KARATE AKTUELL

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

Jahrgang 28 Ausgabe 1 / 2017

Deutsche Meisterschaft
der Schüler & Masterklasse

Team NRW
KDNW-Kampfrichter/innen

Schwarzgurt ü50? – es funktioniert!
Interview mit Holger Keßling

KARATEbyJesse
Kämpfen ohne Angst

und vieles mehr...

Der KDNW e.V. ist Mitglied im:

DKV

LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Zusammenfassung der wichtigsten Regeländerungen

Gültig ab dem 1. Januar 2017

Es gibt zwei größere Veränderungen an den Kumite-Regeln, die am 1. Januar 2017 in Kraft treten. Beide zielen darauf ab, die Passivität zu verringern:

1. Einführung des "Vorteils der ersten alleinigen Wertung" (SENSHU). Bei Punktegleichstand nach Ablauf der Kampfzeit gewinnt der Kämpfer, welcher die erste alleinige Wertung erzielt hat. Der „Vorteil der ersten alleinigen Wertung" (SENSHU) bedeutet, dass ein Wettkämpfer die erste Wertung erhalten hat, ohne dass der Gegner ebenfalls eine Wertung vor dem Signal erzielt hat. In dem Fall, dass beide Wettkämpfer vor dem Signal eine Wertung erzielen, wird kein „Vorteil der ersten alleinigen Wertung" erteilt und beide Wettkämpfer haben die Möglichkeit, im weiteren Verlauf des Kampfes noch SENSHU zu erreichen. Mit anderen Worten: Als erstes eine Wertung zu erzielen, ist jetzt ein Vorteil, da man sich so für den Fall eines Punktegleichstandes bei Kampfende den Sieg sichert. (Weitere Erklärung in Anhang 3 des Regelwerkes Seite 59 – 60.)

2. ATOSHI BARAKU wird von 10 auf 15 Sekunden geändert. Die geltenden Regeln zu Verwarnungen und Strafen während ATOSHI BARAKU bleiben unverändert.

Die meisten anderen Änderungen sind administrativer oder sprachlicher Natur oder spiegeln die gängige Praxis wider, wo sie noch nicht ausreichend Eingang in die Regeln gefunden hatte. Einige sind für Kampfrichter und Wettkämpfer besonders wichtig, so zum Beispiel:

- 5 Minuten Pause bei Farbwechsel von Gürtel/Schutzausrüstung
- Die Startposition für Kumite-Wettkämpfer ist jetzt in der Mitte der ihnen zugewiesenen Matte.
- Der Hauptkampfrichter zählt die Zehn-Sekunden-Regel jetzt an seinen Fingern ab.
- Die Autorität des Hauptkampfrichters ist nicht nur auf die Kampffläche beschränkt, sondern erstreckt sich auch auf die unmittelbare Umgebung, einschließlich der Kontrolle des Verhaltens von Coaches, anderen Wettkämpfern oder Begleitpersonen, die sich im Wettkampfbereich befinden. (Für den DKV siehe Anhang 11 des Regelwerkes, Seite 69.)
- Kata-Wettkämpfer können nun bestraft werden, wenn sie die Darbietung des Gegners durch Umherbewegen stören.
- Für den Kata-Wettkampf werden die Matten, welche gewendet wurden, um die Startposition für die Kumite-Wettkämpfer rot zu markieren, wieder zurück gewendet, um eine einfarbige Oberfläche zu bilden.
- Die Gürtel dürfen nicht länger sein als bis zu ¾ des Oberschenkels.
- Wettkämpfer dürfen zwei Haargummis in einem Zopf tragen (bisher nur eines).
- Weibliche Coaches dürfen die gleiche von der WKF zugelassene religiöse Kopfbedeckung tragen wie die Kampfrichterinnen.

Die überarbeitete Fassung beinhaltet praktisch keine größeren Veränderungen im Kata-Bereich. Für das kommende Jahr sind einige Tests vorgesehen, welche vielleicht zu Kata-Regelveränderungen ab dem 1. Januar 2018 führen werden.

Zwar sind die größten Veränderungen hier aufgelistet, aber alle sind dazu angehalten, den Anlass für eine erneute Durchsicht des gesamten Regelwerkes zu nutzen, da es auch Änderungen in den Artikeln 2, 3, 5, 7, 8, 10, 12, 13 der Kumite-Regeln sowie in den Artikeln 1, 3, 5, 6 der Kata-Regeln und in den Anhängen 1 und 3 sowie den neuen Anhang 10 gibt.

Editorial

Liebe Leserinnen & Leser!

Titelseite:
Mustafa Rami Alastal (rot) vom Budokan Bochum ist eines der vielversprechenden Nachwuchstalente im KDNW. Hier erkämpft er sich gerade den DM-Titel im Kumite der Schüler A +50 kg. Er belegte außerdem Rang sieben in Kata. Auf Landesebene schaffte er sogar den Hattrick: Gold in beiden Disziplinen! Weiter so!
Foto: Wolbers

Auf ein gesundes, glückliches, friedliches und erfolgreiches 2017!

Zum Auftakt des neuen Karate-Jahres wartet diese Ausgabe mit Meldungen und Beiträgen aus verschiedenen Themenbereichen auf.

Aus dem Leistungssport/Wettkampf gibt es noch Erfolgsmeldungen aus 2016 nachzutragen: Von internationalen Maßnahmen wie der WM (S. 27) und dem EGKF-Cup (S. 14), beides in Österreich, der German Open in Hamburg (S. 30) und dem Battle of the Teams in den Niederlanden (S. 20), von nationalen Wettkämpfen wie den Deutschen Meisterschaften der Schüler (S. 22) und der Masterklassen (S. 24) und dem Shotokan-Cup (S. 17), aber auch von Turnieren auf Landesebene wie der Landesmeisterschaft der Schüler (S. 28), den Bezirksmeisterschaften Detmold und Westfalen (S. 30), dem Fair-Play-Pokal (S. 21), dem Master-Cup (S. 26) und einigen weiteren.

Die KDNW-Kampfrichter/innen haben nicht nur einmal mehr eine spannende Fortbildung in der Sportschule Hennef absolviert (ab S. 10), sondern einige freuen sich auch über eine neue Lizenz (S. 9 und 12).

Am 1. Januar 2017 sind zudem einige Änderungen am Regelwerk in Kraft getreten (S. 2).

Im Wettkampfbereich lohnt der Blick nach vorn: Es gibt News zum Thema Olympia und anlässlich der EM Jugend, Junioren & u21 im Februar gilt es gleich sieben KDNW-Karateka die Daumen zu drücken (S. 12)! Außerdem werden noch Ausrichter für einige der KDNW-Turniere in 2017 gesucht (S. 20).

Aus den KDNW-Stilrichtungen gibt es wieder Lehrgangsberichte (ab S. 16) und außerdem ein Interview mit Goju-Ryu-Prüferreferent Holger Keßling zur offiziellen Einführung der Dan-Prüfungsordnung für Karateka ab 50 Jahre (S. 13).

Mit der DKV-Ehrennadel in Platin wurde Bernd Milner (9. Dan) eine besondere Auszeichnung verliehen (S. 17). Johannes Brackel freut sich über die KDNW-Ehrenmedaille in Gold (S. 31).

Neu ausgebildete Trainer/innen-C Breitensport und Leistungssport kann der KDNW im Bereich Aus- und Fortbildung vermelden (ab S. 8).

Viele Karateka aus NRW konnten im letzten Quartal 2016 noch ihre Dan-Prüfung erfolgreich ablegen (ab S. 6), unter ihnen auch Karola Haase, die mit 76 Jahren den Yondan erlangte.

Jesse Enkamp erklärt in seinem aktuellen KARATEbyJesse-Artikel, wie man lernen und lehren kann, angstfrei zu kämpfen (ab S. 18).

Wie es in den anderen Dojos eigentlich so zugeht, davon kann man sich anhand der eingereichten Beiträge (ab S. 31) ein Bild machen: Spannende Lehrgänge und alternative Vergleichskämpfe haben in den vergangenen Monaten stattgefunden.

Und wer beim nächsten Mal dabei sein möchte, kann sich in den Veranstaltungshinweise der Dojos (S. 34) schlau machen.

Die aktuellen und kommenden Termine aus dem Verband findet man übrigens im Lehrgangs- und Bildungsplan 2017, der postalisch an alle Dojos verschickt wurde, sowie online auf unserer Webseite www.karate.nrw, bei facebook und in unserem monatlichen Newsletter.

Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen kann man wie gewohnt auf der letzten Seite dieses Heftes nachlesen.

Redaktions- und Anzeigenschluss für das nächste Heft ist am 12. März 2017!*

Bis dahin bleibt gesund und dem Karate treu!

Mit sportlichen Grüßen,
Eva Mona Altmann

* Einsendungen aus den Mitgliedsvereinen und von Anzeigenkunden bitte an e.m.altmann@kdnw.de. Kein Anspruch auf Veröffentlichung. Redaktionelle Kürzungen und Ergänzungen vorbehalten.

Themenvorschau Karate Aktuell 2/2017:

Trainermeeting
—
EM Jugend, Junioren & u21
—
KARATEbyJesse
—
LM Leistungs- & Masterklasse
—
Neue Dan-Grade im KDNW
—
Ankündigung Ferienfreizeit KDNW-Jugend 2017

2 **Neues Regelwerk**
Zusammenfassung der wichtigsten Änderungen

6 **Neue Dan-Grade**
im KDNW

7 **Neue Vereine**
im KDNW

8 **Trainer/in-C**
Leistungssport

9 **„Per aspera ad Ippon!“**
Trainer/in-C Breitensport

WGKF
Adriatik Shabani besteht internationale Lizenz

10 **Team NRW**
Kampfrichter/innen-Fortbildung 2016

12 **Kampfrichter**
Neue Lizenzen im Land

Sieben auf einen Streich
Nominierung zur Europameisterschaft Jugend, Junioren & u21

Olympia-News
Location bestätigt, Kader benannt, Jugendspielen voraus

13 **„Ich kann nur sagen: Es funktioniert.“**
Interview mit Holger Keßling zur Dan-Prüfung für Karateka ab 50 Jahre

14 **EGKF-Cup**
KDNW-Karateka erfolgreich

16 **Wegschule**
Dansha-Lehrgang

Goju-Ryu
Prüfer/innen-Lehrgang

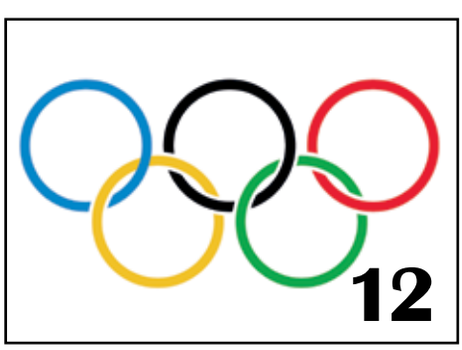
Danvorbereitung
Dansha-Lehrgang

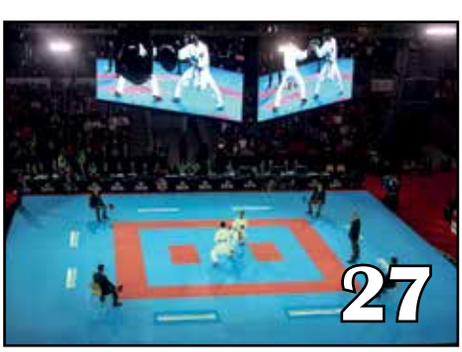
17 **Shotokan-Reihe**
des KDNW gut besucht

Shotokan-Cup
2016 in NRW

Bernd Milner
DKV-Ehrennadel in Platin

18 **KARATEbyJesse**
Kämpfen ohne Angst





Inhalt

20 **Battle of the Teams**
KDNW goes Netherlands

Banzai Cup
NRW stark in Berlin

KDNW-Turniere 2017
Teils noch
Ausrichter gesucht!

21 **Fair-Play-Pokal**
18. Auflage

22 **Deutsche Meisterschaft**
der Schüler/innen 2016

24 **Deutsche Meisterschaft**
der Masterklassen 2016

26 **Master-Cup**
Einstiegsturnier
für die ü-Klassen ging
in die dritte Runde

27 **Weltmeisterschaft**
2016 in Linz

28 **Landesmeisterschaft**
Kinder & Schüler 2016

30 **Detmold & Westfalen**
Bezirksmeisterschaften

German Open 2016
Karate-Elite traf sich
in Hamburg

31 **Tomonari Cup**
in Langenfeld

Benefiz-Lehrgang
in Gelsenkirchen

Ehrung
für Johannes Bracke

32 **Bochum**
Karate beim Straßenfest

Karate trifft Fußball
BSC Oberhausen

Kids-Spezial
in Bad Salzuflen

33 **Gerolstein**
Lehrgangswochenende

Geldern
Herbstlehrgang

Premiere
Lehrgang mit Max Bauer

34 **Termine**
der Dojos

35 **Kontaktmöglichkeiten**
und Ansprechpartner

Impressum

Glückliche Gesichter nach den erfolgreichen Dan-Prüfungen im Oktober 2016 in Neuss.
Foto: Tolo

Zwölf neue Dan-Grade verliehen Frank Beeking, Ludger Niemann und Christian Krämer im November 2016 in Rheine.
Foto: Niemann

Dan-Prüfungen beim Zanshin Bergisch Gladbach anlässlich der 20-Jahr-Feier.
Foto: Karate-Zanshin

Karola Haase bestand im Alter von 76 Jahren die Prüfung zum vierten Dan. Die Prüfer Wolfgang Kritzler (l.) und Richard Froeschke (r.) zeigten sich mit den Leistungen der Späteinsteigerin, die vor 22 Jahren ihr Karate-Training aufgenommen hat, sehr zufrieden.
Foto: Wagner

Dan-Prüfungen

Die aktuell gemeldeten Dan-Prüfungen sind auf der DKV-Seite gelistet, über die auch die Anmeldung für den jeweiligen Termin erfolgt. Eine Sortierung nach Bundesland und/oder Stilrichtung ist dort möglich.

WWW.KARATE.DE

Foto: Altmann

7. Dan

Mohamed Oussar	JKD

5. Dan

Derar Haj	Goju-Ryu

4. Dan

Karola Haase	Shotokan
Michael Laudenberg	Shotokan
Helmut Leuders	Goju-Ryu

3. Dan

Anja Kazaklis	Shotokan
Nils Norrman	Goju-Ryu
Cornelia Otto	Shotokan
Steven Pietz	Goju-Ryu
Rainer Sdrojek	Shotokan
Oliver Tostes	Shotokan

2. Dan

Kim Mai	SOK
Maik Vering	SOK
Gabriele Wehmeier	SOK
Nina Fransbach	Goju-Ryu
Gerd Fuchs	Shotokan
Markus Goell	Shotokan
Marco Krause	Shotokan
Heinz Mecklenburg	Goju-Ryu
Claudia Mersch	Goju-Ryu
Burkhard Pahde	Shotokan
Jeyakanthan Sivagnanam	Shotokan
Thomas Skwarr	Goju-Ryu
Lukas Tann	Goju-Ryu

1. Dan

Cihan Alper Aybek	Goju-Ryu
David Baldsiefen	Shotokan
Günter Beutgen	SOK
Rolf Dietrich	Shotokan
Kristian Dick	SOK
Franz-Josef Esch	Goju-Ryu
Sandra Gödde	Goju-Ryu
Fabian Hilgenstöhler	Goju-Ryu
Lorraine Hoffmann	SOK
Julia Katschmarek	Shotokan
Daniel Kunst	Goju-Ryu
Icaro Marques	SOK
Lisa Mohr	Shotokan
Marcel Mundri	Goju-Ryu
Anke Schirakowsky-Fleischer	Shotokan
Jan Schubert	Shotokan
Jan-Philipp Schwutke	Goju-Ryu
Christoph Valentin	Goju-Ryu
Olivier Weber	Shotokan
Ralf Wilbrand	Goju-Ryu
Ingo Christian Willpütz	Goju-Ryu
Udo Witte	Shotokan
Rabea Zaremba	SOK
Dietrich Ziegler	Shotokan

Herzlichen Glückwunsch!

Kein Anspruch auf Vollständigkeit.
Keine Gewähr.

Neue Vereine im KDNW

Kian Karate Akademie e.V.
Hassan Kian
Paracelsusstr. 15
53177 Bonn
Tel.: 0157/71772377
E-Mail: kianhassan@yahoo.com
Stilrichtung: Shito-Ryu
DKV-Nr.: 5027

Budo und Sport Verein e.V.
Giuseppe Sansone
Rethelstr. 59
40237 Düsseldorf
Tel.: 0211/96659241
E-Mail:
giuseppe.sansone@sansone-sports.de
Stilrichtung: SOK
DKV-Nr.: 5037

SC Sprakel 1930 e.V., Abtl. Karate
Sven Buick
Sudmühlenstr. 132
48157 Münster
Tel.: 0251/7608109
E-Mail:
sbuick@budozentrum-muenster.de
Webseite: www.scsprakel.de
Stilrichtung: Shotokan
DKV-Nr.: 5057

TuS Germania Lohauserholz-Daberg e.V.
Am Hahnenbach 11
59067 Hamm
E-Mail:
vorsitzender@germania-lohauserholz.de
Webseite:
www.germania-lohauserholz.de
Stilrichtung: SOK
DKV-Nr.: 5045

Schon gewusst?!

Vom 28. Januar 2017 bis zum 15. Februar 2018 ist nach dem chinesischen Horoskop das Jahr des Feuer-Hahns – er steht für Energie und Tatkraft, aber auch für Stolz und Streitlust.

Foto: Lux

Trainer/in-C Leistungssport

Theorie und Praxis in der Sportschule Wedau in Duisburg

von Roman Lux

Nach vier Jahren bot der KDNW im Rahmen seiner Trainerausbildungen nun wieder einen Ausbildungsgang zum/r Trainer/in-C Leistungssport an.

Die Sportschule Wedau in Duisburg, die eine der größten in ganz Deutschland ist, stellte die perfekte Umgebung dar, um in die Welt des Sport, bzw. des Leistungssport abzutauchen.

Die Teilnehmer/innen, die aus allen Himmelsrichtungen NRWs angereist waren, konnten unter professionellen Leitung der ehemaligen Wettkämpfer Dennis Dreimann (Kumite) und Sonja Klose (Kata) tiefe Eindrücke in die komplexe Materie des Leitungssporttrainings erleben.

Durch die methodisch exzellente Aufteilung der beiden Wochenenden in Kumite und Kata, sowieso Theorie und Praxis, wurde allen Teilnehmern/innen die komplette Palette des Leistungssports ans Herz legt. Eine besonders große Ehre war es, unter der Leitung der aktuellen Landestrainer Susanne Nitschmann (Kumite), Detlef Herbst (Kata) sowie des erfahrenen Bundeskampfrichters Frawi Tönnis die essenziellen Aspekte des Wettkampfs zu erlernen.

Auch nach dem offiziellen Zeitplan wurde noch in der in die Sportschule integrierten Taverne bis tief in die Nacht bei einer kühlen Erfrischung angeregt über verschiedenste Methoden des Leistungstrainings diskutiert. Alle Teilnehmer/innen waren der einstimmigen Meinung, dass die Ausbildung zum Trainer-C Leistungssport eine große Bereicherung für ihre Arbeit als Trainer ist.

Die frisch ausgebildeten Trainer/innen-C Leistungssport können gar nicht die nächste Ausbildungsrunde B-Leistungssport abwarten, in der man an insgesamt vier Wochenenden noch tiefer in die verschieden Themen und noch detaillierter in die Aspekte des Karate als Leistungssports abtaucht.

Interesse?

Die nächste Ausbildung „Trainer/in-C Leistungssport“ plant der KDNW für 2018 – die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Bei Interesse gerne schon frühzeitig Kontakt mit der Geschäftsstelle aufnehmen.

www.karate.nrw

„Per aspera ad Ippon!“

KDNW bildete 18 neue Trainer/innen-C Breitensport aus.

von Armin Gudat

Wir, 18 Teilnehmer/-innen, von jugendlichen bis zu „lebenserfahrenen“ Karateka aus ganz NRW, kamen Anfang September erstmalig zur Ausbildung Trainer/in-C Breitensport zusammen. Nach 90 Lehreinheiten, vermittelt an zwei Wochenenden im Sport- und Seminar-Center in Radevormwald und einer Intensivwoche in der Sportschule Hachen, kam am zweiten Advent unsere Ausbildung zum Abschluss.

Das Spektrum der vom großartigen Referententeam des KDNW in Theorie und Praxis gelehrten Themen war beeindruckend. Vermittelt wurde z.B. Wissen zu Aspekten der Mitgliedergewinnung, -förderung und -bindung, zu anatomischen, gesundheitlichen, rechtlichen und kommunikativen Aspekten oder zu Fragen der Kinder-, Jugend- und Jukurenarbeit. Aber auch karatespezifische Trainingsaspekte kamen nicht zu kurz – wobei es jedoch ausdrücklich nicht um die Verbesserung der eigenen Techniken ging. Viele Ausbildungsstunden im Gi, in denen von hochkarätigen Referenten vielmehr unterschiedlichste Aspekte zu Trainingsmethodiken vermittelt wurden, waren eine oft willkommene Abwechslung zu den reinen Theoriestunden. Sie eröffneten uns allen neue Horizonte mit zahlreichen Ideen für das Training in den Heimatvereinen.

Foto: Launert

In Erinnerung wird so vieles bleiben, nicht zuletzt die von Freitag bis Freitag gehende Intensivwoche. Diese hatte sich das Wort „intensiv“ wahrlich verdient: Die Ausbildungstage begannen morgens um 8:00 Uhr und endeten oft erst weit nach 21:00 Uhr – bevor es dann zum geselligen Teil überging. Hier wurde sich rege unterhalten und ausgetauscht, Freundschaften wurden geschlossen und der Zusammenhalt unserer Gruppe verfestigte sich immer mehr.

Unser herzlicher Dank geht an die Mitarbeiter der Geschäftsstelle und alle Referenten des KDNW, die uns mit ihrem umfangreichen Fachwissen wirklich beeindruckt haben. Mit großem Enthusiasmus wollen alle Teilnehmer/innen nun das Erlernte bei der eigenen Trainingsgestaltung umsetzen und weitergeben.

Last but not least ein ganz besonderes Dankeschön an unsere beiden Lehrgangsleiter Elisabeth Bork und Heribert Rojek, deren Kompetenz, Erfahrung und wunderbare Persönlichkeiten ganz viel zu dieser für alle Teilnehmer/innen erfolgreichen und unvergesslichen Ausbildung beigetragen haben.

Ausbildung 2017

In diesem Jahr bietet der KDNW eine Ausbildung „Trainer/in-C Breitensport“ von März bis Juli an.

Ausserdem wird im Februar ein „Update Trainer/in-C Breitensport“ angeboten für alle, die ihre Lizenz beim LSB oder einem SSB gemacht haben und diese gerne in eine karatespezifische Linzenz umwandeln möchten.

www.karate.nrw

WGKF

KDNW-Kampfrichter Adriatik Shabani jetzt mit internationaler Lizenz

von Uwe Portugall

KDNW-Bundeskampfrichter Adriatik Shabani hat auf dem Goju-Ryu Europa-Cup in Steyr (Österreich) seine Prüfung zum internationalen Goju-Ryu-Kampfrichter in der WGKF (World Goju-Ryu Karate-Do Federation) bestanden.

Wir freuen uns ganz besonders, dass er sowohl in der Theorie wie auch in der Praxis zu den besten drei Absolventen gehörte.

Wir gratulieren ganz herzlich zur Kata Judge-B und Kumite Referee-B Lizenz der WGKF!

Foto: Privat

KDNW-Kampfrichter/innen

Aus- und Fortbildung vom 25. bis zum 27. November 2016 in Hennef

„Team NRW“ – so steht es auf den Trainingsanzügen, mit denen in 2016 auch die KDNW-Kampfrichter/innen ausgestattet wurden. Und genau dieser Teamgeist prägte das gesamte Aus- und Fortbildungswochenende in der Sportschule Hennef.

von Eva Mona Altmann

„Wir haben ein gemeinsames Ziel“, so Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall und sein Stellvertreter Ralf Vogt zu den Aktiven und Coaches, die dankenswerterweise zu den Vergleichskämpfen im Rahmen des Kampfrichterlehrganges nach Hennef angereist waren, „und dieses Ziel sind möglichst viele Medaillen bei den Deutschen Meisterschaften für Nordrhein-Westfalen. Und deshalb wollen wir uns verbessern und wollen, dass auch ihr euch verbessert.“

Gemeinsame Ziele mit Coaches & Aktiven

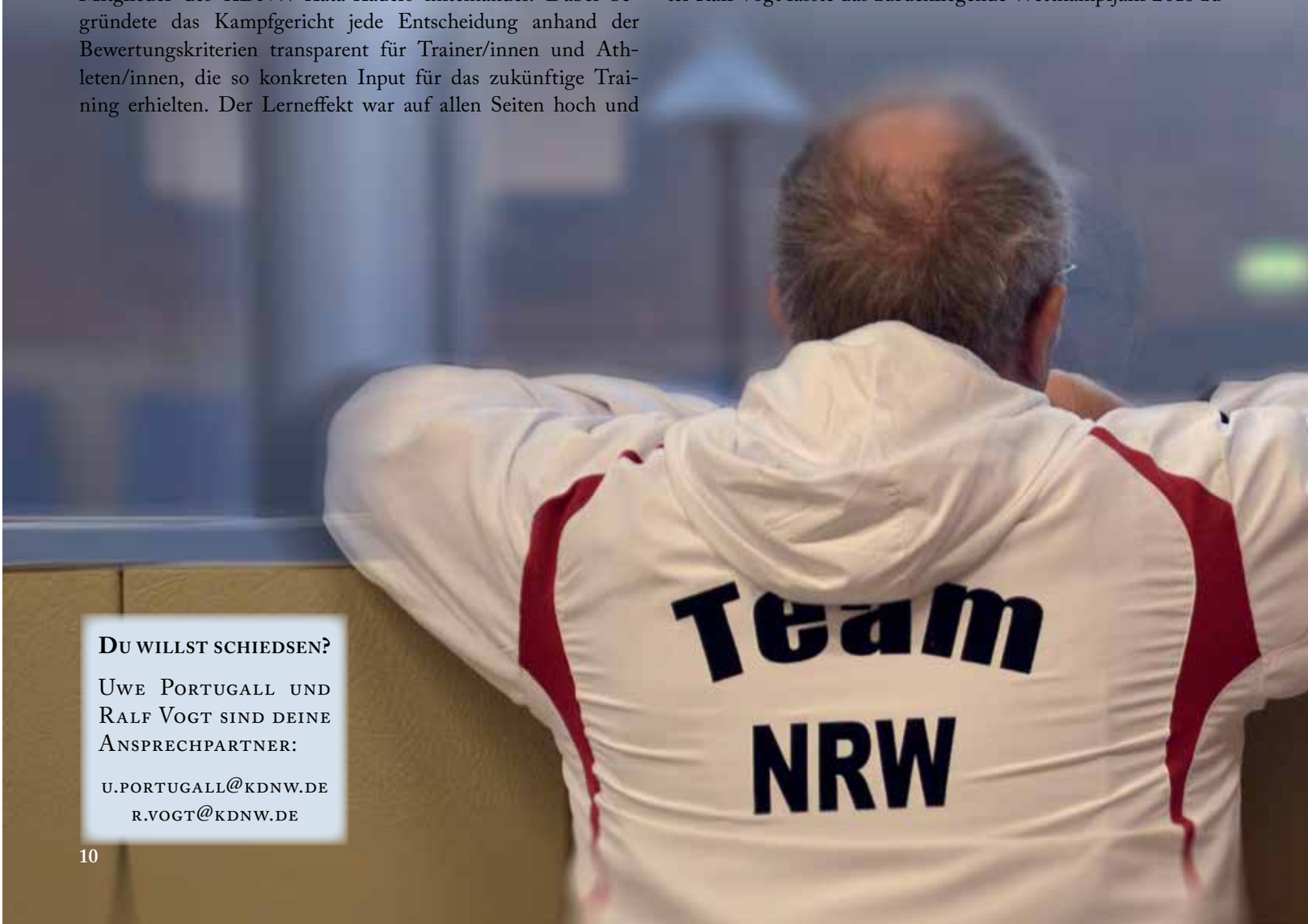
Neben der Aus- und Fortbildung der Kampfrichter/innen stand also der produktive Austausch mit den Wettkämpfern/innen und Coaches im Fokus des Wochenendes. Am Samstagnachmittag fand ein offener Vergleichskampf in der Disziplin Kumite statt, an dem Karateka aus NRW und Rheinland-Pfalz teilnahmen. Auf zwei Kampfflächen wurde gekämpft und geschult. Am Sonntagvormittag maßen sich rund 20 Mitglieder des KDNW-Kata-Kaders miteinander. Dabei begründete das Kampfgericht jede Entscheidung anhand der Bewertungskriterien transparent für Trainer/innen und Athleten/innen, die so konkreten Input für das zukünftige Training erhielten. Der Lerneffekt war auf allen Seiten hoch und das Feedback der Beteiligten durchweg positiv, so dass entsprechende Maßnahmen auch in 2017 wieder geplant sind.

Stilübergreifendes Kata-Training

Ein weiterer wichtiger Bestandteil in der Aus- und Fortbildung der Kampfrichter/innen ist das stilübergreifende Kata-Training. Da aktuell die Mehrzahl der Kollegen/innen im Shotokan beheimatet ist, bei Turnieren aber Katas aller Stilrichtungen korrekt bewertet werden müssen, wurde in diesem Jahr intensiv die Kata „Superimpei“ aus dem Goju-Ryu trainiert sowie die Kata „Annan“ aus dem Ryu-ei-Ryu wiederholt.

Regelwerk in Theorie und Praxis

Im theoretischen Bereich zeichnete Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall aktuelle Entwicklungen und Tendenzen des Regelwerkes nach, erläuterte knifflige Prüfungsfragen und berichtete von der Weltmeisterschaft in Linz. Sein Stellvertreter Ralf Vogt fasste das zurückliegende Wettkampfjahr 2016 zu-



Du willst schiedsen?

Uwe Portugall und Ralf Vogt sind deine Ansprechpartner:

u.portugall@kdnw.de
r.vogt@kdnw.de

sammen und gab einen Ausblick auf wichtige Termine in 2017. Außerdem versäumte er es nicht, besondere Erfolge und runde Geburtstage der Kollegen/innen zu ehren.

Karate-Freundschaften & Geselligkeit

Geehrt wurde auch die seit rund 15 Jahren fest etablierte Doppelspitze des KDNW-Kampfrichter-Teams. Das herausragende Engagement von Referent Uwe Portugall und seinem Stellvertreter Ralf Vogt umfasst alle Belange der Kollegen/innen: Einladung zu Turnieren, Matteneinteilung, Briefings, Dananwärter/innen-Lehrgänge, Bezirkskampfrichter/innen-Ausbildung, Aus- und Fortbildung der Kampfrichter/innen bei Turnieren und Lehrgängen, Organisation und Durchführung des jährlichen Lehrgangswochenendes in Hennef und eines Kata-Lehrganges, Vorbereitung und Durchführung von theoretischen und praktischen Prüfungen, außerdem Einteilung der KDNW-Bundeskampfrichter/innen für die DMs, Kommunikation mit Bundeskampfrichterreferent und DKV, Teilhabe an der Bundeskampfrichterkommission, Schulung von Tischbesatzungen und Kommunikation mit Ausrichtern, aber auch mit der Landeskampfrichterkommission und Geschäftsstelle, dem Präsidium, der Wettkampfleitung und den (Landes-) Trainern/innen des KDNW, Teilnahme an Präsidiums- und Leistungssportsitzungen etc. Das Kampfrichter-Team dankte es ihnen mit einem schönen Präsent, einem großen Dankeschön und einem kräftigen Applaus.

Video-Analyse WM 2016

Durch geselliges Zusammensein und persönliche Gespräche sowie die schon traditionelle Videoanalyse (diesmal mit Filmen von der WM in Linz) wurde das gelungene Wochenende abgerundet.

Fotogalerie & Video online:
www.karate.nrw

Fotos: Altmann

Lizenzen

Kampfrichter

von Eva Mona Altmann

Im Rahmen des Fair-Play-Pokals am 19. November 2016 traten die über das Jahr neu ausgebildeten Anwärter/innen zur theoretischen und praktischen Prüfung zum/r Bezirkskampfrichter/in Kata und Kumite an. Bestanden haben: Icaro Marques, David Knispel, Jannik Zahlten und Rene Schlegel. Wir begrüßen die neuen Kollegen herzlich im Team und wünschen viel Erfolg beim weiteren Werdegang und immer ein sicheres Auge!

Beim Kampfrichter/innen-Lehrgang Ende November 2016 in Hennef fanden die theoretischen und praktischen Prüfungen für die Landeslizenzen statt: Kevin Holtermann, Roman Lux und Michael Wiesing bestanden zum Landeskampfrichter-A Kumite. Herzlichen Glückwunsch!

Sieben auf einen Streich

Europameisterschaft Jugend, Junioren & u21

von Eva Mona Altmann

Gleich sieben KDNW-Karateka wurden für die Europameisterschaft der Altersklassen Jugend, Junioren und u21 nominiert.

Für Team Germany gehen aus NRW an den Start: Jaqueline Hagendorf (Juniorinnen -53 kg), Dany Nkelani (Junioren -68 kg), Andin Plava (Junioren +76 kg), Shara Hubrich (Damen u21 -50 kg), Marian Dreier (Herren u21 -67 kg), Max Bauer (Herren u21 -75 kg) und Amrit Kahlon (Herren u21 +84 kg). Wir sind sehr stolz auf euch und wünschen euch den maximalen Erfolg!

Die Europameisterschaften werden vom 17. bis zum 19. Februar 2017 in Sofia (Bulgarien) ausgetragen. Aus NRW außerdem für den DKV vor Ort: Bundestrainer Thomas Nitschmann, WKF-Kampfrichter Uwe Portugall und EKF-Kampfrichterin Eva Mona Altmann.

Nippon Budokan 2008 (Foto: Altmann)

Olympia-Kader (Foto: DKV)

+++ DKV benennt Kader +++ Location bestätigt +++ Jugendspiele 2018 +++

Olympia-News

von Eva Mona Altmann

2020 in Tokyo (Japan) wird Karate erstmals bei den Olympischen Spielen vertreten sein (siehe Bericht in der *Karate Aktuell* 4/2016).

Bereits jetzt, knapp vier Jahre vorher, beginnt die Trainingsvorbereitung und der Deutsche Karate Verband hat einen Olympia-Kader nominiert, in dem sich gleich mehrere KDNW-Karateka platzieren konnten: Shara Hubrich (Damen -55 kg), Marian Dreier (Herren -67 kg), Max Bauer (Herren -75 kg) und Dany Nkelani (Herren -75 kg). Wir sind stolz auf euch!

Von der Nominierung bis zu einer tatsächlichen Olympia-Teilnahme ist es noch ein langer Weg. Über den Verbleib im Kader entscheiden Leistungen und Perspektiven. Pro Kategorie werden je nur insgesamt zehn Athleten/innen bei Olympia an den Start gehen – dabei wird jeweils maximal ein/e Starter/in pro Nation zugelassen.

Der Austragungsort für die olympischen Karate-Wettkämpfer wird der sagenumwobene Nippon Budokan in Tokyo sein, gab das IOC Ende 2016 bekannt. Hier wurden neben den Weltmeisterschaften 2008 auch die allerersten Karate-Weltmeisterschaften überhaupt im Jahr 1970 ausgetragen. Eine passendere Location für unser Olympia-Debüt genau 50 Jahre später könnte es kaum geben!

Das IOC bestätigte außerdem die Aufnahme von Karate bei den Olympischen Jugendspielen im Oktober 2018 in Buenos Aires (Argentinien). Dort werden wir uns und unseren Sport also erstmals auf olympischen Parkett präsentieren können.

„Ich kann nur sagen: es funktioniert.“

Interview mit Holger Keßling (KDNW-Prüferreferent Goju-Ryu) über die spezielle Dan-Prüfungsordnung für Karateka ab 50 Jahre

Interview Eva Mona Altmann

Für Goju-Ryu-Karateka ab 50 Jahre gibt es jetzt eine spezielle Dan-Prüfungsordnung. Wann und wie ist die Idee dazu entstanden? Reagiert ihr damit vor allem auf den demografischen Wandel, der auch in den Dojos angekommen ist inzwischen oder gehen die Gründe tiefer?

Die Prüfungsordnung für „ältere“ Karateka ist im Wesentlichen auf Initiative von Fritz Nöpel entstanden. Der Zulauf von Späteinsteigern in den Dojos hält unvermittelt an und führt somit auch zu wachsenden Prüflingszahlen. Da macht es Sinn, den Rahmen insgesamt anzupassen.

Was ist das Ziel der neuen Prüfungsordnung?

Nun ja, so ganz neu ist die Prüfungsordnung nicht. Öffnungen für ältere Karateka gibt es bei uns schon seit einigen Jahren. Nunmehr hat Fritz diesen Bereich noch einmal redaktionell überarbeitet und deutlicher kommuniziert. Seit dem A-Prüfer/innen-Treffen im Sommer ist die jetzt vorliegende Fassung dann auch veröffentlicht. Aus meiner Sicht stellt die Prüfungsordnung den Rahmen für eine Prüfung dar und gibt insbesondere vor, welche Techniken vorzuführen sind. Die jeweiligen Anforderungen an eine Graduierung werden dadurch erstmal nicht berührt. Insofern sollte die Prüfung auch so gestaltet werden, dass ich mich als gereifter Karateka präsentieren kann.

Welche Schwächen und Stärken haben ältere Karateka im Vergleich zu jüngeren?

Ich möchte in diesem Zusammenhang nicht von Stärken und Schwächen reden. Die Ausprägungen sind halt in den verschiedenen Bereichen unterschiedlich. Aus meinem Dojo haben schon erfolgreiche Leistungssportler mit über 60- und 70-Jährigen gemeinsam erfolgreich eine Dan-Prüfung absolviert. Dass die Jüngeren in den athletischen Bereichen Vorteile haben, ist offensichtlich. Dafür sind die älteren Prüflinge z. B. im Bereich der Selbstverteidigung geradliniger und näher an der Realität. Ich zitiere mal einen bekannten A-Prüfer: „In Bochum sollte man lieber keinen Rentner überfallen.“

Richtet sich die Prüfungsordnung für ältere Karateka an alle älteren Karateka oder nur an Späteinsteiger? Gibt es da Unterschiede?

Nein.

Wie unterscheidet sich die Prüfungsordnung für ältere Karateka von der „regulären“ Prüfungsordnung? Kannst du uns ein paar Beispiele geben?

Die über 50-Jährigen können das Kihon frei gestalten. Ferner wird nicht nur eine Kata vorgegeben. Sie können aus einer größeren Anzahl wählen.

Prüferreferent Holger Keßling ermutigt Karateka ü50, das Angebot zu nutzen.

Was würdest du antworten, wenn ein Kritiker behauptet, hierbei handle es sich um einen „Dan zweiter Klasse“ oder so ähnlich?

Nochmal, die Prüfungsordnung beschreibt lediglich das Programm, das vorzuführen ist. Die Anforderungen werden dadurch allenfalls mittelbar berührt. Es gibt in den beiden Ordnungen keine Qualitätsunterschiede. Man könnte sich eher die Frage stellen, ob es nicht sogar anspruchsvoller ist, die für sich passenden Kihon Formen selber zusammenzustellen, statt ein fest vorgegebenes Programm zu erfüllen.

Konntest du selbst schon Erfahrungen mit der neuen Prüfungsordnung sammeln?

Ja. Und ich kann sagen: Es funktioniert. Ich erinnere mich noch gut an den Kata-Vortrag eines über 70-Jährigen, der eine sehr ausdrucksstarke Tencho vorgetragen hat. Er hatte so die Möglichkeit, sich als Karateka auszudrücken. Ich möchte nicht spekulieren, aber hätte er die „reguläre“ Sanseru laufen müssen, eine Kata mit z.B. einigen Kansetsu-Geri aus dem vorderen Bein, noch dazu im Zenkutsu-Dachi, wäre ihm diese Möglichkeit vermutlich genommen worden.

Werden alle älteren Karateka automatisch nach dieser Ordnung geprüft oder können sie auch eine „reguläre“ Prüfung ablegen, wenn sie wollen? Also ist es ein „Kann“ oder „Muss“?

Hier besteht nach wie vor eine Wahlmöglichkeit.

Würdest du dir wünschen, dass auch andere Stilrichtungen eurem Beispiel folgen und Prüfungsordnungen speziell für Ältere entwerfen?

Prüfungen sind ureigenste Belange der jeweiligen Stilrichtungen. Insofern steht es mir da nicht zu, Wünsche zu äußern.

Plant ihr weitere zielgruppenspezifische Prüfungsprogramme, z.B. für Kinder?

Für den Junior-Dan gibt es bereits eine eigene Prüfungsordnung. Kinder können ja keine Dan-Prüfungen absolvieren. Kyu-Prüfungen finden im Wesentlichen im Dojo statt. Ich bin sicher, dass dort sachgerecht mit dem Thema „spezielle Anforderungen bei Kinder-Prüfungen“ umgegangen wird. Ich sehe daher keinen Handlungsbedarf.

Möchtest du sonst noch etwas zu dem Thema anmerken?

Ich möchte die älteren Karateka ausdrücklich ermutigen, das Angebot auch tatsächlich zu nutzen.

Fotos: Schulz

Platzierungen der Karateka aus NRW

GOLD:
Kumite-Team Schülerinnen (Jasmin Walter, Alina Krämer, Tina Neumann, Jana Hüser)

SILBER:
Laura Dreyer (Kata Juniorinnen)
Sandra Wiegers (Kumite Damen u21)
Sandra Wiegers (Kumite Damen Leistungsklasse)
Denise Rottewert (Kumite Damen Leistungsklasse)
Lucas Maurer (Kata Herren u21)
Thomas Lamm (Kumite Herren Masterclass)
Kumite-Team Leistungsklasse (Martin Schoppel, Felix Peschau, David Hofmeister, Thomas Lamm, Patrick Olszewski)
Kumite-Team Juniorinnen (Anna Woltering, Lucia Prior da Silva, Sara Djapa)

BRONZE:
Aleks Myloserdnyi (Kumite Jugend männlich)
Anna Woltering (Kumite Juniorinnen)
Alina Krämer (Kumite Schülerinnen)
Dirk Schumann (Kata Herren Masterclass)
Kumite-Team Jugend männlich (Aleks Myloserdnyi, Andre Henschel, Valentin Leißner, Maurice Däumler)
Kumite-Team Damen Leistungsklasse (Stella Holczer, Sandra Wiegers, Jessica Merk)
Kata-Team Herren Leistungsklasse (Florian Schumann, Christian Brühl, Lucas Grimm)

5. PLATZ:
Florian Schumann (Kata Herren Leistungsklasse)
Jana Hüser (Kumite Schülerinnen)

Herzlichen Glückwunsch zu insgesamt 31 Medaillen für das deutsche Goju-Ryu-Team!

EGKF-Cup

KDNW-Sportler/innen erfolgreich

von Stefan Thole

Im österreichischen Steyr trafen sich die 780 Goju-Ryu-Karateka aus 20 Nationen zum 18. Europacup der European Goju-Ryu Karate Federation (EGKF). Unter den Karateka des GKD-Teams unter der Leitung von Christian Krämer und Michael Hoffmann waren auch zahlreiche Athleten/innen des KDNW. Und mit Uwe Portugall (WGKF-/EGKF-Chairman der Kampfrichterkommission) und Adriatik Shabani war der KDNW auch bei den Kampfrichtern vertreten.

Kata

Den Beginn machten bei diesem sehr gut organisierten Turnier wie gewohnt die Kata-Wettbewerbe.

Lucas Maurer startete in der Alterklasse u21 und erwischte ohne Punktverlust einen Traumstart in das Finale. Bis zum Finale gewann er die Runden deutlich. Im Finale traf er auf seinen langjährigen Konkurrenten Lucas Grimm und unterlag knapp, sicherte aber das erste Edelmetall für den KDNW.

Laura Dreyer trat bei den Juniorinnen an. Auch sie kämpfte sich ins Finale. Dort musste sie sich ihrer österreichischen Konkurrentin geschlagen geben, freute sich aber über Silber.

In der Masterklasse startete Dirk Schumann. In der ersten Runde verlor er gegen den späteren Finalisten aus Italien. In der Trostrunde zeigte er aber sein ganzes Können und gewann Bronze.

Durch den krankheitsbedingten Ausfall von Lucas Maurer war der Start des Kata-Teams der Leistungsklasse Herren gefährdet. In Rekordzeit wurde der Ersatzmann Lukas Grimm von Christian Brühl und Florian Schumann in das Team integriert. Nach einer sehenswerten Trainingseinheit zeigten die Drei eine hervorragende Leistung und gelangten so auf Platz drei.

Für Florian Schumann stand

auch noch ein Start in der Leistungsklasse auf dem Plan. In der Vorrunde unterlag er dem späteren Sieger aus Österreich. In der Trostrunde erkämpfte er sich aber einen guten fünften Platz.

Für Lara Boeddinghaus und Denise Rottewert war der Kata-Wettbewerb trotz guter Leistungen schon in den Vorrunden vorbei.

Kumite

Die Kumite-Wettbewerbe begannen gleich mit einem riesigen Erfolg.

Bei den Schülern traten mit Alina Krämer und Jana Hüser gleich zwei NRW-Sportlerinnen im Kumite-Team an. Nachdem sie ihre Gegnerinnen aus Portugal und Österreich besiegt hatten, standen sie im Finale gegen Ungarn. Und auch hier konnten sie sich durchsetzen und gewannen, wie beim letzten EGKF-Cup vor zwei Jahren in Heilbronn, Gold.

Für die Schüler starteten Alina Krämer und Jana Hüser auch im Einzel. Alina kämpfte sich erfolgreich bis in das Poolfinale vor, das sie knapp verlor. In der Trostrunde kämpfte sie aber souverän und holte verdient Bronze. Jana errang Platz fünf.

In der Altersklasse Jugend trat Aleks Myloserdnyi an. Dort konnte er die Erfolge des deutschen Teams fortsetzen. Er siegte in der Trostrunde und im kleinen Finale und erkämpfte sich die Bronzemedaille.

Anna Woltering kämpfte bei den Juniorinnen. Sie verlor nur knapp gegen die Favoritin im Pflichtentscheid. Die Medaillenchance in der Trostrunde ließ sie sich nicht nehmen und gewann verdient Bronze.

Im Team der Juniorinnen konnte Anna ebenfalls Silber erkämpfen.

Auch Aleks konnte mit dem Jugend-Team auf das Treppchen: die Bronzemedaille gab es für ihn und das Team.

In der Leistungsklasse ging Denise Rottewert auf die Kampffläche. Routiniert kämpfte sie sich in das Finale. Hier reichte es nur knapp nicht für den Sieg und es wurde die Silbermedaille.

Thomas Lamm trat in drei Kumite-Disziplinen an. Der Beginn war bei den Herren der Leistungsklasse. Hier war die Konkurrenz sehr stark, und Lamm konnte sich nicht durchsetzen. In der Masterklasse konnte er dann aber seine ganze Erfahrung ausspielen underkämpfte sich Silber. Im Team war es Thomas Lamm, der den Einzug in Finale sicherstellte. Nach zwei von fünf Kämpfen führte Deutschland 2:0 gegen Rumänien. Allerdings konnten die gegnerischen Kämpfer die folgenden Kämpfe gewinnen. So war es an Thomas Lamm, das Team ins Finale zu führen. Und das gelang ihm: souverän setzte er sich gegen den Kämpfer aus Rumänien durch. Im Finale unterlag das Team dann knapp 2:3 gegen Russland.

Auch Sandra Wiegers trat in drei Kumite-Disziplinen an. Bei den u21-Kämpferinnen setzte sie sich deutlich und ungefährdet bis ins Finale durch. In einem spannenden Finalkampf setzte sich zwar ihre rumänische Konkurrentin durch, doch zeigte Sandra über weite Strecken die bessere Leistung und freute sich am Ende über Silber. Auch in der Leistungsklasse zeigte sie überdurchschnittliche Leistungen. Aber auch hier zogen die Kampfrichter unglücklicherweise für ihre Gegnerin aus Spanien, und es wurde der zweite Platz. Und auch im Team gab es eine Medaille für Sandra Wiegers: Bronze erkämpfte sie an der Seite von Stella Holczer und Jessica Merk.

Kampfrichter

Und auch bei den Kampfrichtern gab es Positives zu berichten: Adriatik Shabani legte erfolgreich die Prüfung zum WGKF Kata Judge-B und Kumite Referee-B ab (s.Seite 9).

Wegschule

Dansha-Lehrgang in Kamen

von Heike Buck

In Kamen fand am Sonntag, den 2. Oktober 2016 ein Dansha-Lehrgang unter der Leitung von Alf Lehmann und Martin Nienhaus (beide 5. Dan) statt.

Das Thema war „Wegschule – die Bedeutung der Kata-Bunkai. Wie wird eine Kata gelesen?“

Hierzu verteilte Alf zunächst ein Arbeitsblatt. Folgende Fragen wurden in Kleingruppen bearbeitet:

1) Wie beginne ich eine Kata zu analysieren? Welches sind meine ersten Schritte/Gedanken?

2) Was darf/soll ich grundsätzlich und was darf/soll ich nicht tun?

3) Was bedeuten die in der Kata vorgegebenen Bewegungsrichtungen? Haben sie überhaupt eine Bedeutung?

4) Wie kann ich die Struktur der Kata betrachten?

5) Welche Bedeutung/Prinzipien verbergen sich hinter einzelnen „technischen Ausführungen“?

6) Was muss ich persönlich beachten bei der Auswahl/Ausführung „meiner“ Kata-Bunkai?

Die Ergebnisse wurden anschließend im Plenum vorgestellt und diskutiert.

Im praktischen Teil ließ Alf zwei Sequenzen aus der Geki Sai Dai Ichi betrachten. Verschiedene Interpretationen wurden erarbeitet. Dann ging es an die Bunkai.

Dann übernahm Martin und stellte vor, wie man an das Lesen der Kata einerseits aus westlicher Sicht und andererseits aus asiatischer Sicht herangehen kann.

Die westliche Sichtweise ist eher funktional. Es wird zum Beispiel analysiert, welche Muskeln gebraucht werden, welche Muster im Gehirn abgelegt werden, es gibt naturwissenschaftliche Erklärungen oder physikalische Messungen.

Dagegen ist die asiatische Sichtweise eher eine Bildersprache. So werden hier die Tiere in der Kampfkunst oder die fünf Elemente als Erklärungshilfen herangezogen.

Mit Beispielen aus einer Shotokan-Kata ließ Martin für die westliche Sichtweise die Richtungsstellungen zum Gegner üben. Es ergaben sich drei verschiedene Prinzipien bei scheinbar gleichen Sequenzen.

Für die asiatische Sichtweise wurden Übungen zum Muskelaufbau und Anwendungen zur Selbstverteidigung trainiert. Schließlich wurde diese noch auf die ersten drei Bewegungen der Geki Sai Dai Ichi angewandt.

Insgesamt ein sehr lehrreiches Training, das mit rund 30 Karateka gut besucht war.

Prüfer/innen

Lehrgang zur Lizenzverlängerung

von Frank Beeking

Erfahrungsaustausch und Weiterbildung standen im Fokus des Prüfer/innen-Lehrganges am 2. Oktober 2016 in Rheine. Ziel ist ein hohes Maß an Transparenz und Vergleichbarkeit von Prüfungsergebnissen. Es sind in erster Linie Lernkontrollen mit einem klaren Anforderungsprofil. Daher sind die Prüferlehrgänge auch für Übungsleiter, die Karateka auf Kyu-Prüfungen vorbereiten, geeignet..

Unter Leitung von Frank Beeking wurden die Beurteilungsschwerpunkte praktisch erarbeitet.

Nicht nur der Schwierigkeitsgrad der Techniken steigt mit jeder Prüfung, sondern auch die Qualität der Ausführung. So kommt es in der Unterstufe lediglich darauf an, sie mit dem richtigen Bewegungsablauf vorzuführen, in der Mittelstufe dann auf Koordination, Distanzgefühl und Körperspannung und erst in der Oberstufe wird die kraftvolle Ausführung und die Fähigkeit zur Spontaneität verlangt.

Dabei spielen auch altersbedingte Unterschiede eine entscheidende Rolle. Prüfer und Trainer müssen damit vertraut sein, in welchem Alter Kinder die Fähigkeit entwickeln, Techniken mit Körperspannung auszuführen, wie die Leistungsfähigkeit durch das Wachstum beeinflusst wird und wie in hohem Alter auch bei körperlichen Einschränkungen noch individuelle Stärken gefördert werden können. Bei allen praktischen Übungen fand dieser Aspekt daher immer besondere Aufmerksamkeit.

Dansha

Lehrgang zur Dan-Vorbereitung

von Frank Beeking

Selbstverteidigung lernen und die Fitness verbessern: Im Rahmen eines Breitensportlehrgangs des KDNW trafen sich am Sonntag, den 6. November 2016 Schwarzgurte und Aspiranten/innen auf den Schwarzgurt der Stilrichtung Goju-Ryu zu einem Vorbereitungslehrgang.

Das Schwerpunktthema war diesmal die Analyse der jeweiligen Prüfungs-Kata und die Ausführung der Techniken mit Partner/in. Die Teilnehmer/innen hatten auch die Gelegenheit, sich ein individuelles Feedback zu ihren Technikausführungen und Anregungen zur Optimierung der eigenen Leistung im kollegialen Austausch zu holen.

Geleitet wurde der Lehrgang von Frank Beeking, der von Brigitte Kipke-Osterbrink unterstützt wurde. Beide sind langjährig erfahrene A-Prüfer des DKV .

Shotokan-Reihe

des KDNW wird gut besucht.

von Eva Mona Altmann

Insgesamt zwölf für die Teilnehmer/innen kostenfreie Lehrgänge des Stilrichtung Shotokan zu verschiedenen Themen und mit verschiedenen Referenten/innen hat der KDNW im Jahr 2016 angeboten. Darunter zuletzt ein Training der Kata Meikyo mit und ohne Partner/in in Lemgo bei Stefan Krause (Foto 1), ein Training der Kata Gojushiho-Dai in Bochum bei Tim Milner (Foto 2) und eine Dan-Vorbereitung mit Rainer Katteluhn in Gelsenkirchen-Buer (Foto 3). Die Lehrgangsreihe wird in 2017 fortgesetzt, alle Termine im Lehrgangs- und Bildungsplan sowie online auf www.karate.nrw!

Fotos: Krause (1), Milner (2), Walhöfer (3)

Foto: Sahin

Shotokan Cup

am 8. Oktober 2016 in Bergisch Gladbach

von Eva Mona Altmann

Am 8. Oktober 2016 wurde der Internationale Deutsche Shotokan Cup bei uns in NRW ausgetragen, genauer gesagt in Bergisch Gladbach.

Ausrichtender Verein war der Rhein Berg Karate rund um Georg und Alexander Heimann.

Über 400 Karateka aus fast 90 Dojos gingen bei dem Event an den Start.

Die Sportlerinnen und Sportler des KDNW waren dabei überaus erfolgreich – fast alle Finals fanden mit ihrer Beteiligung statt.

Online:
Fotos, Mitschriften & Ergebnisse – Code mit dem Handy scannen!

Bernd Milner

DKV-Ehrennadel in Platin

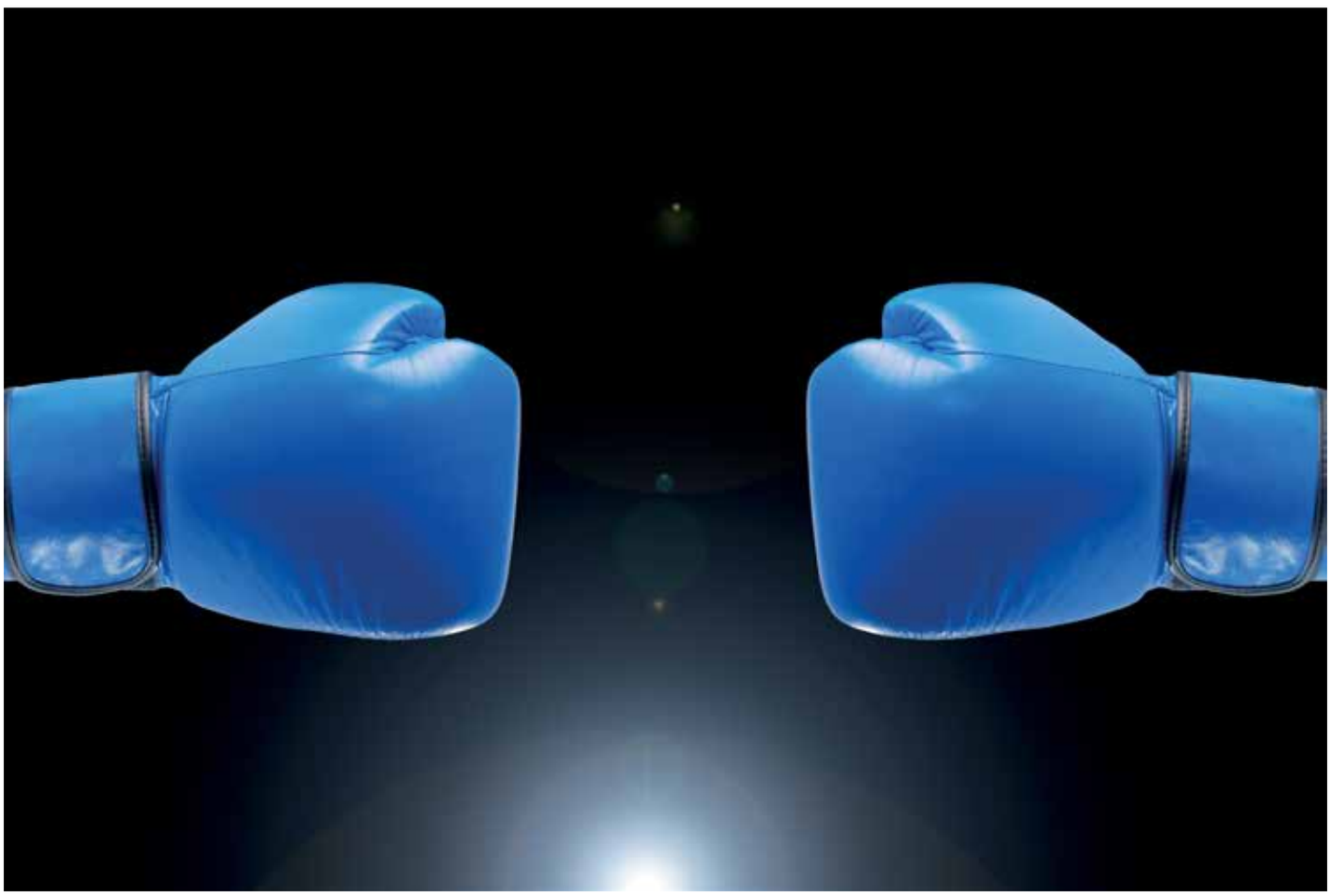
von Eva Mona Altmann

Im Rahmen des Internationalen Deutschen Shotokan Cups am 8. Oktober 2016 in Bergisch Gladbach wurde Shotokan-Stilrichtungsreferent Bernd Milner (9. Dan) mit der DKV-Ehrennadel in Platin ausgezeichnet.

Die Laudatio hielt KDNW-Präsident Rainer Katteluhn.

Herzlichen Glückwunsch zu dieser besonderen Ehrung, lieber Bernd!

Foto: Sahin



Du hast Angst vor dem Freikampf? – Damit bist du nicht allein!

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

Ich werde oft gefragt: „Jesse-San, wie kann ich meine Angst vor dem Freikampf überwinden?“

Heute möchte ich dir meine Annäherung an den Freikampf vorstellen.

Zuerst musst du dir aber das Folgende klar machen:

Angst ist ein Lügner.

Wenn du denkst, dass du erst deine Angst überwinden musst, bevor du kämpfen kannst, liegst du falsch. Der einzige Weg, deine Angst zu überwinden, ist zu kämpfen!

Wenn du deiner Angst ins Gesicht schaust, wieder und wieder, dann machst du sie dir zum Freund. Du siehst hinter ihre furchteinflößende Maske.

Selbst die grössten Kämpfer kämpfen nicht ohne Angst – sie kämpfen TROTZ der Angst!

Die Angst verschwindet nie ganz.

Sie verliert nur ihre Macht über dich.

Aber... Um diese Ebene der „Angst-Freundlichkeit“ zu erreichen, benötigst du eine praktische Herangehensweise, um dich mit deiner Angst vertraut zu machen.

Du würdest ja auch kein Kind ins tiefe kalte Wasser werfen, ohne dass es vorher an Land Trockenübungen gemacht und später im seichten Wasser mit Auftriebhilfen geübt hat, oder?

Leider werfen Karate-Lehrer ihre Schüler aber immer wieder ins kalte Wasser, wenn es um den Freikampf geht, anstatt sie Schritt für Schritt heranzuführen.

Das bricht mir das Herz. Dein erster Freikampf-Eindruck sollte NIE Chaos und Panik sein. Es sollte eine sichere Lernerfahrung sein, die dir Spaß macht.

Und das geht so:

Drei Baby-Schritte zum Kumite

Das ist mein Schritt-für-Schritt-Plan, jemanden ans „Jiyu Kumite“ (Freikampf) heranzuführen.

Die Idee dahinter ist, den unvorhersehbaren und beängstigenden Charakter, der dem Kämpfen innewohnt, zu entschärfen.

Kämpfen ohne Angst

Und zwar, indem drei Regeln eingeführt werden.

#1: Beschränke die Anzahl der Techniken und/oder Ziele.

Die erste Möglichkeit besteht darin, die Anzahl der erlaubten Techniken und/oder Zielregionen einzuschränken. In dem man solche Unsicherheitsfaktoren reduziert, können wir unsere Gefühle dem Kumite gegenüber besser kontrollieren.

Zum Beispiel könnten nur gerade Fauststöße (Techniken) zum Bauch (Ziel) erlaubt sein. Oder nur kreisförmige Fußtechniken (Techniken) zum Körper (Ziel) und gerade Fauststöße zum Gesicht (Ziel).

Die Anzahl der Techniken und Ziele kann dann schrittweise erhöht werden.

#2: Verwende zusätzliche Schützer.

...Schaumstoffhelm, Boxhandschuhe, Knie- und Ellbogenschützer usw. Je mehr Schützer, desto mehr Sicherheit und desto weniger Angst.

So kannst du Treffer von deinem Gegner einstecken, was nötig ist, um die instinktive Flucht-Kampf-oder-Erstarren-Reaktion deines Gehirns umzupolen.

Das kann aber natürlich auch nach hinten losgehen. Manche Leute schlagen automatisch härter zu, sobald sie Schützer tragen.

(Deshalb ist die nächste Regel wichtig.)

Schritt für Schritt kann die Schutzausrüstung dann abgebaut werden.

#3: Reduziere das Tempo.

Zu guter Letzt: Alle Bewegungen müssen in Zeitlupe ausgeführt werden.

Wie heißt es so schön: „Speed kills." („Geschwindigkeit tötet.")

Wenn du in Zeitlupe kämpfst, entwickelst du die Fähigkeit, Angriffe zu sehen, bevor sie dich erreichen.

Dies verändert dein Denkmuster von Reaktion zu Aktion, weil du das Überraschungsmoment entfernst.

Du kannst das Tempo schrittweise erhöhen, sobald du dich wohler fühlst.

Das war's schon!

Wenn du diese drei Baby-Schritte befolgst, wirst du dich an den Freikampf („Jiyu Kumite") gewöhnen, dich dabei sicher fühlen und daran Spaß haben.

Das letzte Puzzlestück besteht darin, deine Denkweise anzupassen:

Das einzige, was du fürchten musst, ist die Angst selbst!

Viel Erfolg!

F ALSE
E VIDENCE
A PPEARING
R EAL

Feear (dt. „Angst") – kann gelesen werden als Akronym für „false evidence appearing real" (dt. „falsche Beweise, die real erscheinen").

Über den Autor:
KARATEbyJesse ist vielen Karateka ein Begriff. Dahinter verbirgt sich der Schwede Jesse Enkamp, Mitglied der Kata-Nationalmannschaft und Inhaber eines eigenen Dojos, der 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 hat. Neben der Webseite www.KARATEbyJesse.com betreibt er auch einen YouTube-Kanal und ist bei facebook, twitter & Co. vertreten. In der Vergangenheit waren seine Beiträge nur mit genügend Englischkenntnisse zugänglich. Aber mit freundlicher Genehmigung des Autors erscheinen seit Mitte 2014 ausgewählte Artikel in der deutschen Übersetzung von Eva Mona Altmann (Dipl.-Übers.) beim KDNW. Wir freuen uns sehr über diese grenz- und sprachübergreifende Kooperation mit Jesse Enkamp!

Battle of the Teams

KDNW-Mannschaften zeigen gute Leistungen in Holland.

von Susanne Nitschmann

Beim „Battle of the Teams“ in Rotterdam (Niederlande) Ende 2016 gewann das u14-Team der Jungs mit Amir Plava, Dojet Haximusha und Rami Alastal Gold.

Bronze ging an das Team u12 der Jungs mit Timo Schmitz, Kevin Michejlis, Niko Kostyshen, Simon Schmitz und Denat Haximusha; das Team u16 der Jungs mit Ben Bertram, Noah Tönnis, Roma Herari und Alexander Schirger sowie das Team u18 der Jungs mit Nils Tönnis, Stelios Tsitsilas, Andin Plava und Jonathan Schierhorn.

Platz fünf erzielten die Teams der Mädchen u12 und u14 sowie das zweite Jungs-Team u16.

Herzlichen Glückwunsch!

Leider spiegeln die Ergebnisse nicht ganz das wirkliche Potenzial wieder.

Großes Lob an alle Sportler/innen aus NRW von den Trainern.

Foto: Laitenberger

Banzai-Cup 2016

NRW stark in Berlin

von Susanne Nitschmann

Beim Banzai-Cup 2016 in Berlin standen Rami Alastal, Natalie Jürgensmann, Annika Jürgensmann, Elena Chatziliadou und das Team der Jungs u18 im Kumite ganz oben auf dem Treppchen. Nur im Finale geschlagen geben mussten sich Jason Königs, Amina Plava, Evelin Laitenberger und das u18-Team der Mädchen (alle Kumite). Bronze gab es für Alexander Schirger, Sofia Herari, Emilie Jahnke, Jil Jolie Hoffman, Amir Plava, Magnus Meters, Isabell Ducken und Ayman Rouchdi im Kumite sowie Rami Alastal in Kata. Dazu kommen noch fünf fünfte Plätze. Herausragende Leistungen brachten an diesem Wochenende Rami Alastal und Evelin Laitenberger. Wieder einmal zeigte dich sich NRW Team geschlossen und stark.

KDNW-Turniere 2017

Noch weitere Ausrichter gesucht!

von Eva Mona Altmann

Noch stehen nicht alle Termine und Orte für das KDNW-Wettkampfjahr 2017 fest und teils werden auch noch Ausrichter gesucht.

Das Wettkampfjahr startet am 11. März mit der Landesmeisterschaft der Leistungs- und Masterklasse in Kempen.

Am 13. Mai soll die Landesmeisterschaft Jugend, Junioren & u21 ausgetragen werden – hier wird noch ein Ausrichter gesucht!

Weiter geht es am 3. Juni mit den Bezirksmeisterschaften Köln & Düsseldorf in Düsseldorf.

Am 17. Juni steht mit den Ruhr Games in Hamm ein internationales Highlight für alle 14- bis 21-Jährigen an – die Anmeldung via Sportdata ist bereits möglich!

Am 24. Juni sollen die Bezirksmeisterschaften Arnsberg, Detmold & Westfalen stattfinden – auch hier wird noch ein Ausrichter gesucht!

Die Landesmeisterschaft der Kinder & Schüler am 30. September wird in Bünde ausgetragen.

Für den Fair-Play-Pokal, der im Herbst in Düren ausgerichtet werden soll, steht noch kein Datum fest.

Dojos, die Interesse an der Ausrichtung einer der vakanten Meisterschaften haben, melden sich bitte bei der Geschäftsstelle des KDNW (Kontaktdaten auf Seite 35). Ausrichter erhalten eine Pauschale von 400 € und können weitere Einnahmen für ihre Vereinskasse durch die Einrichtung einer Cafeteria erzielen.

Da sich noch Änderungen ergeben können, beachtet bitte unsere Ankündigungen online (www.karate.nrw).

Wettkampftermine der Bundes- und internationalen Ebene finden Interessierte auf der Homepage des DKV (www.karate.de) bzw. der WKF (www.wkf.net).

Fair-Play-Pokal 2016

Foto: Elkaiem

18. Auflage des internationalen KDNW-Nachwuchsturniers

von Eva Mona Altmann

Zum insgesamt 18. Mal wurde der Fair-Play-Pokal der KDNW-Jugend nun ausgetragen.

In den vergangenen Jahren hatte das Event leider aus organisatorischen Gründen wiederholt entfallen müssen.

Nicht nur ist es überhaupt schwer, im mit nationalen, internationalen und regionalen Terminen übervollen Wettkampfkalender ein geeignetes Datum für das international konzipierte KDNW-Nachwuchsturnier zu finden – sondern es trauen sich leider auch nur wenige Vereine die Ausrichtung einer Veranstaltung dieses Formats zu. Darüber hinaus sind geeignete Hallen immer schwerer zu finden, da sie vielerorts wegen Renovierung geschlossen sind, als Notunterkunft für Flüchtlinge dienen oder zuallererst den etablierten Ligasportarten zugesprochen werden.

Es ist vor allem der Initiative von Ralf Vogt (stellvertretender Kampfrichterreferent, Dojoleiter Bushido Köln) zu verdanken, dass der Fair-Play-Pokal in 2016 stattfinden konnte.

Und zwar mit einem vielversprechenden Modell, das hoffentlich Schule machen wird: Durch einen Zusammenschluss zweier Vereine (hier: Bushido Köln und Okinawa Düren) für die gemeinsame Ausrichtung des Events und durch die zusätzliche „Manpower“ freiwilliger Helfer/innen aus weiteren Vereinen (z.B. Budokan Köln, Taiko Dojo Oberhausen u.a.).

So konnte am 19. November 2016 der 18. KDNW-Fair-Play-Pokal in Düren ausgetragen werden.

Rund 300 Nachwuchssportler/innen aus Deutschland, Belgien und den Niederlanden gingen auf fünf Kampfflächen an den Start. Unter der Leitung von Chefkampfrichter Ralf Vogt wurden die Begegnungen von 10.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr ausgetragen.

Der Abbau der Kampfflächen war nach Turnierende in Rekordzeit abgeschlossen, da viele Kampfrichter/innen kurzentschlossen dabei mit anpackten. So stand die Veranstaltung ganz im Zeichen von Teamgeist und Fair-Play.

Auch in 2017 wird der Fair-Play-Pokal im Herbst in Düren stattfinden, ein genaues Datum steht noch nicht fest.

DM der Schüler/innen

Am 5. November 2016 wurden die DM-Titel in den Alterklassen Schüler A und B im sachsen-anhaltinischen Ilsenburg ausgekämpft und die hoffnungsvollen Nachwuchstalente aus NRW brachten insgesamt zehn Medaillen nach Hause und sicherten dem KDNW so Rang drei im Länderranking. Herzlichen Glückwunsch!

KDNW-Ergebnisse

GOLD:

Mustafa Rami Alastal (Budokan Bochum), Kumite Schüler A +50 kg
Timo Schmitz (Rhein Berg Karate), Kumite Schüler B -38 kg

SILBER:

Ayman Rouchdi (Budokan Bochum), Kumite Schüler A +50 kg
Natalie Jürgensmann (Kenshi Neukirchen-Vluyn), Kumite Schülerinnen A -43 kg
Jasmin Königs (USC Duisburg), Kumite Schülerinnen A -49 kg
Brianna Jenniches (KC Bushido Bonn), Kata Schülerinnen B

BRONZE:

Chiara Ponzetta (Rhein Berg Karate), Kumite Schülerinnen A +49 kg
Kevin Michejlis (KD Kempen), Kumite Schüler B +38 kg
Emelie Janke (Oberberg Karate), Kumite Schülerinnen B +36 kg
Zoe Thiel (Taiko Dojo), Kumite Schülerinnen B -30 kg

5. PLATZ: David Engel (Budokan Bochum, Kumite Schüler A -38 kg), Kyomi Kettler (KC Bushido Bonn, Kata Schülerinnen B).
7. PLATZ: Mustafa Rami Alastal (Budokan Bochum, Kata Schüler A), Sonja Schiffmann (Budokan Bochum, Kata Schülerinnen B), Marlene Lindstädt (USC Duisburg, Kumite Schülerinnen B -36 kg).

Platz drei im Medaillenspiegel!
Super gemacht, Team NRW!

Kommentar Landestrainerin Susanne Nitschmann:

„Ein aufregender Tag für alle Karateka und die mitgereisten Eltern! Viele der Teilnehmer/innen waren zum ersten Mal auf einer Karate-Großveranstaltung.

Das Debüt der Klasse u12 war ein voller Erfolg. Alle Gruppen waren rappelvoll, aber nicht nur das: Die Qualität der Kämpfer war bereits enorm hoch, so dass es für unsere Jüngsten kein leichtes Spiel war. Umso höher sind die erbrachten Leistungen einzuordnen, auch wenn es beim ersten Mal vielleicht noch nicht zur erhofften Medaillie gereicht hat.

Unsere zwei Deutschen Meister Rami und Timo begeisterten jeden Karatefan. Souverän und taktisch enorm stark konnten beide überzeugen. Auch die anderen Finalisten waren sehr stark! Herzlichen Glückwunsch! Und die dritten Plätze sicherten NRW den dritten Platz in der Medaillienwertung hinter Thüringen und Rheinland Pfalz.“

Mehr Fotos online beim DKV: www.karate.de

Fotos auf dieser Doppelseite: Wolbers

KDNW-Ergebnisse

GOLD:
Manfred Völkner (USC Duisburg), Kata Einzel Herren ü60
KC Bushido Bonn (T. Schmitz, L. Germic, V. Germic), Kata-Team mixed ü30
Murat Uysal (USC Duisburg), Kumite Einzel Herren ü40 -80 kg

SILBER:
Martina Karras (KC Bushido Bonn), Kata Einzel Damen ü50
USC Duisburg (M. Völkner, M. Völkner, M. Spillker), Kata-Team mixed ü30
Frauke Reichard (KC Bushido Bonn), Kumite Einzel Damen ü50
Jabar M. Mohammed (Budokan Bochum), Kumite Einzel Herren ü40 -80 kg
Kasim Zymeri (USC Duisburg), Kumite Einzel Herren ü50 -80 kg

BRONZE:
Jochen Krämer (KC Bushido Bonn), Kata Einzel Herren ü30
Phong Nguyen (SKD Dortmund), Kata Einzel Herren ü50
Unursal Kurtulus (Budokan Bochum), Kumite Einzel Herren ü30 -80 kg
Martin Matheis (KC Bushido Bonn), Kumite Einzel Herren ü40 -80 kg

5. PLATZ: Magida Küpper (KC Bushido Bonn, Kata Einzel Damen ü40), Thomas Schmitz (KC Bushido Bonn, Kata Einzel Herren ü30), Valentin Germic (KC Bushido Bonn, Kata Einzel Herren ü30, Hasan Gürgen (SKD Dortmund, Kata Einzel Herren ü40), Renate Bracht (Dojo Lemgo-Lippe, Kumite Einzel Damen ü50).
7. PLATZ: Manuela Gerke-Körting (KC Bushido Bonn, Kata Einzel Damen ü40), Klaus Sallmann (KSK Konkordia Neuss, Kata Einzel Herren ü60), Jochen Krämer (KC Bushido Bonn, Kumite Einzel Herren ü30 +80 kg), Dennis Pakker (BSC Oberhausen, Kumite Einzel Herren ü30 -80 kg), Heinz Romberg (TC Gelsenkirchen, Kumite Einzel Herren ü50 +80 kg), Marcel Spillker (USC Duisburg, Kata Einzel Herren ü30).

Platz zwei im Medaillenspiegel!
Super gemacht, Team NRW!

Gold für die Kata-Herren vom Bushido Bonn.

Stefan Krause (KDNW-Vizepräsident):

„Die Leistungen der Sportler/innen aus NRW waren wiedereinmal sehr gut. Die große Anzahl erlangter Platzierungen spricht für sich. Besonders positiv ist mir die entspannte Wettkampfatmosphäre und das extrem faire Miteinander der Aktiven wie Kampfrichter in Erinnerung. Auch strittige Entscheidungen wurden sportlich diskutiert und akzeptiert.“

Thomas Behnke gratuliert Murat Uysal zum DM-Titel.

DM der Masterklassen

Dreimal Gold, sechsmal Silber und viermal Bronze, fünfmal Platz fünf und sechsmal Platz sieben – so liest sich die Erfolgsbilanz der nordrhein-westfälischen Karateka bei der Deutschen Meisterschaft der Masterklassen, die am 6. November 2016 in Ilsenburg (Sachsen-Anhalt) ausgetragen wurde. Die Sportler/innen der Alterklasse ü30 bis ü60 erzielten damit vereint Rang zwei im Medaillenspiegel der Landesverbände. Hut ab!

Fotos auf dieser Doppelseite: Grüner, DKV

Manfred Völkner war im Kata-Shiai der Herren ü60 nicht zu schlagen.

Fotos: Schaub

KDNW-Master-Cup

Dritte Auflage des Turniers für ältere Wettkampfeinsteiger/innen

SCANNEN FÜR ERGEBNISSE!

von Frank Nöske

Am 18. September 2016 war es für die lebensälteren Wettkampfeinsteiger/innen endlich soweit: Der Master-Cup ging in den Räumen des Budokan-Bochum in seine dritte Runde.

Neben „Wiederholungstätern“ waren zahlreiche „Erststarter“ in den Altersklassen ü30, ü40, ü50 und ü60 erschienen. Leider gab es nur sehr geringe Meldungen in den Altersklassen ü50 und ü60.

Den härtesten „Kampf“ mussten die meisten Starter gegen sich selber austragen. Der Start unter Wettkampfbedingungen vor Kampfrichtern und fremden Sportlern/innen und Publikum kann im Vereinstraining nicht nachgestellt werden. So waren insbesondere in der Disziplin Kata viele Karateka froh, beim ersten Start ihre Kata zum Abschluss gebracht zu haben. Das Schöne an diesem Master-Cup ist, dass die Karateka einen zweiten, dritten oder weitere Starts erhalten. Es wurde deutlich, wie die Sicherheit bei den Teilnehmer/innen bei jedem Start deutlich zunahm.

Diese Zunahme an Sicherheit mit fortschreitender Turnierdauer konnte man bei den Karateka in der Disziplin Kumite ebenfalls feststellen. Hier mussten die Sportler/innen mehr als beim Randori im Training darauf achten, in der richtigen Distanz zu sein. Die eigene Technik musste vorbereitet werden, ohne die Möglichkeiten des Kontrahenten zu missachten. Dazu noch das Regelwerk. Das war nicht einfach.

Die Gruppen der Männer ü30 und ü40 waren hier stark vertreten. In der Gruppe ü50 gab es bei den Herren nur einen Kampf und keinen Start in der Gruppe ü60. Bei den Damen sah es in den Kumite-Gruppen ab ü40 ähnlich aus.

Insgesamt konnten in Kata und Kumite von den Sportlern/innen gute Leistungen abgerufen werden. Die meisten waren davon angetan, welche Emotionen ein solcher Wettkampf bei ihnen auslöst und waren über ihren Start sehr glücklich.

Mit ihren jederzeit souveränen Entscheidungen trug das Kampfrichter-Team unter Leitung von Bundeskampfrichter Frank Debecker zum reibungslosen Ablauf dieses Master-Cups entscheidend bei.

Nach zwei guten Turnieren in den Vorjahren gab es bei der dritten Auflage des einen Rückgang der Teilnehmerzahlen. Das ist sehr schade.

Aus den Rückmeldungen der deisjährigen Teilnehmer/innen war wieder zu entnehmen, dass nicht die Platzierung im Vordergrund steht, sondern der meist mehrfache Start bei diesem Turnier, in dem es sehr freundschaftlich zugeht.

WM

2016 in Linz

von Eva Mona Altmann

Vom 25. bis zum 30. Oktober 2016 wurden die Karate-Weltmeisterschaften der Leistungsklasse in Linz (Österreich) ausgetragen. Von Mittwoch bis Freitag maßen sich über 1.000 Karateka aus 118 Nationen in den Vor- und Trostrunden. Die Finalbegegnungen fanden am Samstag und Sonntag statt. Diese wurden in Deutschland live bei ranfighting übertragen.

Das deutsche Kumite-Team der Herren (Jonathan Horne, Noah Bitsch, Heinrich Leistenschneider, Mehmet Bolat, Nico Drexel, Ricardo Giegler und Robin Winters) erkämpfte sich mit drei Siegen und einem Unentschieden gegen Spanien Bronze.

Eine weitere Bronzemedaille errang Ilja Smorguner im Kata Einzel der Herren.

Im deutschen WM-Aufgebot gab es diesmal zwar keine Athleten/innen aus dem KDNW, mit Bundestrainer Thomas Nitschmann und Weltkampfrichter Uwe Portugall entsandte der Deutsche Karate Verband aber zwei Offizielle aus unseren Reihen.

Aus dem KDNW für den DKV bei der WM: Nitschmann (r.) und Portugall.

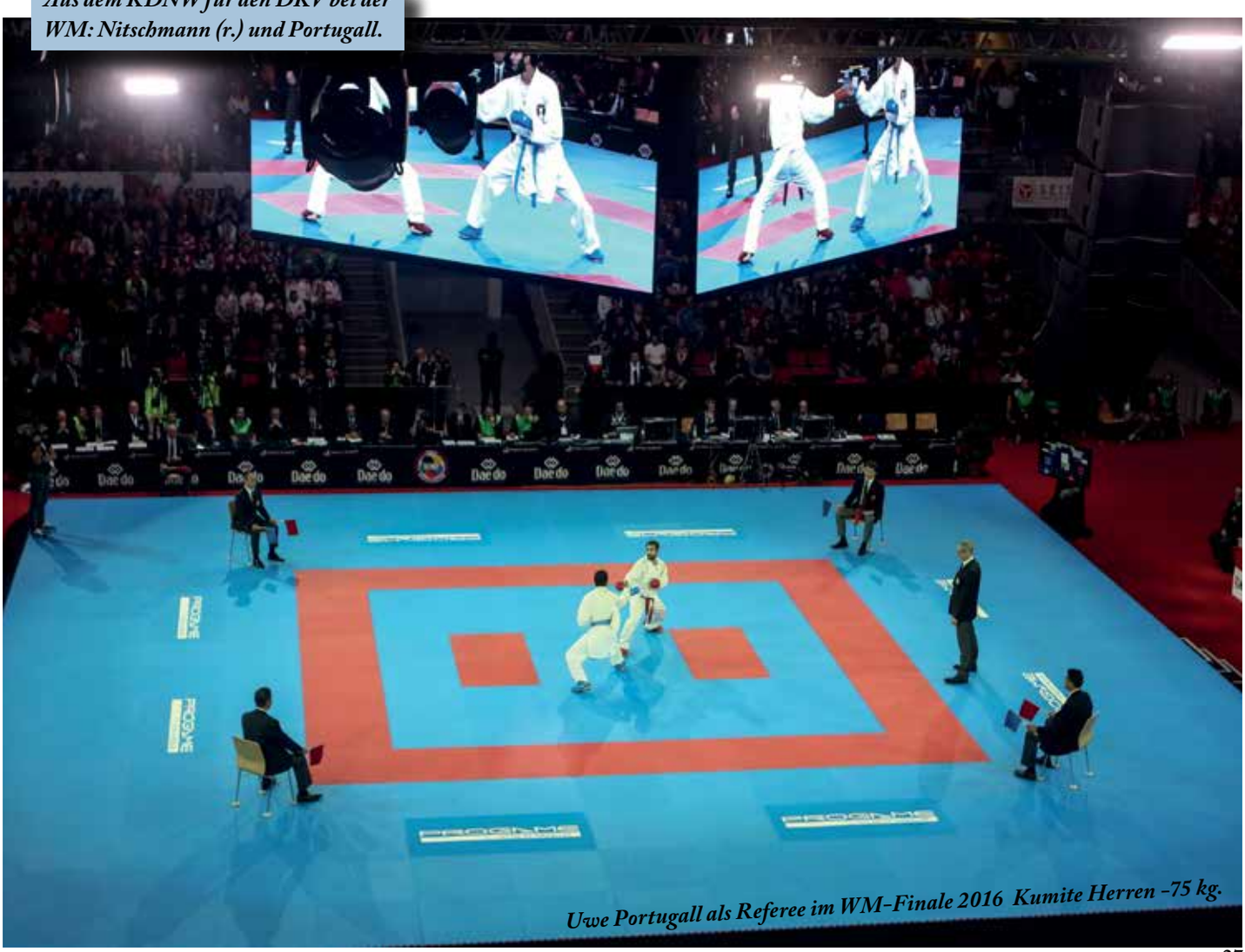
Fotos WM: Grüner, DKV

WM-Bronze!

Und so schaffte es doch jemand aus NRW in das diesjährige WM-Finale: KDNW-Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall wurde die verantwortungsvolle Aufgabe übertragen, den Titelkampf in der Kategorie Kumite Herren -75 kg als Referee zu leiten. Dies tat er gewohnt souverän und als er Rafael Aghayev schließlich nach Punkten zum Sieger erklärte, wurde Karate-Geschichte geschrieben: Der Aserbaidschaner gilt nun als erfolgreichster Karateka aller Zeiten.

Bei der Para-Karate-WM, der parallel ausgetragenen zweiten offiziellen Weltmeisterschaft für Menschen mit Behinderung, gingen außerdem über 70 Sportler/innen mit Handicap aus 25 Nationen an den Start. Die deutschen Starter/innen konnten hier zwei WM-Titel (Helga Balkie, Kata Damen mit Sehbehinderung und Albert Singer, Kata Herren mit Lernbehinderung), einen Vize-Titel (Michaela Schaffner, Kata Damen mit Sehbehinderung) und einen dritten Platz (Marvin Nöltge, Kata Herren mit Lernbehinderung) erzielen.

Wir gratulieren Team Germany zu diesen Erfolgen!



Uwe Portugall als Referee im WM-Finale 2016 Kumite Herren -75 kg.

Landesmeisterschaft

Kinder & Schüler/innen 2016

Fotos auf dieser Doppelseite: Schaub

Landesmeister

KINDER U8

Kata m.:	Luis Zhang (SZ Bochum)
Kata w:	Selina Aydemir (KD Kempen)

KINDER U10 WEIBLICH

Kata:	Shirley Jay (Satori Hilden)
-30 kg:	Amina Plava (Rheinberg Karate)
-35 kg:	Hannalena Alastal (Budokan Bochum)

KINDER U10 MÄNNLICH

Kata:	Özkan Cakmak (Budokan Bochum)
-30 kg:	Anes Plava (Rhein Berg Karate)
-35 kg:	Moujtaba Aidoudi (Budokan Bochum)
-40 kg:	John Talsik (Rhein Berg Karate)

SCHÜLERINNEN B

Kata:	Kyomi Kettler (KC Bushido Bonn)
-36 kg:	Marlene Lindstädt (USC Duisburg)
+36 kg:	Emilie Janke (Oberberg Karate)

SCHÜLER B

Kata:	Max Minter (BSC Oberhausen)
-32 kg:	Daniel Knaub (KC Bergisch Gladbach)
-38 kg:	Timo Schmitz (Rhein Berg Karate)
+38 kg:	Denat Haxhimusa (Rhein Berg Karate)

SCHÜLERINNEN A

Kata:	Natalie Jürgensmann (Kensho Neuki.-Vl.)
-43 kg:	Emily Laitenberger (KD Kempen)
-49 kg:	Jasmin Königs (USC Duisburg)
+49 kg:	Chiara Ponzetta (Rhein Berg Karate)

SCHÜLER A

Kata:	Rami Alastal (Budokan Bochum)
-38 kg:	Rami Alastal (Budokan Bochum)
-44 kg:	Tim Braun (Ruhr Dojo)
-50 kg:	Albian Plava (Rhein Berg Karate)
+50 kg:	Ayman Rouchdi (Budokan Bochum)

KATA-TEAM

u10+u12 mixed	BSC Oberhausen
Schüler	SZ Bochum
Schülerinnen	Budokan Bochum 3

Keine Gewähr. Kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Ergebnisliste & Fotogalerie online:
www.karate.nrw

von Eva Mona Altmann

Am Samstag, den 1. Oktober 2016 wurde die Landesmeisterschaft der Altersklassen Kinder und Schüler in Halle (Westfalen) ausgetragen.

Mit rund 250 Starts war das Event gut besucht. Der ausrichtende Verein Mushin Halle rund um Kerstin Rosendahl und Detlef Serowy leistete fantastische Arbeit über das Normalmaß hinaus – so war die Halle sehr schön mit Blumen und Pflanzen geschmückt und die Kampfrichter/innen bekamen ein schokoladiges Präsent überreicht.

Die Wettkämpfe begannen unter der Regie der Wettkampfleitung rund um Simo Tolo morgens um 10.00 Uhr und dauerten bis ca. 16.00 Uhr.

In der Mittagspause führten KDNW-Präsident Rainer Katteluhn und sein Vize Stefan Krause die verdiente Ehrung von Kerstin Rosendahl, Detlef Serowy und dem Verein Mushin Halle durch.

Chefkampfrichter des Events war Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall.

Die Wettkampfärzte hatten wieder einmal erfreulich wenig zu tun.

Die Wettkämpfe fanden in Kata und Kumite auf einem teils erfreulich hohen Niveau statt – die Tickets für die Deutsche Meisterschaft der Schüler/innen waren hart umkämpft.

Bild links:
Rami Alastal (Budokan Bochum) gelang der Hattrick: Landesmeister Kata & Kumite der Schüler A. Im Kumite wurde er vier Wochen später Deutscher Meister (siehe Seite 22).

Foto: Wolbers

Detmold und Westfalen

Bezirksmeisterschaften 2016

von Eva Mona Altmann

Am 17. September 2016 fanden die Bezirksmeisterschaften Detmold und Westfalen in Detmold statt. Ausrichtender Verein war der Sandokai Detmold. Auf drei Tatami gingen rund 130 Nachwuchssportler/innen aus 16 Vereinen an den Start. Organisiert von der Wettkampfleitungen begannen die Matches morgens um 10.00 Uhr und waren gegen 15.00 Uhr beendet. Chefkampfrichter war der stellvertretende Landeskampfrichterreferent Ralf Vogt. In der Halle herrschte eine ruhige, respektvolle Atmosphäre, die angereisten Zuschauer/innen waren während der Kämpfe sehr leise und applaudierten nach jeder Runde. Die Wettkampfärzte hatten kaum Einsätze. Ein rundum schönes Event.

Ergebnisse & mehr Fotos: www.karate.nrw

Max Bauer (r.) im Duell mit dem inzwischen fünffachen Weltmeister Rafael Aghayev.
Foto: Wolbers

Karate-Elite traf sich in Hamburg

German Open Karate1 Premier League mit Rekordteilnahme

von Eva Mona Altmann

Vom 23. bis zum 25. September 2016 wurden die German Open, ein „Karate1 Premier League"-Turnier der World Karate Federation, in Hamburg ausgetragen.

Kurz vor den Weltmeisterschaften in Linz (siehe Seite 27) pilgerte die Karate-Elite für einen letzten Test in die Hansestadt. Mit 1170 Nennungen aus 72 Nationen wurden alle bisherigen Teilnahmerekorde gebrochen – die größten German Open aller Zeiten!

So gingen in der Disziplin Kata Einzel Herren rund 150 Wettkämpfer an den Start und auch die anderen Kategorien war quantitativ und qualitativ sehr stark besetzt.

Team Germany erzielte zwei silberne und eine bronzene Medaille: Das Kata-Team der Damen (Bleul, Heinrich, Wachter) und Jonathan Horne (+84 kg) mussten sich nur im Finale geschlagen geben, Noah Bitsch (-84 kg) belegte Rang drei.

Die Athlethen/innen aus dem KDNW konnten zwar keine Platzierungen holen, aber wichtige Erfahrungen im Vergleich mit der Weltspitze sammeln. Auf Kampfrichterseite war der KDNW mit mehreren Offiziellen vertreten.

Alle Ergebnisse auf Sportdata, mehr Bilder online.

Tomonari Cup

220 Kids am Start

von Stefanie Arrondeau

Was vor fünf Jahren aus einem internen Weihnachtsturnier entstand, erfreut sich wachsender Beliebtheit. Der Tomonari Cup („Turnier der wachsenden Freundschaft“) richtet sich mit seinen umfangreichen Wettkampfklassen an Kinder und Jugendliche aller Gürtelklassen von vier Jahren bis 20 Jahren.

In 2016 trafen sich rund 220 Kinder und Jugendliche am 13. November in der Mehrfachturnhalle in Langenfeld.

Der morgendliche Spiel- und Sportteil diente dabei als Warm-Up und einführender kleiner Wettkampf: Gemischte Übungen aus dem motorischen, koordinativen und Ausdauerbereich wie beispielsweise Linienlauf und Seilhüpfen. Im Anschluss folgte ein Kata-Turnier für Einzelstarter und Teams. Ausgerichtet wird der Wettkampf in jedem Jahr speziell für Karateka ohne oder mit nur wenig Wettkampferfahrung.

Erstmals gab es auch eine internationale Beteiligung – rund 20 Starter aus Belgien reisten zum Vergleichskampf an.

Der Erfolg war inbesondere auf Grund der zahlreichen ehrenamtlichen Helfer und Sponsoren möglich.

Wir freuen uns auf ein sportliches Wiedersehen im kommenden Jahr!

Foto: Arrondeau

Foto: Meulenberg

Benefiz in Gelsenkirchen

von Olaf Meulenberg

Am 29. Oktober 2016 richtete die Karateabteilung des Turner Clubs Gelsenkirchen 1874 e.V. in Kooperation mit dem Karate Dojo Gelsenkirchen e.V. den traditionellen Benefiz-Kampfkunstlehrgang aus.

Der Gelsenkirchener Karatepionier Hans Jürgen Wittek (5. Dan), Ludwig Binder vom Sakura Dojo Neuss (6. Dan; Landeskoordinator im Bereich Stiloffenes Karate und Referent im Ausbildungsbereich Selbstverteidigung) sowie Simo Tolo (5. Dan) vom Unsui Dojo Neuss entführten die über 60 Teilnehmer/innen mit ihrem reichhaltigen Erfahrungsschatz in die Kampfkünste und das traditionelle Karate.

Von der Kata Jiin inklusive Bunkai über effektive Selbstverteidigung und die Jukuren-Kata des Goju-Ryu bis zu einer Einheit speziell für Kinder bis 14 Jahre wurde den Teilnehmern/innen viel geboten. Zwischen den Trainingseinheiten fand sich genug Zeit, um miteinander zu fachsimpeln oder alte Freundschaften weiter zu vertiefen.

Wie immer wurden auch bei diesem Lehrgang sämtliche Erlöse aus dem Lehrgang wieder für einen gemeinnützigen Zweck gespendet. Dieses Mal war es die Aktion „Luftballon“ der städtischen Kinderkliniken und der Kinderkrebsstation des Lukaskrankenhaus in Neuss, die bedacht wurde. Zur großen Freude aller konnte eine Summe von 856 € gespendet werden.

Auch im nächsten Jahr wird es in Gelsenkirchen sicherlich wieder einen Benefizlehrgang geben.

Foto: Slabon

Ehrung

für Johannes Bracke

von Manfred Jürgens

Im Rahmen des Horst-Kollmorgen-Gedächnisstraining in der Libori-Woche in Paderborn wurde Johannes Bracke, der Vorsitzende der Karate-Abteilung des SC Grün Weiß Paderborn, mit der goldenen Ehrenmedaille des KDNW für seine 42-jährige Arbeit als Kämpfer, Trainer und Vereinsvorstand durch den KDNW-Vizepräsidenten Stefan Krause ausgezeichnet. Johannes Bracke war sichtlich überrascht und freute sich sehr.

Foto: Milner

Bochum

Karate beim Straßenfest

von Tim Milner

Im September 2016 fand das größte Straßenfest Bochums im Schaffnerweg statt. Dabei stand auch Karate an beiden Tagen im Programm. Sowohl kleine als auch große Karateschüler des Budokan Bochum zeigten Kihon, Kata, und Kumite. Die zahlreichen Zuschauer konnten sehen, wie viel Spaß Karate macht und dass dies ein Sport für Jung und Alt ist.

Karate

trifft Fußball

Foto: Feemer

von Frank Feemer

Die E2-Mannschaft (Jahrgang 2007) der DJK Arminia Klosterhardt ist nicht nur im Fußball aktiv, sondern nimmt mit Trainer und Jugendleiter Andreas Arold auch regelmäßig an anderer Sportarten teil. Nach Tennis, Volleyball, Schwimmen und einem Triathlon hieß es am 6. November 2016: „Karate". In den Räumen des Budo-Sport-Centers Oberhausen e.V. wartete Dieter Kießwetter mit seinen Assistentinnen Inga (9) und Hannah (13) Beutling auf das Fußballteam. Als erstes hieß es „Fußballschuhe aus", dann ging es nach einer Verbeugung barfuß ins Dojo.

Dieter Kießwetter, der diesen Sport schon seit 49 Jahren betreibt, wies darauf hin, dass Höflichkeit, Respekt und Konzentration grundlegende Tugenden sind. Nach dem Aufwärmen wurden Abwehrtechniken, Fauststöße und Fußtritte geübt. Die Kommandos und das Zählen erfolgten auf Japanisch. Die erlernten Karatetechniken wurden zur Selbstverteidigung mit Partnern geübt, an Pratzen und Dummys konnten dann Schlag- und Trittkraft unter Beweis gestellt werden. Zum Abschluss zeigte Hannah Beutling, Mitglied des Karate-Landeskaders, noch einige fortgeschrittene Karatetechniken, was mit viel Applaus bedacht wurde. Den Fußballern und den Karateka hat das gemeinsame Training großen Spaß gemacht.

Foto: Herholt

Kids-Spezial

Lehrgang in Bad Salzuflen

von Frank Herholt

Seit Anfang 2016 befindet sich das Shotokan Karate Dojo Bad Salzuflen in eigenen, wesentlich größeren Räumlichkeiten. Nach einigen internen Veranstaltungen für Erwachsene sollten am 8. Oktober die Kinder auf ihre Kosten kommen.

Der Vereinsleiter Frank Herholt legt neben dem wöchentlichen Trainingsbetrieb großen Wert auf ein familiäres Vereinsleben. Dazu organisiert der Verein in regelmäßigen Abständen Events für jede Altersgruppe, natürlich in Verbindung mit dem Karatesport.

Auf normalen Lehrgängen mit hochgraduierten Karate-Meistern kommen die Kinder meistens etwas zu kurz, daher findet im SKD Bad Salzuflen zwei Mal im Jahr ein sogenannter „Kids-Spezial-Lehrgang" mit anschließender Prüfung statt.

Unter der Leitung des Vereinsvorsitzenden Frank Herholt (3. Dan) und dem langjährigen Bundeskadermitglied Jakob Tymczak (2. Dan) trainierten über 60 kleine Karateka in der Altersgruppe sieben bis 13 Jahren Inhalte aus Freikampf, Kata und Kihon. In kindgerechten Übungen ließen sie ihnen die Inhalte des Karate angedeihen.

Anschließend fand zum Abschluss des Lehrgangs für die anstehenden Kinder eine Prüfung zum nächsthöheren Gürtelgrad statt. Unter den kritischen Augen von Christian Stüssel und Frank Herholt durften sich 26 Kinder über ihre neue Gürtelfarbe freuen! Aufgrund der hohen Resonanz auch aus den anderen befreundeten Vereinen wird der Verein auch in 2017 diese Reihe fortsetzen.

Foto: Abels

Gerolstein

Lehrgangswochenende

von Hans Abels

Wie schon in den letzten Jahren richtete das 1. Karate Dojo Huchem-Stammeln auch in diesem Jahr zusammen mit Karate-Praxis das Erlebnis-Wochenende in Gerolstein aus.

Durch das Trainerteam mit Ludwig Binder (6. Dan), Klaus Reichelt (6. Dan), Georg Karras (6. Dan), Christian Wedewardt (5. Dan), Peter Simons (5. Dan), Hans Abels (4. Dan), Carsten Neumann (3. Dan), Sonja Abels (3. Dan), Sven Abels (3. Dan), Angelo Klein (3. Dan), Daniel Schmidt (2. Dan) und Rüdiger Gude (1. Dan Karate , 3. Dan Ju Jutsu) gestaltete sich ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm.

Von Aufwärmen mit Tabata, Selbstverteidigung für Anfänger, Kids und Fortgeschrittene über Kata, Bunkai, Pratzentraining, Faszientraining mit der Blackroll bis zu Mudo-Dojang (Schwertkampf), Fallschule und Bodentraining wurde vieles angeboten. Zudem gab es Spezialeinheiten zur Trainerlizenzverlängerung und zum Notwehrrecht. Beim Fitnessparcours für Kinder erhielten alle eine Medaille entsprechend ihrer Platzierung. Samstags wurden dann Kyu- und Dan-Prüfungen abgenommen. Das sportliche Programm für die Jugendlichen und Erwachsenen endete sonntags mit einem großen SV-Parcours.

Der Lehrgang von Freitagabend bis Sonntagmittag wurde von insgesamt 233 Karateka und Karate-Interessierten aus insgesamt 28 Dojos wahrgenommen. Wegen der hohen Anzahl der Voranmeldungen in der Jugendherberge musste auf Ferienwohnungen im Ort und in Zelte ausgewichen werden. Die Trainer und das Orga-Team wurden durch weitere Helfer/innen, auch aus anderen Vereinen unterstützt. Gut aufgenommen wurde die Beteiligung vieler Begleitpersonen als Nicht-Karateka an mehreren offenen Trainingseinheiten. Bei der Abendgestaltung gab es nicht nur Lagerfeuerromantik mit Gitarrengesang und Stockbrot, sondern auch eine Nachtwanderung für Kinder und Erwachsene. Filme und Prävention im Bereich Drogen und Gewalt rundeten das Angebot ab. Das Event soll im nächsten Jahr wiederholt werden.

Foto: Wemmers

Geldern

Herbstlehrgang

von Hans-Jürgen Wemmers

Am 12. November 2016 fand in Geldern ein Herbstlehrgang mit Richard Froeschke (5. Dan) und Frank Debecker (4. Dan) statt.

Die Unterstufe trainierte Kihon und die Heian-Kata und die Oberstufe Kumite-Formen und die Kata Sochin mit Bunkai.

In den Pausen gab es für alle Teilnehmer/innen belegte Brötchen und Getränke. Die Resonanz war mit 75 Karateka aus acht Vereinen, darunter 20 Dan-Träger/innen, sehr gut. Für die Kinder gab es einen Teilnahmeurkunde und Schokolade. Bei der anschließenden Fete feierten 50 Personen.

Foto: Altmann

Premiere

Lehrgang mit Max Bauer

von Eva Mona Altmann

Sein Debüt als Lehrgangsreferent feiert Europameister und WM-Bronze-Gewinner Max Bauer am 10. Dezember 2016 beim Jahresabschlusslehrgang der 1. Karate Ag Kölner Schulen e.V.

Mit seiner sympathischen Art gewann der Top-Athlet augenblicklich die Herzen der Lehrgangsteilnehmer/innen. In je einer Trainingseinheit für die Karate-Kids unter zehn Jahren, die Unter-/Mittelstufe (bis einschließlich Grüngurt) und die Oberstufe (Braun- und Schwarzgurte) bot er zielgruppenorientierte Inhalte, die die Karateka forderten, ohne sie zu überfordern.

Seinen jungen Fans stand er darüber hinaus in einer Fragerunde Rede und Antwort, posierte mt ihnen für zahlreiche Erinnerungsfotos und gab viele Autogramme.

Dojoleiterin Eva Mona Altmann war sehr glücklich über die gelungene Veranstaltung und das positive Feedback. Dies war bestimmt nicht der letzte gemeinsame Lehrgang – eine Wiederholung wird es vielleicht schon 2017 geben.

SC Grün-Weiß 1990 e.V. Paderborn

LEHRGANG

KATA & SELBSTVERTEIDIGUNG

Trainer
BERND MILNER (9. Dan)
JÜRGEN KESTNER (6. Dan)

Termin
Samstag, 11.02.2017
10.30 – 17.15 Uhr
In der Mittagspause bieten wir Getränke und Würstchen an!

Veranstaltungsort
Sporthalle Heinz-Nixdorf-Gesamtschule,
An den Lothewiesen 6-8, 33100 Paderborn

Anmeldung / Organisation
lehrgang@karate-paderborn.de

Kosten
20,00 Euro

Zeitplan

10.30 – 11.00 Uhr Aufwärmen
Alle

11.00 – 12.00 Uhr Block 1
SV *(Kestner)* [1] | Kumite Varianten *(Milner)* [2]

12.15 – 13.15 Uhr Block 2
Kumite Varianten *(Milner)* [1] | SV *(Kestner)* [2]

Pause bis 14.00 Uhr

14.00 – 15.00 Uhr Block 3
SV *(Kestner)* [1] | Kata Kankudai *(Milner)* [2]

15.15 – 16.15 Uhr Block 4
Heian Yondan *(Milner)* [1] | SV *(Kestner)* [2]

16.15 – 17.15 Uhr Abschluss
Anwendungen der Heian Yondan für alle

[1] Unterstufe, [2] Oberstufe

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Sach- oder Personenschäden
Wegbeschreibung und weitere Informationen unter www.karate-paderborn.de

© Fotolia 80253

Karate Club BUSHIDO Bonn 1990 e.V.

Kata und Kumite Oster-Lehrgang in Bonn
Samstag, den 15. April 2017
mit: Georg Karras und Elena Chatziliadou

Ausrichter	Karate Club BUSHIDO Bonn 1990 e.V.
Ort	Turnhalle des Clara-Schumann-Gymnasiums Bonner Talweg/Ecke Loestraße
Trainingszeiten Kata	11.00 – 12.30 Uhr 9. Kyu – 6. Kyu 12.30 – 14.00 Uhr 5. Kyu – Dan 14.00 – 15.00 Uhr 9. Kyu – 6. Kyu
Trainingszeiten Kumite	14.30 – 15.30 Uhr ab 6. Kyu – Dan 15.45 – 17.00 Uhr ab 6. Kyu – Dan

Schützer fürs Kumite Training sind erforderlich !

ab 17.00 Uhr Kyu Prüfung Shotokan

Lehrgangsgebühr	20,00 €
Wegbeschreibung	aus Richtung Köln von der A 59 bis ABK Bonn-Beuel, hier auf die A 565 über die Rheinbrücke in Richtung Koblenz, Ausfahrt Bonn-Bad Godesberg, Poppelsdorf aus Richtung Koblenz von der A 61 bis ABK Meckenheim auf die A 565, Ausfahrt Bonn-Bad Godesberg, Poppelsdorf
	siehe auch Link Routenplaner auf unserer Homepage
Weitere Info's	Martina u. Georg Karras, Telefon 02228 – 7548 oder 01511 576 0990

Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung
Mit der Teilnahme erklärt sich der Teilnehmer mit der Veröffentlichung seiner Bild- und Videoaufnahmen im Rahmen der Berichterstattung einverstanden.

Vereinsanschrift : Georg Karras, Am Kasselbach 3 in 53424 Remagen-Rolandseck
Eingetragen im Vereinsregister 20 VR 6103 Amtsgericht Bonn
Mitglied im DKV Nr. 05299 und LSB Nr. 2002309

Shotokan Karate Lehrgang

Kata und Bunkai

am 06. Mai 2017 in Mönchengladbach
mit Dan-Prüfungen und Lizenzverlängerung

Schahrzad Mansouri
3 DAN Shotokan Karate
Athletin im DKV
Langjährige Bundesjugendtrainerin Kata/Kumite
9-fache Deutsche Meisterin Kata
8-fache Shotokan World-Cup Siegerin Kata

Sigi Hartl
3 DAN Shotokan Karate
Athletin im DKV
Langjähriger Bundesjugendtrainer Kata/Jugend
8-facher Deutscher Meister Kata
2-facher Shotokan World-Cup Sieger Kata

Ort: Sporthalle Krahnendonk
Gatherskamp 75
41066 Mönchengladbach

Gebühr: 25 Euro (Lehrgang)

Trainingszeiten:
11:00 - 12:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu – Dan
12:00 - 13:00 Uhr Pause
13:00 - 14:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu - Dan
14:00 - 15:00 Uhr Pause und Kyu-Prüfungen[1]
15:00 - 16:00 Uhr 9.- 5. Kyu und 4. Kyu - Dan
anschließend Dan-Prüfungen [2], parallel
16:30 - 18:00 Uhr Theorieeinheit Lizenzverlängerung

Lizenzverlängerung: Anerkennung mit 5 LE zur Lizenzverlängerung bei Teilnahme an drei Praxis- und der Theorieeinheit (Thema: Kyusho-Jitsu im Shotokan, Herkunft und Bedeutung inkl. Anwendungen. Ref.: Holger Schroers) Voranmeldung für die Lizenzverlängerung max. 30 Teilnehmer.

Ausrichter: Sho-Dai Karate Post & Telekom Mönchengladbach e.V.
Kontakt: Dojo-Leiter: Rainer Wenzel, E-Mail: reinor@sho-dai.de, Telefon: 02161 / 540797

Sonstiges: [1] Für Kyu-Prüfungen, Prüfungsmarken und Urkunden bitte mitbringen!
[2] Dan-Prüfungen vorher über den DKV anmelden. Zur Dan-Prüfung ist die Teilnahme an allen 3 Trainingseinheiten erforderlich.

SHO DAI

Mit der Teilnahme wird Einverständnis zur Bildveröffentlichung erklärt. Ausrichter übernimmt keine Haftung! Änderungen sind vorbehalten!

DKV

KARATE unlimited

Das Selbstverteidigungsprogramm für Karateka aller Stile

Zielgruppe: Für alle Karateka, die Karate auch als Selbstverteidigung ausüben wollen und ggf. in ihren Vereinen unterrichten möchten. Die Lehrgänge sind in sich thematisch abgeschlossene Veranstaltungen und einzeln buchbar.

Für die ÜL-Lizenzen werden 8 LE für jeden Lehrgang angerechnet. Die SV-Lehrer-Lizenzen werden durch die Teilnahme verlängert.

Referent: Wolfgang Henkel, 6. Dan Shotokan, SV-Ausbilder im DKV

Kosten: je 40,- Euro

Ort/Zeit: Karateverein RuhrDojo e. V.
Hubertstraße 264, 45307 Essen – alle Veranstaltungen von 11-18 Uhr

Anmeldung: Per Email unter: ruhrdojo@t-online.de; T: 0177/8 55 77 99
(Teilnehmerzahl begrenzt – Voranmeldung erforderlich)

Karate ist Selbstverteidigung.
Lerne Deine effektiven Karate-Techniken richtig zu nutzen, um gegen Übergriffe gerüstet zu sein.
Die Lösung liegt innerhalb Deiner Kampfkunst – im Karate.

1) 18.03.2017 Verteidigung gegen: Griffe, Würger, Schlagangriffe; Bodenkampf; Gelenkmanipulationen; Selbstbehauptung; Notwehrrecht

2) 27.05.2017 **1. SV-Gasshuku im DKV mit dem gesamten DKV-SV-Lehrer Ausbildungsteam (Alle Levels) in der Rundsporthalle am Stadionring 44791 Bochum (siehe Ausschreibung)**

3) 24.06.2017 Verteidigung gegen: Umklammerungen, Handgelenkgriffe, Ringenangriffe; mehrere Gegner; Gelenkmanipulationen; Selbstbehauptung; Notwehrrecht

4) 23.09.2017 Abwehr gegen bewaffnete Angriffe

5) 25.11.2017 Karate-SV-Bunkai (Beispiele für die direkte Umsetzung im Heimtraining)

Über die strukturierte Vermittlung hinaus, werden Trainingsmethoden gelehrt, um das Gelernte als Multiplikator im Verein weitergeben zu können.

SV Lizenz im Deutschen Karate Verband e.V.

KARATESCHULE RuhrDojo.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, Mi, Fr 8.15-12.15 Uhr	Di, Do 8.15-15.00 Uhr
Koord. Breitensport	Susanne Nitschmann	s.nitschmann@kdnw.de

Geschäftsführendes Präsidium

Präsident	Rainer Katteluhn	r.katteluhn@kdnw.de
Vizepräsident	Stefan Krause	s.krause@kdnw.de
Geschäftsführer	Horst Nehm	h.nehm@kdnw.de
Schatzmeister	Dr. Fritz-Peter Schlüter	fp.schlueter@kdnw.de

Erweitertes Präsidium

Ausbildung/Breit.sp.	Thomas Behnke	t.behnke@kdnw.de
Frauen	Christiane Vogel (komm.)	c.vogel@kdnw.de
Jugend	Dennis Dreimann	d.dreimann@kdnw.de
Kampfrichterwesen	Uwe Portugall	u.portugall@kdnw.de
Leistungssport	Detlef Tolksdorf	d.tolksdorf@kdnw.de
Sportdirektor	Ludger Niemann	l.niemann@kdnw.de
Öffentlichkeitsarbeit	Steffen Voigtländer	s.voigtlaender@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	Ludger Niemann	l.niemann@kdnw.de
Prüferref. Goju-Ryu	Holger Keßling	h.kessling@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	n.n.	n.n.
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	l.binder@kdnw.de
Tang-Soo-Do	Stefan Frank	stefan.frank-karate@t-online.de
Yoshukai	Otto Rumann	yoshukan.dortmund@arcor.de

Aktivensprecher/innen

Kata	Laura Dreyer	l.dreyer@kdnw.de
Kata	Julian Wieser	j.wieser@kdnw.de
Kumite	Ezgi Kaya	e.kaya@kdnw.de
Kumite	Philipp Tepel	p.tepel@kdnw.de

Wettkampfleitung

Simo Tolo	0151/56081776	s.tolo@kdnw.de

Landestrainer/innen

Detlef Herbst	Kata Shotokan	d.herbst@kdnw.de
Stefan Thole	Kata Goju/Shito-Ryu	s.thole@kdnw.de
Christian Karras	Juniortrainer Kata	c.karras@kdnw.de
Susanne Nitschman	Kumite weibl. ab 14 Jahre	s.nitschmann@kdnw.de
Tim Milner	Kumite männl. ab 16Jahre	t.milner@kdnw.de
Christian Krämer	Kumite weibl. bis 14 Jahre	c.kraemer@kdnw.de
Alexander Heimann	Kumite männl. bis 15 Jahre	a.heimann@kdnw.de
Nika Tsurtsumia	Kumite Scouting	n.tsurtsumia@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: www.karate.nrw

Bankverbindung:

Sparkasse Hamm IBAN DE 02 4105 0095 0000 1585 35
BIC WELADED1HAM

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, Amselstr. 23, 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. Privates Einzelabonnement möglich (2 Euro/Heft).

Textautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Hans Abels, Eva Mona Altmann, Stefanie Arrondeau, Frank Beeking, Heike Buck, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Armin Gudat, Frank Herholt, Manfred Jürgers, Holger Keßling, Stefan Krause, Roman Lux, Olaf Meulenberg, Tim Milner, Susanne Nitschmann, Frank Nöske, Uwe Portugall, Stefan Thole, Hans-Jürgen Wemmers.

Bildautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Hans Abels, Eva Mona Altmann, Stefanie Arrondeau, Frank Beeking, Heike Buck, Sohiel Ekaiem, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Christian Grüner (DKV), Frank Herholt, Karate-Zanshin, Stefan Krause, Rudolf Laitenberger, Daria Launert, Roman Lux, Ralph Masella (DKV), Olaf Meulenberg, Tim Milner, Judith Niemann, pixabay.com, Ünal Sahin, Dr. Hans-Peter Schaub, Rüdiger Schulz, Heinrich Slabon, Simo Tolo, Ralf Wagner, Gabriele Walhöfer, Hans-Jürgen Wemmer, Ralf Wolbers.

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 2/2017 ist am 12.03.2017.

STARK sein

Das habe ich beim Sport gelernt

#beimSportgelernt

Wer Sport macht, lernt – sein Leben lang!

Denn Sport fördert die persönliche Entwicklung. Davon profitieren in NRW jährlich rund 1,5 Millionen Kinder und Jugendliche sowie 3,5 Millionen Erwachsene. Dies macht unsere 19.000 Sportvereine zu den beliebtesten Bildungsstätten im Land.

www.beim-sport-gelernt.de

In Kooperation mit

WESTLOTTO

KDNW

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN