Karate Aktuell

KDNW Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen e.V.

I 2011

22. Jahrgang
K 6466 F

Mitglied im
Deutschen Karate
Verband e.V.

Inhalt

Aus dem Verband

Neuigkeiten aus LSB und KDNW 4
Achter Dan für Shuzo Imai 5
Prominenter Gast im Shito-Ryu 5
Pfingst-Yu Ai 2011 in Hamm: Ein Ausblick 6
Neue Dan-Graduierungen 7
ESKA Cup 2010 8
WGKF Cup 2010 8
Runder Geburtstag für Hanshi Fritz Nöpel 9
Dansha-Lehrgang GOJU-Ryu im Herbst 2010 9

Leistungssport

DM der Länder, DM der Masterclass und DM der Schüler 10
Alexander Heimann bei der WM der Senioren 13
Kampfrichterprüfung bei der WM 13
Kampfrichterwochenende in Hennef 14
Vergleichskampf NRW : RPF 15
Wettkampf-Splitter 15

Aus den Dojos

25 Jahre Budokan Köln 16
Dänische Gäste in Oberhausen 16
Sozialer Einsatz des Budokan Bochum 17
Kampfkunst-Show in Ahaus 17
Erster „Karatelehrer II“ im KDNW 18
Benefizveranstaltung in Dortmund 18
Karate mit Förderschülern und Menschen mit Behinderung 19
NRW Karate-Do Jubiläumslehrgang in Essen 20
Bunkai-Lehrgang in Kerpen 20
Selbstverteidigung in Discotheken 21
KARATE-PRAXIS „SVAD“ 21
Lehrgang mit C. Wedewardt beim Aachener Uni-Sport 22
Benefizveranstaltung in Gelsenkirchen 23
Thomas Richter und Axel Koschorrek in Dortmund 23
Shotokan-Ryu mit Milner und Ratschke 24

Termine

ab S. 25

Impressum

25

Titelbild:
Die Landeskampfrichter des KDNW sowie einige der KDNW-Bundeskampfrichter bei ihrer jährlichen Fort- und Ausbildungsveranstaltun in Hennef. In diesem Jahr war Weltkampfrichter Frederik Alander aus Schweden als Gast dabei, der den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Eigenschaften und Prioritäten im Shito-Ryu näher brachte.

Richtigstellung aus Heft 4/2010:
Der Karateka auf dem Titelbild der oben genannten Ausgabe war nicht Volker Dreyer sondern Michael Lösche vom SC Taisho Siegburg. Er zeigt dabei die Kata Chinte bei der LM der Masterklasse.

Ihr freundlicher Partner für Händler und Vereins-Sammelbesteller
... schnell, flexibel, kompetent!
PHOENIX
Neu im PHOENIX Budosport Sortiment:
KAMIKAZE KARATEGI
SHUREIDO
... mehr unter www.phoenix-budo.de
PHOENIX Budosport
Westkirchner Str. 90
59320 Ennigerloh
Fon 0 25 24 .43 23
info@phoenix-budo.de

jn

Dieser Herbst war voller Herausforderungen für die jüngsten Karate-Wettkämpferinnen und -Wettkämpfer, aber auch für die älteren, jung-gebliebenen. Hier ein Foto der stolzen Siegerinnen bei der LM der Kinder und Schüler in Bad Salzuflen, einer hervorragend ausgerichteten Veranstaltung.

Editorial

Liebe Karateka!
Herzlich willkommen im neuen Jahr, ich wünsche euch für 2011 alles Gute, Gesundheit, Erfolg und viel Freude am Karate-Do.

Diese Veröffentlichung des KDNW zeigt wie gewohnt, was im vergangenen Quartal in unserem Verband geschehen ist und versucht, einen Blick ins kommende Quartal zu werfen. Dabei ist der Anteil der trockenen Verbandsnachrichten recht schmal ausgefallen, interessanterweise sind es dieses Mal die Stilrichtungsseiten, die sich als besonders lesenswert herausstellen könnten. So hat Shuzo Imai erfolgreich die Prüfung zum 8. Dan im Wado-Ryu absolviert, Hanshi Fritz Nöpel vom GOJU-Ryu feierte seinen 75. Geburtstag und es gab Edelmetall bei Stilrichtungs-Europa- bzw. Weltcups zu bejubeln. Viele Informationen gibt es wieder aus dem Leistungssport-Sektor, eine große Anzahl an Wettkämpfen gab es im vergangenen Herbst, es kann leider nicht auf alle ausführlich eingegangen werden. Für diese oft schnelllebigen Neuigkeiten bieten sich das Internet und der Newsletter einfach besser an.

Allein 16 Beiträge erreichten mich aus den Dojos des KDNW, die es bis zur Veröffentlichung geschafft haben. Sie bilden einen großen Teil der Aktivitäten in den Vereinen ab. Besonders hervorzuheben sind zwei große Benefizveranstaltungen mit Karate-Beteiligung, der konstruktiv-kritische Beitrag unseres ersten Qualifizierten Karatelehrers im KDNW sowie die beiden sehr erfolgreichen Projekte „Karate Unlimited“ (unter der Leitung von Wolfgang Henkel) in Essen und „KARATE-PRAXIS“, das an unterschiedlichen Orten in NRW unter der Leitung von Ludwig Binder, Christian Wedewardt, Dirk Schauenberg, Peter Simons, Alcis Szabo-Reiss und Carsten Neumann mit spannenden Inhalten aufwartet.

Nicht zu vernachlässigen ist das Kompendium an Terminen und Veranstaltungshinweisen – da sollte für jede und jeden Karateka im KDNW etwas dabei sein!

Viel Spaß beim Blättern und Schmökern wünscht
Judith Niemann M.A., Redaktion

Redaktionsschluss Ausgabe 2/2011: 03.03.2011

LSB NRW mit neuer Präsenz

Seit November 2010 präsentiert sich der LandesSportBund NRW im Internet mit einer neuen Präsenz.

Die Umgestaltung fand im Rahmen der Neuausrichtung des LSB NRW statt, die seit Anfang 2010 in vollem Gange ist. Das gesamte Corporate Design aller Printmedien ist bereits überarbeitet worden, nun war es an der Zeit, auch die Internetseite übersichtlich und im neuen Design zu präsentieren. Insgesamt soll die Navigation zielgruppenorientierter sein, so Joachim Lehmann, Leiter des Referats Marketing / Kommunikation. So widmet man sich neben den „klassischen" Zielgruppen wie Sportvereine, Verbände und Sportbünde werden nun auch Sportinteressierte, Lehrtätige, Medienvertreter und Partner des LSB adressiert.

Man findet das neue Portal unter der Adresse

http://www.lsb-nrw.de

Viel Spaß beim Stöbern und Schauen!

Neue Vereine im KDNW

Karate-Dojo Kempen e.V.
Frawi Tönnis
Leiziger Str. 7
47906 Kempen
Tel: 0170-2790326
Stilrichtung: Shotokan und Stilrichungsfreies Karate
E-mail: frawi.toennis@gmx.de
DKV-Nr. 5101

TSV Seelscheid 1920 e.V., Abtl. Eichhof
Geschäftsstelle
Gutmühlenweg 1a
53819 Neunkirchen-Seelscheid
Tel: 02247-75144
Stilrichtung: Shotokan
E-Mail: tsv-seelscheid@t-online.de
DKV-Nr. 5109

KDNW-Jugend überarbeitet Zielsetzungen

Ansprechpartner der KDNWJugend v.l.n.r: Michael Bolder (Jugendreferent): m.bolder@kndw.de, Kerstin Wiek (stellvertr. Jugendreferentin): k.wiek@kdnw.de, Selina Blaß (Vertreterin der weiblichen Jugend): s.blass@kdnw.de

Für Anfang 2011 hat sich die KDNW-Jugend zu einem Treffen verabredet, bei dem es um die aktuellen und zukünftigen Tätigkeitsfelder des Teams gehen wird.

Gemeinsam mit weiteren Interessierten aus der KDNW-Führung soll das Brainstorming unter dem Motto „Neue Schwerpunkte in der Karatejugend" stehen. Im weiteren Verlauf soll dann ein schlüssiges Konzept erstellt werden. Insbesondere soll es um folgende Bereiche gehen:

- Die Bindung von Kindern an den Karateverein über die Pubertät und Jugend hinaus
- Integration von Kindern mit Migrationshintergrund durch den Verein
- Genderfragen im Karate
- Ganztagsschulen: Chancen und Risiken für den Verein.

Ggf. werden noch weitere Themefelder hinzukommen.

Shuzo Imai besteht Prüfung zum 8. Dan

Shuzo Imai legte am Vortag des DKV-Tages, am 24.09.2010, vor dem Prüfergremium bestehend aus Rob Zwartjes, Fritz Nöpel, Sigi Wolf und Ulrich Heckhuis die Prüfung zum 8. Dan ab. Auch den 7. Dan hatte er mittels einer Prüfung erworben, die er nicht nur in Deutschland, sondern auch in Japan ablegte.

Im Rahmen der Prüfung erläuterte er seine Theorie der Entspannung und des Schwerpunkteinsatzes. Dieser zufolge wird eine Bewegung dann schnell, leicht und kraftvoll, wenn jegliche unnötige Spannung vermieden wird, damit unter Ausnutzung der Schwerkraft das Eigengewicht des Körpers optimal eingesetzt werden kann. Die Schnelligkeit und damit Wucht eines Fauststoßes beispielsweise hängt nicht davon ab, wie schnell und stark der Arm isoliert bewegt wird, sondern resultiert aus der koordinierten Bewegung des gesamten Körpers. Da dieser Ansatz nicht auf Muskelkraft beruht, ermöglicht er es, auch noch in fortgeschrittenem Alter schnelle und starke Techniken auszuführen. Das Konzept klingt einfach, aber intensive Übung ist notwendig, bis auch der Körper verstanden hat, was Entspannung und Schwerpunkt eigentlich bedeuten.Die Umsetzung dieser Theorie veranschaulichte Imai Sensei bei der Prüfung in der Verteidigung gegen Schwertangriffe.

Imai Sensei kam 1970 mit dem 2. Dan nach Deutschland. Zuvor hatte er in Japan auch Judo und Kyudo geübt. In Hamburg wurde und blieb er ca. 30 Jahre lang der Assistent von Teruo Kono bis zu dessen Tod im Jahr 2000. Nach Düsseldorf zog er 1977 und arbeitete bis Juni 2010 für ein japanisches Unternehmen. Inzwischen ist er im Ruhestand und kann jetzt seine Zeit vollständig dem Karate widmen, d.h. dem Training in seinem eigenen Verein wie auch auf Lehrgängen, für die er ein gefragter Lehrer ist.

Peter Meuren
Stilrichtungsreferent Wado-Ryu

Shuzo Imai erhielt von seinen Schülern dieses große Dokument ihrer Wertschätzung. Bild: Meuren

Karatelehrgang mit Carlos Molina

Zum festen Bestandteil des jährlichen Programms beim Genbu-Kai Hamm gehört der Lehrgang unter der Leitung von Carlos Molina Sensei 7. Dan Shito-Ryu aus Berlin.

Nach einer kurzen Begrüßung durch Michael Stenke übernahm Molina Sensei das Training. In der ersten Trainingseinheit hatten die Kinder des Vereins die Möglichkeit am Unterricht teilzunehmen. Die weiteren Einheiten wurden dann im Kreise der Erwachsenen und Jugendlichen durchgeführt.

Im Vordergrund stand das Erlernen der Katas Haufa und Tomari Passai. Haufa ist eine Kata von Meister Gokenki, einem chinesischen Kampfkunstmeister. Die einem Kranich abgeschauten Bewegungen in dieser Kata sind sehr typisch für die Gokenki Technicken.

Tomari Passai, auch bekannt unter dem Namen Oyadomari no Passai, ist die älteste und am stärksten chinesisch beeinflusste Version, deren Ursprung bis in das 14. Jahrhundert zurückgeht.

Beide Kata wurden mit der dazu passenden Anwendung gelehrt. Die jeweiligen Elemente wurden von Carlos Molina ausführlich demonstriert. Danach hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, dies in einzelnen Gruppen umzusetzen.

Michael Stenke zeigte sich erfreut über das große Teilnehmerfeld, welches nicht nur aus Schülern des Genbu-Kai Hamm bestand, sondern auch aus Karateka anderer Vereine. Die Hammer Karateka möchten sich an dieser Stelle für den gelungenen Lehrgang bei Carlos Molina Sensei bedanken und freuen sich schon auf den Lehrgang im Jahr 2011.

Michael Stenke
Stilrichtungsreferent Shito-Ryu

Pfingsten: Yu-Ai 2011 in Hamm

jn

Im jährlichen Wechsel finden im KDNW das Yu-Ai und Yu Wa Kai statt. Während sich letzteres an die Funktionsträger/innen und Trainer/innen im Verband richtet, können am Yu-Ai alle Karateka teilnehmen, unabhängig von Graduierung und Stilrichtung. 2011 steht wieder das Yu-Ai an und das Team rund um Elisabeth Bork und Heribert Rojekt ist gemeinsam mit dem Ausrichterverein Kaiten Hamm voll in die Planungen eingetaucht.

Von Freitag bis Montag kann hier das Miteinander zelebriert werden, man trifft sich mit Freunden und geht der gemeinsamen Leidenschaft, dem Karate, nach. Neben den klassischen Karate-Einheiten mit Kihon, Kata und Kumite gibt es auch in diesem Jahr thematisch anders ausgerichtete Angebote: Sound-Karate, viel Selbstverteidigung, Kobudo (Kampfkunst mit dem Hanbo, einem „halblangen" Stock), sportwissenschaftliche Leistungsdiagnostik, gesundheitsorientiertes Training, Athletik-Training, Core-Training, Kara-T-Robics, Capoeira, Pilates, Shiatsu und, und, und.

Die besten Athletinnen und Athleten werden sich bei den Kata- und Kumite-Classics präsentieren und dort die Besten auskämpfen. Für die Teilnahme an den Kumite-Classics kann man im Rahmen des Yu-Ai eine Wildcard erkämpfen und sich dann mit den Top-Athleten messen. Sonntagabend wird die Gala wieder Highlights aus Kampfkunst und Kultur bieten, und bei der anschließenden Party kann bis spät in die Nacht getanzt werden. Auch eine Dan-Prüfung im Shotokan wird unter der Ägide von Franz Bork und Detlef Herbst abgehalten. In Planung ist zudem ein umfassendes Kinder-Betreuungsprogramm für Kinder ab sechs Jahren, damit sportliche Eltern entspannt zum Training können. Dabei geht es sowohl um Karate-Angebote als auch um eine Zaubervorführung, die Möglichkeit, Japan spielerisch kennen zu lernen, Jonglieren und vieles mehr.

Für alle, die sich gern bei der Yu-Ai Gala mit einem Beitrag einbringen würden wäre es toll, wenn ihr euch baldmöglichst bei Elisabeth Bork (e.bork@kdnw.de) melden würdet.

Im Januar-Februar wird euch die komplette Ausschreibung erreichen!

Als Trainer und Referent/innen konnten folgende Persönlichkeiten verpflichtet werden:

Bernhard Milner 8. Dan
Detlef Herbst 6. Dan
Uwe Portugall 6. Dan
Rainer Katteluhn, 6. Dan
Ludwig Binder 5. Dan
Wolfgang Henkel 5. Dan
Stefan Krause 5. Dan
Susanne Nitschmann 5. Dan
Thomas Prediger 4. Dan
Olaf Edsen 4. Dan
Sonja Edsen 4. Dan
Kora Knühmann 4. Dan
Heribert Rojek 4. Dan
Dirk Schauenberg 4. Dan
Thoralf Altenburg 3. Dan
Manuela Bednarz, 3. Dan
Michael Bolder 3. Dan
Tim Milner, 3. Dan
Seoung-Sook Park, 3. Dan
Michael Stenke, 3. Dan **NEU IM TEAM**
Sven Edsen 2. Dan
Charles Longdon-Hughes, 2. Dan
Rego Preisendörfer 2. Dan
Tünde Kovacs, 1. Dan
Kerstin Wiek 1. Kyu
Dipl. Sportwiss. Johanna Brings **NEU IM TEAM**
Cleiton José de Lima
Sandra de Lima
Dr. phil. Magdalena Schauenberg
Andrea Wüste **NEU IM TEAM**

Neue Dan-Graduierungen im KDNW

8. Dan		
Shuzo Imai	Wado-Ryu	Düsseldorf
6. Dan		
Klaus Reichelt	SOK	Rösrath
Uli Weß-Wesner	SOK	Detmold
4. Dan		
Frank Itzek	Shotokan	Hörstel
Manfred Jürgens	Shotokan	Paderborn
Michael Lohe	SOK	Bottrop
Achim Mrotzek	SOK	Bottrop
Konrad Scholten	GOJU-Ryu	Rheine
3. Dan		
Savas Atas	Shotokan	Gronau
Sonja Crnjak	Shotokan	Lemgo-Lippe
Rolf Hendrich	Shotokan	Marl
Marco Kappler	Shotokan	Erkrath
Martin Michael	Shotokan	Niederkrüchten
José Pinto	SOK	Bottrop
Nancy Ross	GOJU-Ryu	Rheine
2. Dan		
Jörg Birk	SOK	Porz
Sebastian Blank	Shotokan	Gronau
Dorothea Blümel	Shotokan	Kerpen
Thomas Bönte	SOK	Bottrop
Ron-Philipp Burmeister	GOJU-Ryu	Rheine
Jens Evers	GOJU-Ryu	Rheine
Claus Dülfer	SOK	Essen
Thomas Haumann	Shotokan	Essen
Anne Hellmann	Shotokan	Essen
Thomas Kuhn	Shotokan	Düsseldorf
Dominik Kollenberg	GOJU-Ryu	Rheine
Christopher Löchte	GOJU-Ryu	Rheine
Brigitte Tolo	GOJU-Ryu	Neuss
Gottfried Uhlemann	SOK	Rösrath
Alexandra Van Meegen	GOJU-Ryu	Neuss
Sandra Verheyen	SOK	Essen
Andrea Wand	Shotokan	Wuppertal
Julian Witt	GOJU-Ryu	Neuss

Ein hochkarätiges Gremium: Rob Zwartjes, 9. Dan, Fritz Nöpel, 9. Dan, Klaus Reichelt, 6. Dan, Siggi Wolf, 7. Dan, Shuzo Imai, 8. Dan, Ulrich Heckhuis, 7. Dan, Uli Weß-Wesner, 6. Dan.

Eine große und sehr erfolgreiche Prüfung fand im GOJU-Ryu in Rheine statt. Bild: Beeking

1. Dan		
Wolfgang Effertz	GOJU-Ryu	Neuss
Anita Eggert	GOJU-Ryu	Bielefeld
Ida Fiebig	GOJU-Ryu	Rheine
Michael Gans	GOJU-Ryu	Langenfeld
Stefanie Gans	GOJU-Ryu	Langenfeld
Jörg Haardt	Shotokan	Köln
Uwe Kirchhof	GOJU-Ryu	Langenfeld
Jan Knepper	SOK	Bottrop
Thomas Kohler	GOJU-Ryu	Langenfeld
Denis von Landenberg	SOK	Essen
Manuel Della Libera	SOK	Bottrop
Ursula Reichel	SOK	Rödinghausen
Peter Schubert	Shotokan	Erkrath
Stefan Teßmann	GOJU-Ryu	Langenfeld
Markus Tunholt	SOK	Bocholt
Hauke Voß	Shotokan	Bielefeld
Bastian Zumbrink	Shotokan	Bornheim
Junior-Dan		
Daniele Nurra	GOJU-Ryu	Rheine

Stand: 10.12.2010, kein Anspruch auf Vollständigkeit

ESKA Cup: Gold für Tsurtsumia

Nika Tsurtsumia hat beim Shotokan-Europa-Cup (ESKA-Cup) in Koblenz mit der Deutschen Nationalmannschaft den Titel im Kumite-Team gewonnen.

Nika gewann souverän, ohne seinen Gegnern auch nur einen einzigen Punkt zu erlauben, alle seine Kämpfe, setzte zudem mit spektakulären Mawashi- und Uramawashi-Geris technische Highlights und war der Garant des Titelgewinns.

Im Finalkampf gegen England konnte Nika zunächst durch seinen Sieg den Ausgleich zum 2:2 erkämpfen, ehe Christian Grüner mit einer Glanzleistung den Titelgewinn für Deutschland in seinem letzten Kampf klarmachte.

Mit im Team war auch Dimitri Hussin, der Siegburger war viele Jahre Mitglied im NRW-Landeskader und wohnt und trainiert nun in Frankfurt, und krönte seine Wettkampfkarriere mit dem Shotokan-Europa-Cup-Titel vor heimischen Publikum.

Im Kata-Nachwuchswettbewerb startete Christoph Janßen, er erreichte die Vorschlussrunde und schied hier nach einer umstrittenen Kampfrichterintervention leider aus. Die Finalteilnahme wäre evtl. möglich gewesen.
Insgesamt landete das deutsche Team im Medaillenspiegel mit vier Goldmedaillen und drei Bronzemdaillen auf dem 1.Platz der Leistungsklasse!

Stefan Krause

WGKF-Cup: Gold für Krämer

Erstmalig wurde im vergangenen Herbst der GOJU-Ryu World Cup ausgetragen. Das Team aus Deutschland (gemischt aus DKV- und privat finanzierten Athleten) reiste Ende September nach Portugal, um sich der internationalen Konkurrenz zu stellen.

Allein aus dem KDNW waren neun Sportlerinnen und Sportler dabei. Es sollte eine enorm erfolgreiche Reise werden, auch wenn die Umstände zeitweise widrig waren.

Christian Krämer (Wettringen), inzwischen 39 Jahre alt, startete in den Kategorien Kata und Kumite Masters. Selbst für ihn überraschend setzte er sich im Kumite bis ins Finale durch und gewann dort mit 9:0 Punkten gegen seinen portugiesischen Gegner!

Seine Schülerin Mirijam Huisken konnte im Kumite -53 kg die Bronzemedaille der Juniorinnen erkämpfen. Denise Rottewert (TuS St. Arnold) setzte sich im Jugend-Kumite mit zwei Vorrundensiegen ins Finale durch, wo sie sich spät abends einer Italienerin geschlagen geben musste – für ihren ersten internationalen GOJU-Ryu Einsatz beachtlich. Ihr Vereinskollege Pascal Elbers erreichte im Kumite -76 kg mit flexiblem Kampfstil die Bronzemedaille.

Lucas Maurer (auch TuS St. Arnold) startete als jüngster Teilnehmer im deutschen Team in Kata und Kumite und konnte sich hier auf zwei beachtliche fünfte Plätze hoch kämpfen.

Die Kata-Wettkämpfe waren schwer. Mitfavorit Tobias Portugall (GKD Dortmund) hatte gerade Platz 3 auf den German Open erkämpft, doch hier bremste ihn ein Tscheche unsanft aus, im Kampf um Platz 3 unterlag er dann wieder und landete schließlich auf Platz fünf. Tobias Adlon (TV Emsdetten) erreichte über die Trostrunde Platz 7. Victoria Kilarski (TuS St. Arnold) schied frühzeitig knapp aus, Vereinskollege Marvin Elbers erreichte mit dem Kumite Team Platz 5. Insgesamt gab es für Deutschland 5x Gold, 3x Silber und 10x Bronze!

jn

Im Bild das Team mit Trainer Ludger Niemann, GKD-Vize Horst Nehm und Weltkampfrichter Uwe Portugall.

Hanshi Fritz Nöpel wird 75 Jahre alt

jn

Selbst aus Japan wurden zu diesem Ereignis persönliche Glückwünsche überbracht. Auch sonst erreichten Fritz Nöpel Glückwünsche von Weggefährten aus aller Welt. Das schönste Geschenk kam etwas vor seinem Geburtstag in Person der kleinen Lucy, der ersten Enkelin von Fritz und Eiko Nöpel zur Welt.

In einem Alter, in dem sich manch anderer zurücklehnt und auf ein mehr oder weniger bewegtes Leben zurückblickt, ist Fritz Nöpel vom Ruhestand so weit entfernt wie eh und je. Im Gegenteil, er hat sich noch viel vorgenommen und arbeitet neben seinen zahlreichen Lehrgängen an einer systematischen Aufarbeitung seiner Lebenserfahrung und Philosophie.

Seit 54 Jahren geht Fritz Nöpel den Weg des Karate-Do und wie er selbst immer wieder betont, ist der Weg eines ernsthaften Karate-Ka nie zu Ende, ganz gleich wie hoch die Graduierung auch immer sein mag. Diese Einstellung lebt er konsequent vor, indem er sich immer wieder auf Diskussionen einlässt, über den Tellerrand schaut und andere Kampfkünste nicht als Bedrohung, sondern als Quelle der Inspiration aufnimmt.„Im Karate-Do ist so vieles enthalten, dass ein einzelnes Menschenleben wahrscheinlich nicht ausreicht, um alle Aspekt ausleuchten und verinnerlichen zu können. Auch ich bin immer noch ein Suchender und hoffe, dass ich meinen Schülern einen Teil dieser Lebenseinstellung und dieser Sichtweise über das Karate-Do vermitteln kann."

Wir wünschen uns und dem Jubilar, daas dies noch viele Jahre so bleiben möge und gratulieren ganz herzlich zum Geburtstag.

Karate-Do Klub Kamen/
Bergkamen e.V.
Martin Kalkhof

Dansha Lehrgang mit Christian Winkler

Dansha Lehrgänge sind, wie der Name schon sagt, für Dan-Träger und –Anwärter ausgelegt. Ein entsprechend technisches Niveau sollte vorausgesetzt werden. Christian, machte den Anwesenden aber bereits zu Anfang deutlich, dass er mehr erwartete als gezeigt wurde.

Im ersten Teil des Lehrgangs wurden Fertigkeiten geübt, die z.T. im späteren Kata-Teil benötigt wurden oder einfach nur dem Verständnis der Ganzkörperbewegung dienten. Hier forderte er mehr Bewegungsfreude, Distanzgefühl und Körpereinsatz. Dabei ging es auch darum, auch bei neuen Übungen, nicht die vielen Jahre des harten Trainings zu vergessen die man schon hinter sich gebracht hat. Nach einer kurzen Pause, ging es dann mit der Kata Shisochin weiter. Christian erläuterte schrittweise den Ablauf der Kata, so dass auch die Braungurte und Gäste aus anderen Stilrichtungen, folgen konnten. Dazu wurden einige Kombinationen aus der Kata herausgenommen und mit dem Partner geübt. Hierbei ging es darum, sich bei der Verteidigung mit dem ganzen Körper zu bewegen. Nicht zu spät, nicht zu früh, sinnvoller Einsatz von Technik und Körper, zur rechten Zeit. Wie es ein erfahrener Karateka halt macht.

Christian forderte die Teilnehmer auf, mit mehr Eigenverantwortung zu trainieren. Es macht sich immer mehr eine Konsumhaltung bemerkbar: Einschalten, Anschauen, Abschalten. Oder: „Ich bin da, nun zeig`mal". Wo ist das „Ich will"? Es muss ein bisschen Selbstkritik und mehr „Feuer" in die schwarzen und auch ausgebleichten Gürtel zurückkehren. Für diejenigen, die dazu bereit sind, war dieser Lehrgang bestimmt eine Hilfe auf ihrem weiteren Karate-Weg.

Sonja Frömmel

Deutscher Wettkampfherbst: Gleich drei Deutsche

jn

oben: Roman Lux vom Verein Satori Hilden
Mitte: Sina Weinland vom Budokan Bochum.

jn

unten links: Julian Vering (USC Duisburg)
unten rechts: Das KDNW-Team Kata Herren (Bushido Bonn)

Mit großer Wettkampfdichte ging für die Athletinnen und Athleten des KDNW die Wettkampfsaison 2011 zu Ende. Neben den wichtigen regionalen Events wie NRW-Supercup und Internationaler Niederrhein Cup standen die DM der Schüler, DM der Länder sowie die DM der Masterklassen auf dem Terminkalender. Die Sportler aus dem KDNW konnten sich auf den nationalen Bühnen gut behaupten.

DM der Masterklassen

Nur zwei Wochen nach der LM der Masterklassen zog es die älteren Wettkampf-Semester und die Herren-Teams des KDNW ins bayrische Coburg. Detlef-Hans Serowy, Dojoleiter des Vereins Mushin Halle und A-Trainer konnte sich hier in der Klasse Kumite Ü50 -80 kg in den Vorkämpfen gegen Dieter Ebner (RPF) und Axel Kunze (BRA) durchsetzen und gewann das Finale gegen Dr. Wilhelm Eisenbeiß aus Bayern. Er holte damit die einzige Master-Goldmedaille des Tages. Silber sicherten sich Petra Krautwald (TV Jahn Rheine, Kata Ü40), Daniel Prinz (Kensho Neukirchen-Vluyn, Kata Ü30), Davut Günes (Hara Köln Kumite Herren Ü40 +80 kg) und Murat Uysal (USC Duisburg Kumite Herren Ü40 -80 kg), der noch im vergangenen Jahr geplant hatte, nicht mehr auf den Tatamis aufzutauchen. Auch drei Bronzemedaillen waren dabei: Dieter Prieß (Karate-Do Overath) erkämpfte sie sich im Kata-Wettbewerb Ü60, in dem inzwischen 12 Karateka antraten - noch vor ein paar Jahren waren es ein, zwei Starter. Bronze ging außerdem an den Leiter vom Taiko Dojo Oberhausen, Detlef Tolksdorf im Kumite Herren Ü40 +80 kg und an Kasim Zymeri (Hara Köln) im Kumite Ü40 -80 kg. 2010 waren ca. 250 Sportlerinnen und Sportler angetreten, eine tolle Steigerung gegenüber den ersten Jahren, als das Turnier mit nur einer Handvoll Personen ins Leben gerufen worden war. Insbesondere in den jüngeren Kategorien wurde teils sehr athletisches Karate gezeigt. Eine Besonderheit ist aber die deutlich freundschaftlichere Atmosphäre, als man sie von den Leistungsklassen gewohnt ist. Jedem Starter, der den Mut aufbringt, sich hier zu stellen, gilt größte Anerkennung!

DM der Länder

Die DM der Länder wurde von zwei KDNW-Teams besucht. Aus Bonn startete das Kata Herren-Team (Valentin und Leonard Germic, Thomas Schmitz). Gecoacht von Thomas Prediger mussten sie sich nur den Herren aus Thüringen geschlagen geben und landeten auf Platz drei, eine fantastische Leistung, die ein erfolgreiches Jahr zum Abschluss brachte. Die Kumite-Herren (Vadim Becker, Dennis Dreimann, Ilias El Azzouzi, Kadircan Kaya, Thorsten Schlender, Kevin Schneider, Nika Tsurtsumia) mussten sich in der Vorrunde (Ligasystem) mit den Top-Favoriten messen: Baden-Württemberg, Hessen und das Saarland waren mit im Pool, eine harte Nuss. Im ersten Kampf gewannen die Jungs durch die bessere Unterbewertung gegen BW, gegen Hessen konnte

Foto: Krause

Foto: Krause

Meisterschaften in nur drei Wochen

man sich leider nicht durchsetzen. Vor dem letzten Kampf gegen das Saarland stand das Team mächtig unter Druck, wollten sie das Finale erreichen. Doch unter Druck lief es super, die Saarländer wurden mit 5:0 Kämpfen besiegt (und einer Ippon-Bewertung von 22:3!). Im abendlichen Halbfinale wurde Rheinland-Pfalz besiegt, knapp aber klar, und im Finale stand man erneut gegen Baden-Württemberg. Landestrainer Thomas Prediger hatte in der Reihenfolge Nika Tsurtsumia, Kadircan Kaya, Ilias El Azzouzi, Dennis Dreimann und Vadim Becker aufgestellt. Nika besiegte den starken Felix Duttenhöfer mit hervorragender Leistung mit 6:2, Kadircan hielt mit 3:0 gegen Michael Knobloch die Oberhand und Ilias konnte gegen Dennis Fechner kurz vor Schluss mit einem schnellen Zuki den Sieg schon vorzeitig sicher stellen. Der KDNW ist Deutscher Meister der Länder 2010 und hat sich durch diesen Erfolg für die Europameisterschaften der Länder 2011, die in Anatolien in der Türkei stattfinden sollen, qualifiziert.

DM der Schüler

Im November wurde in Rastede in Niedersachsen die Deutsche Meisterschaft der Schüler ausgetragen. Gerade für diese Altersklasse war es schön, dass man nicht so weit reisen musste, so konten viele der Kids ihre Eltern, Angehörige und Freunde zur Unterstützung mitbringen.

Begonnen wurde traditionell mit den Kata-Wettbewerben. Hier konnte sich bei den Jungen allein Roman Lux (Satori Hilden) wirklich in Szene setzen: Er gewann seine drei Vorrundenkatas souverän, bevor er im Poolfinale ausschied. Über die Trostrunde sicherte er sich aber die Bronzemedaille. Seine Kontrahenten Marvin Finchel (Neukirchen-Vluyn) und Lukas Tann (Rheine) kamen leider nicht über die erste Runde hinaus, Artur Oborovski (St. Arnold) erreichte noch die dritte Runde. Der Mädchen-Wettkampf wurde aus KDNW-Sicht durch die Athletinnen des Budokan Bochum dominiert. Vier von fünf Starterinnen – Maxime Kikulski, Daniela die Sabatino, Samira Ardabili und Sina Weinland kamen aus dem Dojo und wurden in Rastede von Tim Milner betreut. Außerdem startete Vanessa Schnorrenberg (St. Arnold). Samira erreichte Runde drei, nachdem sie sich gegen Rabia Tuna (BRE) und Lisa Klockgether (NS) durchgesetzt hatte. Sie wurde von Lisa Woelke aus Hessen ausgebremst. Allein Sina, die im Vorjahr den zweiten Platz belegt hatte, konnte sich vorkämpfen und scheiterte nur im Poolfinale an Hannah Kübler (BW), bevor auch sie sich in der Trostrunde die Bronzemedaille sicherte. Sina konnte sich auch im Team mit ihren Partnerinnen Maxime und Nina durchsetzen: Nach vier Vorrunden erreichten sie im Finale den zweiten Platz. Die Jungen der Kata-Teams hatten nicht so großen Erfolg. Dennoch zeigte sich Landestrainer Ludger Niemann positiv gestimmt: Mit drei Medaillen im Kata-Bereich zeige man eine gute Basis für die höheren Altersstufen, zudem gebe es bei den Kindern und Schülern noch

Foto: Krause

oben: Daniel Prinz (Kensho Neukirchen-Vluyn) zeigte sich in brillianter Form und gewann Silber Ü30.
Mitte: bayrische junge Damen bei der Siegerehrung

Foto: Krause

Unten links: Die erfolgreichen Herren-Teams des KDNW mit einigen top-Platzierten Masters.
Unten rechts: Detlef Tolksdorf nach dem Wettkampf mit seiner Familie.

Foto: Krause

Foto: Krause

DM der Schüler in Rastede

größere Leistungsschwankungen, die sich in den weiteren Jahren häufig stabilisierten.

Spannend wurden auch die Kumite-Begegnungen. Aus der Gruppe der Kinder, die seinerzeit die ersten Sichtungskandidaten bei Landestrainerin Susanne Nitschmann waren, starteten gleich mehrere, heute natürlich in der Schülerklasse. Gleich zwei Mal Gold konnten sich die KDNW-Jungs erkämpfen. Julian Vering (USC Duisburg) setzte sich in den Vorrunden gegen Justin Thai (RPF), Robert Beck (SAC), und Kevin Kabashi (BW) durch, und stand schließlich im Finale. Hier traf er auf Stanislav Blievernitz (HES), der ihm aber kein Paroli bieten konnte. Julian wurde Deutscher Meister! Ebenso gut lief es für Emre Varli aus Bochum: In Rund eins besiegte er Markus Obermeier (BAY), traf dann auf Valentin Schwerdt (THÜ), setzte sich gegen Barbaros Teker (BER) durch und besiegte schließlich Felix Kuse (SAH). Im Finale stand er William Schiller (BRE) gegenüber, der ihn aber auch nicht stoppen konnte. Eine verdiente Goldmedaille für Emre.

Allein in der Gruppe der Jungs -33 kg waren es drei ehemalige Sichtungskandidaten, die sich bis auf die Siegerlisten hoch kämpften. Susanne Nitschmann zeigte sich entsprechend wenig entspannt an der Kampffläche. Björn Bode vom PSV Essen schlug im Halbfinale seinen Trainingskollegen Daniel Grabowski (USC Duisburg) und setzte sich damit ins Finale durch. Hier musste er sich zwar Lennard Nicolai (THÜ) geschlagen geben, aber die Medaille war ein toller Erfolg.

In der Klasse der Mädchen -40 kg konnte sich Shara Hubrich vom BV Sassendorf bis ganz vorn vorkämpfen. Weder Anna-Lena Schenk noch Zoe Bach, Jennifer Neumeire oder Jastine Rabold konnten sie vom Finaleinzug abhalten. Hier unterlag sie dann leider Gizem Bugur vom Verein Banzai Berlin.

Insgesamt landete der KDNW mit zwei Goldmedaillen, drei Silber- und fünf Bronzemedaillen auf einem Platz, der für die Zukunft hoffen lässt. Sechs fünfte und fünf siebte Plätze kommen dazu. Im aktuellen Schülerbereich ruht eine Menge Potenzial, das in den kommenden Jahren – so die Kids mitziehen (können) – auf großartige Entfaltung wartet.

Text jn
Bilder jn, Stefan Krause

Alle Ergebnisse auf http://www.kdnw.de

jn

Thomas Prediger im Nachgespräch mit Dominik Möller.

jn

Anna-Marie Grothe (li.) mit Mawashi-Angriff

Nina die Sabatino, Sina Weinland und Maxime Kikulski zeigten saubere, harmonische Katas und setzten sich und den Budokan Bochum auf Platz zwei im Kata-Team Wettbewerb.

jn

Shara Hubrich aus Bad Sassendorf erreichte eine fantastische Silbermedaille im Kumite -40 kg

Foto: Krause

Weltmeisterschaft in Belgrad mit Alex Heimann

Es hätte so schön werden können - nach einem sehr erfolgreichen Jahr war Alex Heimann aus Bergisch-Gladbach mit dem DKV Nationalteam nach Belgrad gefahren. Sein Ziel: Edelmetall, möglichst Gold. Es ging auch alles sehr vielversprechend los, die ersten Runden übersteht er gut, die Bremse kommt erst in Runde 4.

Alexander Heimann hatte sich mit 6:5 gegen den Inder Shindhiya durchgesetzt. In Runde zwei erwartete ihn der Österreicher Stefan Pokorny, den Alexander von vielen internationalen Einsätzen gut kannte. Ein enger Fight endete schließlich mit 1:0 für Alexander. Der dritte Kampf ging gegen den Russen Yuri Kalashnikov, ein harter, erfolgreicher Athlet. Am Ende des Kampfes stand es 3:3, letztlich war es der Kampfrichterentscheid, der für Alexander ausging. Michele Giuliani (Italien) war für Alexander der Gegner, der ihm den Weg ins Finale versperrte, erst in der Verlängerung setzte sich Giuliani dann mit 1:0 durch. In der Trostrunde stand Alexander gegen den Ungarn Horvath. Dieser kämpfte sehr hart und landete im Lufe des Kampfes einen heftigen Treffer gegen Alexanders Kopf. „Ich wollte aufstehen, aber ich konnte nicht", so Alexander. Leider hatten die Kampfrichter das anders gesehen und straften ihn für Schauspielerei.

Der Kampf ging 2:3 verloren und Alexander erreichte so Platz 7. Die Enttäuschung stand ihm während unseres Gesprächs ins Gesicht geschrieben. Doch 2011 ist ein neues Jahr mit vielen neuen Chancen, die dieser Top-Athlet sicher nutzen wird.

Alexander Heimann steht in seiner Klasse erstmalig auf Platz 3 der Weltrangliste.

jn
Bild: Silke Röhs, DKV

Alexander Heimann setzt sich in der Vorrunde gegen den Österreicher Stefan Pokorny durch.

Uwe Portugall absolviert letzte mögliche Kampfrichterlizenz

Auch auf der Kampfrichter-Ebene war die Weltmeisterschaft in Belgrad ein wichtiger Termin: WKF-Kampfrichter Uwe Portugall hat in Belgrad seine Qualität unter Beweis gestellt.

Er hat die WKF-Prüfung zur Lizenz „Kumite Referee A" absolviert. Neben der Kata A Lizenz besitzt Uwe Portugall nun auch die höchste WKF Kumite Lizenz. Nach insgesamt 10 Jahren Prüfungsstress auf Europa- und Weltmeisterschaften hat Uwe Portugall alle 12 möglichen Lizenzen bei EKF und WKF geschafft.

Die Landeskampfrichter im KDNW können sich somit über einen bewiesenermaßen höchst kompetenten Referenten freuen, was den hiesigen Athleten sehr zugute kommt.

jn

Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall hat nun alle 12 möglichen EKF- und WKF-Lizenzen inne.

Kampfrichter-Wochenende in Hennef

Internationaler Gast beim Lehrgang der KDNW-KampfrichterInnen

Vom 26.-28.11.2010 fand der jährliche Lehrgang der KDNW-Kampfrichter/-innen in der Sportschule Hennef statt. Diesmal erwartete die TeilnehmerInnen ein ganz besonderes Highlight. Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall war es gelungen, einen internationalen Kollegen für die Maßnahme zu gewinnen: Weltkampfrichter Frederik Alander, 4. Dan Shito-Ryu, aus Schweden.

Theorieschulung und schriftliche Prüfungen

Am Freitagabend gab es zum Auftakt des Wochenendes eine Theorieschulung durch Uwe Portugall und seinen Stellvertreter Ralf Vogt. Anschließend absolvierten die AnwärterInnen zur nächsten Lizenzstufe die schriftliche Prüfung. In geselliger Runde wurde dann der Gast aus Stockholm begrüßt.

Kata-Praxis Shito-Ryu mit Weltkampfrichter Frederik Alander

Am Samstagvormittag unterrichtete Frederik Alander die KDNW-KampfrichterInnen drei Stunden lang im Shito-Ryu. In Deutschland und besonders im KDNW ist diese Stilrichtung eher wenig verbreitet und die richtige Bewertung bei Meisterschaften dadurch eine besondere Herausforderung. Welch eine Gelegenheit also, mit einem solchen Experten trainieren zu können! Frederik verstand es, die Charakteristika des Shito-Ryu eindringlich zu vermitteln. Ein besonderes Augenmerk legte er dabei auf den stiltypischen kurzen Kimepunkt, die korrekte Atmung und die Ausführung der Stände. Gelehrt wurde die Kata Bassai Dai in der WKF-Shitei-Form – eine Kata, die auch bei nationalen Wettkämpfen oft zu sehen ist.

Kumite-Praxis und praktische Prüfungen beim Ländervergleichskampf NRW – Rheinland-Pfalz

Am Nachmittag fand der Ländervergleichskampf zwischen Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz statt. Landestrainerin Susanne Nitschmann hatte Kinder und Schüler eingeladen, speziell die Mädchen aus der aktuellen Talentsichtung. Auf einer Kampffläche nahmen die Kommissionsmitglieder Uwe Portugall, Ralf Vogt, Orhan Yilmaz und Dieter Koch die praktischen Prüfungen ab. Auf der zweiten Kampffläche wurde das restliche Team durch Bundeskampfrichterin Eva Mona Altmann in der Praxis geschult. Der Schwerpunkt lag diesmal auf dem richtigen Einschätzen schwieriger Situationen und auf guter Kommunikation innerhalb des Teams. Die internationale Erfahrung von Weltkampfrichter Frederik Alander war dabei ein großer Gewinn. Wo erforderlich, erhielten auch die SportlerInnen ein direktes Feedback zu den Wertungskriterien.

Neue Lizenzen

Am Abend wurden die Prüfungsergebnisse bekannt gegeben. Wir begrüßen als frischgebackene BezirkskampfrichterInnen neu im Team: **Katja Jansen**, **Alexandra Neumann**, **Andreas Schröder**, **Steffen Voigtländer** und **Philippas Korras**. Die Landeskampfrichter-B-Lizenz bestanden haben **Atila Yurtmann**, **Davut Günes** und **Cihan Celik**. **Berthold Jansen** und **Andre Rusakov** sind nun Landeskampfrichter-A. Herzlichen Glückwunsch!

Bericht von der WM und Videoanalyse

Uwe Portugall bedankte sich bei seinem Freund Frederik für den lehrreichen Besuch und Atila Yurtman überreichte im Namen des ganzen Teams ein Präsent. Hans-Peter Burbach, der bei der LM Masterclass im September offiziell als Kampfrichter verabschiedet wurde, ließ es sich nicht nehmen, den Kollegen nochmals persönlich Danke zu sagen für die gemeinsame Zeit. Uwe Portugall berichtete dann von der WM in Belgrad, wo er die Prüfung zum Referee-A Kumite bestanden hat. Die anschließende Videoanalyse verschiedener Kämpfe und Katas von der WM 2010, der DM 2009, der WM 2008 und den World Games 2005 rundete diesen langen Lehrgangstag ab.

Gestikschulung und Kata-Praxis Shotokan

Am Sonntagvormittag fand erst eine Einheit zur Verbesserung der Kampfrichter-Gestik statt. Anschließend leitete Ralf Vogt das Training der Shotokan-Kata Bassai Dai. Dabei erläuterte er technische Details und unterschied Varianten in der Ausführung von Fehlern. Der direkte Vergleich mit der Bassai Dai aus dem Shito-Ryu machte die Unterschiede in den beiden Stile sehr deutlich.

Der internationale Gast war das Sahnehäubchen auf einem sehr gelungenen Lehrgangswochenende. Mit vielen neuen Eindrücken starten die KDNW-KampfrichterInnen hoch motiviert in das neue Wettkampfjahr 2011.

Eva Mona Altmann

Das Bild zeigt die Kampfrichter und die jungen Athleten des Vergleichskampfes gegen Rheinland-Pfalz.

Vergleichskampf Nordrhein-Westfalen gegen Rheinland-Pfalz

Landestrainerin Susanne Nitschmann hatte die Nachwuchskarateka im Schülerbereich zu einem Ländervergleichskampf im Rahmen der KDNW-Kampfrichterfortbildung nach Hennef gegen Rheinland-Pfalz eingeladen.

Die jungen Karateka, die zum Teil aus der Kadersichtung von Susanne Nitschmann stammen, die im ersten Halbjahr 2010 stattgefunden hatte, zeigten sehr gute Leistungen und kämpften, obwohl sie erst seit kurzer Zeit im Wettkampfgeschehen mitmischen, auf einem guten technischen und kämpferischen Niveau.

Die jungen Athleten wurden in zwei Gruppen nach Körpergröße aufgeteilt. Die Gruppenphase fand im Modus „Jeder-gegen-Jeden" statt. Für die Erstplatzierten stand dann noch ein Semifinale und ein Finale bzw. „Kleines Finale" an. Auf diese Weise konnten alle angereisten Mädchen und Jungen reichlich Kampferfahrung sammeln.

Außerdem erhielten die Athletinnen wertvolle Tipps durch die Kampfrichter, eine Besonderheit dieser Veranstaltung, die ja sowohl als Kadermaßnahme, als auch als Kampfrichterfortbildung konzipiert ist. In der Gruppe der kleineren Schülerrinnen dominierten mit Julia Wirtz auf Platz 1, Lena Budzinski auf Platz 2 und Ronja Rasch auf Platz 3 die Karateka aus Nordrhein-Westfalen und feierten einen Dreifacherfolg, während in der Gruppe der größeren nur Meike Drexhage in die Medaillenkämpfe eingreifen konnte. Nach 4 Siegen in der Vorrunde unterlag Meike aber knapp in ihrem Halbfinale und im Kampf um Patz 3 etwas unglücklich und wurde 4.-te. Bei den Jungen trat mit Ramon Arias nur ein Kämpfer aus Nordrhein-Westfalen an. Ramon zeigte sich jedoch in überragender Form und gewann zur Freude von Susanne Nitschmann alle seine sieben Kämpfe und sicherte sich somit unangefochten Platz 1.

Stefan Krause

Wettkampf-Splitter

Viele, viele Wettkämpfe haben in den vergangenen Monaten stattgefunden. Hier die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

Alexander Heimann (Rhein-Berg Karate) gewinnt die German Open 2010 in der Klasse Kumite -60 kg. Im Finale deklassierte er den Brasilianer Brose Douglas. **Tobias Portugall** erreichte im Kata-Einzel Platz drei - in der Hauptrunde unterlag er nur dem Franzosen und WM-Dritten Mingh Dack, durch die Trostrunde erreichte Portugall dann aber den Bronzeplatz! Sehr gute, aber leider nicht honorierte Leistungen zeigten auch **Swetlana Wall**, **Vanessa Schlegel** und **Nika Tsurtsumia**.

Denis Schewtschenko (Oberberg Karate Gummersbach) ist von Bundestrainer Klaus Bitsch zur Teilnahme an der EM der Jugend & Junioren nominiert worden. Der erfolgreiche Kumite-Athlet wird im Februar 2011 mit dem Team des DKV nach Novi Sad in Serbien reisen. Wir drücken unserem Talent die Daumen!

KDNW-Athleten konnten beim internationalen Banzai Cup in Berlin auf sich aufmerksam machen:

Merlin Wehmeier (Mushin Halle) erkämpfte sich im Kumite -76 kg (Junioren) Platz 2. **Kerstin Rosendahl** und **Kerstin Serowy** (beide Mushin Halle) erreichten Platz 3 im Kumite -60kg bzw +60 kg. Platz drei erreichten auch **Fabian Sobel** im Kumite +76 kg (Junioren) und **Lukas Sobel** im Kumite +48 kg (Schüler), beide BSC Oberhausen. Kata-Platzierungen gelangen **Wibke Mosler** (2. Platz Kata Jugend), **Eliza Wietkamp** (3. Platz Kata Jugend, beide TV Emsdetten) und **Felix Leicher** (KC Sennestadt, Kata Junioren).

Das **Landeskader des KDNW** ist im Herbst nach Luxemburg zum Lions Cup gefahren und hat eine fantastische Ausbeute in den unterschiedlichen Kategorien erringen können. 7x Gold, 3x Silber und 8x Bronze waren das Ergebnis, dazu vier fünfte und drei siebte Plätze. Alle Ergebnisse sind auf www.kdnw.de dokumentiert.

Foto: Krause

Legte beim Vergleichskampf richtig los: Ramon Arias gewann alle seine Kämpfe! Unten: Denise Rottewert gewinnt den luxemburgischen Lions Cup. Bilder: Krause

Foto: Krause

25 Jahre Budokan Köln e.V.

Bereits im September fand zum 25-jährigen Jubiläum bei strahlendem Sonnenschein eine Jubiläumsfeier in Verbindung mit einem Tag der offenen Tür statt, zu der aktive und ehemalige Mitglieder sowie Verwandte und Interessierte erschienen.

In einer intensiven Trainingseinheit mit allen Gürtel- und Altersstufen hatten die Zuschauer die Gelegenheit, Karate-Do näher kennenzulernen. Die Trainer Ralf Weirauch und Steffen Voigtländer führten das Training von Kihon über Kata hin zu Bunkai und Kumite und sorgten mit vielen Erläuterungen für genügend Transparenz beim Publikum. Die Zuschauer zeigten sich positiv überrascht von dem, was regelmäßig im Dojo des Budokan Köln trainiert wird.

Glückwünsche und eine Geldspende wurden dem Budokan auch durch die Stadt Köln übermittelt, worüber sich die Mitglieder und der Vorstand sehr freuten. Hervorgehoben wurde dabei vor allem die soziale Ausrichtung des Vereins aus dem Kölner Süden. Vereinsgründer und Cheftrainer Ralf Weirauch (56) freute sich über die Anerkennung seitens der Stadt. Die Jugendarbeit liegt Weirauch seit der Vereinsgründung besonders am Herzen. Zudem erhielt der Verein die Ehrenplakette des DKV!

Hervorgegangen aus einer kleinen Trainingsgruppe in Köln-Wahn, zog der Verein nach kurzer Zeit in eine Halle in Köln-Zündorf um, wo das Training bis heute stattfindet. Die kleine Gruppe der ersten Stunde wuchs schnell zu einer breit aufgestellten Gemeinschaft von jungen wie auch älteren Aktiven heran.

Der Großteil der heute über 100 Mitglieder ist unter 16 Jahre alt. Dies unterstreicht das Interesse des Vereins, gerade die Jugend zu fördern. In diesem Zusammenhang beteiligt sich der Budokan Köln seit einiger Zeit am Projekt „Kids in die Clubs“ der Stadt Köln. Ziel des Projektes ist die Förderung von Kindern und Jugendlichen aus sozial benachteiligten Familien. Mit dem sogenannten *KölnPass* wird den jungen Sportlern ermöglicht, kostenlos am Karate-Training teilzunehmen. Ein weiteres Indiz der erfolgreichen Jugendarbeit des Budokan Köln in den vergangenen 25 Jahren ist, dass ein Großteil des heutigen Trainerstabes und Vorstandes selbst in der Vereinsjugend mit Karate begonnen hat. Steffen Voigtländer (29) und Matthias Blittersdorf (25), die selbst als Weißgurte in der Trainingsgruppe von Ralf Weirauch standen, gehören heute zum Vereinsvorstand. Heute reicht das Alter der Mitglieder von 4 bis 70 Jahre, von denen jeder an bis zu fünf Tagen in der Woche trainieren kann.

Steffen Voigtländer

Starke Dänen

Die Dänische Karate Schule Viborg war im Herbst mit einem Teil des dänischen Jugend/Junioren Nationalteams zu Gast beim BSC Oberhausen 1977 e.V.

Der Samstag stand im Zeichen eines zweistündigen gemeinsamen Lehrgangs. Nachmittags begann dann ein Vergleichskampf zwischen dem BSC, unterstützt von 6 Kämpfern aus weiteren NRW-Koshinkan-Dojos, und der dänischen Auswahl. Die jüngsten Karateka machten den Anfang, hier war auf beiden Seiten schon nach wenigen Kämpfen einige Talente zu erkennen. Auch die Jugendlichen und Junioren schenkten sich nichts. Es waren packende, spannende und harte Kämpfe! Beim dänischen Team hatten die Junioren-Nationalkämpfer durch ihre internationale Erfahrung einiges zu bieten. Aber das NRW-Team hielt immer dagegen, durch ihren enormen Kampfgeist konnte das dänische Team am Ende nur 5:4 gewinnen. Nach vier Stunden stand der Gesamtsieger fest.

Willi Balzer

Aus der Hand des BSC Cheftrainers Hans Wecks, 7.Dan nahm das Team der Dänischen Auswahl stolz den Pokal, Urkunden und Medaillen entgegen.

Budokan Bochum hilft Abschiebung zu verhindern

In letzter Minute konnte das Budokan Bochum die Abschiebung ihres Athleten Arut Aeiran nach Aserbaischan verhindern.

Arut floh vor 7 Jahren, damals war er gerade 15, weil er in seiner Heimat als Christ verfolgt wurde und kam nach Bochum, wo er Familie hatte. Sein Weg führte ihn ins Budokan Bochum. Dort half man ihm neben dem Training mit wichtigen Dingen, die man zum Leben brauchte. Schnell entwickelte er sich unter Tim Milner zu einem guten Leistungsportler, wurde Landesmeister und nahm an den Deutschen Meisterschaften teil.

Seine Duldung in Deutschland wurde 2006 in Frage gestellt. Schon da konnte Bernhard Milner die Abschiebung verhindern. Arut lernte in dieser Zeit fleißig Deutsch, absolvierte die Realschule, begann eine Lehre und stand von da an finanziell auf eigenen Füßen. Alles, das das Budokan Bochum bis dahin für ihn getan hatte, gab er wieder zurück, indem er für Immigrantenkinder übersetzte, Kindertrainer war. Er war auch zum großen Teil mit dafür verantwortlich, das der Verein das Grüne Band der Dresdener Bank für vorbildliche Leistung im Jugendbereich bekam. Der Schwerpunkt war die Integration von Ausländerkindern.

Vor zwei Monaten dann der Schock: Arut sollte wieder abgeschoben werden. Bernhard Milner begab sich wieder mit ihm nach Bielefeld zum Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, wo aber keiner für Arut zuständig sein wollte. Währenddessen hatte Angelika Milner ihre Kontakte spielen lassen die Presse eingeschaltet, der man den Fall schilderte. Eine Unterschriftenaktion für Arut mit ein paar Hundert Unterschriften der Dojomitglieder erfolgte in kürzester

Zeit. Bundesratspräsident Prof. Dr. Norbert Lammert meldete sich als Erster. Umso riesiger war dann die Freude, das schon nach kurzer Zeit die Zusage kam, dass Arut in Deutschland bleiben und jetzt auch den Führerschein machen dürfe, um in seiner beruflichen Laufbahn besser weiter zu kommen.

Text und Bild: Milner

Kampfkunst-Show in Ahaus

Zum ersten Mal fand am 14. November 2010 eine gemeinsame Veranstaltung der Kampfsportvereine in Ahaus statt. Fünf Vereine folgten dem Ruf des Ahauser Shotokan Karate Vereins zur 1. Kampfkunst - Arena und präsentierten den gut 500 Zuschauern ihre Art zu kämpfen.

Ob Kyokushinkai als Vollkontakt-Karate, Thai-Kick-Boxen, Judo, Taekwondo oder Shotokan Karate, die Zuschauer kamen in der dreistündigen Veranstaltung voll auf ihre Kosten. Spektakuläre Bruchtests gehörten ebenso zum abwechslungsreichen Programm wie Wurf- und Haltetechniken, Selbstverteidigung und umfangreiche Katapräsentationen. Der gelungen Mix aus unterschiedlichen Kampfkünsten mit Anwendungen und Showelementen sorgte für reichlich Applaus von der Tribüne.

„Für alle Vereine war die Veranstaltung ein echter Erfolg," so Dieter van Acken vom Ahauser Shotokan Karate e.V. „Wir hatten ein großes Publikum und das kann man nur erreichen, wenn man nicht nur eine Stilrichtung präsentiert, sondern den Menschen einen echten Überblick über unterschiedliche Kampfkünste verschafft."

Der Wunsch nach einer gemeinsamen Veranstaltung kam bei den Vereinen gut an und nicht nur die Angehörigen der Beteiligten strömten in die ‚Kampfkunst-Arena'. Auch die Kampfsportler selbst zeigten sich höchst interessiert an den anderen Kampfkünsten - es gab regen Austausch über Techniken und Stile. „Die Premiere unserer Kampfkunst - Arena war mehr als gelungen," fasst Dieter van Acken zusammen. „Bei einer Fortsetzung im kommenden Jahr werden sicher noch weitere Vereine teilnehmen, um diese große lokale Plattform zu nutzen."

Dieter van Acken

Bild: Shotokan Karate Ahaus e.V.

Erster „Karatelehrer II“

Im Oktober 2010 habe ich die Lizenz „Zertifizierter Karatelehrer“ erreicht. In der ersten Generation dieses Ausbildungsgangs.

Um den Karatelehrer II absolvieren zu können ist die Lizenz des Karatelehrer I erforderlich, den seit mehr als einen Jahrzehnt Axel Binhack erfolgreich leitet. Diese Schulung ist nach den Elementen aufgebaut und die Referenten, die die Inhalte nahe bringen, machen eine fantastische Arbeit. Sie verschafft den interessierten Karateka eine enorme Horizonterweiterung in Bezug auf andere Kampfkünste und deren Wurzeln und ihre Zusammenhänge. Karatelehrer I: einfach toll!

Der Karatelehrer II geht mit seinen Ausbildungsinhalten einen Schritt weiter, ist aber nicht so spezifisch auf die Kampfkunst ausgerichtet sondern viel allgemeiner und auch wissenschaftlicher fundiert. Natürlich gab es bei der Entwicklung des neuen Ausbildungsgangs, der auch mit seinem Abschluss auf einer anderen Ebene angesiedelt ist, in der Anfangsphase einige Startschwierigkeiten. Doch die Flexibilität von Teilnehmern und Referenten konnten das überbrücken. Die Spannbreite der Referenten und der Inhalte ist beeindruckend, insbesondere die Module bei verschiedenen Professoren und Referenten wie Mentaltrainer Rainer Hatz haben riesig Spaß gemacht und ließen über manches Organisationsproblem hinweg sehen.

Neuste sportwissenschaftliche Erkenntnisse aus erster Hand zu bekommen ist bereichernd und spannend. Es wurden Inhalte vermittelt, die zum Teil noch keinen Einzug in die Literatur gefunden haben, weil sie so neu sind.

Etwas bedauerlich war, dass dieses neue Ausbildungskonzept in seiner Entwicklung was die Qualifikation betrifft von äußeren Einflüssen ausgebremst wurde. Das heißt der gewünschte Abschluss *A-Trainer* bzw. später *Diplom-Trainer* ist derzeit nicht realisierbar.

WIR Karateka sollten dieses Ziel nicht aus den Augen verlieren und den *Karatelehrer II* stärken, damit wir hier eine genauso tolle und erfolgreiche Ausbildung in unserem Verband erhalten wie der *Karatelehrer I* bereits schon lange ist!

Mir persönlich hat diese Zeit sehr viel gebracht und ich weiß, dass es meinen „Mitstreitern“ auch so ergangen ist. Ich kann nur jedem Trainer, aber auch sonst Interessierten dazu raten, sich für diesen Ausbildungsgang zu entscheiden. Ich bin mir sicher, wenn wir ALLE am Ball bleiben dass wir die damit gesamten gewünschten Ziele erreichen werden.

Fredy Gastager, 3.Dan Shotokan

Das Bild zeigt Fredy Gastager rechts mit seinem Dojoleiter Angelo Ottaviano vom Verein SC Wuppertal

3.500 Euro für den Elterntreff

Die Karateabteilung des Dortmunder Budo SV veranstaltete zum 8. Mal *Kampfkunst-vs-Kinderleukämie* **zugunsten des Elterntreffs Leukämie und tumorerkrankter Kinder Dortmund e.V.**

Es fanden Lehrgänge in verschiedenen Kampfkünsten statt, die für Jedermann geeignet waren, einen Einblick in die Welt des Kampfsports und der Kampfkünste zu werfen. Wie bereits in den vergangen Jahren gab es wieder hochkarätige Referenten aus unterschiedlichen Kampfsportarten, die es verstanden, die Teilnehmer zu begeistern.

Neben lokalen Größen wie Horst Kallinowski (HK Ryu), Achim Matusek (Aikido), Stefan Breiksch (Karate) kamen auch Referenten aus anderen Städten, um ihre Kampfkunst näher zu bringen: Thomas Holtmann (Seven Star Praying Mantis Kung Fu und Brazilian Jiu Jitsu) Claudio Matthyscyk (Thai Boxen), Birgit Zöhner (Judo), Michael Rüppel (Krav Maga), Alex Beyer (MMA), Thorsten Klangwarth (Inosanto Kali), Armin Eslami (Luta Livre), Benjamin Cem Gencoglu (Kyushu Jitsu). Mit über 80 Teilnehmern und zahlreichen Zuschauern, war jede Einheit gut besucht.

Nächstes Jahr ist die 9. Auflage für den 02.10.2011 wieder in Dortmund-Brackel geplant.
Weitere Infos und Bilder: www.kampfkunst-vs-kinderleukaemie.de

Stefan Breiksch

Die vergnügten Referenten des diesjährigen K-vK-Lehrgangs in Dortmund. Foto: Breiksch

Karate AG an der Förderschule in Linnich

An der Förderschule mit dem Förderschwerpunkt Körperliche und Motorische Entwicklung in Linnich im Kreis Düren werden Schülerinnen und Schüler nach ihren individuellen Lernvoraussetzungen in den Bildungsgängen der Grund- bzw. Hauptschule und in den Förderschwerpunkten Geistige Entwicklung und Lernen unterrichtet.

Die Schule kann bereits auf ein breit gefächertes Bewegungsangebot im AG-Bereich zurückgreifen. Neben Sportarten wie Basketball, Fußball oder Schwimmen, kann seit dem Schuljahr 2010/2011 die Sportart Shotokan Karate-Do als AG gewählt werden.

Die SchülerInnen zeigten bereits seit der Ankündigung der AG großes Interesse und vor allem Neugier. Mit Vorfreude und Spannung fanden zu Beginn des Schuljahres die ersten „Karate-Stunden" statt. Auf dem Programm standen zunächst (schweißtreibende) Übungen aus den Bereichen Koordination, Kraft und Ausdauer sowie Balancieren. Von großem Vorteil zeigte sich hier die absolute Barrierefreiheit dieser Sportart. Unabhängig von der jeweiligen Beeinträchtigung konnten ausnahmslos alle die Übungen durchführen und nach ihren Fähigkeiten trainieren. Das gemeinsame Ausüben einer Karatetechnik bereitete den Kids sichtlich Freude.

Neben dem Erlernen von Techniken nimmt der Bereich SV und Selbstbehauptung einen wichtigen Stellenwert ein. In Form von Rollenspielen und vorgegebenen Szenarien sollen die Kinder lernen, sich in bedrohlichen Situationen angemessen zu verhalten. Schon das Erheben der eigenen Stimme (laut rufen, schreien) verhalf vielen Schüler/innen zu einem „Aha-Effekt". Das Nutzen der Stimme als Mittel zur Selbstverteidigung kann die Kinder in ihrem Selbstbewusstsein stärken.

Das Bewegungsangebot Shotokan Karate-Do im Schulsport konnte ich bereits an mehreren Förder- und Regelschulen anbieten. Die durchweg positiven Erfahrungen bestätigen den sinnvollen Einsatz dieser Sportart im Schulsport. In Zukunft wäre es durchaus wünschenswert, erste schulübergreifende Lehrgänge, Workshops und Kooperationen der Schulen untereinander, anzubahnen.

Als Ansprechpartner stehe ich jederzeit gerne zur Verfügung.

Christian Gramberg
Förderschullehrer
Trainer Karate Do Dormagen
(www.karate-do-dormagen.de)

Karate für Menschen mit Behinderung in Dormagen

Vor ungefähr 14 Monaten kam im Dormagener Karate Verein der Gedanke auf, eine spezielle Gruppe für Menschen mit unterschiedlichsten Handicaps ins Leben zu rufen. Seitdem ist ein Jahr wie im Flug vergangen. Aus der kleinen „Startgruppe" ist mittlerweile eine sehr fleißige und engagierte Trainingsgruppe gewachsen.

Der Donnerstagabend ist sowohl für mich als auch für die Karate Sportler ein ganz besonderer Termin in der Woche. Die Gruppe wird von stetiger guter Laune und einer angenehm positiven Trainingsatmosphäre begleitet. Es ist faszinierend zu beobachten, welche (großen und kleinen) Fortschritte in diesem kurzen Zeitraum bereits erzielt worden sind. Der Wille die Sportart auszuüben in Verbindung mit unglaublichen Trainingsehrgeiz, machen diese Gruppe für mich persönlich als auch für den Verein zu einer Bereicherung, die wir nicht missen möchten.

Ein besonderes Highlight war in diesem Jahr die erste Kyu-Prüfung. Alle Prüflinge waren sehr gut vorbereitet und konnten am Ende glücklich und zufrieden die Urkunde zur bestanden Prüfung von Gruppentrainer Christian Gramberg und Prüfer Thomas Beu (Vorsitzender und Trainer) entgegen nehmen.

Wir wünschen unseren fleißigen Sportlern weiterhin viel Spaß und Erfolg beim Training, damit das nächste große Ziel, die Teilnahme an Wettkämpfen, in die Tat umgesetzt werden kann.

Christian Gramberg
Karate-Do Dormagen

Im oberen Bild ist die Gruppe des Karate-Do Dormagen zu sehen, die jetzt ihre erste Kyu-Prüfung absolviert hat. Mitten drin Trainer Christian Gramberg, der auch die Texte verfasst hat.

Unten sieht man die Karate-Kids der Förderschule in Linnich.

NRW Karate-Do Jubiläumsmeeting

Die Kampfkunst Akademie i-defense und der Initiator des Meetings Alfons Pinders vereinigen seit 10 Jahren verschiedene Kampfkünste und Instruktoren zum Thema Selbstverteidigung. Das Miteinander steht stets im Mittelpunkt der Lehrgänge, um voneinander zu lernen und über den legendären Tellerrand zu schauen, was sich auch in diesem Jahr bewährte.

Aus den USA waren Kyoshi Mike McClernan 7. Dan und Ricky Copeland 6. Dan Yoshukai Karate angereist. Sie brillierten durch ihr Wissen und zeigten den Lehrgangsteilnehmern Bo (Langstock) Techniken und Kata (Formen) des Yoshukai Stils. Kobudo (Waffentraining) ist ein fester Bestandteil im Yoshukai Karate und zeichnet sich durch praxisorientierte Anwendung aus, was die Teilnehmer beeindruckte.

Ju Jitsu war durch Carlo Bröcher 5. Dan zu sehen. Mit viel Spaß gepaart vermittelte er das nicht ungefährliche Thema Messerabwehr. Hans-Joachim Matusek 4. Dan Aikikai Aikido zeigte, dass das sanfte Aikido durchaus eine funktionale Seite hat, wenn es richtig trainiert wird. Hebel der verschiedensten Art fanden ihre Anwendung. Alfons Pinders 4. Dan Karate und Selbstverteidigungsinstructor brachte den Teilnehmern Control- und Schlüsselpositionen in der Selbstverteidigung näher.

Nach dem Lehrgangserlebnis trafen sich die Teilnehmer und Instructor mit den Gästen zum Feiern des 10. NRW Meetings und des 10-jährigen Bestehens des i-defense.

Viele Glückwünsche gingen ein, wie von den Meistern Bernd Milner 8. Dan Shotokan, Hans Wecks 7. Dan Koshinkan und Peter Trapski 7. Dan Shoto-Ryu, worüber sich der Leiter der Akademie Sensei Pinders freute und er versprach allen, das Meeting so weiter zu führen, worauf man jetzt schon gespannt sein darf.

i-defense Essen e.V.

Versuchten sich in der Messerabwehr - zwei sportlerinnen befolgen die Anweisungen von Carlo Bröcher.

Kata-Bunkai in Horrem / Kerpen

Am 26. September 2010 wurde zum fünften Mal in Folge ein Kata-Bunkai Lehrgang der Karate-Abteilung des SCB-Horrem ausgerichtet.

Dieser Lehrgang, mit dem Thema Kata TEKKI-SHODAN, wurde in anschaulicher Weise von Rainer Wenzel (4. Dan und Karatelehrer) durchgeführt. Neben einer effektiven Herangehensweise an die facettenreichen Bewegungsabläufe wurde bereits in der Aufwärmphase ein Schwerpunkt auf Gleichgewichts- und Standübungen gelegt. Mit Kiba-Dachi-Übungen auf Sitzbänken, konnte sich schnell ein sicheres Gefühl bei den Teilnehmern für diese Kata einstellen.

Der Bunkai-Teil in der zweiten Lehrgangshälfte war nicht nur praxisnah, sondern brachte den Teilnehmern auch viel Freude. Rainer Wenzel ist Chef-Trainingsleiter im Sho-Dai PSV e.V. Mönchengladbach. Er hat über 40 Jahre Erfahrungen im Karatesport gesammelt und verfügt über viele Sonderlizenzen.

Der Lehrgang hatte einen hohen Erlebnis- und Aha-Effekt. Das Feedback der Teilnehmer war sehr positiv, so dass voraussichtlich auch im kommenden Jahr ein Lehrgang in dieser Form von dem SCB-Horrem 1977 e.V. angeboten wird.

Text und Bild: Robert Wieduwilt

rechts im Bild: Rainer Wenzel, Träger des 4. Dan Shotokan

SV in Discotheken?!

KARATE unlimited
Themenlehrgang: SV in Discotheken am 13.11.2010
„Sie kamen zur Party – um zu kämpfen“

Nach dem sehr erfolgreichen SV-Lehrgang am 30.10.2010 im RuhrDojo Essen fand hier nur zwei Wochen später ein SV-Lehrgang der besonderen Art statt. Wolfgang Henkel, SV-Trainer im DKV und Ex-Kumite-Nationalkämpfer lud um 18:00 Uhr in sein Dojo ein. Das Dojo war umgebaut und war zum Feiern hergerichtet: Tanzfläche, Chillout-Sofas, Sitzgelegenheiten und Stehtische.

In einem fast sechsstündigen Feuerwerk an SV-Techniken und Trainingsmethoden verstand er es, die Teilnehmer zu begeistern. Zunächst wurden bei normalen Lichtverhältnissen SV-Varianten geübt. Im Anschluss erfolgte das Üben in Disco-Atmosphäre: lauter Sound, buntes Licht, Flackerlicht und Nebelmaschine. Wir mussten feststellen, das viele Abwehrmuster bei solchen Lichtverhältnissen modifiziert werden müssen. Wir übten stehend, sitzend, mit Plastikbechern in der Hand und am Boden. Wir agierten gegen einen oder mehrere Gegner. Neben dem Spaß, den wir hatten, war der Lerneffekt enorm. Wie einfach und durchschlagend Karate in der Selbstverteidigung sein kann, demonstrierte Wolfgang Henkel auf anschauliche Weise. Im Kern unterrichtet Wolfgang Henkel SV-Prinzipien, die von jedem Teilnehmer, egal welcher Karate-Stil praktiziert wird, genutzt werden können. Man muss nicht umlernen; man bekommt Handwerkszeug, um seine Karatetechniken SV-orientiert zu nutzen.

Wolfgang Henkel erklärte eingehend, das Trainingssystem „Karate unlimited“: Zum einen wies er darauf hin, sich technisch nicht limitieren zu lassen. Er erklärte, dass Standards nur als grobes Skript dienen können. Bewegungen sind jedoch frei, entstehen in jedem Moment neu und sind unendlich variierbar. Des Weiteren sollte die Art, wie man übt, abgestellt auf den Leistungsstand und Leistungswille, keinen Einschränkungen unterliegen. So hat der Karateka die Möglichkeit, sich ständig weiterzuentwickeln.

Wir freuen uns auf die neuen KARATE unlimited-Seminare im RuhrDojo.
Infos unter: www.ruhrdojo.de

M. Westerhoff

Selbstverteidigung für das ganz normale Leben – ein Dojo in Discoatmosphäre. Hier zeigt sich schnell, dass die Umsetzung erlernter Techniken ihre Tücken hat.

KARATE-PRAXIS „SVAD“

Selbst – **V**erteidigungs – **A**dventure – **D**ay

Das Projekt KARATE-PRAXIS hat unter der Leitung von Christian Wedewardt & Ludwig Binder bereits am 10.07.2010 den 1. SVAD Lehrgang durchgeführt. Dieser LG richtete sich an Karateka aller Stilrichtungen mit mindestens einem Jahr Trainingserfahrung.

Ziel war es, erlernte Selbstverteidigungstechniken und Verhaltensstrategien in einem realistisch simulierten Umfeld einzusetzen. Das Konzept ging auf. Die Teilnehmer wurden in einem 2-stündigen Training auf den Tag und die bevorstehenden Aufgaben vorbereitet. Anschließend wurden in einer Art Rollenspiel Aufgaben an „Opfer“ und „Täter“ verteilt. So war es beispielsweise Aufgabe jede Person die man traf um einen Euro zu bitten. Die Angesprochenen waren instruiert, wie sie auf diese Ansprache reagieren sollten. Dies konnte von großer verbaler Aufregung bis hin zu einem tätlichen Angriff reichen.

Der 1. Selbst-Verteidiguns-Adventure-Day ist auch bei Youtube als Video zu sehen. Unter dem Suchbegriff SVAD ist es sofort abrufbar.

Aufgrund des großen Zuspruchs und vieler Nachfragen, insbesondere aufgrund des Videos, wird es weitere SVAD-Lehrgänge an verschiedenen Orten in NRW geben. En weiterer SVAD-LG fand am 19.12.2010 in Kall-Sötenich statt. Mit der neuen LG-Reihe, KARATE-PRAXIS SVAD, wollen die Trainer erreichen, dass karate-basierte Selbstverteidigung in einem realistischen Umfeld, kompetent und bezahlbar für die Mitglieder des KDNW zugänglich ist.

Alle weiteren Informatinen zu KARATE-PRAXIS und zur SVAD-Reihe erhaltet Ihr auf der Homepage: www.karate-praxis.de oder direkt bei christian@karate-praxis.de

Christian Wedewardt

Karate-Lehrgang im Uni-Sport in Aachen

Am 10.10.2010 hatte die Shotokan Karate Abteilung des Aachener Hochschulsports zum Lehrgang mit anschließender Prüfung geladen. Als Trainer konnten wir Christian Wedewardt aus Frechen vom Karate-Praxis-Team gewinnen.

Dem Ruf zum Training war eine bunt gemischte Gruppe Karateka des Aachener Hochschulsports gefolgt, sodass das Training in freundschaftlich lockerer Atmosphäre stattfinden konnte.

Fast pünktlich um 11:00 begannen wir mit einem leichten Warm-up das die späteren Inhalte des Lehrgangs schon erahnen ließ: einfache, effektive Selbstverteidigung aus Situationen des täglichen Lebens heraus. Das nachfolgende vierstündige Programm wurde von Christian in drei Einheiten mit verschiedenen Heranführungsweisen an die Selbstverteidigung unterteilt.

So standen zu Beginn Rensoku-Kumite Formen auf dem Programm. Wir beschäftigten uns dabei mit (teilweise recht schweißtreibenden) Partnerübungen bei denen der andauernde Fluss von Techniken im Vordergrund stand. Im Gegensatz zu unseren typischen Shotokan Trainingsformen haben wir versucht sich wiederholende Technikabläufe zu verinnerlichen, um diese in der Selbstverteidigung unter Stress intuitiv anwenden zu können. Hier hatten es unsere Anfänger gegenüber den routinierten Kämpfern deutlich leichter, weil sich unsere ‚alten Hasen' mit den ungewohnten Bewegungen etwas schwer taten. Hier verlangte uns Christian koordinativ alles ab, scheinbar einfache Abläufe können doch sehr viel Konzentration erfordern. Mit dem Üben verschiedener situationsabhängiger Formen zeigte er uns, dass es wichtig ist für solche Konflikte die angebrachten Mitteln zu finden - nicht immer ist der direkte Knieeinsatz die beste Lösung.

Der zweite Themenschwerpunkt widmete sich der Frage was man aus der Heian Nidan für die Selbstverteidigung ableiten kann. Hierzu haben wir unter Christians Anleitung zuerst die Kata auf ein Minimum reduziert und alle Wiederholungen herausgekürzt um aus diesen Grundmotiven dann ins realistische Bunkai überzugehen. Hier stand also nicht der Aspekt der athletischen Ausführung, sondern das tiefere Verständnis im Vordergrund - die Kata sollte zu mehr als nur einer Abfolge von Techniken belebt werden.

Während der abschließenden Kyu-Prüfungen zeigten alle neun Prüflinge sehr gute Leistungen. So können wir ihnen an dieser Stelle zum Erreichen der neuen Graduierung gratulieren. Natürlich wurde dieser ereignisreiche Tag mit einer Aachen-typischen Karateparty abgerundet.

Wir möchten uns deshalb bei Christian noch einmal für den schönen Lehrgang bedanken und freuen uns schon auf das nächste Mal.

Holger Morschett

Bild: privat

TC Gelsenkirchen unterstützt Kinderhospiz

Zum jährlichen Benefizlehrgang der Karateabteilung vom TC Gelsenkirchen 1874 e.V. fanden sich im Dezember viele Kampfkunstbegeisterte in den Trainingshallen am Schalker Gymnasium in Gelsenkirchen ein, um sich in den Kampfkünsten Karate, dem Modern Arnis, angewandter Selbstverteidigung aus Karatetechniken sowie dem Wing Chun zu üben.

Zur großen Freude des Organisationsteams unter Olaf Meulenberg (2. Dan und lizenzierter Karatelehrer der Deutschen Dan Akademie) waren nicht nur Karatekas und Kampfkünstler der eigenen Dojos erschienen, sondern auch viele Kampfkünstler aus den umliegenden Ruhrgebietsstädten fanden den Weg nach Gelsenkirchen.

Für diesen Lehrgang konnten die Organisatoren regelrecht aus dem Vollen schöpfen: Der Vizepräsident des KDNW und Landeskoordinator im Stiloffenen Karate, Ludwig Binder (5. Dan), Achim Keller (6. Dan) A-Trainer, Karate-Lehrer, Markus Kenkmann (4. Dan Modern Arnis) sowie Sifu Rusbert Cuxfeld-Fernandes konnten für diesen Lehrgang gewonnen werden.

Sämtliche Erlöse der Veranstaltung wurden dem Kinderhospiz „ARCHE NOAH“ in Gelsenkirchen gespendet, das als Kurzzeitpflegeeinrichtung den Eltern schwertsbehinderter bzw. unheilbar kranker Kinder Phasen der Entlastung von der elterlichen Pflege sowie qualifizierte Sterbebegleitung bietet. Zur großen Freude des Organisationsteams übernahm der Oberbürgermeister der Stadt Gelsenkirchen die Schirmherrschaft für diese Veranstaltung und richtete bei der Lehrgangseröffnung ein persönliches Grußwort an die Teilnehmer.

Achim Keller entführte seine Gruppe in „Geheimnisse“ und Anwendungen aus der Kata, wobei sich erstaunlicherweise aus den einfachsten Techniken der Heian-Katas bereits Wirkungen auf Vitalpunkte erzielen ließen.

Ludwig Binder lud zu angewandter SV aus Karatetechniken ein. Hierbei wurden, unter Berücksichtigung des Notwehrrechts und der Verhältnismäßigkeit, diverse Kampfsituationen trainiert. Es floss reichlich Schweiß, während die Teilnehmer erleben durften, wie ihr persönlicher Stress in Situationen wie Würgetechniken, Bodenkampf, Schwitzkasten und der Verteidigung gegen mehrere Angreifer anstieg.

In den weiteren Trainingseinheiten konnten sich Stockkampfinteressierte durch Markus Kenkmann im Modern Arnis unterweisen lassen, auch hier zeigte sich, dass eine umfassende Ausbildung im Karate den Umgang mit Kurzstöcken erleichtert.

Sifu Rusbert Fernandes schöpfte aus seinem Erfahrungsschatz des Wing Chun und manchem Karateka wurde bewusst, dass er seine bisher erlernten Karatetechniken in Nahkampfsituationen anpassen muss, um sich effektiv behaupten zu können. Ein Höhepunkt des Lehrgangs war eine Trainingseinheit, in der Achim Keller und Sifu Rusbert Fernades gemeinsam vorstellten, wie nahe angewandte Karatetechniken und klassisches Wing Chun beieinander liegen. In allen Trainingseinheiten kamen die Übenden ihren persönlichen Grenzen sehr viel näher, als sie es vielleicht im Vorfeld erwartet hatten und fanden neue Impulse, die einen neuen Betrachtungswinkel auf das Karate warfen.

Am Ende der Veranstaltung konnten die Organisatoren dem Vorstand des Kinder-hospizes eine stattliche Summe von 755,- € als Spende überreichen.

Olaf Meulenberg

Richter und Koschorrek in Dortmund

Kumite Training mit GOJU-Ryu sKader-Trainer Thomas Richter, 5. Dan aus Stollberg und Kata-Training mit Axel Koschorrek, 6. Dan (Renshi) aus Kamen – das waren die Themen des diesjährigen Jahreslehrgangs. Leider waren nur gut ein Dutzend Interessierte zum Lehrgang erschienen, nahezu ausnahmslos Danträger und Trainer. Aber diejenigen, die gekommen waren, haben es sicherlich nicht bereut.

Thomas begeisterte die Anwesenden mit intelligenten Wettkampfübungen, die insbesondere für das Kinder- und Jugendtraining den Teilnehmern neue Impulse gaben. Ein kennzeichnendes Merkmal seines Trainings besteht darin, den Übenden Bewegungen abzuverlangen, die immer wieder den Einsatz von Merkfähigkeit und Konzentration voraussetzen, also Mitdenken erfordern. Dieses schult und motiviert nicht nur, sondern macht nebenbei auch noch allen Teilnehmern Spaß.

Axel lehrte die Katas Kururunfa und Sepai. Neben dem eigentlichen Ablauf ging er in vielen Passagen auch auf Bunkai-Möglichkeiten ein. Die Bunkai-Bewegungen, das war ihm besonders wichtig, müssen zum Typ des Ausführenden und zur Gesamtsituation passen. So kann es sehr wohl möglich sein, dass beispielsweise unterschiedlich große Karateka gleich aussehende Techniken unterschiedlich interpretieren.

Horst Espeloer

Vierter Shôtôkan Ryû-Lehrgang beim TSC-Eintracht Dortmund

Zum vierten Mal war der TSC-Eintracht Gastgeber für die beiden bekannten Meister Lothar Ratschke (6. Dan Shôtôkan Ryu Kase Ha) und Bernd Milner (8. Dan Shôtôkan).

Knapp über 80 Teilnehmer nahmen an dem zweitägigen Lehrgang teil, trotz zahlreicher Konkurrenzveranstaltungen an diesem kalten Wochenende. Besonders von außerhalb kamen die Karatekas angereist, um wieder an der Erfahrung der beiden Lehrer teilzuhaben.

Ein großer Schwerpunkt der Einheiten von Lothar Ratschke lag auf den Basistechniken. Gerade das Grundgerüst des Karate, das Kihon, erweist sich auch für den erfahrenen Karateka wieder genauso schwierig und herausfordernd, wie für jeden Anfänger. Vieles fiel auch manch höher Graduierten schwer, da diese Techniken durch Lothar immer wieder sehr stark biomechanisch, neu und auch anders als üblich beleuchtet wurden. Unter den aufmerksamen Augen von Lothar mussten Stände und vermeintlich einfache Grundtechniken ausgeführt werden. Hierbei gab es viele Hinweise und Betrachtungen von Seiten des Meisters, der jede Technik auf seine Anwendbarkeit hinterfragte und erklärte. Deutlich wurde dadurch wieder einmal, dass man niemals auslernen wird, sondern stets das Grundgerüst pflegen muss. Unter diesen vielschichtigen Aspekten wurde selbst eine Heian Shodan wieder extrem anspruchsvoll.

Die Basistechniken vom richtigen Stand bis hin zu einer ordentlichen Heian Shodan waren Thema in den Kursen für die Anfänger und Mittelstufe. In den Einheiten für die Oberstufe wurde das Wissen um die wirklich anspruchsvollen Techniken natürlich stärker betrachtet. Allerdings galt auch hier: Ohne gutes Fundament, kann kein Haus bestehen. Die Teilnehmer erlebten dabei eine sehr realitätsnahe Anwendbarkeit der Techniken, sowie von Kataelementen, für den Bereich der Selbstverteidigung.

Bei den Einheiten von Bernd Milner wurde Kata für die Unter- und Mittelstufe angeboten und für die Oberstufe viel Kumite. Dabei betrachtete er die verschiedenen Kumiteformen und legte seinen Schwerpunkt auf Prüfungsvorbereitung für Braun- und Schwarzgurte. Das Augenmerk lag an diesem Wochenende beim Üben mit dem Partner. Bernd war es sehr wichtig, dass die Partner oft gewechselt wurden, was die Teilnehmer als sehr bereichernd empfanden, da man sich so nicht auf einen Gegner festfahren konnte.

Die Shiatsu-Einheiten waren wie auch in den Jahren zuvor ein Magnet des Shôtôkan Ryû. Dieser Teil des Lehrgangs wurde von allen Teilnehmern sehr geschätzt und als sehr entspannend empfunden. Sicherlich eine angenehme Weise, einen aktiven Tag ausklingen zu lassen. Nach den Einheiten am Sonntagmorgen gab es noch eine weitere Shiatsu-Einheit, in der das Thema noch weiter vertieft wurde.

Das Wissen um die Kampfkunst Karate-Dô ist ein großes Gut, dass von beiden Lehrern in ihren unterschiedlichen Facetten präsentiert worden ist. Dieses Wissen, über das Bernd und Lothar verfügen, sollte man so lange nutzen wie es möglich ist. Denn leider ist nichts unendlich. Daher war auch der Shôtôkan Ryû 2010 wieder sehr bereichernd, denn beide Lehrer besitzen eine besondere Ausstrahlung. Es sind ihre Vermittlungsarten, die jedes Jahr aufs Neue begeistern und daher sind beide eine absolute Bereicherung für uns Karateka. Es verwundert nicht, dass für viele Dôjôs die Reise nach Dortmund zum TSC-Eintracht eine gewisse Tradition hat. Natürlich mag die günstige Lage in der Mitte unseres Landes, an der Ostgrenze des Ruhrgebiets ausschlaggebend sein, doch schlussendlich entscheidend ist die Anziehungskraft der beiden Lehrer.

Bei den anschließenden Prüfungen bestanden folgende Karateka:
Pascal Pigiel (Herdecke KD), 7. Kyu
Laura Klug (Herdecke KD). 6. Kyu
Axel v. Stillfried (Shôtôkan Karate Dôjô Dortmund), 5. Kyu
Jana Buczyinski (Herdecke KD), 4. Kyu
Jens Fisseler (TSC-Eintracht Dortmund) 4. Kyu
Jens Damm (TSC-Eintracht Dortmund) 4. Kyu

Den 3. Dan erlangte:
Martin Michael (Niederkrüchten)
Den 2. Dan erlangte:
Thomas Haumann (TVK Essen)
Den 1. Dan erlangten:
Bernd Irmscher (TVK 1877)
Bing Tik Liauw (Herdecke KD)
Christoph Pigiel (Herdecke KD)
Jan Philipp Sievert (Ren-Shi-Kan Minden)

An dieser Stelle sei noch Lothar und Bernd ganz herzlich gedankt, sowie allen Teilnehmern, denn die Atmosphäre war wieder echt klasse. Im nächsten Jahr, am 26.-27. November 2011, findet der Shôtôkan Ryû-Lehrgang wieder in Dortmund statt und wir würden uns sehr freuen, euch wieder, oder auch gerne erstmalig, dort begrüßen zu dürfen.

Tim Glörfeld, Wolfgang Stramka

Geschäftsstelle des KDNW

Tel. (0203) 99 72 10	Fax (0203) 99 72 09	info@kdnw.de
Geschäftszeiten	Mo-Fr 08:15-12:15 h, Do zusätzlich 15:00-19:00 h	
Postfach 100 750	47007 Duisburg	

Geschäftsführendes Präsidium

Präsident	Ulrich Heckhuis	u.heckhuis@kdnw.de
Vizepräsident	Ludwig Binder	via Geschäftsstelle
Geschäftsführer	Horst Nehm	h.nehm@kdnw.de
Schatzmeister	Dr. Fritz-Peter Schlüter	fp.schlueter@kdnw.de

Erweitertes Präsidium

Aus- und Fortbildung, Breitensport	Heribert Rojek	h.rojek@kdnw.de
Frauen	Susanne Nitschmann	s.nitschmann@kdnw.de
Jugend	Michael Bolder	m.bolder@kdnw.de
Kampfrichterwesen	Uwe Portugall	u.portugall@kdnw.de
Leistungssport	Thomas Prediger	t.prediger@kdnw.de
Internet	Carsjen van Schwartzenberg	c.v.schwartzenberg@kdnw.de
Presse	Carsjen van Schwartzenberg	c.v.schwartzenberg@kdnw.de
Schulsport	Sonja Edsen	s.edsen@kdnw.de
Stilr. Shotokan	Bernhard Milner	b.milner@kdnw.de
Stilr. GOJU-Ryu	Fritz Nöpel	f.noepel@kdnw.de
Stilr. Wado-Ryu	Peter Meuren	p.meuren@kdnw.de

Stilrichtungsreferenten

Goju-Kan	Kiyoshi Ogawa	Tel. (0211) 49 82 72 9
Kempo	Jens Wölke	Karate@vodafone.de
Koshinkan	Hans Wecks	Wecks@t-online.de
Shoto-Ryu	Peter Trapski	ct.psv.karate@t-online.de
Shito-Ryu	Michael Stenke	m.stenke@helimail.de
Stiloffenes Karate	Ludwig Binder	via Geschäftsstelle
Tang-Soo-Do	Ralf Seihler	Tel. (02 37 4) 91 46 71
Yoshukai	Otto Rumann	Tel. (0 23 1) 41 49 43

Redaktion/ Layout *Karate Aktuell*

Judith Niemann	j.niemann@kdnw.de	Tel. (0251) 76 02 30 5

Weitere Kontaktmöglichkeiten finden sich auf http://www.kdnw.de
Bankverbindung: Sparkasse Hamm, BLZ 410 500 95, Kto 158 535

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 und des Landessportbundes NRW e. V., Telefon 0203 997210, Fax 0203 997209, Email info@kdnw.de • V.i.S.d.P.: Judith Niemann (jn), Ramertsweg 85, 48161 Münster • Auflage: 4000 Exemplare • Erscheinungsweise: 4 Ausgaben pro Jahr • Redaktionsschluss: siehe S. 3 • Druck: Druckerei Brökelschen, Kammerstück 19, 44357 Dortmund • Verteilung an die Mitgliedsvereine nach Stärkemeldung. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten • Autoren dieser Ausgabe: Dieter van Acken, Eva Mona Altmann, Willi Balzer, Stefan Breiksch, Horst Espeloer, Sonja Frömmel, Fredy Gastager, Tim Glörfeld, Christian Gramberg, Martin Kalkhoff, Stefan Krause, Olaf Meulenberg, Peter Meuren, Tim Milner, Holger Morschett, Judith Niemann, Michael Stenke, Wolfgang Stramka, Stefan Voigtländer, Christian Wedewardt, M. Westerhoff, Robert Wieduwilt, • 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 Ergänzung von Beiträgen vor.

Dan-Prüfungen

Stil/Datum	*Ort*	*Prüfer/in*
Shotokan		
19.02.2011	Gelsenkirchen	Bork | Katteluhn
12.03.2011	Remscheid	Mansouri | Karras
11.06.2011	Hamm (Yu-Ai)	Bork | Herbst
12.06.2011	Bonn	Weichert | Karras
02.07.2011	Köln	Mansouri | Karras
16.07.2011	Geldern	Bork | Fröschke
16.07.2011	Lemgo	Henkel | Katteluhn
17.09.2011	Porz	Weichert | Karras
23.10.2011	Bochum	Milner | Herbst
26.11.2011	Dortmund	Milner | Ratschke
GOJU-Ryu		
04.06.2011	Kamen (ab 3. Dan)	Nöpel | Heckhuis | Hoffmann
17.12.2011	Senden	Nehm | Winkler | Jordan
Dezember	Ruhrgebiet	Portugall | Keßling | Krämer

Stiloffenes Karate
bislang keine veröffentlichten Termine
Aktuelle Termine auf www.karate.de

Wettkämpfe 2011

Datum	*Event*	*Ort*
29.01.2011	*BM Westfalen*	Wettringen
05.02.2011	*BM Arnsberg*	Dortmund
11.-13.02.2011	*EM Jugend & Junioren*	Novi Sad (Serbien)
26.02.2011	*LM Leistungsklasse*	Oberhausen
12.03.2011	*BM Köln / BM Düsseldorf*	Bedburg Hau
26.-27.03.2011	*DM Leistungsklasse, DM für Menschen mit Behinderung*	Schwenningen (BW)
09.04.2011	*LM Jugend & Junioren*	Kempen
06.-08.05.2011	*EM Senioren*	Zürich (Schweiz)
14.05.2011	*Fair Play Pokal*	Köln
21.-22.05.2011	*DM Jugend & Junioren*	Erfurt (THÜ)
02.-05.06.2011	*Internationales U21 Randori*	Mörlenbach (HES)
18.06.2011	*int. Neko Cup*	Hanau (HES)
25.06.2011	*Deutscher GOJU-Ryu Cup*	Walldürn (BW)
Juni 2011	*EM der Regionen*	Türkei
10.09.2011	*int. Deutscher Wado-Cup 2011*	Halle/Saale
17.09.2011	*LM Schüler*	Rheda-Wieden-brück
24.-25.09.2011	*German Open*	Aschaffenburg (BAY)
08.10.2011	*Int. Shotokan Cup*	Mendig (RPF)
15.10.2011	*Int. Budokan Cup*	Bochum
13.-16.10.2011	*WM Jugend & Junioren*	Melaka /Malaysia
22.10.2011	*LM Masterklassen*	Bedburg Hau
29.10.2011	*DM Schüler*	Lübeck (SH)
12.11.2011	*DM Länder/Masters*	Brandenburg (BRA)

Terminübersicht des KDNW 2011

15.01.2011	Trainermeeting 2011, Anmeldung bis 07.01.2011	Dortmund
15.01.2011	Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter/innen 1, Anmeldung bis 21.12.2010	Dortmund
15.01.2011	Ausbildung Bezirkskampfrichter/innen, Anmeldung bis 07.01.2011	Dortmund
16.01.2011	Konditionslehrgang (Dansha-LG GOJU-Ryu)	Kamen
16.01.2011	Winterserie Kumite für Mädchen und Frauen	Kempen
21.01.-23.01.2011	Start Basismodul Teil I, Anmeldung bis 29.11.2010 (2 WE)	Radevormwald
22.01.2011	Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter/innen 2, Anmeldung bis 07.01.2011	Dortmund
23.01.2011	Offenes Kadertraining Kumite	Siegburg
23.01.2011	Dansha-LG GOJU-Ryu 2	Kamen
29.01.2011	BM Westfalen	Wettringen
04.-06.02.2011	Start Ausbildung Trainer/in C Breitensport, Anmeldung bis 17.12.2010 Schwerpunkt: Erwachsene und Jukuren (6 WE)	Radevormwald und Hachen
05.02.2011	BM Arnsberg	Dortmund
06.02.2011	Stilrichtungslehrgang GOJU-Ryu 1	Kamen
13.02.2011	Winterserie Kumite für Mädchen und Frauen 2	Kempen
20.02.2011	Breitensportlehrgang 1 für Jukuren Ü35a,	Kamen
26.02.2011	LM Leistungsklasse	Oberhausen
05.03.2011	BM Köln / BM Düsseldorf	Bedburg Hau
12.03.2011	Prüfer/innen-Lehrgang Shotokan, Anmeldung bis 28.02.2011	Bochum
12.03.2011	Stilrichtungslehrgang Wado-Ryu 1	Düsseldorf
13.03.2011	Winterserie Kumite 3 für Mädchen und Frauen und Landesfrauentag	Kempen
13.03.2011	Dansha-LG GOJU-Ryu 3	Kamen
26.-27.03.2011	DM Leistungsklasse sowie DM der Menschen mit Behinderung	Schwenningen (BW)
02.04.2011	Prüfer/innen-Lehrgang Wado-Ryu	Düsseldorf
02.04.2011	Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter/innen 3, Anmeldung bis 18.03.2011	Kempen
09.04.2011	LM Jugend & Junioren	Kempen
10.04.2011	Stilrichtungslehrgang GOJU-Ryu 2	Kamen
30.04.2011	Int. Krokoyama Cup	Koblenz (RPF)
April 2011	Verbandstag und Verbandsjugendtag	
April 2011	Start Ausbildung ÜL-B SB/SV	
13.-15.05.2011	Training mit Kindern im Grundschulalter, Anmeldung bis 01.04.2011	Feriendorf Hachen
14.05.2011	Fair Play Pokal	Köln
22.05.2011	Breitensportlehrgang 2 für Jukuren Ü35a	Kamen
01.06.-05.06.2011	Ausbildung Trainerassistent/in, Anmeldung bis 22.04.2011	Feriendorf Hachen
10.06.-13.06.2011	Yu-Ai 2011	Hamm
21.-22.06.2011	DM Jugend & Junioren	Erfurt (THÜ)
01.07.-03.07.2011	Erlebnisfreizeit Väter und Kinder, Anmeldung bis 16.06.2011	Feriendorf Hachen
04.09.2011	Prüfer/innen-Lehrgang GOJU-Ryu, Anmeldung nicht nötig	Kamen
11.09.2011	Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter/innen 4	Köln
11.09.2011	Breitensportlehrgang 3 für Jukuren Ü 35a	Waltrop
24.-25.09.2011	German Open	Aschaffenburg
17.09.2011	LM Schüler	Rheda-Wiedenbrück
07.10.-09.10.2011	Fortbildung: Karate der Jukuren, Anmeldung bis 22.08.2011	Hachen
08.10.2011	Int. Shotokan Cup	Mendig (RPF)
09.10.2011	Prüfer/innen-Lehrgang GOJU-Ryu	Rheine
16.10.2011	Prüfer/innen Neuausbildung Shotokan 1, Anmeldung bis 03.10.2011	Bochum
22.10.2011	Stilrichtungslehrgang Wado-Ryu 2	Düsseldorf
22.10.2011	LM Masterklassen	Info folgt
29.10.2011	DM Schüler	Lübeck
06.11.2011	Dansha-LG GOJU-Ryu 4	Kamen
09.11.2011	Start Ausbildung Trainer/in C Breitensport, Anmeldung bis 25.07.2011 Schwerpunkt: Kinder und Jugendbereich (6 WE)	Hachen und Radevormwald
12.11.2011	Prüfer/innen-Lehrgang Shotokan, Anmeldung bis 31.10.2011	Bochum
12.11.2011	DM Masterklassen	Brandenburg
13.11.2011	Breitensportlehrgang 4 für Jukuren Ü35a	Bergkamen
13.11.2011	Prüfer/innen Neuausbildung Shotokan 2, Anmeldung bis 03.10.2011	Bochum
25.11.-27.11.2011	Fortbildung für Kampfrichter/innen, Anmeldung bis 10.10.2011	Hennef
25.11.-27.11.2011	Ausbildung zum/r Landeskampfrichter/in B, Anmeldung bis 10.10.2011	Hennef
26.11.2011	Prüfer/innen-Lehrgang Wado-Ryu	Düsseldorf
27.11.2011	Stilrichtungslehrgang GOJU-Ryu 3	Kamen
November 2011	Int. Niederrhein-Cup	Bedburg Hau
09.12.-11.12.2011	Karate-Do und Meditation, Anmeldung bis 24.10.2011	Hachen
11.12.2011	Stilrichtungslehrgang GOJU-Ryu 4	Kamen

Aktuelle Seminar- und Lehrgangsangebote aus dem LuB

Q

Ausbildung Trainer/in-C, Breitensport

Teilnahme

Basismodul, Gruppenhelfer/innen oder Trainerassistent/innen ab 17. Jahre, 4. Kyu. Die Lizenzen werden erst mit dem 18. Lebensjahr ausgehändigt. Bitte eine gültige Erste Hilfe Bescheinigung (16 Stunden) mitbringen!
Anmeldung über einen DKV-Verein.

Ziele

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-C Breitensport umfasst die Anregung zur Betätigung im Karate als Freizeit- / Breitensport sowie die Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung des breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes in den Vereinen des Deutschen Karate-Verbandes. Der/die Trainer/in-C Breitensport soll in der Lage sein, die Mitgliedergewinnung, -förderung und -bindung auf der Basis breitensportlich orientierter Übungs- und Trainingsangebote auf der unteren Ebene zu gewährleisten.

Aufbauend auf den bei den Teilnehmenden bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

- Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz
- Fachkompetenz
- Methoden- und Vermittlungskompetenz

Inhalte

- Organisation / Recht
- Sportpädagogik / Sportpsychologie
- Sportbiologie
- Allgemeine Trainingslehre
- Spezifika des Karate-Do
- Breitensport im Karate

Termine / Orte

1. Ausbildung:

Schwerpunkt im Erwachsenen und Jugendbereich
04.-06.02.2011, Radevormwald
25.-27.02.2011, Hachen
18.-20.03.2011, Radevormwald
01.-03.04.2011, Hachen
06.-08.05.2011, Radevormwald
08.-10.07.2011, Hachen

2. Ausbildung:

Schwerpunkt im Kinder und Jugendbereich
09.-11.09.2011, Hachen
23.-25.09.2011, Radevormwald
07.-09.10.2011, Radevormwald
21.-23.10.2011, Radevormwald
11.-13.11.2011, Radevormwald
02.-04.12.2011, Hachen

Leitung

Referententeam des KDNW

Kosten

535,- €, Eigenleistung für Übernachtung und Verpflegung pro Ausbildung

Anmeldeschluss

Ausbildung I: 17.12.2010
Ausbildung II: 25.07.2011

S

Stilrichtungslehrgänge Shotokan

Teilnahme

Shotokan-Karateka ab 1. Kyu

Für das Jahr 2011 möchte die Stilrichtung Shotokan die neue Lehrgangsreihe weiterführen und erweitern, um die traditionellen Werte der Stilrichtung zu fördern.

1. Lehrgang, Inhalte

Prüfungsvorbereitung zum 1. – 4. Dan

Termin, Ort

12.02.2011, 15.00 – 17.00 Uhr
Gelsenkirchen-Buer, Middelicher Str. 289
Einfahrt über den Giselaweg

Leitung

Rainer Katteluhn

2.Lehrgang, Inhalte
Kyusho, die Schwachpunkte des menschlichen Körpers in den Shotokan Kata

Termin, Ort
07.05.2011, 15.00 – 17.00 Uhr
Budokan Bochum, Halbachstr. 3-5, 44793 Bochum

Leitung

Bernd Milner

Weitere Termine

09. Juli (W. Henkel) | 18. September (F. Bork)

S

Prüfer/innen-Lehrgang Shotokan

Teilnahme

lizensierte Prüfer/innen des KDNW

Inhalte

Prüfungsordnung in Theorie und Praxis

Termine, Ort

Samstag, 12.03.2011, 10.00-18.00 Uhr oder
Samstag, 12.11.2011, 10.00-18.00 Uhr
Budokan Bochum e.V.
Halbachstr. 3-5 ,44793 Bochum

Leitung

Bernd Milner

Kosten: keine

Anmeldeschluss

28.02.2011 bzw. 31.10.2011

Die Neuausbildung von Shotokan-Prüfer/innen findet im Oktober und November statt.

S

Stilrichtungslehrgang GOJU-Ryu

1. Lehrgang, Inhalte

Karate-Do Kata-Lehrgang: Fukyu Kata und Bunkai, chinesische Kata und Bunkai

Termin

06.02.2011, 10.00-15.30 Uhr mit Pause

Ort

Turnhalle am Gymnasium
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Leitung

Christian Winkler, N.N.

Weitere Termine

10.04. | 27.11. | 11.12. (alle Kamen)

S

Dansha-Lehrgang GOJU-Ryu

Teilnahme

GOJU-Ryu Karateka, Dojoleiter/innen, Übungsleiter/innen, Danträger/innen, Funktions- und Leistungsträger/innen

1. Lehrgang, Inhalte

Konditionslehrgang, alle Kyu-Grade

Termin, Ort

16.01.2011, 10.00-15.30 Uhr mit Pause
Turnhalle am Gymnasium
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Leitung

Christian Winkler

2. Lehrgang, Inhalte

Kata Bunkai, Te-Waza, Gojin-Waza, Kumite-

B = Breitensport / L = Leistungssport / S = Stilrichtungen / Q = Qualifizierung / J = Jugend

Waza, Tui-Te-Waza.

Termin, Ort
23.01.2011, 10.00-15.30 Uhr mit Pause
Turnhalle am Gymnasium
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Leitung
Fritz Nöpel und Alfred Lehmann

Hinweis
Teilnahme ab 3. Dan

3. Lehrgang, Inhalte
SV-Techniken aus der Kata, Sen no Sen/ Senken

Termin, Ort
13.03.2011, 10.00-15.30 Uhr mit Pause
TH Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Leitung
Fritz Nöpel und Axel Koschorreck

Weiterer Termin
06.11.2011 (Kamen)

S

Prüfer/-innen-Lehrgang Wado-Ryu

Teilnahme
Wado-Ryu Prüfer/-innen und Anwärter/-innen aus dem KDNW

1. Lehrgang, Inhalte
Bewertungskriterien (Theorie und Praxis)
Kihon, Kata und Partnerübung

Termin, Ort
02.04.2011, 09.00-13.00 Uhr
Turnhalle Brehmschule
Karl-Müller-Straße 25, 40237 Düsseldorf

Leitung
Shuzo Imai (Prüferreferent Wado-Ryu),
Kantstr. 35, 40667 Meerbusch
Tel (0 21 32) 76 97 97

Anmeldeschluss: 04.03.2011

Hinweis:
Mitzubringen sind Gi und Schreibmaterial. Die Lehrgänge werden für Wado-Ryu Prüfer/-innen zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Weiterer Termin
26.11. (Düsseldorf)

B

Winterserie: Kumite für Mädchen und Frauen im KDNW

Inhalte
Verhaltensweisen und Strategien, die angstfreies Kämpfen mit Spaß ermöglichen.

Teilnahme
Frauen und Mädchen des KDNW ab 8. Kyu.

Termine
16.01.2011, 11.00-13.00 Uhr
13.02.2011, 11.00-13.00 Uhr
13.03.2011, 11.00-12.00 Uhr, Landesfrauentag
13.03.2011 12.00-14.00 Uhr

Ort
Karate-Dojo Kempen
Verbindungsstr. 7, 47906 Kempen

Leitung
Susanne Nitschmann
Landesfrauenreferentin und Landestrainerin Kumite

Kosten: keine
Hinweis
Die 3 Lehrgänge bauen thematisch aufeinander auf.

Frauenlehrgang mit Susanne Nitschmann und Landesfrauentag 2011

Teilnahme
Frauen und Mädchen des KDNW ab 9. Kyu

Inhalte
Siehe Winterserie

Termin
Sonntag, 13.03.2011
Beginn Landesfrauentag 11.00 Uhr
Beginn Frauenlehrgang 12.00 Uhr bis ca. 14.00 Uhr

Ort
Karate Dojo Kempen
Verbindungsstr. 7, 47906 Kempen

Leitung
Susanne Nitschmann

Kosten: keine

Zum Landesfrauentag 2011 lade ich hiermit alle Frauenvertreterinnen der Vereine im KDNW herzlich ein.

Tagesordnung
1.
Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2.
Wahl von Protokollführerin und Versammlungsleiterin
3.
Genehmigung des Protokolls vom 14.03.2010
4.
Bericht 2010
5.
Entlastung der Landesfrauenreferentin und Stellvertreterin
6.
Aktivitäten in 2011
7.
Anträge
8.
Verschiedenes

Hinweis
Anträge zur Tagesordnung bis spätestens 25.02.2011 an

Susanne Nitschmann, c/o KDNW-Geschäftsstelle, Postfach 10 07 50, 47007 Duisburg

B

Breitensportlehrgänge für Jukuren über 35 Jahre

Teilnahme
ab 35 Jahre sowie Übungsleiter/innen, die Ältere und Späteinsteiger/innen trainieren.

1. Lehrgang
Inhalt
Für Trainer/innen, die in den Dojos Ältere trainieren und Vorbereitung zur Prüfung

Termin
20.02.2011, 10.00-15.30 Uhr mit Pause

Ort
Turnhalle am Gymnasium
Hammer Str. 19, 59174 Kamen

Leitung
Fritz Nöpel und Axel Koschorreck

Hinweis
Bei den Breitensportlehrgängen für Ältere fallen keine Kosten an und eine Anmeldung ist nicht nötig.

Weitere Termine: 22. Mai | 11. September | 13. November

B = Breitensport / L = Leistungssport / S = Stilrichtungen / Q = Qualifizierung / J = Jugend

KARATE unlimited
Das Selbstverteidigungsprogramm für Karateka aller Stile. Lehrgang Stufe I am 05.02.2011, 11:00 – 17:00 Uhr

Zielgruppe
Für alle Karateka, die Karate auch als Selbstverteidigung ausüben wollen und ggf. in ihren Vereinen unterrichten möchten

Referent
Wolfgang Henkel, 5. Dan Shotokan, 30 Jahre SV-Praktiker, 25 Jahre Karate-Kämpfer, Offizieller SV-Lehrer Stufe II im DKV

Kosten: 40,- Euro

Ort
Karateverein RuhrDojo e. V.
Hubertstraße 264, 45307 Essen

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

Lehrinhalte
- Notwehrrecht
- Abwehrhaltungen
- Abwehrverhalten/Abwehrprinzipien
- Take-Downs
- Schlüsselpositionen
- Empfindliche Punkte
- Technikauswahl
- Bewegung im Raum in verschiedenen Situationen
- Abwehr gegen unbewaffnete Angriffe Stufe I
- Selbstbehauptung Stufe I
- Einführung Fallschule
- Verhalten am Boden
- Abwehr gegen Angriffe in Bodenlage Stufe I
- Training mit Hilfsmitteln und Stresstraining I

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

Infos
http://www.ruhrdojo.de

Shotokan-Ryu Karate-Do Seminar in Kerpen (Rhld.) mit Shihan Lothar J.Ratschke
6. Dan Shotokan Ryu Kase Ha, 5. Dan Shotokan im DKV, 1. Dan Okinawan Kobudo, 1. Dan Kukishin-Ryu, 1. Dan Ju-Jutsu

Termin, Ort, Anfahrt
26.-27. Februar 2011
Dreifachsporthalle Schulzentrum Horrem-Sindorf / Bruchhöhe 27 / 50170 Kerpen.
Von der A4 oder A61 bis Autobahnkreuz Kerpen, Abfahrt Kerpen (Sindorf), weiter Richtung Horrem, dann der Ausschilderung folgen.

Info
info@karate-heiwa.de
www.karate-heiwa.de, Tel.02234-695 192

Trainingszeiten

Sa.	10:00-11:30h	9.Kyu bis 6.Kyu
	11:30-13:00h	5.Kyu bis Dan
	14:30-16:00h	9.Kyu bis 6.Kyu
	16:00-17:30h	5.Kyu bis Dan
So.	10:00-11:30h	9.Kyu bis 6.Kyu
	11:30-13:00 h	5.Kyu bis Dan

Filmaufnahmen sind nur mit Zustimung des Lehrgangsleiters gestattet!

Prüfung
Prüfung bis zum 1.Kyu am Sonntag nach der letzten Einheit und nur nach Teilnahme am gesamten Lehrgang möglich. Eine schriftliche Einverständniserklärung des Heimtrainers ist vorzulegen. Prüfungsmarken und Urkunden sind vorhanden!

Seminar-Gebühr € 18,-

Übernachtung
www.kerpen-touristik.de

Verpflegung
Günstige Speisen und Getränke werden angeboten.

Ausrichter
Karate - Dojo Heiwa Kerpen e.V.
Schillerstr.1, 50226 Frechen

Haftungsausschluss
Der Ausrichter lehnt die Haftung für Personen und Sachschäden jeglicher Art ab.

KARATE unlimited
Das Selbstverteidigungsprogramm für Karateka aller Stile
Themenlehrgang:
Abwehrverhalten gegen Pistolenbedrohungen und Messerangriffe
19.03.2011, 11:00 – 17:00 Uhr

Zielgruppe
Für alle Karateka, die Karate auch als Selbstverteidigung ausüben wollen und ggf. in ihren Vereinen unterrichten möchten

Referent
Wolfgang Henkel, 5. Dan Shotokan, 30 Jahre SV-Praktiker,
25 Jahre Karate-Kämpfer, Offizieller SV-Lehrer Stufe II im DKV

Kosten: 40,- Euro

Ort
Karateverein RuhrDojo e. V.
Hubertstraße 264, 45307 Essen

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

Mitzubringen
Karate-Gi, Tiefschutz

Shotokan Karate Lehrgang in Krefeld mit Bernd Milner 8.Dan
Stilrichtungs-u. Prüferreferent, Gesundheitstrainer u. Shiatsu-Therapeut

Termin, Ort
02.-03.04.2011
Arndt-Halle, St.-Anton-Straße, 47798 Krefeld

Ausrichter
HANGETSU Karate-Dojo Krefeld, Abt. der Turnerschaft 1872 Krefeld e.V.

Trainingszeiten
Samstag: 10.00 - 11.30 Uhr / 9. - 5.Kyu
15.00 - 16.30 Uhr / 9. - 5.Kyu
11.30 - 13.00 Uhr / 4.Kyu - Dan
16.30 - 18.00 Uhr / 4.Kyu - Dan
18.15 - 19.15 Uhr / Dan-Vorbereitung

Sonntag: 10.00 - 11.30 Uhr / 9.Kyu - 5.Kyu
11.30 - 13.00 Uhr / 4.Kyu - Dan

Prüfung
Sonntag, nach Teilnahme am Training, bis 1.Kyu, Prüfungsmarken bitte selbst mitbringen!

Lehrgangsgebühr
bis 14. Jahre 13,00 Euro, Erw. 18,00 Euro

Info
Uli Helbig 02151/804778, M. Ali Sahin 0172 244 3709, Georgos Roumeliotis 0173 255 3137, www.hangetsu-dojo.de

Wegbeschreibung:
A 57 Abfahrt Krefeld-Gartenstadt, Richtung Krefeld-Zentrum bis Kreuzung Preußenring - St.Töniser Straße, dort links in die St.-Anton-Straße, nach der 4.Straße sind auf rechten Seite Parkmöglichkeiten unter der Halle!

Haftungsausschluss
Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung!

Internationales Kumite-Seminar mit Christophe Pinna
mehrfacher Europa- und Weltmeister im Kumite

am 14.-15.05.2011 in Bad Salzuflen

Trainingszeiten
Samstag, 14. Mai 2011
10.00-11.30 Uhr 9.-6. Kyu
12.00-13.30 Uhr 5. Kyu-Dan
Mittagspause (für das leibliche Wohl wird gesorgt)
15.00-16.30 Uhr 9.-6. Kyu
17.00-18.30 Uhr 5. Kyu-Dan
ab 20.00 Uhr gemütliches Beisammensein im Dojo (Kreuzweg 23)

Sonntag, 15. Mai 2011
10.00-11.30 Uhr 9. Kyu-Dan
12.00-13.30 Uhr 9. Kyu-Dan

Kyu Prüfungen
Sonntag (Shotokan) ab 14.00 Uhr bis zum 1. Kyu

Urkunden und Prüfungsmarken sind vorhanden. Nur Lehrgangsteilnehmer werden zur Prüfung zugelassen

Lehrgangsgebühr
Kompletter Lehrgang
Kinder bis 14 Jahre 15,- € /ab 15 Jahre und Erwachsene 25,- €
Familienrabatt: ab 3 Familienmitglieder zahlen nur 2
Dojorabatt: ab 5 Teilnehmer aus einem Dojo zahlen nur 4 Personen!

Übernachtung
Mit Voranmeldung per Email kostenlos in unserm Dojo möglich.

Informationen
Frank Herholt Tel. (0173) 27 66 944
www.karate-salzuflen.de
karate-salzuflen@web.de

Wegbeschreibung
A2 von Dortmund oder Hannover, Abfahrt Herford/ Bad Salzuflen, auf die B239 in Richtung Bad Salzuflen, dann der Ausschilderung folgen Bad Salzuflen/Schötmar.

Haftung
Der Ausrichter lehnt jegliche Art der Haftung ab.

Aktuelle Termine der Verbände und Vereine findet Ihr auch immer auf unserer Internetseite

http://www.kdnw.de

und im monatlichen Newsletter, den ihr dort abonnieren könnt.

Die Veröffentlichung von Lehrgangsausschreibungen ist gebührenpflichtig. Folgende Angebote sind verfügbar:
1.) Fließtextanzeige in Karate Aktuell: 50 €
2.) Veröffentlichung der Lehrgangsausschreibung im Internet und Erwähnung im monatlichen Newsletter: 20 €
3.) Fließtextanzeige in Karate Aktuell + Veröffentlichung im Internet und Erwähnung im monatlichen Newsletter: 60 €

Bei Interesse nehmt bitte Kontakt mit Judith Niemann (j.niemann@kdnw.de) oder der Geschäftsstelle des KDNW (info@kdnw.de) auf.

Junge Kumite-Athletinnen, die sich hier erfolgreich ausprobieren - Passt der Mawashi? Oder muss die Athletin in rot einfach nur ein bisschen ausweichen?

jn

jn

Ein junger Karateka mit viel Potenzial: Artur Oborovski vom TuS St. Arnold qualifizierte sich erstmalig zur DM.

Hier seht ihr ein paar Schnappschüsse der LM der Kinder und Schüler in Bad Salzuflen. Viele, viele mehr davon gibt es im Online-Fotoalbum auf

www.kdnw.de

Übrigens: Uns findet man jetzt auch bei facebook!

jn

Auf den Kinder- und Schülerwettkämpfen ist viel Einfühlungsvermögen gefragt: Bundeskampfrichter Dieter Koch beruhigt das Mädchen, das neben einem Treffer auch einen ganz schönen Schreck abbekommen hat.

Yu-Ai 2011
Hamm /Westf.

11.-13.06.2011