsetzung des Lehrgangs genannt werden. Die Anzahl und die Dauer der Lerneinheiten sowie die theoretischen und praktischen Inhalte des Lehrgangs müssen in der Agenda detailliert aufgeführt werden. (Die Gesamtzeit aller LE muss durch 45 Minuten teilbar sein. Angebrochene LE können nicht berücksichtigt werden.)

• Qualifikation des/der Referent/in:
Der/die Referent/Lehrgangsleiter/in sollte eine A- Trainer-Lizenz innehaben, mindestens jedoch eine B-Lizenz. Eine für das Thema relevante berufliche Ausbildung oder die aktive Mitgliedschaft im KDNW-Lehrteam werden anerkannt. Die Referent/innen verpflichten sich, das Lernen teilnehmerzentriert als einen aktiven Aneignungsprozess zu gestalten.

2. Vereine als Veranstalter von Lehrgängen zur Lizenzverlängerung:

Vereine, die als Ausrichter bzw. Veranstalter ihren Lehrgang zur Lizenzverlängerung anerkannt bekommen möchten, müssen die oben angeführten Anforderungen erfüllen und ihren Lehrgang mindestens 6 Monate vor dem Termin beim Referat Ausbildung und Breitensport anmelden und das Konzept einreichen.

„Normale" Karate-Lehrgänge werden nicht als Fortbildung anerkannt!

3. Anerkennung von Fortbildungen anderer Bildungseinrichtungen:

Fortbildungen des DKV, der DDA, der VHS, LSB, KSB, SSB und anderer anerkannter Bildungsinstitutionen werden anerkannt, wenn die Inhalte und die Methoden des Lehrgangs eine sinnvolle Erweiterung der Kompetenzen für Karate-Trainer/innen bedeuten. Bitte vor Besuch des Lehrgangs die Kriterien vom Ausbildungsreferat prüfen lassen, damit eine Anerkennung als Lizenzfortbildung gesichert ist. Einmalig können auch 1. Hilfelehrgänge über 16 LE anerkannt werden.

4. Fortbildungen für Prüfer/innen und Kampfrichter/innen und andere Funktionsträger/innen des KDNW:

Für die oben genannte Personengruppe gilt, dass auch sie die Trainerlizenz grundsätzlich durch Trainerfortbildungsmaßnahmen verlängern müssen. In dem Zeitraum von vier Jahren können Prüferlehrgänge bis maximal 5 LE, Kampfrichterlehrgänge und Referentenfortbildungen (jeweils 15 LE) als Lizenzverlängerung anerkannt werden, wenn diese Lehrgänge mindestens 5 Lerneinheiten umfassen und die genannten Kriterien erfüllt werden.

5. Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen:

Bei Überschreitung der Gültigkeitsdauer von Lizenzen wird wie folgt verfahren:
Für die 1. und 2. Lizenzstufe:

• Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 LE um drei Jahre verlängert.

• Fortbildung im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um vier Jahre verlängert.

• Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre: die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch von Fortbildungsveranstaltungen mit insgesamt 45 LE um vier Jahre verlängert.

• Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre: Die gesamte Ausbildung ist neu zu absolvieren.

(Auszug aus der DKV-Ausbildungsrichtlinie)

Wird die Lizenz im letzten Jahr ihrer Gültigkeit verlängert, so gilt sie für weitere vier Jahre.

6. Organisatorisches:

• Von der Geschäftsstelle des KDNW werden rechtzeitig vor dem Lehrgang TN- Bescheinigungen an den Ausrichter versandt.

• Der/die Referent/Lehrgangsleiter/in hat dafür Sorge zu tragen, dass vor der Ausgabe der TN-Bescheinigungen, der DKV-Ausweis des TN auf Aktualität (=gültige Jahressichtmarke) überprüft wird und das der/die TN an allen bescheinigten LE teilgenommen hat.

• Der/die TN kann, wenn er/sie die entsprechenden - für die Lizenzverlängerung notwendige - Anzahl LE zusammen hat, seine TN-Bescheinigung(en) zusammen mit seiner/ihrer Trainer/innen-Lizenz und einem an sich selbstadressierten Rückumschlag an die KDNW-Geschäftsstelle senden. Die letzte Bescheinigung muss im letzten Jahr der Gültigkeit der Lizenz erworben werden.

• In der Geschäftsstelle wird die Lizenzverlängerung registriert, in den Lizenzausweis eingetragen und umgehend an den/die TN zurückgeschickt. Lizenzverlängerungen vor Ort sind in der Regel nicht vorgesehen, Ausnahmen bestimmt das Ausbildungsreferat.

Stand: März 2014

KDNW-Ausbildung: Trainerassistent/in

Vom 30.04. bis zum 04.05.2014 fand die diesjährige KDNW-Ausbildung zum/r Trainerassistenten/in statt. Gleichwertig mit dem Basismodul Trainer-C-Breitensport, richtet sich die Veranstaltung speziell an Minderjährige, die aber bereits in ihren Vereinen die Durchführung von Trainingseinheiten unterstützen oder unterstützen sollen. Melina Lex und Alexandra Iserloh von der 1. Karate Ag Kölner Schulen e.V. waren dabei und schildern uns ihre Eindrücke.

Foto: Lex/Iserloh

von Melina Lex und Alexandra Iserloh

Wir haben die KDNW-Ausbildung zur Trainerassistentin in Hinsbeck erfolgreich absolviert. Am Mittwoch fuhren wir gleich nach der Schule nach Hinsbeck. Als wir am späten Nachmittag ankamen, wurden wir mit den anderen Teilnehmern/innen von Susanne Nitschmann, die wir schon von Lehrgängen kannten, begrüßt und zu den Häusern gebracht. Nach dem Abendessen gingen wir zur Turnhalle, um uns alle ein wenig kennenzulernen, wobei wir direkt spielerische Methoden zum Namenlernen für das Kindertraining nahegebracht bekamen. In den nächsten Tagen lernten wir in insgesamt 30 Lerneinheiten viel über den Umgang mit Kindern und wie man das Training abwechslungsreich gestalten könne, so dass Kinder gerne daran teilnehmen. Am letzten Tag gab es dann eine theoretische Prüfung, bei dir wir Fragen zu verschiedenen Themengebieten, wie Kommunikation, verschiedene Fähigkeiten und Einteilung einer Trainingsstunde, beantworten sollten. In diesen fünf Tagen haben wir viele Erfahrungen gemacht, die uns in Zukunft bei den Trainingsstunden sicher helfen werden und viele nette gleichaltrige Leute kennengelernt, mit denen wir, trotz der vielen Theorie- und Praxisstunden, viel Spaß hatten.

Trainer/in-C

Breitensport

von Julian-Benedict Schweden

Am 30. Mai 2014 haben 18 ambitionierte Karateka ihre Lizenz „Trainer-C Breitensport“ erhalten.

Wir waren eine sehr heterogene Gruppe: Vom 4. Kyu bis zum 4. Dan war alles dabei! Daher gab es zum einen eine rege Neugierde und zum anderen einen großen Wissensschatz. An beidem wussten wir uns zu bereichern… und bei manchen Fragen auch zu belustigen. Es war erstaunlich. Unsere Lehrgangsleitung, bestehend aus Elisabeth Bork, Thomas Behnke und Heribert Rojek, hat es nicht nur vollbracht, uns mehr Wissen und vor allem System in unser Trainer-Dasein zu bringen, mit unübersehbarer Leichtigkeit und Gelassenheit schufen sie innerhalb eines Wochenendes ein Team, welches sich in der weiteren Ausbildung nahezu perfekt einspielte. Die zwei Wochenenden vergingen wie im Flug, kaum war man da, war man auch schon wieder auf dem Heimweg und wartete auf das nächste Wochenende. Die Kompaktwoche hingegen hat ihren Namen redlich verdient: Viel Praxis, viel Theorie (und noch mehr Kuchen). Aber all das Lernen war uns nie genug, abends blieben immer noch einige um sich auszutauschen, miteinander zu trainieren und voneinander zu lernen. Spätabends ging es immer in die berühmte „Tenne“, wo wir, wie viele von euch vorher, einige gesprächige Stunden verbrachten.

Ich möchte hier im Namen aller Teilnehmer/innen der diesjährigen C-Trainer-Ausbildung unseren Referenten Bernd Milner, Ulrich Weß-Wesner, Ludwig Binder, Kerstin Wiek, Susanne Nitschmann und Sonja Klose danken, besonders natürlich unserer Lehrgangsleitung, die uns immer für Fragen zur Seite stand und uns diese Ausbildung erst möglich gemacht hat! Ich persönlich möchte mich noch bei den anderen Teilnehmern/innen bedanken, es war, kurz und knapp, einfach klasse mit euch! Ich denke, viel wertvoller noch als die Inhalte Ausblidung an sich ist die Möglichkeit, andere erfahrenere und angehende Trainer/innen aus teils weit entfernt gelegenen Vereinen kennen zu lernen und somit von jedem/r etwas mitzunehmen und stärker in die „große Familie KDNW“ hineinzuwachsen.

Neue Vereine im KDNW

Karateschule Bubishi e.V.
Tim Jahn, Wohlfahrtstr. 78a, 44799 Bochum
Tel.: 0175/2322104
Email: karateschule.bubishi@gmail.com
Stilrichtung: Shotokan, DKV-Nr.: 5242

Dümptener Turnverein 1885 e.V., Karate-Abtl.
Nikolaus-Ehlen-Str. 20, 45475 Mülheim a.d.R.
Tel.: 0208/7510560
Email: info@dtv1885.de
Stilrichtung: Goju-Ryu, DKV-Nr. 5251

Aachener Turnverein von 1847 e.V., Abtl. Karate, Postfach 100101, 52001 Aachen
Tel: 0241/7508072
Email: ATVvon1847@web.de
Stilrichtung: Shotokan, DKV-Nr. 5254

Basics der Kampfrichterei

Dan-Anwärter/innen-Lehrgang am 5. April 2014 in Kempen

von Frawi Tönnis

Am 05.04.2014 fand in Kempen ein Dan-Anwärter/innen-Lehrgang zur Vermittlung der Grundkenntnisse der Kampfrichterarbeit unter Leitung von Frawi Tönnis (5. Dan, Bundeskampfrichter) statt. Nach 3 Stunden Theorie-Unterricht konnten die rund 50 Teilnehmer/innen das neu erlernte Wissen in die Praxis umsetzen und im Kata- und Kumite-Shiai anwenden. Alle erhielten die Bescheinigung zur Vorlage bei der Dan-Prüfung.

Dan-Prüfung geplant?

Der letzte Dan-Anwärter/innen-Lehrgang des Jahres 2014 findet am 21. September in Köln statt.

Anmeldung über die KDNW-Geschäftsstelle oder das Seminarmodul.

Foto: Tönnis

BKR-Prüfung

Stefan Krause

Foto: Wolbers

von Eva Mona Altmann

Bundeskampfrichter Stefan Krause hat im Rahmen des Krokoyama Cups am 26. April 2014 in Koblenz die Kumite-A-Prüfung auf Bundesebene erfolgreich abgelegt. Wir gratulieren!

1. Judo- und Jiu-Jitsu-Club Dortmund e.V. 1952

Karate-Do Lehrgang mit Dan-Prüfung

am Samstag, d. 06. September 2014 in Dortmund

10.00 - 14.30 Uhr Lehrgang

Kata-Bunkai / Kumite / SV / Kara-T-Robics

mit

Rainer Katteluhn (6. Dan)
(Vizepräsident des KDNW)

Wolfgang Kritzler (6. Dan)

Sandro Barbato (5. Dan)

Phong Nguyen (5. Dan)

Udo Jung (4. Dan)

ab 15.00 Uhr Dan-Prüfung (1. - 5. Dan)

Prüfer: Katteluhn und Kritzler

Infos: www.1jjjc-do.de

Anzeige

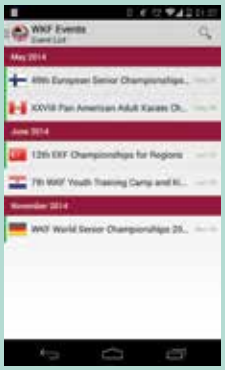


Foto: WKF

Die WKF-App

von Eva Mona Altnann

Die App der WKF ist in der Basisversion kostenfrei und bietet Infos zu aktuellen und kommenden Events. Zu den kostenpflichtigen Features zählt beispielsweise eine Erinnerungsfunktion und Live Data. Unter dem Namen „WKF Events“ ist sie in den App-Stores zu finden.

„Arzt!“

Medizinische Kommission sucht Verstärkung.

von Stefan Krause

Foto: Krause

Uwe Schierhorn, Physiotherapeut aus Duisburg, ist Leiter der Medizinischen Kommission des KDNW. Er organisiert in enger Zusammenarbeit mit der Wettkampfleitung den Einsatz der Ärzte/innen und Sanitäter/innen bei allen KDNW-Wettbewerben. Außerdem steht er stets allen Sportlern/innen und Trainern /innen für medizinische und gesundheitliche Fragen beratend zur Verfügung. Uwe ist zudem Dopingbeauftragter in Nordrhein-Westfalen.

Ärzte und Mediziner, die sich vorstellen könnten, als Wettkampfarzt zu arbeiten, können sich bitte über die Geschäftsstelle an Uwe Schierhorn wenden.

Kata-Lehrgang für KDNW-Bundeskampfrichter/innen

von Eva Mona Altmann

Am 22. März 2014 luden Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall und sein Stellvertreter Ralf Vogt die Bundeskampfrichter aus dem KDNW zu einem Kata-Lehrgang in Theorie und Praxis nach Dortmund ein. Die Teilnahme fand auf freiwilliger Basis statt, umso mehr freute es, dass das Angebot – trotz individuell vollem Terminkalender – auf reges Interesse stieß und gut genutzt wurde.

Im theoretischen Bereich stellte Uwe Portugall die Kata-Bewertungskriterien dezidiert dar, wobei er vor allem auf die sportwissenschaftlichen und kampfkunst-theoretischen Hintergründe in den Bereichen Technik und Athletik einging. Die hier neu gewonnenen bzw. verdeutlichten Erkenntnisse wurden anschließend an zwei Katas exemplifiziert. Die erste Einheit diente der Auffrischung und Vertiefung der Suparimpei aus dem Goju-Ryu und wurde von Uwe Portugall geleitet. Die zweite Einheit befasste sich eingehend mit der Shotokan-Kata Gojushiho-Sho und fand unter der Regie von Ralf Vogt statt.

Dieserart sowohl geistig als auch körperlich mit vielfältigen Eindrücken angereichert, ging ein ansprechender Lehrgang schließlich zu Ende, nicht ohne die klare Absicht zu bekunden, eine solche Veranstaltung zur Wiederholung auszuschreiben.

Bild: Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall (l.) und sein Stellvertreter Ralf Vogt (r.) sind ein eingespieltes Team. Foto: Altmann

Neue Europakampfrichterin im KDNW

Eva Mona Altmann besteht erste Kata- und Kumite-Prüfung der EKF.

Bild (v.l.): E.M.Altmann (NRW),R. Lowinger (BKR-Referent, WKF-Chairman), F.Dinger (Thüringen), S.Koch (Schleswig-Holstein). Foto: Privat

von Uwe Portugall

Eva Mona Altmann hat während der Europameisterschaften der Regionen 2014 in Izmir die Prüfungen zur Europakampfrichterin (EKF) Kumite und Kata bestanden.

Nach einer langen und intensiven Vorbereitungszeit begann die Prüfung in Izmir mit einem theoretischen Teil Kumite und Kata. Im Anschluss trug Eva Mona die Kata Kanku Dai vor und musste sich einer mündlichen Prüfung zum Thema Kata stellen. Einen Tag später folgte die praktische Prüfung auf dem Turnier. Hier zählte die Leistung beim Bewerten von Katas und danach beim Kumite als Judge und Referee.

Es ist sehr außergewöhnlich, dass bei dieser schwierigen Prüfung im ersten Anlauf gleichzeitig die Kata- und Kumite-Prüfung bestanden werden.

Wir gratulieren Eva Mona ganz herzlich zu dieser großartigen Leistung und freuen uns, dass wir eine neue internationale Kampfrichterin im KDNW haben.

Bild: Beim Training der Shotokan-Schmiede am 15.06.2014 in Köln gratulierte KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn im Namen des ganzen Präsidiums zur internationalen Lizenz. Foto: Privat

Foto: Dinger

Neue Dan-Grade im KDNW

6. Dan

Christian Winkler	Goju-Ryu

5. Dan

Kai Bader	Shotokan
Erich Froeschke	Shotokan
René Peisert	Shotokan

4. Dan

Frank Frey	Goju-Ryu
Johanna Huber	Goju-Ryu
Jürgen Kopitzki	Goju-Ryu
Klaus Kaulen	Shotokan
Dieter Kothen	Shotokan
Heinz Niesing	Goju-Ryu
Rasmus Rahle	Goju-Ryu

3. Dan

Anne Hellmann	Shotokan
Matthias Hagedorn	Goju-Ryu
Uwe Niehoff	Goju-Ryu
Hannelore Ott-Borg	Goju-Ryu
Christoph Urbanovicz	Goju-Ryu
Hiltrud Vogel	Goju-Ryu
Axel Zunker	Goju-Ryu

2. Dan

Thomas Becker	Shotokan
Veronica Bundschuh	Goju-Ryu
Hartmut Diebenkorn	Shotokan
Silke Groß	Goju-Ryu
Matthias Schlegel	Goju-Ryu
Rene Schlegel	Goju-Ryu
Roland Schumann	Shotokan
Franz Stegemann	Goju-Ryu

1. Dan

Edith Bougie	Shotokan
Robert Craus	Shotokan
Kristin Doering	Shotokan
Fábio dos Santos	Shotokan
Kevin Holtermann	Shotokan
Juri Kalembach	Shotokan
Alexander Kowaljow	Shotokan
Uwe Langhans	Shotokan
Ralf Thiede	Shotokan
Götz Westphal	Shotokan

Junior-Dan

Lars Dreyer	Goju-Ryu
Emily Wagner	Shotokan

Keine Gewähr, kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Herzlichen Glückwunsch!

Junior-Dan

Die jüngste Dan-Trägerin Deutschlands kommt aus Dortmund.

von Ralf Wagner

Das schönste Geschenk genau zu ihrem zwölften Geburtstag machte sich Emily Wagner (JJJC Dortmund) am 13.04.2014 selbst: den Junior-Dan! Damit wurde Emily die jüngste Dan-Trägerin Deutschands.

Den Junior-Dan darf sie nun bis zum 16. Geburtstag tragen. Dann muss sie die gleiche Prüfung wiederholen und erhält nach erneutem Bestehen ihr Diplom zum 1. Dan. Außerdem ist der Besuch des Dan-Anwärter/innen-Lehrganges Voraussetzung.

Bild von links: Prüfer Frawi Tönnis (5. Dan), Trainer Sandro Barbato (5. Dan), Emily Wagner (Junior-Dan), Prüfer Stefan Krause (6. Dan, Sportdirektor KDNW)

Foto: Wagner

Christian Winkler erlangt 6. Dan

Am 31. Mai 2014 legte Christian Winkler (KDNW-Stilrichtungsreferent Goju-Ryu) erfolgreich die Prüfung zum 6. Dan ab. Die Prüfer in Kamen waren Fritz Nöpel, KDNW-Präsident Ulrich Heckhuis und Frank Beeking.

Bild: Christian Winkler bei der Kata-Darbietung

Foto: Niemann

Shotokan-Reihe

des KDNW

Die Teilnehmer/innen der KDNW-Shotokan-Reihe in Bochum

von Tim Milner

Am 22. März 2014 fand ein KDNW-Stilrichtungslehrgang Shotokan in den Räumen des Budokan Bochum e.V. statt. Thema der zweistündigen Trainingseinheit war die Kata Kanku Sho und sie wurde von Landestrainer Tim Milner geleitet. Dreißig Shotokan-Karateka fanden sich an der Halbachstraße zusammen, um Themen wie Rhythmus, Haltung, Bewegungsanalyse und Bunkai zu trainieren und das Wir-Gefühl in der Stilrichtung Shotokan zu stärken.

Kamen 2014

25. Goju-Ryu-Sommerlager

von Heike Buck

Bereits zum 25. Mal jährte sich am 31. Mai 2014 der Internationale Karate-Do Sommerlehrgang in Kamen. Aufgrund von Baumaßnahmen auf dem Gelände der Kamener Gesamtschule konnte der Lehrgang allerdings nicht wie gewohnt an vier Tagen stattfinden, sondern musste auf einen Tag reduziert werden. Dennoch standen mit Fritz Nöpel, Ulrich Heckhuis, Christian Winkler und Alf Lehmann wieder hoch graduierte Karate-Lehrer zur Verfügung, die ein abwechslungsreiches Programm anboten. Im Anschluss an den Lehrgang gab es noch eine Dan-Prüfung, bei der etliche höhergraduierte Teilnehmer ihr Können zeigten. Prüfer waren Fritz Nöpel, Frank Beeking und Ulrich Heckhuis. Alle Kandidaten/innen bestanden die Prüfung, deshalb an dieser Stelle noch einmal: Herzlichen Glückwunsch! Mit ca. 200 Teilnehmern/innen aus dem In- und Ausland war der Lehrgang sehr gut besucht. Auch das schöne Wetter sorgte für eine gelungene Veranstaltung.

Fritz Nöpel

SOK

An die SOK-Prüfer/innen im KDNW

von Ludwig Binder

Zur Aktualisierung der Prüferliste bittet das SOK-Team alle SOK-Prüfer des KDNW um Zusendung ihrer Kontaktdaten (Name, Adresse, Mail/Telefon) mit Angabe der Lizenz (C, B, A) und wie lange diese Lizenz noch gültig ist. Diese Prüferliste wird künftig Grundlage für die Aus- und Fortbildung sein und soll auf der SOK-Seite des KDNW abrufbar sein.

SOK@KDNW.DE

Stützpunkte im KDNW

von Ludwig Binder

Wie beim letzten SOK-Prüferlehrgang besprochen, sind die vollständigen Kontaktdaten der SOK-Stützpunkte im KDNW online verfügbar:

Sakura Dojo Neuss
(Ludwig Binder, SOK-Koordinator)
Fachakademie für Karate und Tai Ji in Wuppertal
(Thomas Prast, stellvertr. SOK-Koordinator im KDNW)
SC Taisho Siegburg
(Thomas Prediger)
Sportcenter Hara Köln
(Kasim Keles)
Kampfkunst Dojo Detmold
(Ulrich Wess-Wesner)

Goju-Ryu

Prüfer/innen-Lehrgang des KDNW

Christian Krämer (in Schwarz) leitete den Prüfer-Lehrgang.

von Judith Niemann

Im münsterländischen Wettringen begrüßte am 11. Mai 2014 Christian Krämer 21 Dan-Träger/innen, die ihre Prüfer-Lizenzen verlängern bzw. erlangen wollten. Themenschwerpunkt des 42-Jährigen war das Kumite. Selbst verletzungsbedingt mit Gehstützen unterwegs, hatte er seine Schüler Allessandro Buzzeto und Stefan Wiegers zum Demonstrieren mitgebracht. Krämer spannte den Bogen vom Kihon, der Basis aller Karate-Anwendungen, über die festgelegten langen Partnerformen über Kumite-Ura und Nage-Waza bis zum freien Kämpfen. Allen Partner-Formen ist zueigen, dass die Karateka lernen, die richtige Distanz zum Partner zu finden, ihre eigenen Techniken an die Eigenheiten des Gegenübers anzupassen. Die Ausprägungen variieren natürlich zwischen Yakusuko-Kumite, Kumite-Ura, Nage-Waza und Jiyu-Kumite. Doch die Kriterien, die Prüfer anlegen müssen, kommen immer wieder auf diese Basics zurück. Intensive, konstruktive Diskussionen begleiteten den positiven Lehrgang, genauso wie Phasen des Sich-Ausprobierens.

Foto: Altmann

Kaum zu glauben, aber wahr:
Bernd Milner (9. Dan), der sympathische Bochumer und heute höchstgraduierte Shotokan-Karateka im Deutschen Karate Verband, musste vor Aufnahme seines Karate-Trainings ein polizeiliches Führungszeugnis vorlegen – das war vor rund 50 Jahren so üblich.

Bernd Milner im Interview

Bernd Milner ist der höchstgraduierte Karateka der Stilrichtung Shotokan im Deutschen Karate Verband. Im Rahmen der Deutschen Meisterschaft der Leistungklasse wurde ihm am 29. März 2014 in Coburg der neunte Dan verliehen. Minutenlange Standing Ovations sorgten bei allen Anwesenden für Gänsehautgefühl. Im Interview gewährt das Karate-Urgestein aus Bochum Einblick in sein bewegtes Karate-Leben.

Interview Eva Mona Altmann

Bernd, dir wurde bei der diesjährigen Deutschen Meisterschaft der Leistungsklasse der neunte Dan verliehen. Herzlichen Glückwunsch noch mal! Es gab minutenlange Standing Ovations. Wie hast du diesen Moment erlebt?

Natürlich wusste ich im Vorfeld von der Verleihung und hatte dafür alle nötigen Unterlagen beim DKV-Präsidenten Wolfgang Weigert eingereicht. Also war ich recht gefasst und dachte, die Leute klatschen etwas und dann kann ich mich wieder setzen. Aber dann war ich über die Reaktionen sehr überrascht und ich war auch sehr gerührt. Wer mich von nah gesehen hat, dachte sich bestimmt „Was macht er denn jetzt da?“ Ich war schon sehr überrascht. Die Leute standen ja nicht nur 30 oder 40 Sekunden, sondern drei oder vier Minuten. Und damit hatte ich wirklich nicht gerechnet. Das hat mich schon bewegt – sehr bewegt! Das war eine sehr emotionale Sache.

Schulterschluss: Bundestrainer Thomas Nitschmann (l.) und KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn (r.) gehörten zu den ersten Gratulanten nach der Dan-Verleihung in Coburg.

Unabhängig von dem Moment der Verleihung, was bedeutet der neunte Dan für dich? Du bist ja nun der höchste Dan-Träger im Shotokan in Deutschland.

Richtig. Eigentlich war ich ja – auf Deutsch gesagt – gar nicht „dran“. Eigentlich war Franz Bork dafür vorgesehen. Aber Franz ist leider im November 2012 verstorben und deswegen war ich der nächste. Das ist eine sehr große Ehre für mich. Das ist eine Auszeichnung, die bisher einmalig ist. Nach Fritz Nöpel bin ich der zweite Karateka, der im DKV den neunten Dan erhält. Und von den „Alten“ bin ich immer noch einer der jüngeren. Obwohl ich inzwischen auch schon 65 Jahre alt bin.

Als neunter Dan liegt ja schon ein langes Stück Karate-Weg hinter dir. Aber irgendwann musstest du auch erstmal anfangen. Wann und wie war das?

1965 bin ich angefangen. Da war ich 16. Wenn ich kurz ausholen darf: Ich war damals so ziemlich der Jüngste, fast alle waren älter als ich. Zur damaligen Zeit waren die jüngsten Karateka 17 oder 18 Jahre und die ältesten nicht mal 30 Jahre alt. Es gab auch keine Frauen, keine Kinder, keine Älteren. Das war natürlich ein ganz anderes Training. Man hatte auch eine andere Einstellung, die Leute ließen sich so einiges gefallen und das Training durfte sehr hart sein.

Und wie bist du überhaupt auf Karate gekommen? Das war ja damals nicht so verbreitet wie heute.

Richtig. „Karate“ – schon allein das Wort war damals ein Mysterium. Ich war gerade in der Lehre zum Maschinenschlosser und hatte schon ein Anmeldeformular fürs Judo-Training beim PSV Bochum in der Tasche. Da erzählte bei uns an der Feilbank jemand, in der Friederikastraße gäbe es einen Karate-Verein und da habe ich gleich ganz große Ohren gekriegt. Über Karate hatte man nur hinter vorgehaltener Hand etwas gehört. Also bin ich hin und war auch relativ begeistert, denn man wurde gefragt, warum, wieso, weshalb man überhaupt da war, wer uns davon erzählt hatte. Ich war mit einem Freund da. Wir mussten damals sogar ein polizeiliches Führungszeugnis vorlegen. Und um 21 Uhr mussten wir gehen. Da haben wir uns natürlich gefragt. „Was machen die denn da nach 21 Uhr?“ Als 16-Jähriger hat man natürlich Flausen im Kopf. Wir dachten, die trainieren dann die „tödlichen Techniken“ *(lacht)*. So fing das also an und ich bin bis heute dabei geblieben.

Beim 1. Franz Bork-Gedächtnislehrgang im September 2013 überreichte Elisabeth Bork den schwarzen Gürtel ihres verstorbenen Mannes an dessen langjährigen Karate-Weggefährten und Freund Bernd Milner.

Welche Momente auf deinem Karate-

Weg sind dir noch besonders in Erinnerung geblieben? Du warst ja auch als Wettkämpfer sehr erfolgreich.
Eines der Highlights war natürlich 1970 in Saarbrücken, als ich als erster Deutscher überhaupt im Kumite- und Kata-Shiai Deutscher Meister geworden bin. Damals gab es keine Gewichtsklassen, keine Rücksicht auf Größenunterschiede, keine Faustschützer. Wer mich kennt, weiß, dass ich nicht gerade groß bin. Also musste ich immer gegen Größere kämpfen, ich war das gewohnt durch Franz Bork und Klaus Karpinski – die waren beide rund 1,90 m groß – für mich war das also kein Thema. Ein weiteres Highlight war 1973 die Weltmeisterschaft in Tokyo, wo ich den dritten Platz im Kata-Shiai erringen konnte. Ich war damals der erste, der die japanische „Phalanx" durchdringen konnte. Später haben das natürlich auch andere

Alte Zeiten:
Bernd Milner und Franz Bork (roter Kreis) bei der WM 1977

geschafft, Efthimios Karamitsos zum Beispiel oder Carlo Fugazza.

Jetzt hast du schon ein paar Namen genannt – wer hat dich auf deinem Karate-Weg besonders geprägt, beeindruckt?
Vom Karate her natürlich zuallererst Sensei Kanazawa. Er war von 1968 bis 1970 Bundestrainer im DKB. Und dann natürlich Meister Hideo Ochi, der mich beeinflusst hat, positiv natürlich. Und die Leute im Dojo Bochum: Franz Bork, Klaus Karpinsiki, Georg Warburg und später auch, nach seiner Rückkehr aus Japan, Horst Handel. Diese Leute haben mich geprägt.

Das war der Blick zurück. Wenn du nach vorne schaust, welche Ziele hast du noch?
Gesund zu bleiben mit und durch Karate. Es macht mir immer noch Spaß. Und ich bin immer noch ein Stück weit selbst Schüler. Ich bin immer noch interessiert. Mit meinen Schülern ist es manchmal ein Geben und Nehmen, da kann ich selbst immer noch lernen. Das hält mich jung und gesund. Der Gesundheitsaspekt ist mir schon lange wichtig. Deshalb habe ich 1999 mit Professor Hötzinger die DKV-Gesundheitstrainer-Ausbildung ins Leben gerufen und zehn Jahre lang unterstützt.

Was bedeutet Karate für dich?
Tja *(überlegt)*. Was bedeutet Karate für mich? Karate ist Leben und Leben ist Karate. Karate gehört für mich also einfach dazu und ist immer lebensbegleitend gewesen. Das ist noch heute so. Ich bin inzwischen zwar etwas kürzer getreten im Leistungsbereich, das hat mein Sohn Tim übernommen, aber wo ich noch mithelfen kann, tue ich das.

Könntest du dir ein Leben ohne Karate vorstellen?
Im Moment nicht. Nee. Wer weiß, wenn ich gesund bleibe, fit bleibe, ist das auch kein Thema. Man weiß ja nicht, was man noch so an Krankheiten bekommt – ich wünsche das natürlich niemandem und mir selbst auch nicht. Aber ich hoffe, dass

Bernd Milner (65):
„Mein Ziel ist es, mit und durch Karate gesund zu bleiben."

ich bis kurz vor meinem letzten Atemzug Karate machen kann.

Wir sind ja hier im Budokan Bochum, in deinem Dojo. Kannst du darüber etwas erzählen?
Am 28.05.1999 haben wir den Budokan gegründet und sind erst durch fünf oder sechs verschiedene Turnhallen in Bochum getingelt, weil wir noch nicht den festen Standort hier an der Halbachstraße hatten. Wir sind sehr glücklich darüber, dass wir diese Räumlichkeiten dann schließlich gefunden haben, in einer ehemaligen Kirche, die wir umgebaut haben. Hier können wir schalten und walten, wie wir möchten, wie in einer Mietwohnung, 24 Stunden am Tag. Das hat uns natürlich einen sehr

Karate als Familiensache: Bernd Milner mit Sohn Tim, seines Zeichens seit Herbst 2013 Kata-Landestrainer im KDNW, im Budokan Bochum.

großen Aufschwung gebracht. Wir haben viele Erfolge als Verein feiern können. Unser Vereinsleben gestalten wir auch sehr schön mit Feten, Ausflügen für die Kinder, Weihnachtsfeiern usw. Im Moment haben wir 330 Mitglieder. Neben mir sind noch mein Sohn Tim Milner und Karsten Czarra als Trainer dabei. Wobei ich selbst aktuell nur die Jukuren und die Oberstufe leite sowie beim Kata-Team in Sachen

Bernd beim Training mit seiner Jukuren-Gruppe im Budokan Bochum.

Bunkai helfe. Außerdem haben wir noch zwei oder drei Assistentinnen.

Du hast ja im Laufe der Zeit verschieden Verbände und Entwicklungen miterlebt. Was würdest du dir für den DKV und den KDNW für die Zukunft vielleicht noch wünschen?
Einfach noch mehr miteinander zusammenkommen. Noch etwas früher darüber reden, wenn Sachen einem nicht gefallen oder negativ aufstoßen. Miteinander ehrlicher sein, aufeinander zugehen. Um so gemeinschaftlich und gemeinsam den Karate-Weg auf Landes- und Bundesebene zu gehen und zu prägen.

Möchtest du sonst noch etwas sagen?
Im Moment nicht *(lacht)*.

Danke für das Gespräch.

KDNW-Nachwuchs überaus erfolgreich beim U21-Randori 2014

Ein regelrechter Medaillenregen: 9 x 1. Platz, 4 x 2. Platz und 7 x 3. Platz!

Fotos: Wolbers

von Susanne Nitschmann

Die Sportler/innen des KDNW konnten wieder einmal überzeugen. 13 Kämpfer/innen konnten beim U21-Randori den Einzug ins Finale schaffen. 550 Karateka aus acht Nationen waren in diesem Jahr vor Ort.

Für die Klassen ab U16 gilt dieses Turnier als EM-Qualifikation für das nächste Jahr.

In vier Gruppen aufgeteilt, musste jede/r gegen jede/n kämpfen. Nur die/der Gruppenerste zog in das Halbfinale ein. Die Sieger standen im Finale, wer verlor, kämpfte um Platz drei.

Ein harter Tag für Betreuer/innen, Kämpfer/innen und mitgereiste Kampfrichter/innen. Um 8.30 Uhr fingen die ersten Kämpfe auf acht Matten an, das Finale endete dann gegen 20.30 Uhr.

Umso stärker muss man die Leistungen unserer ‚Kleinen' einschätzen.

In der Gruppe U11 (ohne Gewichtsklasse) setzte sich Albian Plava bis ins Finale durch und gewann auch hier.

Bei den Mädchen wurden Natalie Jürgensmann und Emily Laitenberger jeweils Gruppensiegerin, verloren allerdings ihre Halbfinals gegen sehr erfahrene Gegnerinnen und belegten Platz drei und vier. So gut wie in dieser Klasse ging es weiter.

Ganz besonders herausragend waren die Gruppen U14 und U18 -61 Kg. Bei den U14ern gelang NRW gleich zwei Mal ein Doppelschlag. Nikolas Fahron siegte im Finale gegen sein Teamkollegen Amir Plava und Noah Tönnis gewann an diesem Tag gegen Jan Sven Kemmet.

In der Klasse U18 -61 kg hatten die anderen gar nichts zu melden. Hier gingen Platz eins, zwei und drei nach NRW (Julian Vering, Marian Dreier und Arnold Bol).

Bei toller Stimmung konnte Phillip Tepel den letzten Kampf des Tages für sich entscheiden. Ein krönender Abschluss!

Es gäbe zu jedem Kämpfer viel zu sagen, aufgrund der Vielzahl hier allerdings nur die Platzierungen.

Ich hoffe ich habe niemanden vergessen! Eine tolle Leistung! Wir sind sehr stolz auf euch!

Mehr Fotos bei facebook!
facebook.com/KDNW.karate

KDNW-Ergebnisse

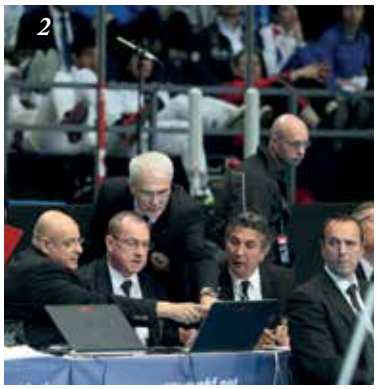
1. Platz:
Albian Plava, Rhein Berg Karate
Nikolas Fahron, Rhein Berg Karate
Noah Tönnis, KD Kempen
Dany Nkelani, USC Duisburg
Cedric Horstmeier, Taiko Oberhausen
Julian Vering, JC Borken
Max Bauer, Oberberg Karate
Shara Hubrich, TV Borgeln
Phillip Tepel, Budokan Bochum

2. Platz:
Amir Plava, Rhein Berg Karate
Jan Sven Kemmet, Oberberg Karate
Maximilian Seide, Mushin Halle
Marian Dreier, USC Duisburg

3. Platz:
Natalie Jürgensmann, Sennestadt
Nils Tönnis, KD Kempen
Stelios Tsitsilas, Rhein Berg Karate
Editha Sejfija, Budokan Bochum
Arnold Bol, Taisho Siegburg
Amrit Kahlon, Ruhr Dojo Essen
Lara Werdehausen, Budokan Bochum

Europameisterschaft Senioren/innen

vom 1. bis zum 4. Mai 2014 in Tampere (Finnland)



1 Alex Heimann im Kampf. 2 Das Video-Review-System in Anwendung. 3 Bronze für das Kumite-Team der Herren (mit BT Nitschmann). 4 Bundestrainer Thomas Nitschmann als Coach. 5 Uwe Portugall schloss die EM als Referee ab. 6 Germany macht sich bereit.

Alle Fotos EM Senioren: Grüner, DKV

von Eva Mona Altmann

Bei der Europameisterschaft der Senioren/innen gingen in Tampere (Finnland) 490 Karateka aus 44 Nationen an den Start.

Die Erwartungen waren auf allen Seiten hoch, galt die EM doch als wichtige Etappe auf dem Weg zur Weltmeisterschaft im November in Bremen.

Welches sind aktuell die besten Karateka unseres Kontinents? Die Antwort auf diese Frage galt es also in in 16 Kategorien zu ermitteln.

Auch das deutsche Team, dato auf Platz vier der Weltrangliste, reiste hoch motiviert an.

Aus dem Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V. mit dabei: Der amtierende Vize-Europameister Alexander Heimann (Kumite Herren -60 kg) sowie Nika Tsurtsumia (Kumite-Team Herren), der ebenfalls schon viele internationale Erfolge erringen konnte; außerdem Bundestrainer Thomas Nitschmann und Weltkampfrichter Uwe Portugall.

Am ersten Wettkampftag wurden die Vorkämpfe der Einzelwettbewerbe ausgetragen. So ging auch Alexander Heimann an den Start (Kumite Einzel Herren -60 kg), der sein Ziel im Vorfeld klar umrissen hatte: „Ich will gewinnen – mit dieser Einstellung gehe ich jeden Wettkampf an, egal ob DM, EM oder WM." (Interview in der Karate Aktuell 2/2014). Als amtierender Vize-Europameister zählte Alex zu den Aspiranten auf den Titel und definitiv zu den Medaillenfavoriten.

Doch leider kam es anders: Direkt in der ersten Runde musste er sich dem Dänen geschlagen geben, der sich schließlich bis ins Finale durchsetzte. Somit stand Alexander Heimann zumindest noch die Trostrunde offen. Hier siegte er klar sowohl über Albanien als auch über England und stand damit im so genannten „kleinen Finale", dem Kampf um Platz 3, der am übernächsten Tag ausgetragen wurde. Der Gegner kam aus Spanien und beide Kontrahenten schenkten sich nichts. Nach Ablauf der Kampfzeit lautete der Punktestand 1:1. Also wurde der Kampf durch Hantei (Kampfrichterentscheid) entschieden – leider zu Ungunsten von Alex. Das Ergebnis für Alexander Heimann bei der EM 2014 ist somit ein sehr respektabler Platz fünf. Herzlichen Glückwunsch!

Nika Tsurtsumia ging mit dem Kumite-Team der Herren (J. Horne, N. Bitsch, H. Leistenschneider, A. Bachmann, O. Henning, N. Tsurtsumia) an den Start. Am Freitag besiegten sie zunächst mit 3:2 Mazedonien (Nika kämpfte an zweiter Stelle und verlor 1:3) und dann mit 2:1 Italien (Nika kämpfte als erstes und holte ein 0:0). Mit der Türkei wartete ein sehr starkes Team als nächster Gegner. Leider unterlag die DKV-Auswahl mit 1:3 (Nika kämpfte als erstes und verlor knapp mit 0:1). Am

Kommentar Alex Heimann

„Leider nur EM-Fünfter... Es war absolut nicht meine EM... Schlechtes Feeling und Probleme mit Kategorie 2 prägten meinen ganzen Turnierverlauf... Jetzt heißt es „abhaken und durchatmen". Dann meine Schwächen tilgen, Stärken ausbauen/verbessern und endlich die Probleme mit Kategorie 2 in den Griff bekommen. Bringe aber doch etwas mit aus Finnland – ein dickes Auge!"

Sonntag trafen die deutschen Herren im Kampf um Bronze auf Russland. Das Match gestaltete sich sehr spannend. Nika ging zuerst für die deutsche Mannschaft an den Start und musste den Kampf leider mit 1:9 verloren geben. Noah Bitsch siegte anschließend mit 2:0 und Mehmet Bolat mit 1:0, so dass mit dem 1:0, das Jonathan Horne erzielte, die Begegnung zu Gunsten des DKV entschieden wurde! Bronze für das Kumite-Team der Herren! Die Freude bei Bundestrainer Thomas Nitschmann war groß.

Die EM-Finals fanden diesmal leider ohne deutsche Beteiligung statt – das heißt fast, denn KDNW-Landeskampfrichterreferent Uwe Portugal hat das Turnier nicht nur in der verantwortungsvollen Position des Tatami Managers absolviert, sondern er war auch Judge 1 im Kata-Team-Finale der Damen und im Finale der Kumite-Teams Herren wurde ihm die Ehre zuteil, den letzten Kampf der EM als Referee zu leiten.

Nach einigen sehr knappen Entscheidungen im Wettkampfverlauf lautete das Fazit der DKV-Delegation in Tampere: zwei Bronzemedaillen, drei Mal Platz fünf und vier Mal Platz sieben. Herzlichen Glückwunsch!

Mit der WM im November 2014 in Bremen steht uns das wahre Wettkampfhighlight ja aber erst noch bevor. Wir wünschen dem deutschen Team noch eine erfolgreiche Vorbereitung – wir stehen hinter euch!

Deutsche Ergebnisse

Bronze:
Jonathan Horne (Kumite Herren +84kg)
Kumite Team Herren (N.Tsurtsumia, J.Horne, N.Bitsch, M.Bolat, H.Leistenschneider, A.Bachmann, O.Henning)

Platz 5:
Alexander Heimann (Kumite Herren -60kg)
Ilja Smorguner (Kata Einzel Herren)
Kata-Team Damen (J.Bleul, S.Wachter, C.Heinrich)

Platz 7:
Kata-Team Herren (J.Urke, P.Jüttner, F.Genau)
Mehmet Bolat (Kumite Herren -84kg)
Duygu Bugur (Kumite Damen -50kg)
Ricardo Giegler (Kumite Herren -67kg)

EM der Regionen

Bronze für den KDNW!

1 Bronze für das Kata-Team (v.l.: Thomas Prediger, Fabian Tocaj, Tim Milner, Roman Lux, Juian Wieser, Rainer Katteluhn) 2 Bunkai: Unser Kata-Team sichert sich Bronze. 3 Unsere Kumite-Damen (v.l.: Damla Dogan, Kerstin Serowy, Finja Wehmeier) 4 Die KDNW-Damen (in blau) zum Kampf bereit. 5 Die KDNW-Delegation in Izmir. 6 Treppchen-Selfie.

Fotos EM Regionen: Serowy, Prediger

von Eva Mona Altmann

Das Kata-Team der Herren mit Fabian Tocaj, Roman Lux und Julian Wieser konnte auf der Europameisterschaft der Regionen, die vom 7. bis zum 8. Juni 2014 in Izmir (Türkei) ausgetragen wurde, die Bronzemedaille erringen.

Nachdem sich die drei Herren bis ins Halbfinale durchgesetzt hatten, unterlagen sie dort dem Team aus Valencia (Spanien). Dies blieb die einzige Niederlage, denn den Kampf um Platz drei gegen ein rumänisches Team entschieden Tocaj, Lux und Wieser klar mit 5:0 für sich.

Die Freude über diese Platzierung war bei allen Mitgliedern der KDNW-Delegation sehr groß, besonder natürlich bei Kata-Landestrainer Tim Milner.

Das Kumite-Team der Damen mit Kerstin Serowy, Damla Dogan und Finja Wehmeier (mit Kumite-Landestrainer Thomas Prediger) konnte die erste Runde gegen ein rumänisches Team klar mit zwei Siegen für sich entscheiden. In Runde zwei unterlagen die Damen dann einem Team aus Serbien, welches sich leider nicht ins Finale durchsetzen konnte, so dass dem KDNW-Team die Trostrunde verwehrt blieb.

Die Bronzemedaille der Kata-Herren ist die erste Platzierung auf dem Treppchen bei einer Europameisterschaft der Regionen für den KDNW. KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn, der als Offizieller die Delegation vor Ort in Izmir begleitete, zeigte sich darüber natürlich hoch erfreut.

Das Bestehen der Europakampfrichterprüfung Kata und Kumite durch Eva Mona Altmann rundete das für den KDNW erfolgreiche Event ab.

Kleine Regelkunde – Teil II: Kumite

Der KDNW e.V. ist gleichermaßen ein Dachverband sowohl für Leistungs- als auch für reine Bre

kennen, ist es für letztere oftmals ein Buch mit sieben Siegeln.

von Eva Mona Altmann und Uwe Portugall

Unsere zweiteilige Serie „Kleine Regelkunde“ soll anlässlich der im November 2014 in Deutschland stattfindenden WM etwas Licht ins Du Kumite vermitteln. Während sich der erste Teil in der vorangegangenen Ausgabe (Karate Aktuell 2/2014) mit allgemeinen Bestimmungen

Zielregionen:

Es gibt sieben zulässige Zielregionen:
Kopf, Gesicht, Hals, Bauch, Brust, Rücken, Seite.

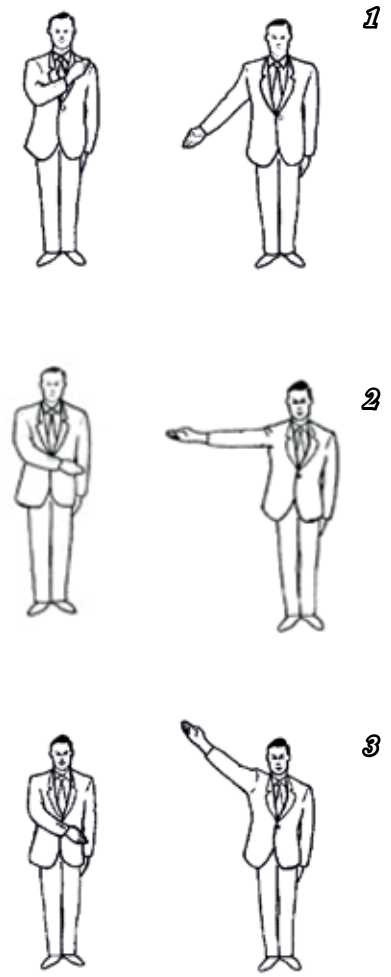
Wertungskriterien:

Wird eine Technik zu einer der sieben Zielregionen ausgeführt, muss sie sechs Wertungskriterien erfüllen, um zu punkten:

1. **Gute Form** (eine gut ausgeführte Technik, effektiv innerhalb traditioneller Karatebegriffe)
2. **Korrekte Haltung** (keine böswillige Haltung, Konzentration ohne schlechte Absichten)
3. **Kraftvolle Ausführung**
4. **Zanshin** (Wachsamkeit und Konzentration vor, während und nach der Technik)
5. **Gutes Timing** (dann ausführen, wenn die Technik möglichst effektiv ist)
6. **Korrekte Distanz** (bei Senioren zwischen 5 cm und kontrollierter Berührung je nach Zielregion; bei Kindern, Schülern, Jugend, Junioren zum Kopf bzw. zur Gesichtsmaske keine Berührung mit der Faust, mit dem Fuß nur leichte Berührung)

Wertungen:

Yuko (ein Punkt) wird erteilt für Tsuki und Uchi.
Wazaari (zwei Punkte) wird erteilt für Chudan-Fußtechniken.
Ippon (drei Punkte) wird erteilt für Jodan-Fußtechniken und Techniken am Gegner, der sich mit dem Oberkörper am Boden befindet (nach Wurf, Fall o.ä.).



Wertungsvergabe durch den HKR (die SKR verfahren analog mit der jeweiligen Flagge): 1 Yuko (ein Punkt) 2 Wazaari (zwei Punkte) 3 Ippon (drei Punkte)

Abbildungen: WKF

Verbotenes Verhalten:

Es gibt zwei voneinander unabhängige Kategorien von verbotenem Verhalten, in denen sich Verwarnungen / Strafen auch nicht über Kreuz addieren.

Kategorie 1:

1. Techniken mit massivem Kontakt ohne Rücksicht auf die Zielregion / Kontakt zur Kehle
2. Angriffe auf Arme, Beine, Leiste, Gelenke oder Spann
3. Angriffe zum Gesicht mit offenen Handtechniken
4. Gefährliche oder verbotene Wurftechniken (Würfe über Hüfthöhe, Fassen unterhalb der Taille, Selbstopferungswürfe; erlaubt sind konventionelle Karate-Würfe und -Feger)

Das Level der Verwarnung oder Strafe richtet sich nach dem Grad der Beeinträchtigung der Siegchancen durch das Foul.

Kategorie 2:

1. Vortäuschen oder Übertreiben einer Verletzung (min. direkt Hansoku-Chui)
2. Verlassen der Kampffläche (Jogai) (in den letzten 10 Sekunden direkt Hansoku-Chui)
3. Selbstgefährdung oder Fehlen adäquater Maßnahmen zur Selbstverteidigung (Mubobi). Nur bei Treffer oder Verletzung zu ahnden.
4. Kampfvermeiden (in den letzten 10 Sekunden direkt Hansoku-Chui)
5. Fassen, Klammern, Ziehen, Drücken, Brust-an-Brust-Stehen ohne den Versuch innerhalb von 2 Sekunden eine Technik oder einen Wurf auszuführen (in den letzten 10 Sekunden direkt Hansoku-Chui)
6. Unkontrollierte Angriffe (wenn sie nicht treffen)
7. Vorgetäuschte Angriffe mit dem Kopf, Knie oder Ellenbogen
8. Sprechen, Missachten der Befehle des Kampfrichters, Verletzungen der Etikette
9. Passivität

Jetzt QR-Code scannen...
... für Abbildungen, Videoclips und das komplette Regelwerk (engl./frz./span.) bei der WKF!

Deutsches Regelwerk beim DKV: www.karate.de

eitensportler/innen. Während erstere naturgemäß das Regelwerk mindestens in den Grundzügen

nkel bringen und Karateka aller Couleur sowie interessierten Laien die wichtigsten Basics der aktuell geltenden Wettkampfregeln Kata und und der Disziplin Kata befasste, wenden wir uns im zweiten und letzten Tei nun der Disziplin Kumite zu.

Verbotenes Verhalten: 4 Signal für Kategorie 1 5 Signal für Kategorie 2 (Allein verwendet = Chukoku, gefolgt von 6–8 ändert sich das Level.)

Abbildungen: WKF

Verwarnungen und Strafen:

Es gibt verschiedene Level von Verwarnungen und Strafen, mit denen verbotenes Verhalten geahndet wird.

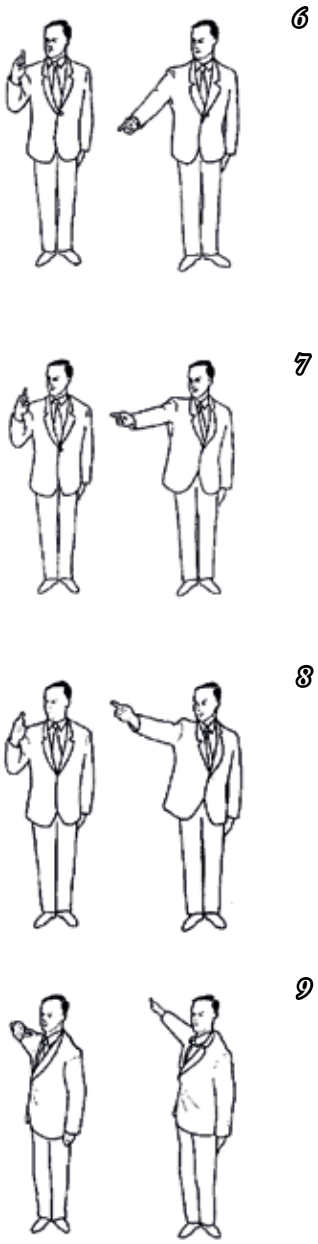
Chukoku (Verwarnung): Wird bei geringen Vergehen bzw. bei der ersten geringeren Regelverletzung ausgesprochen. Die Möglichkeit zu gewinnen wurde durch das Foul des Gegners nicht beeinträchtigt!

Keikoku (Verwarnung): Wird bei geringeren Verstößen erteilt, nachdem bereits Chukoku ausgesprochen wurde. Keikoku kann direkt erteilt werden, wenn die Möglichkeit zu gewinnen durch das Foul leicht beeinträchtigt wurde.

Hansoku-Chui (Verwarnung): Wird für Regelverstöße gegeben, wenn bereits Keikoku erteilt wurde. Hansoku-Chui kann auch direkt erteilt werden für schwerere Regelverstöße, bei denen die Gewinnchancen des Gegners durch das Foul ernsthaft beeinträchtigt wurden.

Hansoku (Strafe): Bei Hansoku wird der Kämpfer disqualifiziert. Hansoku wird für kumulative Strafen erteilt, kann aber auch bei schwerwiegenden Regelverletzungen direkt ausgesprochen werden, wenn die Gewinnchancen des Gegners durch das Foul auf Null reduziert sind.

Shikkaku (Strafe): Disqualifikation vom gesamten Turnier, einer Meisterschaft oder längere Sperre. Die Grenzen des Shikkaku werden von der Kampfrichterkommission bestimmt. Wird erteilt bei böswilligem Verhalten und Benehmen, das dem Prestige oder der Ehre des Karate-Do schaden. Wird öffentlich verkündet.



Verwarnungen und Strafen: 6 Keikoku 7 Hansoku-Chui 8 Hansoku 9 Shikkaku

Abbildungen: WKF

Zehn-Sekunden-Regel:

Ein Kämpfer, der fällt, geworfen oder niedergeschlagen wird und nicht innerhalb von zehn Sekunden wieder ganz auf die Beine kommt, wird für kampfunfähig erklärt und aus dem gesamten Kumite-Wettkampf des Turniers zurückgezogen. Der Referee signalisiert dem Zeitnehmer die Zehn-Sekunden-Uhr zu starten, indem er pfeift, den Arm hebt und den Arzt ruft. Der Zeitnehmer stoppt die Zeit, wenn er den Arm erneut hebt. Immer, wenn die Zehn-Sekunden-Uhr gestartet wurde, muss der Arzt den Wettkämpfer untersuchen. Sind die zehn Sekunden abgelaufen, ohne dass der Kämpfer wieder sicher steht, muss der Kampf durch Hansoku, Kiken oder Shikkaku entschieden werden, je nach Situation.

Kampfzeit:

Herren: 3 Minuten (Medaillenkämpfe Einzel: 4 Minuten), **Damen**: 2 Minuten (Medaillenkämpfe Einzel: 3 Minuten), **U21 Herren**: 3 Minuten, **U21 Damen**: 2 Minuten, **Jugend und Junioren**: 2 Minuten, **Kinder, Schüler**: 1,5 Minuten

Die Kampfzeit wird jedes Mal gestoppt, wenn der Kampf durch den Referee unterbrochen wird. Zehn Sekunden vor Ablauf der Kampfzeit ertönt ein Signal („Atoshi Baraku“).

Kampfgericht:

Das Kampfgericht im Kumite besteht aus einem Referee (Hauptkampfrichter) und vier Judges (Seitenkampfrichter) sowie einem Match Supervisor (Obmann).

Referee: Er leitet den Kampf und gibt alle Kommandos. Um Wertungen oder Verwarnungen und Strafen erteilen zu können, braucht er immer die entsprechenden Signale von mindestens zwei Judges.

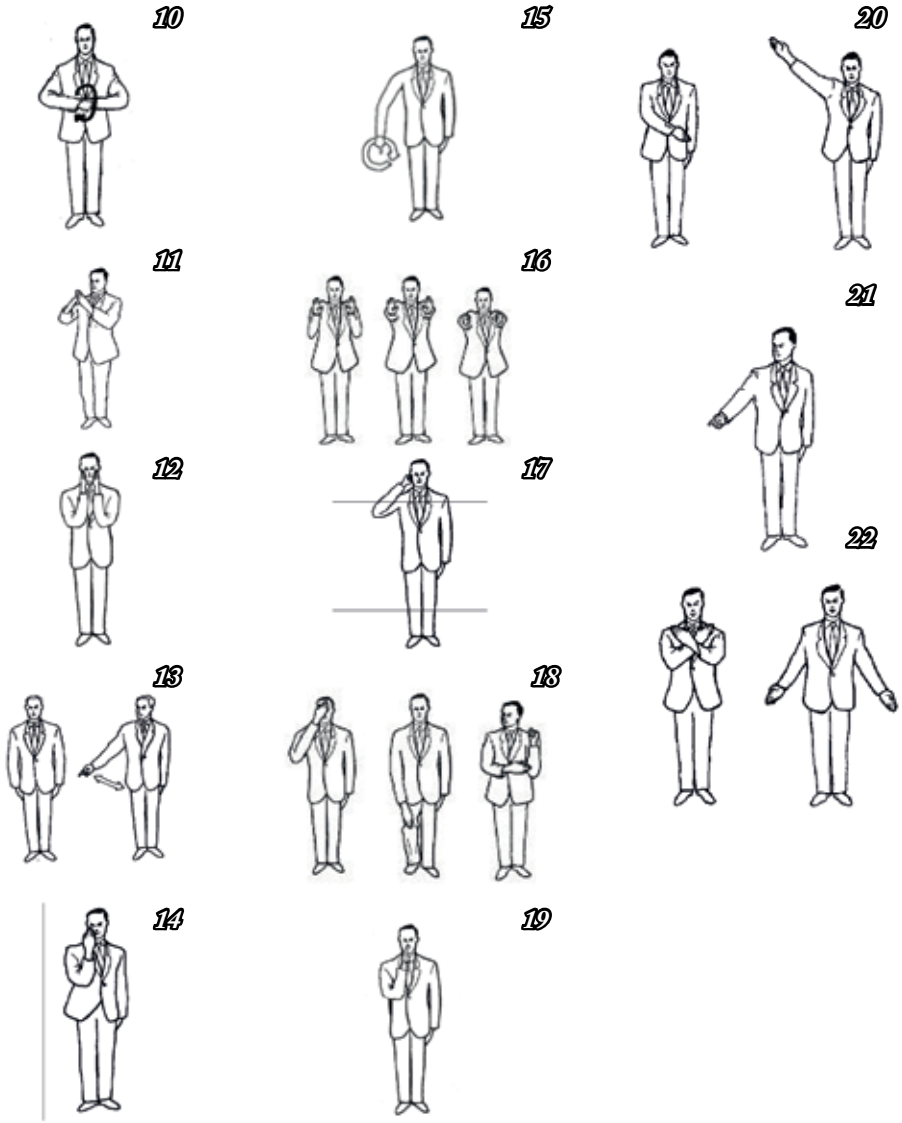
Judges: Sie sitzen an den vier Ecken der Kampffläche und haben jeweils eine rote und eine blaue Flagge, mit denen sie an-

zeigen, wenn sie eine Wertung oder ein verbotenes Verhalten beobachten.

Match Supervisor: Er überwacht die regelkonforme Durchführung des Kampfes durch das übrige Kampfgericht und gibt kein eigenes Urteil ab.

Entscheidung:

Sieger/in ist, wer nach Ablauf der Kampfzeit mehr Punkte hat oder wer eine klare Führung von acht Punkten erzielt. Man entscheidet den Kampf außerdem für sich, wenn der Gegner disqualifiziert wird (Hansoku oder Shikkaku) oder den Kampf aufgibt / aufgeben muss (Kiken). Endet ein Kampf im Einzelwettbewerb unentschieden, so erfolgt ein Kampfrichterentscheid (Hantei), bei dem die vier Judges und der Referee jeweils eine Stimme haben, um zu entscheiden, wer besser gekämpft hat und demnach Sieger sein soll.



Signale für:
10 Passivität 11 Kategorie 1 12 Übertreiben 13 Jogai 14 Mubobi 15 Kampfvermeiden 16 Stoßen, Drücken, Fassen 17 Unkontrollierte Technik 18 Simulierte Angriffe mit Kopf, Knie, Ellbogen 19 Sprechen, Anstacheln des Gegners, unangebrachtes Benehmen 20 Sieg 21 Aufgabe 22 Unentschieden

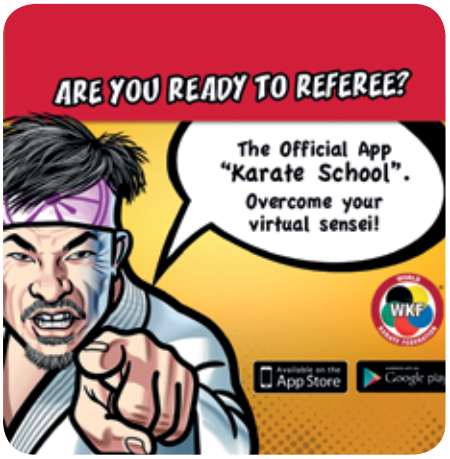
Abbildungen: WKF

Team-Wettkämpfe:

In der Disziplin Kumite-Team besteht ein Team bei den Herren aus fünf Kämpfern (plus zwei Ersatzkämpfer) und bei den Damen aus drei Kämpferinnen (plus eine Ersatzkämpferin). Das Team, was die erforderliche Anzahl an Siegen erringt (Herren: 3, Damen: 2), gewinnt die gesamte Begegnung. Im Team-Wettkampf können die einzelnen Kämpfe der Begegnung auch unentschieden enden. Erzielen beide Teams die gleiche Anzahl an Siegen, siegt das Team, welches in allen Kämpfen der Begegnung zusammen mehr Punkte erzielt hat. Sollte auch dies gleich ausfallen, muss ein Entscheidungskampf stattfinden, der zugleich die ganze Team-Begegnung entscheidet und in dem, falls er unentschieden endet, ein Hantei (Kampfrichterentscheid) wie im Einzel durchgeführt wird, um den Sieger zu ermitteln.

Schützer:

Gekämpft wird mit Faust-, Fuß- und Schienbeinschonern in rot bzw. blau. Auch ein Zahnschutz ist Pflicht, ebenso wie der WKF-Körperschutz und für Damen zusätzlich der Brustschutz. Ein Tiefschutz ist nicht Pflicht. Die Altersklasse Cadets/Jugend trägt außerdem die WKF-Gesichtsmaske.



Ob du jetzt fit im Regelwerk bist, kannst du mit der kostenlosen WKF-App „Karate School" testen. In verschiedenen Leveln müssen kurze Clips bewertet werden.

Abbildung: WKF

Grundlage dieser Regelkunde ist das Regelwerk der World Karate Federation (Revision 8.0, effective from 1.1.2013). Auf Bundesebene gelten in einzelnen Punkten Sonder- bzw. Übergangsregelungen. Auch auf Landes- und Bezirksebene sowie insbesondere bei Privatturnieren sind Abweichungen möglich, z.B. die Anwendung des so genannten „Spiegelsystems" im Kumite, die Einrichtung zusätzlicher Alters- und Leistungsgruppen usw. Hier vewendete Formulierungen sind sinngemäß oder wörtlich aus dem DKV-Regelwerk (Überarbeitete Fassung 8.0, gültig ab 1.1.2013) entnommen.

22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

Karate-WM 2014 in Deutschland

Der Countdown läuft!

von Eva Mona Altmann

Mehr als 1200 teilnehmende Karateka aus mindestens 130 Nationen werden im November in Bremen erwartet, wenn es heißt: „Die Karate-Welt zu Gast bei Freunden."

Erstmals wird auch eine WM für Karateka mit Behinderung ausgetragen.

Bevor die weltbesten Athleten/innen an den Start gehen, lockt der Millenniumslehrgang (01.-03.11.) mit 80 hochrangigen Trainern/innen Karateka aller Couleur nach Bremen. Mit einer Kyu- oder Dan-Prüfung (04.11.) wird das ganze erst recht zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Noch sind an allen WM-Tagen Tickets verfügbar, auch wenn einzelne Kategorien bereits ausverkauft und vor allem die Finaltage stark nachgefragt sind.

Ein kleiner Tipp: Auch die Vorkämpfe lohnen sich! Oft gibt es schon hier spannende Begegnungen zu beobachten und schließlich gilt: Wer es ins Finale am Wochenende schaffen will, muss sich erst hier seinen Weg bahnen.

Auch freiwillige Helfer/innen sind noch gefragt und Interessierte, die mindestens fünf Tage Zeit haben, können sich im WM-Büro melden. Dort hat man auch ein offenes Ohr für alle anderen Fragen rund um das Event.

Der Athletiktest im Mai (u.a. hat Sat1 berichtet) hat gezeigt, das deutsche Team ist schon ziemich fit und wir drücken für die weitere WM-Vorbereitung natürlich die Daumen! Wir sehen uns in Bremen!

WM-Büro:
Fahrenheitstr. 1
28359 Bremen
Tel.:
0421/2208215
Email:
office@karate2014.de

Aktuelle Ticket-Infos / Ticket-Infos +++ Stand / as by 18. May 2014 +++ *Mittwoch / Wednesday, 5. November:* Cat. 3: verfügbar / available Cat. 2: verfügbar / available Cat. 1: verfügbar / available Premium Rang / Rank: verfügbar / available Premium Innenraum / inner area: verfügbar / available VIP: verfügbar / available +++ *Donnerstag / Thursday, 6. November:* Cat. 3: verfügbar / available Cat. 2: verfügbar / available Cat. 1: verfügbar / available Premium Rang / Rank: verfügbar / available Premium Innenraum / inner area: verfügbar / available VIP: verfügbar / available +++ *Freitag / Friday, 7. November:* Cat. 3: verfügbar / available Cat. 2: verfügbar / available Cat. 1: verfügbar / available Premium Rang / Rank: verfügbar / available Premium Innenraum / inner area: verfügbar / available VIP: verfügbar / available +++ *Samstag / Saturday, 8. November:* Cat. 3: verfügbar / available Cat. 2: verfügbar / available Cat. 1: ausverkauft / sold out Premium Rang / Rank: ausverkauft / sold out Premium Innenraum / inner area: ausverkauft / sold out VIP: auf Anfrage / on request +++ *Sonntag / Sunday, 9. November:* Cat. 3: verfügbar / available Cat. 2: verfügbar / available Cat. 1: verfügbar / available Premium Rang / Rank: ausverkauft / sold out Premium Innenraum / inner area: ausverkauft / sold out VIP: verfügbar / available +++

Sei dabei, wenn es heißt: Karate-WM 2014 in Deutschland...

www.karate2014.de
www.millenniums-lehrgang.com

42 Geheimnisse, die ich vom weltbesten Kata-Trainer gelernt habe – Teil I

"Öffne deinen Mund!" Zum 597. Mal hintereinander, nach Stunden zermürbenden Kata-Trainings, weist mich Sensei Inoue Yoshimi an, meinen Mund wieder zu öffnen. "Ja, Sensei!" Ich fühle mich wie ein zurückgebliebener Goldfisch.

Foto: Enkamp

Über den Autor:
KARATEbyJesse ist vielen Karateka ein Begriff. Dahinter verbirgt sich der Schwede Jesse Enkamp. Er hat sich mit interessanten und gut recherchierten Artikeln zum Karate und angrenzenden Themenbereichen sowie mit ansprechenden Videos von Turnieren und Lehrgängen im Internet einen Namen gemacht. Neben der Webseite www.KARATEbyJesse.com betreibt er auch einen YouTube-Kanal und ist bei facebook, twitter & Co. vertreten. Bisher waren seine Beiträge nur mit genügend Englischkenntnisse zugänglich. Dies ändert sich nun: Mit freundlicher Genehmigung des Autors erscheinen ausgewählte Artikel in deutscher Übersetzung beim KDNW. Als Diplom-Übersetzerin ist es mir eine besondere Freude, Jesse Enkamp für diese grenz- und sprachübergreifende Kooperation gewonnen zu haben.

von Jesse Enkamp, aus dem Englischen übersetzt von Eva Mona Altmann

Offenbar kann ich mit geschlossenem Mund keine knalligen und geschmeidigen Karate-Techniken ausführen.

Überflüssig zu sagen, dass das nur einer von hundert geradlinigen Einblicken ist, die ich vor kurzem erhalten habe, als ich die einmalige Gelegenheit hatte, privat mit dem weltbesten lebenden Kata-Trainer zu trainieren.

Soke Inoue Yoshimi.

Ich habe schon früher über Sensei Inoue geschrieben. Die Liste seiner berühmten Schüler liest sich wie ein Epos: Rika Usami, Atsuko Wakai, Ryoki Abe, Antonio Diaz, Mie Nakayama, Nao Morooka, Hisami Yokoyama, die Hasegawa Brüder… Er ist eine regelrechte Kata-Champion-Maschine.

Dennoch ist Inoue Überheblichkeit fremd. Er ist ganz auf dem Boden geblieben. Keine extravaganten Ausdrücke. Keine spirituellen Ansprüche. Nur pures Können. Mit seinen 68 Jahren zeigt er immer noch jede einzelne Technik selbst! Stunde für Stunde. Scharf, schnell und mehr als knallig.

Also… Was ist sein "Geheimnis"?

Hallo? Machst du Witze? Er hat so um die tausend davon!

Und einige muss ich einfach mit euch teilen. Klingt das gut?

Prima. Also hier kommt meine Liste mit 42 Dingen, die ich im Training bei Soke Inoue Yoshimi, dem weltbesten Kata-Trainer, gelernt habe.

Los geht's:

1. Öffne deinen Mund. Wenn dein Mund geschlossen ist, verspannt sich dein Kiefer, deine Schultern sind steif und deine Techniken verkrampft. Also öffne den Mund. So kann die Luft frei in die/aus den Lungen strömen – und deine Techniken sind entspannt, natürlich und kraftvoll.

2. Trainiere weniger. Verbessere dich mehr. Obwohl Inoue auf das Elite-Training mit Weltklasse-Athleten spezialisiert ist, betont er, dass übermäßiges Karate-Training schlecht für die Gesundheit ist. Zwei Stunden pro Einheit, drei Tage die Woche – so lautet seine Empfehlung für die optimale Trainings-Dosis.

3. Nutze die Muskulatur auf der Körperrückseite. Wir Menschen haben ein großes Gehirn, nicht wahr? Wir sind clever. Aber wenn es ums Kämpfen geht, sind wir körperlich schwächer als viele Tiere! Hunde, Katzen, Ameisen, Pferde, Ratten… sie sind stärker, beweglicher und viel schneller und athletischer als der Mensch je sein wird. Setzen wir also unser cleveres Gehirn ein, um die Tiere zu studieren: Hat ein Pferd Bauchmuskeln? Nein. Hat ein Hund einen großen Bizeps oder Brustmuskeln? Nein. Warum also beharren die Menschen darauf, immer diese "unnützen" Vorzeige-Muskeln zu trainieren? Tiere haben eine unglaublich starke Muskulatur auf der Körperrückseite (Rückenmuskeln, hinterer Oberschenkel, Gluteus, Trizeps, Lateus usw.). Konzentrier dich stattdessen auf sie. Daher kommt die tierische Kraft.

4. "Karate ist zu 99% Gefühl." Viele Leute trainieren hart, schwitzen und gehen glücklich nach Hause. Das ist großartig! Aber, nach Inoue Sensei, verbessern sie sich niemals wirklich. Um sich zu verbessern, muss man seine Gefühle, seinen Geist und seine Vorstellungskraft im Training einsetzen. 99% der Verbesserung be-

steht darin, den Körper mit dem Gehirn zu verbinden. Zapf deine Sinne an!

5. Benutze deine Fersen. Drehe auf den Fersen. Gehe über die Fersen. Halte stets dein Gewicht über den Fersen. Das hält deine Schultern entspannt und deine Knie unverkrampft und ermöglicht dir damit schwungvolle und schnelle Bewegungen.

6. "Lächle!" Wenn Inoue Sensei denkt, du bist verkrampft, sagt er niemals "Entspann dich!". Stattdessen sagt er „Lächle!" – ein psychologischer Trick, damit du dich entspannst. Es ist nämlich schwierig, zu verkrampfen, wenn man lächelt. Außerdem: Du bist besser, wenn du glücklich bist.

7. Die Hüfte ist immer parallel zum Boden. Außer bei seltenen Passagen in einigen Kata (Empi, Kururunfa). Warum? Weil es natürlich ist. So gehen wir.

8. Du wirst älter, arbeite mit der Natur – nicht gegen sie. Inoue Sensei ist 68 Jahre alt und wiegt 58 Kilogramm. Im Armdrücken kann ihn jeder besiegen. Aber beim Karate geht es nicht nur um Größe, Kraft oder Alter. Je älter du wirst, umso mehr Wissen, Technik, Gefühl und Erfahrung musst du einsetzen. Dein Körper wird mit dem Alter schwächer, aber andere Fähigkeiten wachsen. Das ist eine natürliche Entwicklung. Kämpfe nicht gegen die Natur – ziehe deinen Nutzen daraus.

9. Stell dir vor, dein Körper ist ein Auto. Dein Zentrum, auf japanisch "tanden" genannt, ist der Motor. Deine Hände und Füße sind nur die Räder. Das Steuer befindet sich in deinem Kopf.

10. Hebe zum Treten nicht das Knie an. Das machen Anfänger. Stattdessen konzentriere dich auf die Aktivierung der kräftigen Po-Muskeln.

11. Entspanne beim Gehen oder Drehen nicht deine Knie. Das machen Anfänger. Stattdessen entspanne deine Hüfte. Stell dir vor, du hebst dein Hüftgelenk aus den Angeln, lässt deine Beine aus der Hüftpfanne fallen und dann bewege dich/gehe/drehe dich. So bist du schneller, als wenn du einfach nur die Knie entspannst (denn dann spannt sich automatisch der Quadrizeps an = du wirst langsam).

12. Es gibt zwei Arten von Karate. #1 Karate als Kampfkunst und Selbstverteidigung. #2 Karate für den Wettkampf. Der beste Weg, beides zu verbessern, ist, sich darauf zu konzentrieren, wie man den Körper effektiv einsetzen kann. Dafür begeistert sich Inoue Sensei. Egal, wer du bist, du kannst immer deine Körpermechanik und die Grundsätze der effektiven Bewegung verbessern.

13. Wenn du Doppeltechniken (mit beiden Händen) ausführst, drehe nicht deine Hüfte. Stattdessen sei wie eine Feder oder Welle. So erzeugst du Kraft, wenn du beide Hände gleichzeitig verwendest.

14. Deine Schulter soll immer vor deiner Brust sein. Niemals parallel dazu. Das gleiche gilt für den Hikite-Arm!

15. Verwende Schlagpolster, wenn du unsicher bei einer Technik bist. Wenn du dich fragst, was der effektivste Weg ist, eine Technik auszuführen (z.B. wie du deine Beine zu den Armen bewegen sollst), benutze einen Sandsack, ein Makiwara oder ein Schlagpolster und probiere es aus. Was ist am kräftigsten? Teste es. Wir haben verschiedene beliebte Turnier-Kata wie Anan, Heiku und Paiku verglichen und diskutiert, wie bestimmte okinawanische Meister das Springen, Steppen und Stampfen in diesen Kata unterrichtet haben – dann haben wir verschiedene Variationen dieser Techniken an einem Sandsack getestet. Finde die wirkungsvollste Version und nutze sie.

16. Warum gehen wir in so vielen Katas mit einem Block vorwärts? Wenn man über die praktische Anwendung (Bunkai) nachdenkt, ist es ziemlich unklug, Kraft mit Kraft zu begegnen, oder? Tja, das Geheimnis ist, dass die „Ausholbewegung" des Blockes der eigentliche Block ist. Anschließend kannst du dann nach vorne gehen und mit der Bewegung, die wie der „Block" aussieht, angreifen, werfen oder hebeln.

17. Tiefe vor Breite. Tauche in die mysteriösen Details des Mikro ein, um das Makro zu verstehen. Eine Kleinigkeit zu verbessern, verbessert vieles.

18. Im Zenkutsu Dachi (Vorwärtsstellung), sollte dein Gewicht auf dem hinteren Bein sein – nicht auf dem vorderen. Das hintere Bein sollte wie Bambus sein; stark aber flexibel. (Nicht steif wie ein Stock.) Entspanne dein vorderes Bein. Es dient nur der Unterstützung. Dein hinteres Bein kontrolliert die Aktion und Kraft.

19. Um fantastische Armtechniken zu machen, vergiss deine Arme. Konzentriere dich stattdessen auf deinen Kern. Peitsche einfach aus deinem Zentrum. Im Ernst. Kümmere dich nicht um die Arme. Ignoriere sie. Denke stattdessen an dein Inneres und deine Arme fliegen automatisch. Es geht darum, den Peitscheneffekt in Gang zu setzen.

20. Entspanne deine Brustmuskeln. Wenn du deine Brustmuskeln während des Schlages anspannst, werden deine Schlüsselbeine gesperrt. Das spannt die Verbindung der Schulter zum Arm an und macht entspannte und knallige Techniken unmöglich. Setz den Brusttag im Studio aus, Kumpel. Entspanne deine Brust. Lass es frei fließen.

21. Dein Karate-Stil spielt keine Rolle. So lange du einen Kopf, zwei Beine und zwei Arme hast, sind die Mechanik des menschlichen Körpers und die universellen Prinzipien der effektiven Bewegung in allen Stilen gleich.

22. Wenn du Probleme mit der Balance hast, vergiss die Balance. Konzentriere dich stattdessen auf die Schnelligkeit. Speed, Speed, Speed! Schneller, schneller, schneller! Dein Körper ist cleverer als du denkst und wird dich automatisch bei schwierigen Bewegungen stabilisieren. Aber n i c h t, wenn du ständig darüber nachdenkst. Also konzentrier dich auf die Schnelligkeit. Die Balance kommt dann ganz von selbst.

23. 90/10-Gewichtsverteiligt im Neko-Ashi-Dachi (Katzenfußstellung). Das Gewicht auf die hintere Ferse. Du solltest deinen vorderen Fuß anheben können. Der hintere Fuß ist um 30 Grad nach außen gedreht.

24. Frage immer (wie & warum). Als Soke Inoue jung war, durfte er im Dojo nie Fragen stellen. Heute ermutigt er dazu, wie verrückt zu fragen. Das Geheimnis, motiviert zu bleiben, glaubt er, ist, immer weiter Fragen zu stellen. Besonders wie und warum. Wenn du es nicht verstehst, kannst du nicht besser werden!

Haftungsablehnung des Autors: Die Informationen in diesem Artikel basieren lediglich auf meiner eigenen Interpretation des Training mit Sensei Inoue und sollten nicht als offizielle Repräsentation der Japan Karate-Do Inoue-Ha Shito-Ryu Keishin-Kai oder Inoue Yoshimi betrachtet werden.

Fortsetzung in der nächsten Ausgabe:
„42 Geheimnisse, die ich vom weltbesten Kata-Trainer gelernt habe – Teil II"

Alle Bilder DM Leistungsklasse: Wolbers

1 Olivia Kittel (5. Platz Kata) 2 Artur Hanser (Bronze +84 kg) 3 Yasmin Ruh (Bronze +68 kg) 4 Jubel beim Kumite-Team vom Budokan Bochum (Bronze) 5 Alexander Heimann war bei der DM einfach nicht zu schlagen (Gold -60 kg). 6 Ezgi Kaya (5. Platz -55 kg) 7 Bronze für das Kata-Team KG Kempen/Hilden 8 Vadim Becker wurde Vizemeister (+84 kg) . 9 Bronze für das Kata-Team KG St. Arnold/Emsdetten (Schlegel, Bodewig, Feltkamp) 10 Dennis Dreimann (rot, hier gegen Noah Bitsch) erlangte Bronze (-75 kg) . 11 Das Bochumer Team (Bronze) 12 Verleihung 9. Dan an Bernd Milner 13 Julian Wieser (5. Platz Kata) 14 Der KDNW-Fanblock

Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse 2014

Am 29. und 30. März 2014 wurden die Deutschen Meisterschaften der Leistungklasse sowie die DM der Menschen mit Behinderung in Coburg (Bayern) ausgetragen.

Mehr Fotos online!

Schöne Erfolge für den KDNW bei der Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse Bild: Wolbers

DM Leistungsklasse 2014: Medaillen NRW

GOLD		
Kumite Herren -60 kg	Alexander Heimann	Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach
SILBER		
Kumite Herren +84 kg	Vadim Becker	Taisho Siegburg
BRONZE		
Kumite Herren -60 kg	Thomas Stückel	Taisho Siegburg
Kumite Herren -67 kg	Murat Uysal	USC Duisburg
Kumite Herren -75 kg	Dennis Dreimann	Dojo Lemgo-Lippe
Kumite Herren +84 kg	Artur Hanser	Budokan Bochum
Kumite Damen +68 kg	Yasmin Ruh	Hara Köln
Kata-Team Damen	KG TuS St. Arnold/TV Emsdetten (Bodewig, Feltkamp, Schlegel)	
Kata-Team Herren	KG Kempen/Hilden (Tocaj, Wieser, Lux)	
Kumite-Team Herren	Budokan Bochum (Hanser, Koenemann, Mezich, Milner, Naliwajko, Sobel, Tepel)	

Darüber hinaus belegten **fünfte Plätze**: Sergej Mezich (Budokan Bochum, Kumite Herren -84 kg), Amrit Kahol (Ruhr Dojo Essen, Kumite Herren +84 kg), Fabian Sobel (Taiko Dojo Oberhausen, Kumite Herren +84 kg), Ezgi Kaya (USC Duisburg, Kumite Damen -55 kg), Olivia Kittel (Kensho Neukirchen-Vluyn, Kata Damen), Julian Wieser (KD Kempen, Kata Herren). **Neunte Plätze** erzielten: Ilias El Azzouzi (Kaiten Hamm, Kumite Herren -84 kg), James Holder (Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach), Vanessa Schlegel (TuS St. Arnold, Kata Damen), Finja Wehmeier (Mushin Halle, Kumite Damen -61 kg). Im **Medaillenspiegel** belegt der KDNW den siebten Rang.

Herzlichen Glückwunsch!

LM Kinder, Schüler & Masterclass

Am 17.05.2014 wurden die Landesmeisterschaften der Altersklassen Kinder und Schüler sowie der Masterclass ausgetragen. Auf vier Tatami maß sich der KDNW-Nachwuchs in den Disziplinen Kata & Kumite miteinander, während auf der fünften Kampffläche die „Jukuren“ an den Start gingen: Die Karateka über 30/40/50/60 Jahre.

Grosse Fotogalerie online!

von Eva Mona Altmann

Egal ob jung oder nicht mehr ganz so jung, überall gab es spannende und faire Wettkämpfe zu sehen. Die Meisterschaft dauerte von morgens um 10.00 Uhr bis in den frühen Abend (ca. 18.15 Uhr Veranstaltungsende), so dass die meisten Fußballbegeisterten noch rechtzeitig zum DFB-Pokalfinale vor dem Fernseher sitzen konnten. Ausrichtender Verein der LM war Okinawa Düren.

Ergebnisse

KINDER WEIBLICH

-30 kg 5 TN

1. Platz Douaa Rabhi (Budokan Bochum)
2. Platz Jill Julie Hoffmann (Rhein Berg)
3. Platz Isabelle Ducke (Rhein Berg K.)

-35 kg 7 TN

1. Platz Tabea Peterschulte (USC Duisb.)
2. Platz Nina Lapp (Rhein Berg Karate)
3. Platz Emilie Janke (Oberberg Karate)

+35 kg 6 TN

1. Platz Viviana Korsten (Rhein Berg K.)
2. Platz Chiara Ponzetta (Rhein Berg K.)
3. Platz Joana Koole (Budokan Bochum)

KINDER MÄNNLICH

-30 kg 17 TN

1. Platz Timo Schmitz (Rhein Berg K.)
2. Platz Albian Plava (Rhein Berg Karate)
3. Platz Latif Eser (KC Sennestadt 1970)

-35 kg 11 TN

1. Platz Moaz Abdelrahman (Bushido K.)
2. Platz Rami Alastal (Budokan Bochum)
3. Platz Muhammad Holzhäuser (Hara K.)

-40 kg 4 TN

1. Platz Simon Schmitz (KD Kempen)
2. Platz Aleksej Dugan (Rhein Berg K.)3. Platz Geoffrey Dannemark (Budok. Bo.)

+40 kg 2 TN

1. Platz Leon Siemes (KD Kempen)
2. Platz Michael Bitner (TuS St. Arnold)

KINDER MIXED

Kata U9 18 TN

1. Platz Max Minter (BSC Oberhausen)
2. Platz Naini Lelegwe (Kaiten Bedb. H.)
3. Platz Amina Plava (Rhein Berg Karate)

Kata U11 48 TN

1. Platz Timo Schmitz (Rhein Berg K.)2. Platz Kyomi Kettler (KC Bushido Bonn)
3. Platz Lena Schiemann (Kaiten Bedb.H.)

Kata-Team U9+U11 6 TN

1. Platz BSC Oberhausen
2. Platz Kaiten Bedburg Hau
3. Platz KD Kempen

SCHÜLERINNEN

Kata 45 TN

1. Platz Andreina Knoke (Dojo Lemgo L.)
2. Platz Rabea Stang (Kaiten Bedburg Hau)
3. Platz Lena Reichard (KC Bushido Bonn)

-35 kg 21 TN

1. Platz Natalie Jürgensmann (KC Sennes.)
2. Platz Melanie Schmidl (Hara Köln)
3. Platz Sofia Herari (KG SZ Bo./PSV H.)

-40 kg 10 TN

1. Platz Alina Krämer (CKD Wettringen)
2. Platz Jasmin Königs (USC Duisburg)
3. Platz Carolin Bühner (TV Borgeln)

-45 kg 9 TN

1. Platz Alina Conrady (Rhein Berg Karate)
2. Platz Leyla Ülgen (Dojo Lemgo Lippe)
3. Platz Lizza Onysymov (Yoshukan Do.)

-50 kg 7 TN

1. Platz Aurona Plava (Rhein Berg Karate)
2. Platz Joline Matuschek (Bushido Köln)
3. Platz Jana Hellwig (Mushin Halle)

+50 kg 7 TN

1. Platz Kassandra Siep (KC Bergisch Gl.)
2. Platz Lara Werdehausen (Budokan Bo.)
3. Platz Vanessa Vucina (KC Bergisch Gl.)

Kata-Team 6 TN

1. Platz Dojo Lemgo Lippe
2. Platz TV Jahn Rheine
3. Platz TSV Vorhalle

SCHÜLER

Kata 23 TN

1. Platz Dennis Troubilenko (Budokan Bo.)
2. Platz Oliver Pawicki (Asahi Rheda-W.)
3. Platz Michael Pantelatos (Kaiten B.Hau)

-33 kg 7 TN

1. Platz Amir Plava (Rhein Berg Karate)
2. Platz Ben Bertram (USC Duisburg)
3. Platz Jan Luca Schmeink (Budokan Bo.)

-38 kg 17 TN

1. Platz Jan Sven Kemmet (Oberberg Karate)
2. Platz Noah Tönnis (KD Kempen)
3. Platz Nikolas Fahron (Rhein Berg Karate)

-43 kg 20 TN

1. Platz Ayman Rouchdi (Budokan Bo.)
2. Platz Daniel Klejbatenko (Bushido Köln)
3. Platz Melih Cöpür (Oberberg Karate)

-48 kg 10 TN

1. Platz Michael Mertin (Oberberg Karate)
2. Platz Frank Gareev (Bushido Köln)
3. Platz Justin Noerenberg (Taiko Dojo O.)

-53 kg 8 TN

1. Platz Ugur Akpinar (Hara Köln)
2. Platz Armin Wall (GW Paderborn)
3. Platz Unmut Devrim Demir (KC BGL)

+53 kg 7 TN

1. Platz Roma Herari (KG SZ Bo./PSV H.)
2. Platz Maximi Schewtschenko (Oberberg)
3. Platz Leonard Wick (BTW Bünde)

Kata-Team 1 TN

1. Platz 1. JJJC Dortmund

MASTERCLASS DAMEN

Ü30 Kata 2 TN

1. Platz Magida Küpper (Okinawa Düren)
2. Platz Elena Fichtel (KG Hatt./SZ Bo.)

Ü30 -60 kg 1 TN

1. Platz Isabel Podehl (KD Gelsenk.-Buer)

Ü30 +60 kg 1 TN

1. Platz Elena Fichter (KG Hat./SZ Bo.)

Ü40 Kata 2 TN

1. Platz Stefanie Beutling (BSC Oberh.)
2. Platz Petra Krautwald (TV Jahn Rheine)

Ü40 -60 kg 1 TN

1. Platz Christiane Vogel (KD Gelsenk.-B.)

Ü40 +60 kg 1 TN

1. Platz Gabriele Walhöfer (KD Gels.-B.)

Ü50 Kata 1 TN

1. Platz Renate Bracht (Dojo Lemgo Lippe)

MASTERCLASS HERREN

Ü30 Kata 4 TN

1. Platz Marc Völkner (USC Duisburg)
2. Platz Sascha Maihöfer (SKD Dortmund)
3. Platz Martin Jarecki (1. JJJC Dortmund)

Ü30 -80 kg 3 TN

1. Platz Eduard Rieger (KD Kempen)

Klaus Schomann und Martina Schmutzler-Jahn vom ausrichtenden Verein Okinawa Düren mit KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn. Foto: Fox

2. Platz	Dennis Pakker (BSC Oberhausen)	
3. Platz	Sascha Maihöfer (SKD Dortm.)	
	Ü30 +80 kg	*5 TN*
1. Platz	Oleg Schumann (Rhein Berg K.)	
2. Platz	Parvis Kaviani (Budokan Bochum)	
3. Platz	Norbert Diesing (BSC Oberhaus.)	
	Ü40 Kata	*6 TN*
1. Platz	Thomas Bieling (KC Bergisch Gl.)	
2. Platz	Dirk Schumann (PSV Bochum)	
3. Platz	Hasan Gürgen (TSC E. Dortm.)	
	Ü40 -80 kg	*4 TN*
1. Platz	Kasim Zymeri (USC Duisburg)	
2. Platz	Thomas Bieling (KC Bergisch Gl.)	
3. Platz	Sandro Barbato (1. JJJC Dortm.)	
	Ü40 +80 kg	*4 TN*
1. Platz	Andreas Mulder (TuS St. Arnold)	
2. Platz	Michael Kösler (Zanshin BGL)	
3. Platz	Ingo Tepel (Budokan Bochum)	
	Ü50 Kata	*4 TN*
1. Platz	Alarich Kalthoff (Budokan Bo.)	
2. Platz	Phong Nguyen (SKD Dortmund)	
3. Platz	Frank Nöske (KD Kempen)	
	Ü50 -80 kg	*3 TN*
1. Platz	Udo Scheidemantel (KD Gels.-B.)	
2. Platz	Ali Micaeli (Bushido Lübbecke)	
3. Platz	Kai Bader (PSV Essen)	
	Ü50 +80 kg	*2 TN*
1. Platz	Klaus Schäfer (KDGelsenk.-Buer)	
2. Platz	Heinz Romberg (KD Gelsen.-B.)	
	Ü60 Kata	*3 TN*
1. Platz	Manfred Völkner (USC Duisburg)	
2. Platz	Wolfgang Kritzler (1. JJJC Do.)	
3. Platz	Jürgen Knaack (Kaiten Hamm)	
	MASTERCLASS MIXED	
	Ü30-Ü60 Kata-Team	*2 TN*
1. Platz	1. JJJC Dortmund	
2. Platz	USC Duisburg	

Herzlichen Glückwunsch!

Krokoyama Cup

Mit mehr als 600 Startern/innen aus über 130 Vereinen war der Internationale Krokoyama Cup, der am 26.04.2014 in Koblenz ausgetragen wurde, stark besetzt.

Shara Hubrich (rot) in Aktion.

Umay Demirkan

Oberberg Karate Gummersbach

Fotos: Wolbers

von Eva Mona Altmann

Neu in diesem Jahr: Die Einführung einer Trostrunde zur Ermittlung der Drittpatzierten. Die Wettkämpfe begannen morgens um 8.30 Uhr und dauerten auf der letzten Tatami bis ca. 20.00 Uhr. Auch aus NRW waren zahlreiche Karateka ins benachbarte Rheinland-Pfalz angereist, um sich mit der nationalen und internationalen Konkurrenz zu messen. Dabei konnten wieder einmal viele erfreuliche Platzierungen erzielt werden, aufs Treppchen gelangten:

1. Platz: Kata F female – Olivia Kittel (Kensho Neukirchen-Vluyn); Kumite E male -76 kg – Max Bauer (Oberberg Karate); Kumite E female -53 kg – Shara Hubrich (TV Borgeln); Kata E male – Roman Lux (Satori Hilden); Kumite F male -78 kg – Dennis Laschitzky (Oberberg Karate); Kumite E male -61 kg –Andreas Schewtschenko (Oberberg Karate); Kumite D female -47 kg – Jacqueline Schweichert (Mushin Halle). **2. Platz:** Kumit E male -61 kg – Arnold Bol (Taisho Siegburg); Kumite D female -47 kg – Jacqueline Hagendorf (Budokan Bochum); Kata D female – Umay Demirkan (Tus Ost Bielefeld). **3. Platz:** Kumite D female -54 kg – Meike Drexhage (SKD Bad Salzuflen); Kata D male – Yannick Drescher (Zanshin Bergisch Gladbach); Kata F male – Julian Wieser (KD Kempen); Kumite F male +78 kg – Fabian Sobel (Taiko Oberhausen); Kumite D female +54 kg – Ardonika Plava (Rhein Berg Karate); Kumite D male +70 kg: – Alexander Bäcker (JC Borken); Kumite D male -57 kg – Nils Tönnis (KD Kempen); Kumite D male -63 kg – Marian Dreier (USC Duisburg).

Weitere Platzierungen und Fotos online!

Golden Belt

Zwei Mal Bronze in Serbien

von Eva Mona Altmann

Nika Tsurtsumia und Alexander Heimann sicherten sich Bronze beim internationalen „Golden Belt"-Turnier in Serbien. Herzlichen Glückwunsch!

Kata-Athleten setzen sich in Holland durch

Internationaler Rotterdam Cup

von Eva Mona Altmann

Beim 7. Internationalen Rotterdam Cup, der am 17.05.2014 ausgetragen wurde, belegte Umay Demirkan (TuS Ost Bielefeld) den ersten Platz in der Disziplin Kata Einzel. Das Kata-Team Herren vom Kensho Neukirchen-Vlyun (Platzer, Prinz, Szabo-Reiss) erlangte Rang zwei. Wir gratulieren den KDNWlern zu diesen Erfolgen im benachbarten Ausland!

Rhein Shiai 2014

Rang 2 im Medaillenspiegel für unseren Schülerkader

von Susanne Nitschmann

Beim 2. Rhein Shiai in Mayen (Rheinland-Pfalz) nahm Landesjugendtrainerin Susanne Nitschmann mit 10 Kids aus dem NRW-Kader teil. Der Modus „jeder-gegen-jeden" gab den Talenten gleich mehrfach die Gelegenheit, sich zu zeigen und besprochene Taktiken umzusetzen.

In der Klasse Mädchen U11 starteten Emely Laitenberger, Marie Maas und Natalie Jürgensmann (Bielefeld Sennestadt). Marie und Natalie sind als jeweils Gruppenzweite nicht ins Finale eingezogen – schade, denn beide Kämpferinnen konnten sechs ihrer sieben Kämpfe klar für sich entscheiden. Emely (KD Kempen) gelang der Einzug ins 3-er Finale. Hier belegte sie einen hervorragenden 3. Platz.

Bei den Jungs lief es noch erfreulicher. In der Klasse U11 dominierte NRW. Rami Alastal (Budokan Bochum) und Albian Plava (Rhein Berg Karate) setzten sich in der großen Gruppe mit sieben Vorrundenkämpfen und zwei Finalkämpfen durch und belegten Platz 1 (Albian) und Platz 2 (Rami).

In der Klasse U14 wurde in DKV-Gewichtsklassen unterteilt. Die starke NRW-Klasse bis 33 Kg! Nach fünf gewonnenen Vorrunden kämpften Nikolas Fahron (Hara Köln) und Amir Plava (Rhein Berg Karate) mit großer Fairness das Finale aus. Nikolas belegte an diesem Tag Platz 1.

In der Klasse U14 bis 38 Kg war der amtierende Deutsche Meister Noah Tönnis (KD Kempen) in allen Kämpfen überlegen. Seine sieben (!) Vorrunden gewann er mit 38:2 Punkten. Lediglich im Finale lag er zu Beginn gegen seinen tschechischen Konkurrenten mit 0:1 hinten, konnte dann aber trotz des langen Tages noch einmal seine Leistung abrufen und gewann schließlich ungefährdet mit 7:2.

Ein tolles Team-Ergebnis und Platz 2 im Medaillenspiegel für den KDNW-Schülerkader!

Neko Cup

KDNW erfolgreich in Hessen

Foto: Nitschmann

von Susanne Nitschmann

Der letzte Test des Jugendkaders vor der DM fand in Maintal statt. Leider hatte der Veranstalter nicht die gleiche Halle wie im vergangenen Jahr. Somit lautete das Motto des Tages „näher zusammenrücken".

Sehr gute Leitungen zeigten Evelyn Laitenberger, Nils Tönnis und Marcel Schille, die sich in schweren Gruppen gut platzieren konnten.

Aus den vielen guten Leistungen des Tages sind besonders die Teams der Jungs herauszuheben. Das Team U14, mit Nikolas Fahron, Amir Plava, Noah Tönnis und Jan Kemmet (alle in den Klassen -33 kg und -38 kg), kämpfte sich beherzt und mannschaftlich geschlossen gegen körperlich überlegene Gegner bis ins Finale. Nur denkbar knapp unterlagen die Jungs dem Team aus Rheinland Pfalz.

Mindestens genauso aufregend war auch der Wettbewerb der U16 mit Nils Tönnis, Andin Plava und Johnathan Schierhorn. Letzterer musste den dritten Kampf bestreiten. Das Team lag mit zwei Punkten hinten. Jonathan hatte also die schwere Aufgabe, mit drei Punkten Unterschied gewinnen zu müssen. Alle Sportler und Betreuer des KDNW feuerten ihn dazu mächtig an und Jonathan zeigte allen, was er kann. Mit drei sensationellen Fußtechniken deklassierte er seinen Gegner und siegte mit 9:0 Punkten und sicherte seinem Team so den Sieg.

Es platzierten sich (hoffentlich habe ich niemanden vergessen): Nikolas Fahron (2. Platz Team), Jan-Sven Kemmet (3. Platz U 14 -38 kg, 2. Platz Team), Evelin Laitenberger (2. Platz U16 +54kg), Jonathan Schierhorn (2. Platz U16 -52 kg, 1. Platz Team), Noah Tönnis (2. Platz Team), Nils Tönnis (1. Platz U16 -57 kg, 1.Platz Team), Ardonika Plava (3. Platz U16 +54 kg), Amir Plava (2. Platz U14 - 33 kg, 2. Platz Team), Marcel Schille (3. Platz U14 -38kg, 3. Platz Team), Alex Kirov (3. Platz U 16 -63 kg, 3. Platz Team), Andin Plava (3. Platz U16 -57 kg, 1. Platz Team), Lea Baczyk (3. Platz U16 -47 kg), Amina Plava (1. Platz U11), Aurona Plava (3. Platz), Batikan Cetinkaya (2. Platz).

DHM

Deutsche Hochschulmeisterschaft Karate 2014

Bilder, Ergebnisse, Medaillenspiegel und Video online beim ADH!

von Eva Mona Altmann

Bei der Deutschen Hochschulmeisterschaft Karate, die am 17. Mai 2014 in Wiesbaden ausgetragen wurde, konnten auch Sportler/innen aus NRW vordere Platzierungen erreichen.

Westfalen

Bezirksmeisterschaft

Foto: Schaub

von Eva Mona Altmann

Am 5. April fand die vierte und letzte Bezirksmeisterschaft des Karate-Dachverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. im Jahr 2014 statt. In Wettringen trat der Karate-Nachwuchs des Bezirkes Westfalen gegeneinander an. Auf vier Matten wurden die Begegnungen von 10.00 Uhr bis ca. 15.00 Uhr ausgetragen. Ausrichtender Vereine war der Chikai Wettringen e.V.

Mehr Fotos & Ergebnisse online!

Deutscher Goju-Ryu Cup

Stilrichtung trifft sich in Eppingen.

Mehr Fotos online!

Artur Oborovski (TuS St. Arnold) holte Gold im Kata-Shiai der Junioren.
Foto: Wolbers

von Eva Mona Altmann

Beim diesjährigen Internationalen Deutschen Goju-Ryu Cup, der am 24.0 Mai 2014 in Eppingen (Baden-Württemberg) ausgetragen wurde, waren zahlreiche Athleten/innen aus dem KDNW am Start und zeigten ihr Können auf den sechs Tatami (Kampfflächen) in der lichtdurchfluteten Wettkampfhalle. Auch auf Kampfrichterseite war NRW stark vertreten. Während die Kata-Wettbewerbe sich rein auf Darbietungen aus dem Stil Goju-Ryu beschränkten, waren die Kumite-Wettbewerbe auch diesmal wieder stiloffen. Alles in allem ein rundum gelungener Wettkampftag.

KDNW-Ergebnisse

1. Platz:
Laura Dreyer, Kata Jugend weiblich (TuS St. Arnold)
Leif Dreyer, Kata Kinder männlich (TuS St. Arnold)
Artur Oborovski, Kata Junioren (TuS St. Arnold)
Andreas Mulder, Kumite Herren Masterclass +80 kg (TuS St. Arnold)
Angeliak Pankratov, Kata Schülerinnern (TV Emsdetten)

2. Platz:
Alina Krämer, Kumite Schülerinnen (CKD Wettringen)
Anna-Marie Woltering, Kumite Jugend weiblich -54 kg (CKD Wettringen)
Luca Thiemann, Kumite Junioren -62 kg (CKD Wettringen)
Jeanne Grzymski, Kata Kinder weiblich (PSV Bochum)
Kata-Team Damen Leistungsklasse (TuS St. Arnold)
Jana Hüser, Kumite Kinder Mädchen +1,35m (CKD Wettringen)

3. Platz:
Pia Kluskemper, Kata Kinder weiblich (TuS St. Arnold)
Angelika Pankratov, Kumite Schülerinnen -40 kg (TV Emsdetten)
Kata-Team Schülerinnen (TuS St. Arnold)
Kumite-Team Schülerinnen (CKD Wettringen)
Kumite-Team Kinder weiblich (CKD Wettringen)
Leona Gehling, Kumite Jugend weiblich +54 kg (TuS St. Arnold)
Laura Dreyer, Kumite Jugend weiblich +54 kg (TuS St. Arnold)
Stefan Wiegers, Kumite Herren Leistungsklasse +72 kg (CKD Wettringen)
Christian Niehues, Kumite Herren Leistungsklasse +72 kg (CKD Wettringen)
Kumite-Team Herren Leistungsklasse (CKD Wettringen)
Lukas Tann, Kata Junioren (TV Jahn Rheine)

LM Jugend & Junioren mit teils sehr hohem Leistungsniveau

Posieren nicht nur wie die Profis, sondern kämpfen auch schon so: Teilnehmer/innen der LM Jugend & Junioren aus verschiedenen Dojos. Karate verbindet!

von Eva Mona Altmann

Am Samstag, den 10. Mai 2014, fand die diesjährige Landesmeisterschaft der Altersklassen Jugend und Junioren/innen in Hattingen statt. Ausrichtender Verein war der PSV Hattingen. Das Leistungsniveau war teils sehr hoch – so fanden sich unter den Startern/innen mehrere Deutsche Meister/innen und Deutsche Vizemeister/innnen und sogar eine amtierende Welt- und Europameisterin (Shara Hubrich), sowie ein WM-Bronze-Gewinner und Europameister (Max Bauer). Die Wettkämpfe begannen morgens um 10.00 Uhr mit den Kata-Disziplinen. Nach den Kata-Finals und der Kata-Siegerehrung ging es gegen Mittag weiter mit den Kumite-Begegnungen. Auch in den Kumite-Disziplinen wurden die Vor- und Trostrunden auf vier Kampfflächen ausgetragen, die Finals fanden dann auf nur noch zwei Tatami statt. Entgegen der ursprünglichen Planung wurde die Veranstaltung erst am frühen Abend beendet.

Ergebnisse

JUGEND WEIBLICH

Kata 15 TN

1. Platz Laura Dreyer (TuS St. Arnold)
2. Platz Natalia Kerlin (TuS Ost Bielefeld)
3. Platz Umay Demirkan (TuS Ost Bielef.)

-47 kg 7 TN

1. Platz Jaqueline Hagendorf (Budokan B.)
2. Platz Anna Marie Woltering (CKD W.)
3. Platz Chantal Siep (KC Bergisch Glad.)

-54 kg 7 TN

1. Platz Monika Feygin (Budokan Bo.)
2. Platz Maiko Czarnetzki (KG Hatt./Bo.)
3. Platz Meike Drexhage (SKD Bad Salz.)

+54 kg 10 TN

1. Platz Ardonika Plava (Rhein Berg K.)
2. Platz Eveline Laitenberger (KD Kemp.)
3. Platz Melissa Königs (USC Duisburg)

JUNIORINNEN

Kata 9 TN

1. Platz Celina Feemer (BSC Oberhausen)
2. Platz Anna Knoke (Dojo Lemgo Lippe)
3. Platz Hanna Körner (Taisho Siegburg)

-48 kg 3 TN

1. Platz Shara Hubrich (TV Borgeln)
2. Platz Jacqueline Schweichert (Mushin)
3. Platz Sarah Maier (USC Duisburg)

-53 kg 0 TN

-59 kg 75TN

1. Platz Özlem Kilic (KC Bergisch Gladb.)
2. Platz Janine Schwartz (USC Duisburg)
3. Platz Gentijana Preteni (Ruhr Dojo)

+59 kg 5 TN

1. Platz Aman Kahlon (Ruhr Dojo)
2. Platz Lena Grineisen (Budokan Bo.)
3. Platz Habibe Demirboga (KC Berg. Gl.)

JUGEND MÄNNLICH

Kata 12 TN

1. Platz Yannick Drescher (Zanshin BGL)
2. Platz Denis Lind (TuS Ost Bielefeld)
3. Platz Tobias Schmitz (Rhein Berg K.)

-45 kg 6 TN

1. Platz Tobias Schmitz (Rhein Berg K.)
2. Platz Jürgen Kiriy (Taisho Siegburg)
3. Platz Krishan Singh (Ruhr Dojo)

-52 kg 7 TN

1. Platz Jonathan Schierhorn (USC Duisb.)
2. Platz Tariq Holzhäuser (Hara Köln)
3. Platz Muhannad Ibrahim (Mushin H.)

-57 kg 9 TN

1. Platz Nils Tönnis (KD Kempen)
2. Platz Andin Plava (Rhein Berg Karate)
3. Platz Dany Nkelani (USC Duisburg)

-63 kg 10 TN

1. Platz Denis Lind (KC Sennestadt)
2. Platz Stelios Tsitslias (Rhein Berg K.)
3. Platz Alex Kirov (Budokan Bochum)

-70 kg 4 TN

1. Platz Matheu Melsa (KG Bochum/Hat.)
2. Platz Marius Thiele (SC Paderborn)
3. Platz Jonas Wippersteg (KD Hüllhorst)

+70 kg 7 TN

1. Platz Cedric Horstmeyer (Taiko Dojo)
2. Platz Forian Bücksteeg (Kyokai Neuenk.)
3. Platz Endrit Salihi (Bushido Köln)

JUNIOREN

Kata 11 TN

1. Platz Roman Lux (Satori Hilden)
2. Platz Marvin Finchel (Kensho Neuk.-Vl.)
3. Platz Lukas Tann (TV Jahn Rheine)

-55 kg 9 TN

1. Platz Ewald Klan (Oberberg Karate)
2. Platz Massaut Zelmat (Kaiten Hamm)
3. Platz Mustafa Semih Kircali (Sennestadt)

-61 kg 6 TN

1. Platz Arnold Bol (Taisho Siegburg)
2. Platz Artur Oborovski (TuS St. Arnold)
3. Platz Julian Vering (JC Borken)

-68 kg 6 TN

1. Platz Matthias Boehnke (Ruhr Dojo)
2. Platz Pascal Conrady (Rhein Berg K.)
3. Platz Marcel Tillmann (Taiko Dojo)

-76 kg 6 TN

1. Platz Max Bauer (Oberberg Karate)
2. Platz Alexander Schimmel (KC Senn.)
3. Platz Daniel Michajlina (Mushin Halle)

+76 kg 10 TN

1. Platz Kevin Luzenko (Oberberg Karate)
2. Platz Alexander Bäcker (JC Borken)
3. Platz Ogulcan Dogan (KC Berg. Gladb.)

TEAMS

Kumite U16 weiblich 3TN

1. Platz KD Kempen
2. Platz Rhein Berg Karate Bergisch Gladb.
3. Platz KG PSV Hattingen/SZ Bochum

Kumite U16 männlich 5TN

1. Platz KD Kempen
2. Platz KG PSV Hattingen/SZ Bochum
3. Platz Budokan Bochum

Kata weiblich 5 TN

1. Platz TuS St. Arnold
2. Platz Dojo Lemgo Lippe
3. Platz Okinawa Düren

Kata männlich 4TN

1. Platz Budokan Bochum
2. Platz KG PSV Hattingen/SZ Bochum
3. Platz Okinawa Düren

Kumite U18 weiblich 2 TN

1. Platz Mushin Halle
2. Platz KC Bergisch Gladbach

Kumite U18 männlich 7 TN

1. Platz JC Borken
2. Platz Budokan Bochum
3. Platz Oberberg Karate Gummersbach

Hans Wecks

70. Geburtstag

Foto: Feemer

von Frank Feemer

Zu seinem 70. Geburtstag gratulierten Hans Wecks (2.v.l.), dem Gründer, Cheftrainer und Vorsitzender des BSC Oberhausen, ca. 120 Gäste: Freunde, Familie und Karate-Weggefährten reisten aus ganz Deutschland, Dänemark, Holland und England an. Laudatoren waren der Oberhausener Oberbürgermeister Klaus Wehling, der Stadt-Sport-Bund Präsident Werner Schmidt und der Vize-Präsident des Karate-Dachverbandes Nordrhein-Westfalen Rainer Katteluhn. Herzlichen Glückwunsch!

Jukuren

Karate lernen mit 80 Jahren

Foto: Xenos

von Jochen Xenos

Am Ende eines Selbstverteidigungskurses im Frühjahr 2013 erkundigte sich ein älterer Herr nach den Trainingszeiten unseres Karatevereins, nahm die erste Trainingseinheit wahr und sagte: „Ich brauch' jetzt ein Sauerstoffzelt!" Aber elf Monate später sollte Jorge Palomino nach entsprechender Vorbereitung mit dem Schwerpunkt Kihon seine Prüfung zum Weißgurt ablegen. Kurz vorher überraschte er mich damit, die Kata zeigen zu können. Somit war gleichzeitig die Prüfung zum Gelbgurt möglich. Jorge, der in diesem Jahr seinen achtzigsten Geburtstag feiert, bestand mit Bravour. Der aus Kolumbien stammende mehrfache Großvater fühlt sich in unserem Verein sichtlich wohl und ist sehr glücklich, eine neue sportliche Heimat gefunden zu haben. Grenzen existieren meist in den Köpfen von Menschen! Selbst ein hohes Alter ist kein Hinderungsgrund, mit dem Karate-Do zu beginnen. Wir nennen das Jukuren-Plus.

Ehrung

in Gummersbach

Foto: Meisen

von Friedhelm Meisen

Michaela Engelmeier-Heite, sportpolitische Sprecherin der SPD-Fraktion des Deutschen Bundestages und Mitglied des Bundestags-Sportausschusses sowie Vizepräsidentin des Deutschen Judoverbandes nahm eine Ehrung unserer erfolgreichen Sportler/innen vor. Mit dabei der stellvertretende Landrat Prof. Dr. Friedrich Wilke und der stellvertretende Bürgermeister Jürgen Marquart. Der Präsident des Deutschen Paraolympischen Verbandes Friedhelm Julius Beucher ließ durch mich herzliche Grüße übermitteln und entschuldigte sich, da er an diesem Tag schon einen längerfristigen Termin in Berlin hatte. Frau Engelmeier-Heite verfolgt unsere Erfolge schon lange mit Bewunderung und betonte die Wichtigkeit, junge Menschen in Sportvereine einzubinden. Nicht nur der Handballverein VFL hat Gummersbach über alle Grenzen bekannt gemacht, mittlerweile hat auch Karate dazu beigetragen, dass die Stadt Gummersbach einen guten sportlichen Ruf hat, betonte der stellvertretende Bürgermeister Jürgen Marquart. Prof. Dr. Wilke schloss sich diesem Tenor an und wies auf die wichtige Integrationsarbeit in unserem Karateverein hin.

White Crane

Haki Celikkol nun Vertreter

von Judith Weiter

Seit einigen Jahren unternehmen Karateka aus Gronau und Ahaus unter der Leitung von Haki Celikkol (6. Dan Karate) regelmäßig Trainingsreisen nach Yongchun im Südosten Chinas zu Meister Pan Chengmiao, der mit dem Weng Gong Ci Wu Shu Guan die älteste Schule am Ort betreibt. Nun honorierte Meister Pan dieses Engagement und betraute Haki Celikkol offiziell mit der Vertretung seiner Schule in Deutschland.

Dieter Paul

Goldene DKV-Medaille

Foto: Strolo

von Lothar Strolo

Tatsächlich ganze 30 Jahre lang hat Dieter Hans Paul jeden Freitag in der Halle gestanden und das Kinder- und Jugendtraining bei uns im Kampfkunst Dojo Detmold e.V. geleitet. Außerdem leitete er jeden Montag die Ü35-Gruppe. Als Dieter, der sich auf die Prüfung zum dritten Dan vorbereitet, nun bekanntgab, etwas kürzer treten zu wollen, war das der richtige Moment für die Ehrung seiner langjährigen verdienstvollen Tätigkeit. Dieter wusste von nichts und war entsprechend überrascht, als ihm durch den ersten Vereinsvorsitzenden Ulrich Weß-Wessner (6. Dan) am 21. März 2014 die DKV-Ehrenmedaille in Gold verliehen wurde. Herzlichen Glückwunsch!

Bosnien

Neusser trainieren in Mostar

Foto: Tolo

von Simo Tolo

In der Zeit vom 17.-24. April 2014 besuchten Karateka des Neusser Unsui-Dojo den befreundeten Karate-Klub Mostar in Bosnien. In den gemeinsamen Trainingseinheiten – abwechselnd unter der Leitung des Gastgeber-Trainers Salih Grbić und des Trainers Simo Tolo vom Unsui-Dojo Neuss – wurden sowohl die Unterschiede als auch die Gemeinsamkeiten der beiden praktizierten Stilrichtungen Fudokan/Shotokan und Goju Ryu verdeutlicht. Ein Wiedersehen – vielleicht im Neusser Dojo – ist unbedingt gewollt.

Alle Fotos Okinawa: Gans

Okinawa: Eine beeindruckende Reise in das ostasiatische Paradies – Teil I

von Stefanie Gans

Eines Morgens bei Facebook traute ich meinen Augen kaum. Vor kurzem erst hatte ich dort eine Seite abonniert, die regelmäßig über günstige Reiseangebote informiert – meist ganz gewöhnliche Ziele innerhalb Europas. Doch nun stand da: „Kracher-Angebot nach Okinawa". Mir bekannt als das Paradies, von dem die alten Karate-Meister in ihren Dokumentationen berichten, eine der entscheidenden Wurzeln des Karate-Do und die unbereiste und naturbelassene Insel zwischen dem ostchinesischem Meer und dem pazifischen Ozean. Sofort erzählte ich meinem Vater Michael davon, mit dem ich zusammen trainiere und seit rund fünf Jahren eine kleine Karate-Abteilung in Langenfeld (Rheinland) leite. Gepackt von Enthusiasmus, schlugen wir zu und gestalteten eine Familienreise daraus, denn auch meine Mutter – obwohl kein Karateka – schloss sich uns an.

Sechs Monate später, im März 2014, ging es dann endlich los: Ziel war die Hauptinsel der Präfektur Okinawa.

Keine Direktflüge nach Okinawa. Das war uns zwar bewusst, aber dennoch dauerte die Anreise eine gefühlte Ewigkeit. Von Düsseldorf nach Paris, weiter über Shanghai und schießlich nach Okinawa. Insgesamt waren wir rund 26 Stunden unterwegs, bis wir endlich in Naha, der Hauptstadt der Präfektur, ankamen.

Es regnete leicht und zunächst waren wir etwas betrübt von der andersartigen Architektur. Keine roten Tempel oder schöne alte Häuser, so wie wir es uns (ohne vorher genauer zu recherchieren) ausgemalt hatten. Stattdessen dicht an dicht triste gelb-braune Bauten mit höchstens 50 Quadratmeter Grundfläche. Wie wir später erfuhren, so konstruiert, um den Naturgewalten, denen die Insel ausgesetzt ist, standzuhalten.

Nach unseren Koffern nahmen wir direkt am Flughafen auch unseren Mietwagen für die kommenden acht Tage in Empfang. Nachdem wir uns auf den Linksverkehr eingestellt hatten, erreichten wir unser zentral gelegenes Hotel. Ein Hotel in Naha würden wir – so unser Fazit – immer wieder buchen. In der Hauptstadt gibt es Hotels aller Größen- und Preisklassen (von Hostels über einfache traditionelle Gasthäuser, bis hin zu gehobenen Hotels nach europäischen Standards).

Im Voraus haben wir über die japanische Botschaft eine Landkarte bezogen, um die wichtigsten Eckpunkte unserer Reise zu planen (Achtung: Es ist schwierig, an eine solche Karte zu gelangen!). Die Insel gliedert sich in mehrere unterschiedliche Teile. Um vieles zu sehen, waren wir am Ende der Reise etliche Kilometer gefahren. Über die Größe der Insel waren wir wirklich erstaunt.

Der Süden der Insel ist gut besiedelt, die Architektur typisch okinawanisch. Ein paar Strände und Grünflächen gibt es auch. In diesem Teil finden sich die traditionellen (Friedens-) Gedenkstätten und Gräber.

Weiter im Süden folgen die Städte Naha (Hauptstadt) sowie Nishihara, in denen der größte Teil der Bevölkerung ansässig ist. Naha bietet eine unheimliche Vielfalt! Sowohl traditionelle Parks (und das wunderschöne Shuri-jo Schloss), als auch Hafen, Flughafen und moderene Shopping-Center sind vorhanden.

Nördlich von Naha liegt die amerikanische Besatzungszone, die vorwiegend von US-Amerikanern bewohnt ist. Dort befindet sich auch einer der größten US-amerikanischen Militärflughäfen der Welt.

Weiter nördlich liegen kleine Städte sowie der große Ocean Expo Park mit einem riesigen Unterwasseraquarium, das eine beachtliche Artenvielfalt beherbergt. Bei gutem Wetter bietet sich der Expo Park für einen Tagesausflug an, er ist weitläufig und es gibt viel zu entdecken.

Der nördlichste Teil der Insel ist bedeckt mit dichtem unbewohntem Urwald. Eine große Straße zieht sich hindurch. Man kann stundenlang durch beeindruckende Landschaft fahren. Wer Glück hat, kann auch den dort beheimateten Noguchi-Specht entdecken.

Ganz im Norden befindet sich das Cape Hedo, von wo man einen fantastischen Ausblick auf das offene Meer hat.

Auch empfehlenswert sind die Nachbarinseln, die mit dem Auto (über Brücken) oder dem Boot schnell zu erreichen sind. Besonders imposant ist das Inseleck Henza-Miyagi-Ikei im Osten sowie die Inseln Yagaji und Kouri im Westen. Dort gibt es einsame Traumstrände mit weißem Sand und türkisfarbenem Wasser (wie im Bilderbuch!). Zudem kann man zwischen Januar und März vom Tomari-Hafen in Naha zum Whale-Watching starten.

Fortsetzung in der nächsten Ausgabe:
„Okinawa: Eine beeindruckende Reise in das ostasiatische Paradies – Teil II": Privates Training für Stefanie und Michael Gans in Nishihara bei Tetsuhiro Hokama Hanshi, Träger des zehnten Dan im Goju-Ryu Karate-Do sowie im Kobudo und Begründer des einzigen Karate-Museums überhaupt...

Nachruf für Nadja Nihela

von Alfons Pinders

Wir trauern um Nadja Nihela, geboren am 14.01.1966, verstorben am 03.12.2013, erste Vorsitzende des i-defense Essen e.V., zweiter Dan Karate, Selbstverteidigungs- und Gesundheitstrainerin.

Nach langer Krankheit ist Nadja von uns gegangen.

Jeden Tag finden sich ihre Spuren, die sie hinterlassen hat. Wir behalten sie fest in unseren Herzen. Die Erinnerung ist unsterblich.

Termine der Dojos

30. August 2014

Jubiläumslehrgang 35 Jahre SC Taisho in Siegburg

Trainer/innen:
Shuzo Imai (8. Dan), Kasim Keles (8. Dan), Thomas Prediger (5. Dan), Seoung-Sook Park (3. Dan), Peter Schira (Brazilian Jiu Jitsu), Daniel Hideki Katayama aka Guaru (Capoeira)

Zeitplan:

11.00 – 12.15 Uhr:	Kata (Imai), Kumite (Keles), SV (Prediger), Kata bis 5. Kyu (Park)
12.30 – 13.45 Uhr:	Kihon (Imai), SV (Keles), Kumite (Prediger), Kata ab 4. Kyu (Park)
15.30 – 16.45 Uhr:	SV (Imai), Brazilian Jiu Jitsu (Schira), Capoeira (Guaru), Kata bis 5. Kyu (Park)
17.00 – 18.15 Uhr:	Kumite (Imai), Brazilian Jiu Jitsu (Schira), Capoeira (Guaru), Kata ab 4. Kyu (Park)
ab 16.00 Uhr:	Prüfungen bis 5. Dan
ab 19.00 Uhr:	gemeinsames Abendessen Buffet Kubana

Teilnahme ab 14 Jahre!

Gebühr: 10,00 Euro pro Einheit
25,00 Euro gesamter Lehrgang

Ort: Sporthalle Anno-Gymnasium
Zeithstr. 186, 53721 Siegburg

Ausrichter: SC Taisho Siegburg
thomas-prediger@web.de

26. Oktober 2014

Kata- & Bunkai-Lehrgang mit Georg Karras (6. Dan) in Köln

Training: 10.00 – 11.15 Uhr: 9. Kyu – 6. Kyu
11.15 – 12.30 Uhr: 5. Kyu – Dan
12.30 – 13.30 Uhr: 9. Kyu – 6. Kyu
13.30 – 14.30 Uhr: 5. Kyu – Dan

Prüfungen: Anschließend Prüfungsmöglichkeit bis einschl. 1. Kyu.

Gebühr: 20,00 Euro

Ausrichter: 1. Kölner Karate Club Bushido 1961 e.V.

Ort: Sporthalle Heinrich-Heine-Gymnasium
Hardtgenbuscher Kirchweg 100
51107 Köln

Hinweise: Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab. Ferner weisen wir darauf hin, dass während des Lehrganges Fotos und Videoaufnahmen gemacht werden.

Info: Ralf Vogt
Tel.: 02236/380617
Email: ralf.vogt@bushido-koeln.de

13. September 2014

In Memoriam Christoph Heiden Gedenklehrgang mit Silvio Campari in Bergneustadt

Trainingszeiten:

9.30 – 11.00 Uhr:	9. – 4. Kyu
11.00 – 12.30 Uhr:	3. Kyu – Dan
14.30 – 16.00 Uhr:	9. – 4. Kyu
16.00 – 17.30 Uhr:	3. Kyu – Dan

Gebühr: 15,00 Euro / 10,00 Euro (bis 14 J.)

Ort: Dreifach-Turnhalle auf dem Hackenberg
Löhstr. 20
51702 Bergneustadt

Ausrichter: Karate Dojo Bergneustadt

Info: Marvin Kamp, Tel.: 0160/96212111

Webseite: www.karate-dojo-bergneustadt.de

Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen

Geschäftsstelle des KDNW

Tel. (0203) 99 72 10	Fax (0203) 99 72 09	info@kdnw.de
Postfach 100 750	47007 Duisburg	
Geschäftszeiten	Mo-Fr 08:15-12:15 h	Do auch 15:00-19:00 h
Elisabeth Bork	Tel. (0 26 84) 97 76 94	e.bork@kdnw.de

Geschäftsführendes Präsidium

Präsident	Ulrich Heckhuis	u.heckhuis@kdnw.de
Vizepräsident	Rainer Katteluhn	r.katteluhn@kdnw.de
Geschäftsführer	Horst Nehm	h.nehm@kdnw.de
Schatzmeister	Dr. Fritz-Peter Schlüter	fp.schlueter@kdnw.de

Erweitertes Präsidium

Aus- u. Fortbildung, Breitensport	Thomas Behnke	t.behnke@kdnw.de
Frauen	Barbara Höfer	b.hoefer@kdnw.de
Jugend	Susanne Nitschmann	s.nitschmann@kdnw.de
Kampfrichterwesen	Uwe Portugall	u.portugall@kdnw.de
Leistungssport	Thomas Prediger	t.prediger@kdnw.de
Sportdirektor	Stefan Krause	s.krause@kdnw.de
Internet	Carsjen van Schwartzenberg	c.v.schwartzenberg@kdnw.de
Presse	Eva Mona Altmann	e.m.altmann@kdnw.de
Schulsport	Kerstin Wiek	k.wiek@kdnw.de
Stilr. Shotokan	Bernhard Milner	b.milner@kdnw.de
Stilr. Goju-Ryu	Christian Winkler	c.winkler@kdnw.de
Prüferref. Goju-Ryu	Ludger Niemann	l.niemann@kdnw.de
Stilr. Wado-Ryu	Peter Meuren	p.meuren@kdnw.de

Stilrichtungsreferenten

Goju-Kan	Kiyoshi Ogawa	Tel. (0211) 49 82 72 9
JKD Dentokai	Detlef Tolksdorf	taiko@hotmail.de
Kempo	Jens Wölke	Karate@vodafone.de
Koshinkan	Hans Wecks	Wecks@t-online.de
Shito-Ryu	Michael Stenke	m.stenke@helimail.de
Shoto-Ryu	Dr. René Peisert	ct.psv.karate@t-online.de
Stiloffenes Karate	Ludwig Binder	via Geschäftsstelle
Tang-Soo-Do	Stefan Frank	stefan.frank-karate@t-online.de
Yoshukai	Otto Rumann	yoshukan.dortmund@arcor.de

Aktivensprecher/innen

Kata	Olivia Kittel	o.kittel@kdnw.de
Kata	Felix Leicher	f.leicher@kdnw.de
Kumite	Ezgi Kaya	e.kaya@kdnw.de
Kumite	Ilias El Azzouzi	i.el_azzouzi@kdnw.de

Redaktion/ Layout Karate Aktuell

Eva Mona Altmann e.m.altmann@kdnw.de Tel. (0221) 4 69 57 11

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden sich auf http://www.kdnw.de

Bankverbindung:

Sparkasse Hamm IBAN DE02 4105 0095 0000 1585 35
BIC WELADED1HAM

Geschäftsstelle Deutscher Karate Verband

Am Wiesenbusch 15, 45966 Gladbeck, Tel. (0 20 43) 29 88 0, Fax (0 20 43) 298813
Geschäftszeiten: Mo-Do 08:30-16:30 Uhr, Fr 08:30-13:30 Uhr
Mail: info@karate.de, http://www.karate.de

Impressum

Herausgeber und Verleger: Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V., Postfach 100750, 47007 Duisburg, Mitglied des Deutschen Karate Verbandes e.V. und des Landessportbundes NRW e.V., Tel.: 0203/997210, Fax: 0203/997209, Email: info@kdnw.de

Redaktion, Satz und Layout: Eva Mona Altmann

V.i.S.d.P.: Eva Mona Altmann, Merheimer Str. 247, 50733 Köln

Auflage: 4000 Exemplare - Erscheinungsweise: 4 Ausgaben pro Jahr

Redakionsschluss: s. unten

Druck: PRINTEC OFFSET medienhaus, Ochshäuser Str. 45, 34123 Kassel

Verteilung an die Mitgliedsvereine nach Stärkemeldung. Der Bezugspreis ist im Mitgliedspreis enthalten.

Textautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Thomas Behnke, Ludwig Binder, Elisabeth Bork, Heike Buck, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Stefanie Gans, Alexandra Iserloh, Stefan Krause, Melina Lex, Friedhelm Meisen, Tim Milner, Judith Niemann, Susanne Nitschmann, Alfons Pinders, Uwe Portugall, Frawi Tönnis, Julius-Benedict Schweden, Lothar Strolo, Simo Tolo, Ralf Wagner, Judith Weiter, Jochen Xenox.

Bildautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Heike Buck, Friederike Dinger, Anke Dreyer, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Ulrike Fox, Stefanie Gans, Christian Grüner, Alexandra Iserloh, Frank Königs, Stefan Krause, Melina Lex, Friedhelm Meisen, Tim Milner, Judith Niemann, Susanne Nitschmann, Alfons Pinders, Thomas Prediger, Hans-Peter Schaub, Kerstin Serowy, Lothar Strolo, Simo Tolo, Frawi Tönnis, Ralf Wagner, Judith Weiter, Ralf Wolbers, Jochen Xenox.

Für nicht angeforderte Manuskripte, Fotos, Zeichnungen, CD-Roms usw. wird nicht gehaftet.

Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung eingesandter Beiträge und Ausschreibungen. Die Redaktion behält sich die Kürzung und die Ergänzung von Beiträgen vor.

Die Veröffentlichung von Lehrgangs- und Wettkampfausschreibungen sowie Werbeanzeigen ist kostenpflichtig.

Trotz aller Sorgfalt keine Gewähr für die Richtigkeit der veröffentlichten Termine, Ergebnisse und Texte. Keine Haftung auch für die Inhalte von hier aufgeführten Webseiten.

Redaktionsschluss für die Karate Aktuell 4/2014 ist am 15.09.2014.

DAUDA MÄCHE & JONIENS

5. BIS 9.
NOVEMBER
2014

22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

WWW.KARATE2014.DE

DKV

WKF

Bremen erleben!