KARATE AKTUELL

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

Jahrgang 25 Ausgabe 2 / 2014

Freudentaumel im KDNW
Shara Hubrich & Max Bauer holen Gold bei der EM!

KDNW-Trainermeeting
Neuer Teilnehmerrekord!

Stiloffenes Karate
Veränderungen am Prüfungsprogramm

„Karate ist mein Leben."
Interview mit Alexander Heimann

Landesmeisterschaft Leistungsklasse
Spannende Wettkämpfe

Kleine Regelkunde
Teil I: Allgemeines und Kata

Stilrichtungen
KDNW-Shotokan-Reihe & Dansha-Lehrgänge Goju-Ryu

6 Seiten WM-Special!
22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

Der KDNW e.V. ist Mitglied im:

DKV Landessportbund Nordrhein-Westfalen

Titelseite: KDNW-Trainermeeting 2014 (Foto: Stefanie Gans)

Editorial

Liebe Leser/innen,

ist es nicht kaum zu glauben? Das erste Quartal von 2014 ist bereits vestrichen!

Blicken wir auf die letzten drei Monate zurück, liegen, auf der Karate-Ebene, bereits das KDNW-Trainermeeting, drei von vier Bezirksmeisterschaften sowie die Landesmeisterschaft der Leistungklasse, die offene Landesmeisterschaft Rheinland-Pfalz, außerdem die aus unserer Sicht sehr erfolgreiche Europameisterschaft der Jugend und Junioren, die KDNW-Winterserie für Mädchen und Frauen sowie viele Lehrgänge und einige Dan-Prüfungstermine hinter uns.

Blicken wir nach vorne, ragt ein Karate-Event der Extraklasse vor uns auf: Die WM 2014 in Bremen, der wir uns in dieser Ausgabe mit einem sechsseitigen Special widmen, das, neben einem Newsflash zur Veranstaltung, ein Porträt von Alexander Heimann und den ersten von zwei Teilen der Wettkampfregelkunde umfasst. In dieser Ausgabe könnt ihr euch außerdem über Neuerungen im Bereich SOK informieren, Aktuelles aus dem Schulsport erfahren und neben den Aktivensprechern/innen Kata und Kumite auch das neue Personal in den Referaten Ausbildung/Breitensport und

Frauen kennenlernen. Außerdem stehen die aktuellen Termine aus dem KDNW und aus den Dojos für euch bereit, ebenso einige Berichte und Fotos aus den Vereinen.

Aber euch erreicht mit diesem Heft auch eine traurige Nachricht: Unser Top-Athlet und Erfolgstrainer Nika Tsurtsumia hat mit dem Tode seiner Ehefrau Nino einen unfassbaren Verlust zu beklagen und der KDNW mit seinen vielen Karateka spricht ihm aufrichtige Anteilnahme und herzliches Beileid aus. Wenn wir den gefühlvollen Nachruf lesen, den Friedhelm Meisen verfasst hat, überfällt uns einmal mehr die Erkenntnis, wie vergänglich alles ist und wie kostbar jeder einzelne Augenblick. Wie oft aber nehmen wir Nichtigkeiten zu wichtig und drohen, im Hamsterrad unseres Alltags Wesentliches aus dem Blick zu verlieren?

Das Leben als solches und die Weg- und Kampfkünste lehren uns immer wieder aufs Neue eindringlich diese Lektion, die simpel klingt und doch so schwer zu beherzigen ist bei all unseren Verpflichtungen, bei allem Ärger, der manchmal in uns brodelt und oft zu langsam verraucht, bei allem Kummer über Verflossenes, Stolz auf Erreichtes, bei aller Freude auf Kommendes:

„Laufe nicht der Vergangenheit nach,
und verliere dich nicht in der Zuunft.
Die Vergangenheit ist nicht mehr.
Die Zukunft ist noch nicht gekommen.
Das Leben ist hier und jetzt."
- Buddha

Ich wünsche euch viel Spaß mit der Lektüre dieser und freue mich auf eure Zusendungen* für die kommende Ausgabe! Bleibt gesund und: „Carpe diem!"

Eva Mona Altmann

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

Inhalt

4 **Nachruf** für Nino Tsurtsumia
4 **Neue Dan-Graduierungen** im KDNW
6 **KDNW-Trainermeeting 2014**
10 **Aktivensprecher/innen**
10 **Referat Ausbildung/Breitensport** Kontaktmöglichkeit
10 **Frauenreferat** Wechsel
10 **Neue Vereine im KDNW**
11 **Kumite für Mädchen und Frauen** Traditionelle KDNW-Winterserie mit Susanne Nitschmann gut besucht
12 **Veränderungen im Prüfungsprogramm des SOK**
12 **Goju-Ryu:** KDNW-Dansha-Lehrgang mit Frank Beeking
12 **KDNW-Lehrgang Goju-Ryu:** Kata Sesan in Theorie und Praxis mit Christian Winkler
13 **KDNW-Shotokan-Reihe:** Teil 1 im Januar mit Rainer Katteluhn in Gelsenkirchen
13 **KDNW-Shotokan-Reihe:** Teil 2 im Februar mit Bernd Milner in Bochum
14 **Karate in der Schule:** Ein Projektbericht
14 **Ansprechpartnerin Schulsport**
14 **Einladung** zum DKV-Schulsportsymposium
15 **Termine** KDNW-Lehrgänge und Ausbildung, Dan-Prüfungen, Wettkampftermine
16 **Kaderlisten 2014** Kumite Junioren/innen, Senioren/innen, Kata
17 **Karate-WM 2014 in Deutschland** Der Countdown läuft!
18 **Kleine Regelkunde - Teil I:** Allgemeines und Kata
20 **„Karate ist mein Leben."** Interview mit Alexander Heimann
23 **Landesmeisterschaft Leistungklasse** am 22. Februar 2014 in Bergisch Gladbach
26 **Europameisterschaft Jugend und Junioren & U21-Europa-Cup** Freudentaumel im KDNW!
28 **Bezirksmeisterschaft Arnsberg**
29 **Bezirksmeisterschaften Köln & Düsseldorf**
30 **Offene Landesmeisterschaften Rheinland-Pfalz** KDNW-Karateka setzen sich durch.
30 **Shotokan-Schmiede** Trainingsgemeinschaft von Dan-Trägern grüßt das deutsche WM-Team
31 **Gewaltpräventionsprojekt** in Hilchenbach
31 **Sportlerehrung** Bochumer Karateka werden von der Stadt geehrt.
32 **Lehrgang mit Manfred Rogalla**
33 **Termine der Dojos**
35 **Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen**
35 **Impressum**

Sechsseitiges WM-Special! S. 17-22

Nachruf

für Nino Tsurtsumia

Foto: Privat

von Friedhelm Meisen

Die Stärke und Ausstrahlung einer Königin, der unschuldige Charakter eines Kindes und eine engelsgleiche Seele – damit wird Nino ihr irdisches Glück für die Ewigkeit mit in den Himmel nehmen.

Unser Nika traf seine Nino 2007. Damals gastierte das georgische Nationalensemble mit „Legend of the Storm“ in Köln. Die erste Tänzerin war Nino Gularashuili – in ihrer Heimat ein Star und bei Liebhabern der kaukasischen Tanzkunst weltweit bekannt. Auch Nika wurde augenblicklich von ihrer Anmut und Ausdruckskraft in den Bann geschlagen. Schon tags darauf stürmte er mit einem großen Strauß roter Rosen die Bühne und hielt um ihre Hand an. Nino fand in ihm ihren Prinzen.

Für beide brach danach die glücklichste Zeit ihres Lebens an, die 2012 mit der Hochzeit im georgischen Sukdidi, der Heimatstadt Nikas, ihren vorläufigen Höhepunkt fand. Freunde aus ganz Europa, natürlich auch aus Deutschland, reisten an und wurden Zeuge des wundervollen Ereignisses, das sogar im hiesigen Fernsehen übertragen wurde.

In ihrer neuen Heimat Gummersbach sowie in Düsseldorf gründete Nino erfolgreich Tanzschulen. Mit ihrer gefühlvollen tänzerischen Darstellung der weiblich-mütterlichen Kraft verkörperte sie den Gegensatz zu männlich-kämpferischen Traditionen. Privat war sie ganz für ihren Nika da.

Nun brennt kein Licht mehr in der gemeinsamen Wohnung, wenn Nika auf Karate-Wettkämpfen ist. Am 13. März 2014 senkte sich zum letzten Mal der große Vorhang für Nino und bleibt für immer geschlossen. Das Glück aber hat beide Seelen zusammengeführt und Gott wird beide Seelen für immer verbinden. Und in allen, die Nino kannten, brennt ein warmes Licht der Freundschaft und der Erinnerung an eine großartige Frau.

In den schwersten Stunden gab es großem Beistand und Rückhalt. Waren es 500 oder 1000 Trauernde, die zu der schönen orthodoxen Kirche im Süden Düsseldorfs kamen? Neben den vielen kleinen und großen Karateka vom Oberberg Karate Gummersbach/Nika-Karate und Rhein-Berg-Karate in ihren Trainingsanzügen war auch das gesamte Bundeskader Kata und Kumite mit den Nationaltrainern Efthimios Karamitsos und Thomas Nitschmann angereist. In ihren schwarzen Anzügen mit dem Bundesadler auf der Brust standen sie geschlossen an Nikas Seite. KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn kondolierte im Namen des Landesverbandes. Vier Landestrainer, zahlreiche Dojoleiter, Trainer und Kampfrichter reihten sich in die Trauergemeinde ein. Dies beweist nicht nur das hohe Ansehen von Nino und Nika, sondern auch einen großen Zusammenhalt unter den Karateka und Freunden. Ein sehr feierlicher und ehrenvoller Moment.

Danke an alle Freunde und Weggefährten, die Nika beigestanden haben. Ein ganz großer Dank geht an die Eltern von Sinan Güler, Max Bauer, Katharina Kemmet und Alegra Krause sowie an Georg und Alexander Heimann. Durch ihre Unterstützung ist es Nika nun möglich, seiner Ehefrau in ihrer Heimatstadt Tiflis ein würdevolles Begräbnis zu gestalten.

Glückliche Gesichter nach bestandenen Dan-

5. Dan

Zechri Chousein	Shotokan
Martin Nienhaus	Shotokan
Martin Nienhaus	SOK

4. Dan

Thomas Berges	SOK
Cihan Celik	SOK
Andre Dawson	Shotokan
Yasser Dergham	Shotokan
Dennis Dreimann	Shotokan
Ali Erdemsiz	Shotokan

3. Dan

Frauke Adermann	Shotokan
Heinrich Andretzki	Shotokan
Thomas Christian Biber	Shotokan
Uwe Breucker	Goju-Ryu
Melanie Dömer	Shotokan
Werner Eißing	Goju-Ryu
Elena Fichtel	SOK
Tobias Gesing	Goju-Ryu
Matthias Golinski	Shotokan
Hassan Gürgen	Shotokan
Barbara Höfer	Shotokan
Andrew Irvine	SOK
Karl-Heinz Klotzowski	SOK
Jochem Krämer	Shotokan
Stefan Krzywanski	Goju-Ryu
Carmeloe Ochipinti	Shotokan
Klaus Rüdiger Philipp	Shotokan
Klaus Sallmann	SOK
Thomas Schmitz	Shotokan
Tim Stephan	Shotokan
Reiner Stohldreier	Goju-Ryu
Katharina Sundermann	Shotokan
Carsjen van Schwartzenberg	Goju-Ryu
Angelika Wenzel	Shotokan
Horst Zielasko	Goju-Ryu

Neue Dan-Graduierungen im KDNW

Prüfungen am 15.02.2014 in Gelsenkirchen. Foto: Philipp

Auch in Halle war im Dezember 2013 die Freude über die neuen Meistergrade groß. Foto: Serowy

2. Dan

Franziska Adermann	Shotokan
Matthias Adermann	Shotokan
Christoph Angyal	SOK
Knut Assmann	SOK
David Berg	SOK
Daniela Boehnke	Shotokan
Stefanie Brüggemann	Goju-Ryu
Simon Cepin	Shotokan
Christian Feldmann	Goju-Ryu
Hugo Große-Bremer	SOK
Jörg Heidelberg	Shotokan
Volker Imhoff	Shotokan
Wolfgang Kabjoll	Shotokan
Jan Knepper	SOK
Margrit Kronisch	Shotokan
Katja Kröhn	Shotokan
Sascha Maßmann	Shotokan
Frank Mügge	Shotokan
Alexander Neuendank	Goju-Ryu
Martin Nienaber	Goju-Ryu
Dirk Preuß	Shotokan
Eduard Reiswich	Shotokan
Gerald Schiering	Shotokan
Heinrich Schneider	Shotokan
Andreas Schröder	SOK
Matthias Strötges	Shotokan
Martin Surenbrock	Shotokan
Bodo Thiele	Shotokan
Werner Ullmann	Shotokan
Steffen Voigtländer	Shotokan
Stefan Walke	Shotokan
Finja Wehmeier	SOK
Merlin Wehmeier	SOK
Yvonne Wiertel	Shotokan
Marco Witzentzi	Shotokan
Ben Wortmann	Shotokan
Bastian Zumbrink	Shotokan

1. Dan

Michael Ardabili	Shotokan
Jannis Bartsch	Goju-Ryu
Matthias Bertram	Shotokan
Melissa Boneß	Shotokan
Barbara Buchholz	SOK
Andreas Burgdorf	Shotokan
Marc Burghoff	Goju-Ryu
Tobias Dickenhorst	SOK
Waldemar Duda	Goju-Ryu
Konstantin Elgert	Shotokan
Thomas Frömmel	Goju-Ryu
Dragan Gagic	Shotokan
Michael Glowinkel	Shotokan
Eric Gonnot	SOK
Dennis Griwatz	SOK
Erich Großmann	Goju-Ryu
Philipp Haase	Goju-Ryu
Alexander Hakenesch	Goju-Ryu
Günter Hergarten	SOK
Andreas Hoeren	Shoto-Ryu
Nadine Horrig	SOK
Benedict Huyeng	Shotokan
Jessica Irrgang	Shotokan
John-Micha Job	Shotokan
Nico Karlisch	Shotokan
Manfred Kliesch	Goju-Ryu
Patrick Kohl	Shotokan
Matthias Kollek	Shotokan
Petra Konetzky	Goju-Ryu
Beatrice Kraatz	SOK
Dirk Leder	Shotokan
Veronika Lieber	Goju-Ryu
Roman Lux	Shotokan
Axel Maek	Shotokan
Kim Mai	SOK
Angela Mendez Saraiva	SOK
David Meyer	Shotokan
Jörg Meyer	SOK
Marc Nehrmann	Shotokan
Nadine Nelissen	Goju-Ryu
Norbert Nussbaumer	Shotokan
Marion Passauer	Shotokan
Manuela Paul	Shotokan
Udo Pecher	SOK
Armin Pinnow	SOK
Thomsa Portz	Shotokan
Thorsten Richter	Shotokan
Christian Rohde	Shotokan
Anja Rosenbaum	SOK
Patrick Sandmann	Goju-Ryu
Dietlinde Sasu	Shotokan
Mike Schroer	Goju-Ryu
Jan Slabon	Shotokan
Gregor Soll	Shotokan
Oliver Stannek	Shotokan
Stefan Strötges	Shotokan
Philipp Szuczies	Shoto-Ryu
Bernd Uhlenbruch	Shotokan
Karin Vogt	Shotokan
Sascha Wallmann	SOK
Sandra Wiegers	Goju-Ryu
Nils Wienke	SOK
Carina Wilde	SOK

Junior-Dan

Leona Geling	Goju-Ryu
Hannah Karlisch	Shotokan

Herzlichen Glückwunsch!

Keine Gewähr, kein Anspruch auf Vollständigkeit.

KDNW-Trainermeeting 2014

Beim KDNW-Trainermeeting 2014 konnte ein neuer Teilnehmerrekord verbucht werden. Insgesamt rund 150 Karateka fanden am 11. Januar den Weg nach Dortmund, wo die Veranstaltung beim TSC Eintracht unter der Regie von Wolfgang Stramka ausgerichtet wurde.

von Eva Mona Altmann

Der Tag startete um 10.00 Uhr mit drei parallelen Programmpunkten: In den offenen Kader-Trainings Kata und Kumite schwitzten die Athleten/innen und kämpften bei den Sichtungen um die begehrten Plätze im Beobachtungs-, Leistungs- und Topkader. Kampfrichterreferent Uwe Portugall führte derweil die Dananwärter/innen drei Stunden lang ins Regelwerk ein.

Um 13.00 Uhr schließlich wurde das Trainermeeting von KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn offiziell eröffnet. Er begrüßte die Teilnehmer/innen, bedankte sich bei den Referenten/innen und dem Ausrichter und wünschte allen einen lehrreichen und kameradschaftlichen Tag.

Auch KDNW-Geschäftsführer Horst Nehm begrüßte die Karateka.

Anschließend ergriff Kampfrichterreferent Uwe Portugall das Wort, um sich bei seinem Stellvertreter Ralf Vogt für inzwischen bereits 13 Jahre gute Zusammenarbeit zu bedanken und ihm ein Präsent zu überreichen.

Die erste Einheit leitete Leistungssportreferent und Landestrainer Thomas Prediger. Er behandelte das Thema „Angriffskombinationen, Ausweichen gegen Angriffe und mögliche Kontertechniken (Würfe/Feger)“, wobei die Teilnehmer/innen viel selbst ausprobieren konnten.

Nach einer kurzen Pause übernahmen Uwe Portugall und Ralf Vogt, ihr Thema: „Das neue Kata-Regelwerk – Theorie und praktische Umsetzung im Training. Schwerpunkt: Technische Kriterien – Stände, Timing, Bewegungsübergänge“. Hier wurde für die Karateka offenbar, wie wichtig gute Basisarbeit und saubere Technik sind, nicht nur im Wettkampf, sondern auch für Prüfungen. Als Trainer/in ist hier Sorgfalt und gute Anleitung gefragt.

Weiter ging es mit Landestrainerin Susanne Nitschmann, die sich mit dem direkten Konter befasste und diesen auch im Kontext des neuen Regelwerkes beleuchtete.

Kata-Landestrainerin Seoung-Sook Park leitete anschließend eine Einheit zum Thema „Wettkampftraining der Kata Gojushiho-Dai“, bevor es für die Teilnehmer/innen in die wohlverdiente Pause ging.

Bei Kaffee, Kuchen und kalten Getränken war hier Zeit für Gespräche und Austausch untereinander.

Den Abschluss des Lehrgangstages bildeten die Kata-Einheiten der Landestrainer Ludger Niemann und Tim Milner, die den Karateka das Wettkampftraining der Kata Suparinpei und Sochin näher brachten.

KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn verabschiedete gegen 19.00 Uhr die engagierten Trainer/innen des KDNW und wünschte ihnen eine gute und sichere Heimreise.

Wer wollte, hatte noch die Möglichkeit, seine Lizenz – beim Besuch von ausreichend Einheiten – zu verlängern.

Auch im kommenden Jahr wird es wieder ein Trainermeeting des KDNW geben.

Foto: Gans

Video online!

Fotogalerie auf der nächsten Seite >

Mehr Fotos online!

Alle Fotos auf dieser Seite: Gans

Alle Fotos auf dieser Seite: Altmann

Aktivensprecher/innen

Die KDNW-Wettkämpfer/innen haben im Rahmen des Trainermeetings am 11. Januar 2014 in Dortmund gewählt.

Foto: Altmann
Aktivensprecher Kumite

Foto: Park
Aktivensprecher Kata

von Eva Mona Altmann

Im Bereich Kumite haben sie Ezgi Kaya und Ilias El Azzouzi mit der Vertretung ihrer Interessen beauftragt. Der Kata-Kader wählte Olivia Kittel und Felix Leicher als Anprechpartner aus. Wir gratulieren allen vieren zur Wahl und wünschen viel Erfolg und Freude im neuen Aufgabenbereich. Die Aktivensprecher/innen sind per Email erreichbar:

E.KAYA@KDNW.DE
I.EL _ AZZOUZI@KDNW.DE
O.KITTEL@KDNW.DE
F.LEICHER@KDNW.DE

Referat Ausbildung/ Breitensport

Kontaktmöglichkeit

Foto: Behnke

vonEva Mona Altmann

Thomas Behnke, der das Referat Ausbildung und Breitensport seit dem Rücktritt von Heribert Rojek (siehe Karate Aktuell 1/2014) kommissarisch leitet, ist per Email erreichbar:

T.BEHNKE@KDNW.DE

Frauenreferat

Wechsel

von Eva Mona Altmann

Petra Pelkowski legt ihr Amt als Frauenreferentin nieder. Bis zum Verbandstag übernimmt Barbara Höfer das Amt kommissarisch. Sie ist per Email ereichbar:

B.HOEFER@KDNW.DE

Foto: Höfer

Neue Vereine im KDNW

Haaner Turnerbund 1890 e.V.,
Abtl. Hakuda Karate Dojo
Alexandra Höner
Kamp 8
42781 Haan
Tel.: 02129/59249
Email: studio@alexhoener.com
Stilrichtung: Stiloffenes Karate
DKV-Nr. 5160

SV Rödinghausen e.V., Abtl. Karate
Hans Christian Joschko
Am Kurpark 16a
32289 Rödinghausen
Tel.: 05746/9372688
Email: info@sv-roedinghausen.de
Stilrichtung: Shotokan
DKV-Nr. 5172

TuS Ost Bielefeld e.V., Abtl.Karate
Hendrik Lang
Bleichstr. 151A
33607 Bielefeld
Tel.: 0521/37922
Email: info@tus-ost.de
Stilrichtung: Shotokan
DKV-Nr. 5222

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

Karate-Do Lehrgang mit Dan-Prüfung

am Samstag, d. 06. September 2014
in Dortmund

10.00 - 14.30 Uhr Lehrgang

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

mit

Rainer Katteluhn (6. Dan)
(Vizepräsident des KDNW)
Wolfgang Kritzler (6. Dan)
Sandro Barbato (5. Dan)
Phong Nguyen (5. Dan)
Udo Jung (4. Dan)

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

Prüfer: Katteluhn und Kritzler

Infos: www.1jjjc-do.de

Kumite für Mädchen und Frauen

Traditonelle KDNW-Winterserie mit Susanne Nitschmann gut besucht

von Barbara Höfer

Die Winterserie ist eine traditionsreiche Veranstaltung des KDNW-Frauenreferats: Eine alljährliche Lehrgangsreihe mit jeweils drei Terminen, die in den ersten drei Monaten des Jahres im Terminplan stehen.

Kumite-Landestrainerin Susanne Nitschmann ist die Initiatorin dieser Veranstaltung, die nun schon zum zweiten Mal vom Karate Dojo Gelsenkirchen-Buer ausgerichtet wurde. Durch seine hervorragende Ausstattung, die zentrale Lage und die vielen am Kumite interessierten weiblichen Mitglieder ist der Verein bestens als Gastgeber geeignet.

Am 19. Januar nahmen 25 Mädchen und Frauen an der diesjährigen Auftaktveranstaltung teil und nutzten die Gelegenheit, Kumite-Techniken und -Technikkombinationen in entspannter Atmosphäre mit oft wechselnden Partnerinnen auszuprobieren. Zwischendurch gab Susanne immer wieder hilfreiche Tipps, besonders im letzten Teil, als die Techniken in Freikampfsituationen angewendet werden konnten. Gutes Timing und Distanzgefühl waren besonders gefragt, denn: „Ein Knie, das aus Versehen getroffen wird, tut genauso weh, wie eins, das absichtlich getroffen wird“. Aber wenn man sich auf seine Partnerin verlassen kann, macht das Kämpfen Spaß! Konter gegen Fußfeger waren ein weiterer Schwerpunkt der Trainingseinheit. „Ich kenne sehr viele Frauen, die beim Kumite sehr ungerne fallen – und viele Männer, die sehr gerne Fegetechniken anwenden, besonders dann, wenn sie es mit leichteren Partnern, also meist mit Frauen, zu tun haben“, so ein weiterer O-Ton von Susanne. Auch der Hinweis, einfach mal den Blickwinkel zu verändern, um seine Partnerin von Kopf bis Fuß wahrzunehmen, konnte in der Praxis erprobt werden.

Am zweiten Training der Reihe, das am 16. Februar abgehalten wurde, nahmen wiederum circa 25 Frauen und Mädchen teil.

Am 16. März dann fand der dritte und letzte Teil der diesjährigen Winterserie mit knapp 20 Karateka statt. Im sportlichen Teil ging es darum, das Distanzgefühl zu schulen und Angriffe sinnvoll vorzubereiten. Im Techniktraining stellte Susanne Kombinationen vor, bei denen in unterschiedlichen Schrittfolgen Angriffe durch Finten vorbereitet wurden. Im anschließenden Teil sollte jede Teilnehmerin im Partnertraining eine Kombination entwickeln und üben, die ihr persönlich besonders liegt. Danach folgten einige besondere Randori-Runden – und zwar übergaben jeweils beide Partnerinnen ihre Handys zwei anderen Teilnehmerinnen, die den Zweikampf dann filmten. So hatte am Ende jede Teilnehmerin mindestens eine Videoaufnahme von sich selbst auf dem eigenen Handy. Selbstverständlich ist das verbunden mit der Auflage, verantwortungsvoll mit dem Filmmaterial umzugehen. Susannes Rat lautete, bei der „Analyse“ des eigenen Videos nicht allzu streng mit sich zu sein, sondern vor allem darauf zu achten, ob das zuvor Geübte auch umgesetzt wurde – und zu üben: „Ihr habt jetzt ein Jahr Zeit – und bei der Winterserie 2015 gucken wir, ob ihr eure persönlichen Ziele erreicht habt!“ Herzlichen Dank, Susanne, für die tollen Einheiten!

Im Anschluss fand der Landesfrauentag statt. Die bisherige Amtsinhaberin Petra Pelkowski berichtete über die Aktivitäten im vergangenen Jahr und wurde anschließend einstimmig entlastet. Die anwesenden Frauen dankten ihr für ihre Arbeit während ihrer Amtszeit. Dann wurde die kommissarisch als ihre Nachfolgerin eingesetzte Barbara Höfer vom Landesfrauentag einstimmig gewählt. Sie führt das Amt der Frauenreferentin des KDNW demnach für den Rest der regulären Amtszeit bis zum Landesfrauentag 2015.

Zum weniger formellen Ausklang der Veranstaltung standen Kaffee, Saft, Kuchen und Käsestangen bereit, so dass die Teilnehmerinnen noch Gelegenheit hatten, alte Kontakte zu pflegen oder neue zu knüpfen.

Veränderungen im Prüfungsprogramm des SOK

Das Prüfungsprogramm des stiloffenen Karate unterliegt einem steten Wandel.

von Ludwig Binder

Erfreulicherweise werden Erfahrungen aus den Prüfungen analysiert und die neu gewonnenen Erkenntnisse in der Prüfungsordnung zum Wohle der Prüflinge eingearbeitet. Insofern lebt diese Prüfungsordnung und passt sich so auch ständig den im Wandel begriffenen Erfordernissen an.

So wurden bei der Bundesversammlung 2013 die nachfolgenden Änderungen beschlossen:

1. Für Prüfungen ab dem 6. Dan steht dem Prüfling ein Beratungsgremium zur Verfügung, um ihn/sie bei der Vorbereitung aktiv zu unterstützen. Das Gremium unterstützt bei der Vorbereitung der schriftlichen Arbeit und dem Praxisteil. Der Prüfling hat somit die ständige Möglichkeit, in Zusammenarbeit mit dem Gremium anstehende Unklarheiten bei Prüfungsinhalten zu beseitigen. Dies hat den Vorteil, dass die Prüfungen in den angesprochenen hoen Dan-Bereichen transparenter werden und der Prüfling nicht mit Überraschungen bei der Prüfung rechnen muss. Weiterhin wird durch die „geführte Prüfung" vermieden, dass sich der Prüfer mit unbekannten Prüfungsinhalten des Prüflings auseinandersetzen muss. Irritationen werden dadurch verhindert und eine objektive Beurteilung des Prüflings im Bereich des Karate wird gewährleistet. Die vorstehende Verfahrensweise setzt voraus, dass sich der Prüfling ein Jahr vor der Prüfung anmelden muss. Die schriftliche Arbeit muss sechs Monate vor der Prüfung bei der DKV-Geschäftsstelle eingereicht werden, damit diese Arbeit den Prüfern zur Beurteilung rechtzeitig zugestellt werden kann. Die Namen des Prüfungsgremiums werden im DKV-Magazin veröffentlicht.

2. Bei der Prüfung zum 5. Dan war bisher gefordert, dass eine stilrichtungsfremde Kata vorgeführt werden sollte. Dies entfällt, da sich diese Verfahrensweise nicht bewährt hat.

3. Bei Prüfungen zum 8. Dan entfällt die schriftliche Arbeit. Es ist ausreichend, dass zum 6. Dan und 7. Dan bereits schriftliche Ausarbeitungen vorgelegt wurden.

Die vorgenannten Änderungen treten mit sofortiger Wirkung in Kraft.

Goju-Ryu:

KDNW-Dansha-Lehrgang mit Frank Beeking am 16. Februar 2014 in Rheine

von Klaus Fransbach

Ein Dansha-Lehrgang unter der Leitung von Frank Beeking (7. Dan) fand am 16. Februar 2014 von 9.30 bis 14.30 Uhr im Dojo des Sportpark TV-Jahn Rheine in der Halle Tokio statt. Inhalt: Prüfungsvorbereitung erster bis vierter Dan, Kata und Kata-Bunkai.

Zu Beginn gab Frank Beeking einen Ausblick auf die Dan-Prüfungen und verdeutlichte die Schwerpunkte des Lehrganges. Nach kurzer Aufwärmphase wurden bei den Kihon-Ido-Kombinationen schon Anhaltspunkte für die Beurteilungskriterien der Prüfer gegeben. Der Hauptteil des Trainings richtete sich aber auf die sehr anspruchsvolle Bunkai der Kata Sepai aus. Es ist hier von Bedeutung, wie angegriffen wird. Frank Beeking stellte alle Kata-Sequenzen mit zwei Partnern vor. Diese wurden dann in der Gruppe geübt. Frank machte klar, dass man sich zunächst mit den Angriffen und der daraus resultierenden Verteidigungsform befassen sollte, da sonst die Gefahr besteht, dass die Bunkai in ein hektisches Durcheinander ausartet.

Im Anschluss wurde der Bereich Kumite intensiviert, insebsondere das Yakusoku-Kumite, vor allem die Nage-Waza sowie das Goshin-Jitzu-Kumite. Dabei stand die freie Selbstverteidigung im Fokus. In kleinen Gruppen wurden die Techniken vorgezeigt und analysiert. Abläufe wurden gelobt, wenn sie wirkungsvoll und durchdacht waren, Fehler wurden aufgezeigt und Verbesserungsvorschläge gemacht.

Beim abschließenden gemeinsamen Rückblick und Erfahrungsaustausch, natürlich bei Kaffee und Kuchen, fand ein äußerst interessanter und informativer Lehrgang sein Ende.

KDNW-Leh

Kata Sesan in Theorie und

von Eva Mona Altmann

Am 23. Februar 2014 fand ein KDN
Landesstilrichtungsreferent Christian
vermittelte er Theorie und Praxis sowi

IRGANG GOJU-RYU

Praxis mit Christian Winkler

Fotos: Gans

W-Stilrichtungslehrgang Goju-Ryu in Kamen statt. Winkler leitete das Training zur Kata Sesan. Dabei e Bunkai.

KDNW-SHOTOKAN-REIHE

Teil 1 im Januar mit Rainer Katteluhn in Gelsenkirchen

von Barbara Höfer Foto: Philipp

Knapp 50 Karateka aus ganz NRW kamen am 25. Januar 2014 nach Gelsenkirchen-Buer, um sich auf ihre erste bzw. nächsthöhere Dan-Prüfung vorzubereiten. Rainer bot in zwei Stunden eine tolle, abwechslungsreiche Trainingseinheit: Er forderte die Teilnehmer/innen in den Bereichen Kihon, Kihon-Bunkai, Kata und Jiyu-Kumite und gab unterdessen hilfreiche Tipps zu Technikausführung und Technikauswahl in Abhängigkeit von der Distanz zum Partners. Eine intensive, schweißtreibende und zum Teil von gellenden Kiais begleitete Angelegenheit, bei der alle auf ihre Kosten kamen, so dass sich die teilweise langen Wege nach Ge-Buer gelohnt haben. Im Anschluss an die Trainingseinheit stand Rainer noch für individuelle Fragen zur nächsten Prüfung zur Verfügung. Von diesem Angebot wurde reger Gebrauch gemacht, schließlich wollen sich viele Teilnehmer/innen noch in diesem Jahr einer Dan-Prüfung stellen.

KDNW-SHOTOKAN-REIHE

Teil 2 im Februar mit Bernd Milner in Bochum

von Hans-Martin Bröker

Addiert man die Zahlen von eins bis 26, so erhält man 351. Von der Richtigkeit dieser Rechnung wurden 40 Dan-Träger/innen und einige Braungurte aus NRW vom Shotokan-Stilrichtungsreferenten Bernhard Milner(8. Dan) während des von ihm geleiteten Sonntags-Lehrganges aus der KDNW-Shotokan-Reihe im Budokan Bochum überzeugt. Thema waren die Kata Jitte und deren kämpferische Inhalte. Die ersten 60 Minuten waren dem Einstudieren des Ablaufes der Kata mit ihren 26 Techniken vorbehalten. Zunächst wurden die schwierigsten Passagen isoliert geübt. Danach wurde, angefangen mit der ersten Bewegung, die Kata ständig wiederholt, wobei in jedem Durchgang nur eine weitere Technik hinzugefügt wurde. Am Ende hatten wir

Foto: Bröker

351 Techniken ausgeführt und waren die Kata rund 13 Mal gelaufen. Diejenigen Teilnehmer/innen, die die Form noch nicht kannten, waren überrascht, dass sie nach diesem Programm den Ablauf verinnerlicht hatten. Die Sportler/innen wurden angehalten, ihre persönliche Belastung niedriger als 50% zu halten, um einen optimalen konditionellen Effekt zu erzielen. In der zweiten Stunde vermittelte Bernd die Bunkai. Angefangen mit einfachen Griffbefreiungstechniken wurde die Komplexität zügig gesteigert, so dass auch die Erfahrensten profitieren konnten. Besonders lehrreich waren die verschiedenen Anwendungen des Manji Uke, die sich auf viele andere Kata übertragen lassen.

Karate in der Schule

Ein Projektbericht

Foto: Gelsing

von Sabine Gelsing

Am 28. September und 5. Oktober 2013 fand am Essener Carl-Humann-Gymnasium ein Selbstbehauptungstraining für Schüler/innen der Jahrgangstufen sieben und acht statt. Ausrichter dieser Veranstaltung war die Essene Karateschule RuhrDojo e. V. Zustande gekommen war der Kontakt zwischen Schule und Verein durch einen ehemaligen Lehrer des Gymnasiums, welcher selbst als begeisterter Karateka aktiv ist. Seine Idee, das Karate sowie erste Grundtechniken der Selbstverteidigung an „seiner" ehemaligen Schule bekannt zu machen, wurde von zwei Trainern des Vereins gerne umgesetzt.

Ausgeschrieben als „Selbstbehauptungstraining am CHG" im Rahmen des sozialen Lernens, wurden zwei Lehreinheiten zu jeweils 90 Minuten geplant. Da die Veranstaltung freiwillig (und kostenlos) war, konnte sie mit hochmotivierten und gut gelaunten Schülern/innen durchgeführt werden.

Neben einem kurzen Überblick zum Karate (Kata, Kihon, Kumite, SV) und der Aufklärung zum Thema Sicherheit im Sport, wurde den Schülern/innen zunächst ein Warm-Up mit Musik geboten. Im Anschluss daran folgten erste Technikübungen sowie Übungen zur Selbstbehauptung. Bei den Übungen mit dem Schlagpolster und den Selbstverteidigungstechniken waren alle Schüler/innen durchweg begeistert und mit Eifer bei der Sache. Viele nahmen einen Flyer der Karateschule mit nach Hause und machten ihrerseits Werbung für die im Verein angebotenen Kurse. Es bleibt abzuwarten, ob sie tatsächlich den Weg ins Dojo finden werden.

Seitens der Schule kam die Anfrage, ob man sich eine regelmäßige Zusammenarbeit vorstellen könne, da die Schüler/innen ein durchweg positives Feedback auf die Veranstaltung gegeben haben. Da das Training auch den Trainern des RuhrDojo Essen viel Freude bereitet hat, wird derzeit darüber nachgedacht, ob man jährlich ein solches Selbstbehauptungstraining an der Schule etablieren kann. Beim nächsten Mal werden es dann bestimmt noch mehr Teilnehmer/innen werden, wenn die Schule und die Schüler/innen ordentlich die Werbetrommel rühren. Der erste Kontakt ist also hergestellt. Weitere Anfragen anderer Schulen liegen vor, was zeigt, dass sehr viel Potenzial für Karate im Schulsport vorhanden ist.

Ansprechpartnerin Schulsport

von Eva Mona Altmann

Für Fragen und Anliegen rund um das Thema Schulsport hat die KDNW-Schulsportbeauftragte Kerstin Wiek ein offenes Ohr.

Email: k.wiek@kdnw.de Tel.: 02237/561756

Kerstin Wiek ist die KDNW-Schulsportbeauftragte.

Foto: Altmann

Einladung

Zum DKV-Schulsportsymposium

Für Lehrer/innen + Trainer/innen:

21. DKV - Schulsportsymposium

vom 10. - 11.5.2014 in Hennef/NRW

Die einzige bundesweite Fortbildungsveranstaltung für Schulkarate im Jahr 2014 mit den Schwerpunkten:

Kleine kämpferische Aufwärmspiele, Probleme im Unterricht – Fallbesprechungen anhand von Videosequenzen, das Lern- und Erfahrungsfeld „Kämpfen", DKV-Sound-Karate

Veranstalter	Deutscher Karate Verband e.V., Schulsportreferat Am Wiesenbusch 15, 45966 Gladbeck, Tel. 02043/2988-30, Fax 02043/2988-91
Leitung	Alexander Hartmann, DKV Schulsportreferent, Gymnasiallehrer
Referentin:	Dr. Heidi Hartmann, Gymnasiallehrerin
Teilnehmer	Lehrer/innen, Trainer/innen, ÜL/innen, die Karate an einer Schule unterrichten (wollen), Schulsportreferenten/innen der LV, deren Vertreter, alle sonstig Interessierten
Teilnehmerzahl	20 Personen, in Reihenfolge der Anmeldung
Ort	Sportschule Hennef, Sövener Straße 60, 53773 Hennef, Tel. 02242/999-0
Termin	Samstag, 10.5.2014, 9.00 Uhr, bis Sonntag, 11.5.2014, 13.00 Uhr
Themenbereiche	- Informationen + Erfahrungsaustausch, rechtliche Vorgaben für Schulkarate - Neues vom Karate-Do / Sound-Karate für die Schule - Workshop für „Alte Hasen" - **Schwerpunktthemen** (geplant): **1. Kleine kämpferische Aufwärmspiele** **2. Das Lern- und Erfahrungsfeld „Kämpfen"** **3. Probleme im Unterricht - Fallbesprechung anhand von Videosequenzen** **4. Elemente des DKV-Sound-Karate** **5 Übungsreihen zum Kihon-Training**
Übernachtungs-kosten	**140 €** für Übernachtung im Doppelzimmer und Vollverpflegung **von Fr.-So.** **170 €** für Übernachtung im Einzelzimmer und Vollverpflegung **von Fr.-So** **82 €** für Übernachtung im Doppelzimmer und Vollverpflegung **von Sa.-So.** **97 €** für Übernachtung im Einzelzimmer und Vollverpflegung **von Sa.-So.** Sämtliche Getränke und zusätzlichen Speisen in der Sportschule müssen von jedem selber bezahlt werden. Nach Eingang der Anmeldebestätigung Einzahlung des Betrages auf das DKV-Konto 4024022, BLZ 42070024, Deutsche Bank Gladbeck, Stichwort „Schulsport-Symposium 2014 **Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Übernachtungswünsche angeben.**
Mitbringen	DKV-Ausweis (gültige Sichtmarke), Karate-Gi, Schreibzeug, persönliche Ausrüstung
ÜL-Lizenz	Der Lehrgang kann mit 15 UE zur Lizenzverlängerung anerkannt weden.
Anmeldung	**Die verbindliche schriftliche Anmeldung ist bis zum 11.3.2014** an Frau Eltze / DKV-Geschäftsstelle (Heinke.Eltze@karate.de) zu richten. Absagen müssen schriftlich spätestens 6 Wochen vor Beginn des Symposiums erfolgen, sonst behält sich der DKV eine Ausfallgebühr in Höhe der gebuchten Übernachtungen vor. Stellvertreter können entsandt werden. Alle angemeldeten Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebestätigung sowie das Programm.
Haftung	Veranstalter und Leiter übernehmen keine Haftung

KDNW-Ausbildung *Anmeldungen über das Seminarmodul online.*

05.04.	Dananwärter-LG	Kempen
11.-13.04.	Trainer-C Breitensport I,2	Hachen
10.05.	Prüfer-LG Wado-Ryu	Düsseldorf
11.05.	Prüfer-LG Goju-Ryu	Wettringen
23.-30.05.	Trainer-C Breitensport I,3	Hachen
28.05.-01.06.	Trainerassistent	Hachen
20.-22.06.	Erlebnisfreizeit Vater-Kind	Hachen
05.-07.09.	Trainer-C Leistungssport I,1	Radevormwald
07.09.	Turniersport - aber wie? II	Kempen
21.09.	Dananwärter-LG	Köln
02.-05.10.	Trainer-C Leistungssport I,2	Hachen
05.10.	Prüfer-LG Goju-Ryu	Rheine
18.10.	Turniersport - aber wie? III	Kempen
25.10.	Prüfer-LG Shotokan	Bochum
26.10.	Prüfer-Ausbildung Shotokan	Bochum
14.-16.11.	FoBi Karate und Meditation	Radevormwald
29.11.	Prüfer-LG Wado-Ryu	Düsseldorf
07.12.	Prüfer-Ausbildung Shotokan	Bochum

Wettkampftermine

KDNW-WETTKAMPFTERMINE

05.04.	BZM Westfalen	Wettringen
10.05.	LM Jugend, Junioren	Hattingen
17.05.	LM Kinder, Schüler, Masterclass	Düren
06.09.	Fair-Play-Pokal	Köln

PRIVAT-TURNIERE IM KDNW

20.09.	Budokan-Cup	Bochum

NATIONAL & INTERNATIONAL

04.-06.04.	Rhein-Shai	Mayen (Rheinland-Pfalz)
12.04.	Westerwald-Cup	Puderbach (Rheinland-Pfalz)
26.04.	Krokoyama-Cup	Koblenz (Rheinland-Pfalz)
02.-04.05.	EM Senioren	Tampere (Finnland)
24.05.	GKD-Cup	Eppingen (Baden-Württemb.)
07.-08.06.	EM der Regionen	Izmir (Türkei)
14.06.	Neko-Cup	Hanau (Hessen)
28.-29.06.	DM Jugend, Jun., Schüler	Erfurt (Thüringen)
13.09.	DM Masterclass	Kaiserslautern (Rheinland-Pf.)
11.-14.09.	EGKF-Cup	Odessa (Ukraine)
27.-28.09.	German Open	Hanau (Hessen)
11.10.	Shotokan-Cup	Mendig (Rheinland-Pfalz)
05.-09.11.	WM Senioren	Bremen

KDNW-Stilrichtungslehrgänge

SHOTOKAN

18.05.	SV aus der Kata	Henkel	Essen
30.08.	Kumite De-Ai	Krause	Lemgo
13.09.	Dan-Vorbereitung	Altinova	Köln
12.10.	Gojushiho-Sho	Karras	Bonn

GOJU-RYU

06.04.	Dan-Vorbereitung	Winkler	Kamen
27.04.	Kata, Bunkai,SV	Lehmann,Beuerl.	Bergkamen
29.06.	Karate f. Senioren	Nöpel	Kamen
21.09.	Bunkai	Beeking	Rheine
04.10.	Jukuren	Nöpel	Waltrop
15.11.	Kata entdecken	Nöpel, Beuerlein	Bergkamen

Dan-Prüfungen im KDNW

Zulassung und Anmeldung über den DKV.

SHOTOKAN

05.04.	Milner, Rebmann	Viersen
13.04.	Tönnis, Krause	Kempen
10.05.	Mansouri, Hartl	Mönchenglab.
10.05.	Karamitsos, Karras	Köln
08.06.	Karras, Weichert	Bonn
21.06.	Kilic, Altinova	Bergisch-Gladb.
28.06.	Katteluhn, Fröschke	Geldern
30.08.	Katteluhn, Mansouri	St. Augustin
06.09.	Katteluhn, Kritzler	Dortmund
14.09.	Karras, Berscheid	Bergisch-Gladb.
15.11.	Milner, Krause	Bünde
22.11.	Milner, Ratschke	Dortmund
30.11.	Milner, Herbst	Bochum
06.12.	Karamtisos, Karras	Bonn

GOJU-RYU

27.04.	Heckhuis, Woltering, Niemann	St. Arnold
31.05.	Nöpel, Heckhuis, Beeking	Kamen
29.06.	Heckhuis, Nehm, n.n.	Dortmund
30.08.	Nöpel, Woltering, Jordan	Langenfeld
29.11.	Nöpel, Beeking, Kipke-Osterbrink	Rheine
30.11.	Nöpel, H.Keßling, Krämer	Neuss
06.12.	Portugall, E.Keßling, Winkler	Bochum

SOK

14.06.	Binder, Wedewardt	Gelsenkirchen
14.06.	Keles, Özdemir	Köln
15.06.	Kerschek, Keller	Dorsten
28.06.	Reichelt, Weß-Wesner	Detmold
30.08.	Hoffmann, Keles, Prediger	Siegburg
05.10.	Krause, Hüging	Neuekirchen
15.11.	Mrotzek, Lohe, Keller	Bottrop
06.12.	Laszczyk, Volkmann	Minden/Hille
13.12.	Binder, Wedewardt, Tolo	Neuss

SHOTO-RYU

07.12.	Trapski, Peisert	Essen

KOSHINKAN

27.09.	Wecks, Witte, Aksünger, Kuhlmann	Oberhausen

YOSHUKAI

03.05.	O. Rumann, J. Rumann	Dortmund

Jugend-Karatefreizeit beach & fun

11.-19.07. Costa Brava (Spanien)

Anmeldung über die Geschäftsstelle.

Verbandstag und Jugendverbandstag

06.04. Duisburg

KDNW-Kara-Games No. 4

14.06. Gelsenkirchen-Buer

Kaderlisten 2014

Kumite Junioren, Senioren

von Landestrainer Thomas Prediger

Juniorinnen

Shara Hubrich (TV Borgeln)
Ilayda Kömürcü (BSC Oberhausen)
Ezgi Kaya (USC Duisburg)
Sevil Demir (Rhein Berg Karate)
Sandra Wiegers (Chikai Wettringen)
Ebru Akpinar (Hara Köln)
Dilara Cihan (1.KC Bergisch Gladbach)
Ebru Baydemir (Kaiten Hamm)
Sahra Maier (USC Duisburg)
Jacqueline Schweichert (Mushin Halle)
Anna Tucanova (Oberberg Karate)
Özlem Kilic (1. KC Bergisch Gladbach)
Anna Grothe SC Taisho Siegburg

Junioren

Julian Vering (USC Duisburg)
Artur Kesner (KC Sennestadt)
Andreas Schewtschenko (Oberberg Karate)
Arnold Bol (SC Taisho Siegburg)
Emre Varli (Budokan Bochum)
Kristian Dick (Mushin Halle)
Mahir Dogus Maras (KC Sennestadt)
Janosh Grothe (SC Taisho Siegburg)
Philipp Tepel (Budokan Bochum)
Lukas Brenner (BSC Oberhausen)
Amrit Kahlon (Ruhr Dojo Essen)
Cem Mustafa (Oberberg Karate)
Lukas Sobel (Taiko Dojo Oberhausen)
Patrick Frank (SC Grün- Weiß Paderborn)
Erik Klimov (SC Grün-Weiß Paderborn)
Pascal Conrady (Rhein Berg Karate)
Sinan Güler (Taiko Dojo Oberhausen)
Alexander Bäcker (JC Borken)
Ogulcan Dogan (1. KC Bergisch Gladbach)
Marian Dreier (USC Duisburg)
Marcel Tillmann (Taiko Dojo Oberhausen)
Ewald Klan (Oberberg Karate)
Maximilian Bauer (Taiko Dojo Oberhausen)

Seniorinnen

Suzan Yilmaz (Rhein Berg Karate)
Damla Dogan (1.KC Bergisch Gladbach)
Alina Underberg (Taiko Dojo Oberhausen)
Aneet Kahlon (RuhrDojo Essen)
Finja Wehmeier (Mushin Halle)
Juliane Turzynski (SC Taisho)
Kerstin Serowy (Mushin Halle)
Katharina Kemmet (Oberberg Karate)
Yasmin Ruh (Taiko Dojo Oberhausen)
Kristina Sidlovski (1. KC Bergisch Gladb.)
Mandy Baczyk (Karate Dojo Kempen)

Senioren

Thomas Stückel (SC Taisho)
Karsten Bettinger (Kanazawa Mönchengl.)
Denis Laschitzky (Oberberg Karate)
Marvin Underberg (TaikoDojo Oberhausen)
Markus Depner (Rhein Berg Karate)
Kadircan Kaya (USC Duisburg)
Sergej Mezich (Budokan Bochum)
Ilias El Azzouzi (Kaiten Hamm)
Vadim Becker (SC Taisho)
Nils Wienke (Mushin Halle)
Fabian Sobel (Taiko Dojo Oberhausen)
Heinrich Sebastian (Paderborn)
Dennis Dreimann (Dojo Lemgo-Lippe)
Alexander Heimann (Rhein Berg Karate)
Artur Hanser (Budokan Bochum)
Nikoloz Tsurtsumia (Oberberg Karate)

Kata

von den Landestrainern Seoung-Sook Park, Tim Milner, Ludger Niemann

Top-Kader Schüler

Tamina Schmidt (KC Bushido Bonn)
Rabea Stang (Kaiten Bedburg-Hau)

Top-Kader Jugend

Natalia Kerlin (KarateAkademie Bielefeld)
Laura Dreyer (TuS St. Arnold)
Umay Demirkan (KarateAkademie Bielef.)
Yannick Drescher (KarateZanshin Berg.Gl.)

Top-Kader Junioren

Roman Lux (Satori Hilden)
Marvin Finchel (Kensho Neukirch.-Vluyn)

Top-Kader Senioren

Lucas Maurer (TuS St. Arnold)
Olivia Kittel (Kensho Neukirchen-Vluyn)
Felix Leicher (Kensho Neukirchen-Vluyn)

Leistungskader Schüler

Dennis Troubilenko (Budokan Bochum)
Andreina Knoke (Karate-Akademie Bielef.)

Leistungskader Jugend

Ramon Arias (BSC Oberhausen)
Iori Czarnetzki (Sportzentrum Bochum)
Denis Lind (Karate-Akademie Bielefeld)

Leistungskader Junioren

Jannik Zahlten (Karate Club Sennestadt)
Hanna Körner (SC Taisho Siegburg)
Carlotta Hackert (Budokan Bochum)
Lukas Tann (TV Jahn Rheine)
Samantha Wittek (PSV Bochum)
Artur Oberovski (TuS St. Arnold)

Leistungskader Senioren

Jessica Röhrig (Karate Dojo Kempen)
Denise Rotterwert (TuS St. Arnold)
Julian Wieser (Karate Dojo Kempen)
Svenja Kaczorowski (Budokan Bochum)
Veronika Kirchhof (Kensho Neuk.-Vluyn)
Swetlana Wall (SC Grün-Weiß Paderborn)

Beobachtungskader Schüler

Angelika Pankratov (Karateverein Emsdett.)
Hannah Beutling (BSC Oberhausen)
Natalie Jürgensmann (KC Sennestadt)
Pascal Miller (PSV Hattingen)
Saliha Maras (Karate-Akademie Bielefeld)
Lena Reichard (Karate Club Bushido Bonn)
Tristan Terhaag (Karate Dojo Kempen)
Roma Herari (PSV Hattingen)

Beobachtungskader Jugend

Tobias Schmitz (Rhein-Berg-Karate)
Felix Brandt (KC Sennestadt)
Alex Kirov (Budokan Bochum)
Miriam Wall (SC Grün-Weiß Paderborn)

Beobachtungskader Junioren

Celina Feemer (BSC Oberhausen)
Jana Freund (Budokan Bochum)
Fabian Kammholz (Kensho Neuk.-Vluyn)
Anna Knoke (Karate-Akademie Bielefeld)

Beobachtungskader Senioren

Florian Schuhmann (PSV Bochum)
Christian Brühl (PSV Bochum)
Vanessa Schlegel Vanessa (TuS St. Arnold)

Die Kaderlisten Kumite Kinder, Schüler, Jugend (Susanne Nitschmann) wurden bereits in der Karate Aktuell 1/2014 abgedruckt!

22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

Karate-WM 2014 in Deutschland

Der Countdown läuft!

von Eva Mona Altmann

Die Uhr tickt!

Inzwischen sind es nur noch etwa sieben Monate, also rund ein halbes Jahr, bis sich die internationale Crème de la Crème des Karate in Bremen trifft, um die WM-Titel untereinander auszukämpfen.

Zudem gibt es eine Weltneuheit: Die erste WM für Karateka mit Behinderung, integriert in die Meisterschaft.

Aus allen Himmelsrichtungen des Globus werden die Karateka und Karate-Begeisterten nach Deutschland kommen, um an diesem Event der Extraklasse teilzuhaben.

Im Vorfeld der Wettkämpfe findet der Millenniumslehrgang (01.–03.11.) mit 80 hochkarätigen Trainern/innen aus der ganzen Welt statt. Anschließend können die Teilnehmer/innen in unvergesslichem Rahmen ihre nächste Kyu- oder Dan-Prüfung ablegen (04.11.).

Tickets für die WM (05.–09.11.) können in Kombination mit den Tickets für den Millenniumslehrgang oder natürlich unabhängig davon erworben werden. Folgende Kategorien sind bereits ausverkauft: Premium Ränge und Premium Innenraum am Samstag (08.11.) und Sonntag (09.11.) sowie Kategorie 1 am Samstag (08.11.). Geplant ist auch ein Public Viewing. Den krönenden Abschluss der WM bildet die Champions Night, ein Riesen-Party, für die es ebenfalls Karten zu kaufen gibt.

Frewillige, die lieber aktiv an der Durchführung der WM mitwirken wollen, können sich nach wie vor beim WM-Büro

Foto: Philipp

bewerben, wenn sie mindestens fünf Tage Zeit mitbringen.

Wer schon Karten oder eine Zusage für den Volunteer-Einsatz hat, sollte sich alsbald um eine Unterkunft bemühen, denn die Nachfrage ist groß. Auch hierbei steht das WM-Büro allen mit Rat und Tat zur Seite.

Seit der DKV zuletzt eine Karate-WM in Deutschland ausrichten durfte, sind 14 Jahre vergangen (2000 in München). Die Weltmeisterschaften in Bremen werden also spannungsvoll erwartet. Kein hiesiger Karateka sollte sich das entgehen lassen – die Vorfreude wächst bei allen mit jedem Tag!

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

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

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

Kleine Regelkunde – Teil I: Allgemeines &

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

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

von Eva Mona Altmann und Uwe Portugall

Unsere zweiteilige Serie „Kleine Regelkunde“ soll anlässlich der im November 2014 in Deutschland stattfindenden WM etwas Licht ins Du Kumite vermitteln.

Foto: Schaub

Allgemeines

Disziplinen

Es gibt zwei Wettkampfdisziplinen: Kata (Kampf gegen imaginäre Gegner) und Kumite (Freikampf). In diesen gibt es wiederum Einzel- und Team-Wettbewerbe, getrennt nach Geschlecht. Es gibt Alters- und im Kumite auch Gewichtsklassen.

Modus

Die Wettkämpfe werden in beiden Disziplinen im K.O.-System mit Trostrunde ausgetragen. Das heißt, es treten immer zwei Wettkämpfer bzw. Teams gegeneinander an und in jeder Runde scheidet die Hälfte von ihnen aus (Freilose werden hier mitgezählt).

Trostrunde

Diejenigen, die gegen die im Folgenden ermittelten Finalisten ausgeschieden sind, kämpfen in der Trostrunde um den dritten Platz bzw. die beiden dritten Plätze.

Aka und Ao

Ein Wettkämpfer bzw. Team trägt den roten Gürtel (jap. Aka), der/das andere den blauen Gürtel (jap. Ao). Der Graduierung entsprechende Gürtel werden im Wettkampf nicht getragen. Die Kampfrichter haben entsprechend je eine rote und eine blaue Flagge, um den Sieger (Kata) bzw. Wertungen und Strafen (Kumite) anzuzeigen.

Kleiderordnung

Die offizielle Kleidung für Wettkämpfer, Coaches und Kampfrichter ist im Regelwerk ganz genau festgehalten und kann bei Bedarf dort nachgelesen werden. Wettkämpfer, sich nicht an die Kleiderordnung halten, haben eine Minute Zeit, dies zu ändern und werden ansonsten disqualifiziert.

Kata-Wettkampfregeln

Ablauf:

Die zwei aufgerufenen Wettkämpfer stellen sich mit Blick zum Hauptkampfrichter am Rand der Kampffläche auf. Vom Hauptkampfrichter aus gesehen, steht Aka rechts und Ao links. Beide verbeugen sich vor dem Kampfgericht und dann voreinander. Aka geht auf die Kampffläche, sagt die Kata an, führt sie aus und kehrt dann auf die Ausgangsposition am Mattenrand zurück. In gleicher Weise folgt der Vortrag von Ao. Anschließend pfeift der Hauptkampfrichter zweimal und alle fünf Kampfrichter geben ihre Stimme entweder für Aka oder für Ao ab (kein Unentschieden möglich). Nach einem weiteren Pfiff senken sie die Flaggen und die beiden Kontrahenten verbeugen sich zueinander und dann zum Kampfgericht. Wenn Unregelmäßigkeiten oder ein Regelverstoß auftreten, kann der Hauptkampfrichter seine Kollegen auch für die Urteilsfindung zu sich rufen.

Kata

Es darf jede traditionelle Kata gezeigt werden (keine Waffen-Kata/Kobudo). Variationen der Schule des Wettkämpfers sind dabei gestattet. Jede Kata darf nur einmal gezeigt werden.

Team-Wettkämpfe

Ein Team besteht aus drei Personen. Sie müssen sowohl Kompetenz in allen Aspekten der Kata-Darbietung zeigen als auch Synchronisation. Sie müssen den Vortrag mit Blick zum Hauptkampfrichter beginnen und beenden. Im Finale sowie im Kampf um den dritten Platz zeigen die Teams nach dem Kata-Vortrag noch die dazugehörige Bunkai. Für beides zusammen haben sie sechs Minuten Zeit. Der Countdown startet bei der Verbeugung beim Betreten der Matte und wird gestoppt bei der Verbeugung nach der

& Kata

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

nkel bringen und Karateka aller Couleur sowie interessierten Laien die wichtigsten Basics der aktuell geltenden Wettkampfregeln Kata und

Bunkai. Vergisst ein Team die Verbeugung nach der Darbietung oder überschreitet die sechs Minuten, wird es disqualifiziert.

Bewertungskriterien

Kata ist weder ein Tanz noch eine Theatervorführung. Die traditionellen Werte und Prinzipien müssen beachtet werden. Sie muss realistisch Kampf darstellen und Konzentration, Kraft sowie mögliche Wirksamkeit der Techniken zeigen. Sie muss Stärke, Kraft und Geschwindigkeit zeigen – ebenso wie Anmut, Rhythmus und Balance.

Bei der Beurteilung gibt es vier Hauptkriterien, denen gleich viel Bedeutung beizumessen ist:

1. Konformität (mit der Form selbst und den Standards der jeweiligen Schule, in der Team-Bunkai: Anwendung der tatsächlich in der Kata ausgeführten Bewegungen)
2. Technische Ausführung (Stände, Techniken, Bewegungsübergänge, Timing/Synchronisation, Kime, korrekte Atmung/in der Team-Bunkai: Kontrolle)
3. Athletische Ausführung (Kraft, Schnelligkeit, Balance, Rhythmus/in der Team-Bunkai: Timing)
4. Technischer Schwierigkeitsgrad (der Kata, bei der Bunkai: der ausgeführten Techniken)

Im Team-Wettbewerb ist der Bunkai ebenso viel Bedeutung beizumessen wie der Kata selbst.

Disqualifikation

Zur Disqualifikation kreuzt der Hauptkampfrichter die Flaggen und führt sie wieder auseinander. In der Disziplin Kata gibt es sechs mögliche Gründe für eine Disqualifikation:

1. Darbietung der falschen Kata oder Ansage der falschen Kata
2. Eine deutlich Pause oder Unterbrechung in der Kata-Darbietung für einige Sekunden
3. Beeinträchtigung der Kampfrichtertätigkeit (z.B. wenn der Kampfrichter aus Sicherheitsgründen ausweichen muss oder Körperkontakt mit einem Kampfrichter)
4. Herunterfallen des Gürtels während der Kata-Darbietung.
5. Überschreitung der Gesamtzeit von sechs Minuten für Kata und Bunkai
6. Missachten der Anweisungen der Hauptkampfrichters oder anderes Fehlverhalten

Fouls

Darüber hinaus gibt es sechs Fouls, die die Kampfrichter bei der Bewertung der Kata zu berücksichtigen haben:

1. Geringfügiger Gleichgewichtsverlust
2. Falsche oder unvollständige Ausführung einer Bewegung (die Verbeugung zählt hier zu den Bewegungen der Kata), z.B. unvollständige Ausführungen eines Blocks oder am Ziel vorbeischlagen
3. Asynchrone Bewegung, z.B. Abschluss einer Technik, bevor die Körperbewegung abgeschlossen ist oder im Team das Fehlen von Synchronisation bei einer Bewegung
4. Verwendung akustischer Signale (durch eine andere Person, andere Teammitglieder eingeschlossen) oder theatralischer Elemente, wie z.B. Aufstampfen, Schlagen gegen die Brust, die Arme oder den Karate-Gi sowie unangemessene Atmung
5. Zeitverschwenden, einschließlich ausgedehntes Einmarschieren, übertriebene Verbeugungen oder ausgedehnte Pausen vor Beginn der Darbietung
6. Verursachen von Verletzungen durch mangelnde Kontrolle bei der Bunkai

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

Fortsetzung in der nächsten Ausgabe: „Kleine Regelkunde – Teil II: Kumite"

Foto: Altmann

Alexander Heimann

Kumite Einzel Herren -60 kg

...am Start bei der 22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

„Karate ist mein Leben.“

VIDEO ONLINE!

Interview mit Alexander Heimann

Interview Eva Mona Altmann

Alex, du gehst bei der WM im November in Bremen für Deutschland an den Start. Erstmal herzlichen Glückwunsch zur Nominierung!
Danke.

In welcher Disziplin startest du?
Ich starte im Kumite, das heißt im Freikampf, in der Klasse bis 60 kg.

Ist es ein besonderes Gefühl, dass die WM in Deutschland stattfindet?
Das ist natürlich etwas Besonderes. Es werden viele Freunde und Bekannte kommen und zuschauen. Ich bin dann dort kein Unbekannter, die Stimmung wird riesig sein. Man hat das ja bei der WM in Paris gesehen, immer wenn Franzosen gestartet sind. Die WM im eigenen Land, das ist für jeden Karateka das Größte.

Stichwort „Heimvorteil“?
Na das hoffe ich doch! Wir werden sehen *(lacht)*!

Was ist dein Ziel für die WM?
Ganz klar: Ich will Weltmeister werden! Ohne Frage! Ich fahre, denke ich, als Medaillenfavorit dorthin und versuche natürlich, mein Bestes zu geben. Ich will gewinnen – mit dieser Einstellung gehe ich jeden Wettkampf an, egal ob DM, EM oder WM. Alles andere wäre bei einem Leistungssportler auch fehl am Platz.

Wie gestaltet sich deine WM-Vorbereitung?
Im Moment bin ich in den Grundlagen tätig. Ich habe mir für dieses Jahr einen eigenen Personal-Trainer genommen, um wirklich optimal auf die WM vorbereitet zu sein. Dann bin ich zweimal die Woche bei meinem Heimtrainer Thomas und mache für mich noch drei Einheiten und absolviere, je nachdem, auch noch Konditionseinheiten. Das variiert wöchentlich. Nach den Grundlagen geht es demnächst an die Maximalkraft und die Schnellkraft.

Wir sind hier im Rhein Berg Karate Bergisch-Gladbach, den du gemeinsam mit deinem Vater Georg führst – was kannst du uns über deinen Verein erzählen?
Uns gibt es jetzt seit vier Jahren, wir sind also noch ein ganz frischer, ein ganz junger Verein. Von der Leistungsdichte her sind wir aber schon sehr erfolgreich. Das sieht man auch im Training. Da sind viele kleine hochmotivierte Karate-Kids, die richtig Gas geben. Wir sind alle, egal ob Trainer oder Athlet, mit dem Herz dabei, das zeichnet uns als Verein aus. Und ich hoffe, dass das noch ganz, ganz lange so bleibt.

Viel Erfolg dabei! Ihr habt ja kürzlich auch die LM der Leistungsklasse erfolgreich ausgerichtet und plant weitere Meisterschaften, daneben noch dein eigenes Training, die Vereinsarbeit – alles in allem, wieviel Zeit widmest du pro Woche dem Karate, kannst du das beziffern?
Puh *(überlegt)*. Mindestens 30 oder 40 Stunden pro Woche! Natürlich habe ich noch, nennen wir es „am Morgen“, meinen normalen Job und von da aus geht es dann ohne Pause weiter ins Dojo. Ich habe allerdings das große Glück, dass mein Vater mein Arbeitgeber ist, das ermöglicht mir gewisse Freiheiten. So kann ich das hier leben. Der Verein, das Karate, das ist mein Leben. Das ist das, was ich tagtäglich mache, was ich lebe, 30 bis 40 Stunden pro Woche.

Hast du daneben noch Hobbies? Was ist dein Ausgleich?
Zum Ausgleich mache ich anderen Sport. Ich spiele gerne Fußball, mache überhaupt gerne Ballsportarten. Aber ich gehe auch gerne mit Freunden ins Kino oder unternehme etwas mit meiner Freundin oder – das darf man vielleicht gar nicht laut sagen mit 28 – ich spiele auch gerne PlayStation, zum Beispiel nach der Arbeit, um wieder runterzukommen. Ansonsten habe ich meinen Fokus aber in 2014 ganz straight auf der WM.

Wie lange machst du überhaupt schon Karate?
Seit 1994. Damals bin ich durch meinen Vater zum Karate gekommen. Wie wohl jedes Kind in dem Alter habe ich mich hingesetzt, zugeschaut, einfach mal mitgemacht und bin dann dabei geblieben. Das habe ich auch meinem Vater zu verdanken, denn es gibt schon Altersklassen, in denen man lieber etwas anderes machen möchte, man hat die erste Freundin, möchte dies und das machen – und mein Vater hat mir immer gesagt: Du kannst alles machen, aber nur davor oder danach. Und für diesen „Druck“ bin ich ihm ganz dankbar, denn sonst würde ich jetzt heute hier nicht sitzen.

Was waren bisher deine größten Erfolge als Athlet?
Mein allergrößter Erfolg bisher war im letzten Jahr bei der EM, da bin ich Vize-Europameister geworden. Da habe ich es endlich ins Finale geschafft. 2008, 2011 und 2012 bin ich ja Dritter geworden, immer haarscharf am Finale vorbei. Diesmal habe ich den Einzug geschafft und habe dort leider in den letzten Sekunden verloren – aber so kann es nun mal gehen. 2008 bei meiner ersten WM wurde ich Fünfter, das war auch ein sehr cooles Gefühl. Das war in Japan, im Budokan in Tokyo, das ist eine dreistöckige Turnhalle, das war super. Aber mein allergrößter Erfolg war wirklich EM-Silber, auch weil ich vorletztes Jahr sehr stark verletzt war – ich hatte einen Schädelbruch – und mir das gezeigt hat, dass man auch danach noch auf dieser Ebene wieder durchstarten kann. Das war das Größte für mich.

Du hattest dir dieser Verletzung ja im Wettkampf zugezogen. Hast du jemals daran gedacht, aufzuhören?
Nie *(schüttelt den Kopf)*! Nie, nie, nie... Zu keinem Zeitpunkt. Noch im Krankenbett mit meinem Kopfverband wollte ich am liebsten gleich wieder loslegen. Sechs Wochen später stand ich wieder im Training und habe nicht mehr an die Verletzung gedacht. Bei meinem ersten Wettkampf vier Monate später habe ich sogar einen Tritt abbekommen und das Gefühl war eigentlich das gleiche wie vorher.

Die Angst kämpft also nicht mit?
Überhaupt nicht. Komischerweise überhaupt gar nicht *(schüttelt den Kopf)*. Dafür bin ich sehr dankbar. Ich weiß nicht, warum das so ist, woher das kommt, aber ich sage mal „danke“ in die Richtung *(lacht)*.

Du bist wohl einfach ein Vollblut-Karateka.
Wahrscheinlich *(lacht)*.

Als Trainer bist du ja auch sehr aktiv und erfolgreich, man sieht deine Schützlinge überall und dich oft als Coach.

Foto: Grüner

Steckbrief

Name:
Alexander Heimann

Disziplin:
Kumite

Gewichtsklasse:
-60 kg

Größe:
171 cm

Geburtsdatum:
30. Oktober 1986

Karate seit:
1994

Spezialtechnik:
Schnelle Fäuste

Kampfstil:
Kämpfer mit Herz

Vorbilder:
Bundestrainer Thomas Nitschmann, Vater Georg Heimann

Motto:
„Ich gebe alles, um mein Ziel zu erreichen!“

Größte Erfolge bisher:
7 x Deutscher Meister, Vize-Europameister 2013, 3 x EM-Bronze (2008, 2011, 2012), Fünfter bei der WM (2008)

Foto links oben: Alex als Coach bei der DM Jugend & Junioren 2013. **(Foto: Wolbers)**
Die übrigen Fotos zeigen ihn als Trainer in seinem Dojo. **(Fotos: Altmann)**

Was sind da bisher die größten Erfolge?
Unser erster Deutsche Meister, Tobias Schmitz, in Coburg bei der Schüler-DM. Vizemeister haben wir auch. Sportlich sind es sicher die Titel. Die kann nach nur vier Jahren nicht jeder von sich behaupten. Für mich ist aber der größte Erfolg, dass die Kinder hier im Training sind und Spaß haben, dass sie dabei bleiben und mit Herz bei der Sache sind. Das ist das größte Glück für mich. Die Erfolge des Vereins sind aber nicht nur mein Verdienst, sondern auch der von Nika Tsurtsumia, der hier auch Trainer ist und einen ganz großen Anteil daran hat.

Welche Ziele hast du für die Zukunft noch im Karate?
In allererster Linie ist das natürlich die WM dieses Jahr *(grinst)*. Für mich persönlich als Athlet liegt darauf der Fokus und an alles andere denke ich erstmal gar nicht. Als Verein wollen wir natürlich noch wachsen. Ich möchte irgendwann davon leben, Karate zu machen. Wir wollen unseren Anbau hier fertigstellen und wenn der fertig ist, kommt bestimmt bald der nächste Traum... Wichtig ist für mich, davon leben zu können und dass ich noch viele, viele Erfolge mit meinen Athleten und für meine Athleten feiern kann.

Hast du Vorbilder im Karate oder allgemein?
Als Athlet habe ich kein konkretes Vorbild, da muss jeder seinen eigenen Stil finden. Als Mensch, als Trainer und doch schon auch als Athlet, ist mein Vorbild der Bundestrainer Thomas Nitschmann. Wenn mich einer zum Weltmeister machen kann, dann ist er das und niemand sonst. Sportlich war er sehr erfolgreich, das ist ein Anreiz für mich, mit ihm arbeiten zu dürfen. Das macht mich stolz. Auf der anderen Seite gibt es da noch meinen Vater, der mir als Vorbild fürs Leben gilt. Er hat es beruflich von ganz unten nach ganz oben geschafft und das möchte ich ihm nachmachen.

Karate ist…
…mein Leben.

Wie würdest du deinen Kampfstil beschreiben?
Ich bin ein aggressiver Kämpfer, weniger ein kühler Techniker, sondern mehr ein Kämpfer mit Herz. Meine Kämpfe gewinne ich mit Kampfgeist und Herz. Ich würde mich einfach als „Kämpfer“ beschreiben *(lacht)*.

Hast du eine Spezialtechnik?
Nicht wirklich. Überlaufe Gyakus mache ich sehr gerne. Überhaupt mache ich gerne Fausttechniken, um das mal zu verallgemeinern. Ich bin nicht so der Beintechniker, wobei mir schon ab und zu mal ein Ura-Mawashi „rausrutscht“ *(lacht)*, aber eher selten.

Möchtest du sonst noch etwas sagen?
Erstmal wünsche ich unserem Kader den größtmöglichen Erfolg, viel Spaß beim Training und dass wir als Team weiter so zusammenstehen. Danke an alle, die mich unterstützen, das ist ja klar. Auch an meinen Sponsor Tokaido bzw. Dax-Sports. Das war’s dann eigentlich.

Danke für das Gespräch!

Landesmeisterschaft Leistungsklasse

am 22. Februar 2014 in Bergisch Gladbach

von Eva Mona Altmann

Auch in diesem Jahr waren die Tickets zur Deutschen Meisterschaft wieder heiß umkämpft und so gab es am 22. Februar 2014 viele spannende Kata- und Kumite-Matches im Einzel und Team zu sehen. Die Wettbewerbe begannen morgens um 10.00 Uhr und dauerten bis in den frühen Abend an (ca. um 19.00 Uhr war Veranstaltungsende). Auf vier Matten wurden die Vorrunden ausgekämpft, die Finals fanden dann auf nur noch zwei Kampfflächen statt. KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn freute sich sehr über die gelungene Veranstaltung und sprach ein großes Dankeschön an den ausrichtenden Verein Rhein-Berg-Karate Bergisch Gladbach e.V. aus, dessen Team rund um Alex und Georg Heimann fantastische Arbeit leistete.

Fotogalerie auf der nächsten Seite >

Ergebnisse

DAMEN

Kata *15 TN*

1. Platz Olivia Kittel (Kensho Neukirchen-Vluyn)
2. Platz Veronika Kirchhof (Kensho Neukirchen-Vluyn)
3. Platz Denise Rottewert (TuS St Arnold)
4. Platz Vanessa Schlegel (TuS St Arnold)

-50 kg *3 TN*

1. Platz Suzan Yilmaz (Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach)
2. Platz Caroline Rusch (USC Duisburg)
3. Platz Julia Becker (USC Duisburg)

-55 kg *6 TN*

1. Platz Damla Dogan (1.KC Bergisch Gladbach)
2. Platz Ezgi Kaya (USC Duisburg)
3. Platz Sevil Demir (Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach)
4. Platz Ebru Baydemir (Kaiten Hamm)

-61 kg *9 TN*

1. Platz Alina Underberg (Taiko Dojo Oberhausen)
2. Platz Dilara Cihan (1.KC Bergisch Gladbach)
3. Platz Finja Wehmeier (KD Mushin Halle)
4. Platz Sandra Wiegers (Chikai KD Wettringen)

-68 kg *6 TN*

1. Platz Kerstin Serowy (KD Mushin Halle)
2. Platz Aneet Kahlon (RuhrDojo)
3. Platz Kristina Sidlovski (1.KC Bergisch Gladbach)
4. Platz Ellis Bassier (Karate Dojo Kempen)

+68 kg *5 TN*

1. Platz Yasmin Ruh (Hara Köln)
2. Platz Sarah Luther (Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach)
3. Platz Julie Kux (RuhrDojo)
4. Platz Irina Heinle (1.KC Bergisch Gladbach)

Kata-Team *2 TN*

1. Platz TuS St. Arnold (Rottewert, Feldkamp, Schlegel, Bodewig)
2. Platz PSV Hattingen/SZ Bochum (Fichtel, Hüntemann, Bottmer)

Kumite-Team *7 TN*

1. Platz Ruhr Dojo (Kux, Kahlon, Zurzinsky, Wiegers)
2. Platz 1. KC Bergisch-Gladb. (Dogan, Cihan, Sidlovski, Heinle)
3. Platz Rhein Berg Karate (Yilmaz, Luther, Ciesla, Demir, Höller)
4. Platz USC Duisburg (Berthele, Becker, Rusch, Kaya)

HERREN

Kata *15 TN*

1. Platz Lukas Maurer (TuS St Arnold)
2. Platz Julian Wieser (Karate Dojo Kempen)
3. Platz Felix Leicher (Kensho Neukirchen-Vluyn)
4. Platz Fabian Tocaj (Karate Dojo Kempen)

-60 kg *4 TN*

1. Platz Karsten Bettinger (Kanazawa Mönchengladbach)
2. Platz Thomas Stückel (SC Taisho)
3. Platz Andreas Schewtschenko (Oberberg Karate)
4. Platz Caner Baydemir (Kaiten Hamm)

-67 kg *17 TN*

1. Platz Denis Laschitzky (Oberberg Karate)
2. Platz Bernhardt Albert (Oberberg Karate)
3. Platz Mahir Maras (KC Sennestadt)
4. Platz Gökhan Öztürk (RuhrDojo)

-75 kg *13 TN*

1. Platz Dennis Dreimann (Dojo-Lemgo Lippe)
2. Platz Konstantin Sidlovski (1.KC Bergisch Gladbach)
3. Platz Kasim Zymeri (USC Duisburg)
4. Platz Viktor Streich (Oberberg Karate)

-84 kg *16 TN*

1. Platz James Holder (Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach)
2. Platz Philipp Tepel (Budokan Bochum)
3. Platz Ilias El Azzouzi (Kaiten Hamm)
4. Platz Sergej Mezich (Budokan Bochum)

+84 kg *16 TN*

1. Platz Vadim Becker (SC Taisho)
2. Platz Artur Hanser (Budokan Bochum)
3. Platz Fabian Sobel (Taiko Dojo Oberhausen)
4. Platz Amrit Kahlon (RuhrDojo)

Kata-Team *4 TN*

1. Platz KG Kempen-Hildn (Wieser, Tocaj, Lux)
2. Platz Bushido Bonn (Germic, Germic, Schmitz)
3. Platz PSV Hattingen/SZ Bochum (Fichtel, Schulz, Süzer)
4. Platz 1. JJJC Dortmund (Bascale, Barbato, Jarecki)

Kumite-Team *7 TN*

1. Platz Budokan Bochum (Naliwajko, Reyhani, Tepel, Hanser, Mezich)
2. Platz KG Hamm-Lemgo-Paderborn
3. Platz SC Taisho
4. Platz USC Duisburg (Maniotis, Benghomrani, Kaya, Zymeri, Ugur)

Fotos auf dieser Seite: Schaub

Fotos auf dieser Seite: Wolbers

Mehr Fotos online!

Europameisterschaft Jugend und Junioren

Freudentaumel im KDNW: EM-Gold für Shara Hubrich und Max Bauer!

von Eva Mona Altmann

Bei der Europameisterschaft Jugend und Junioren und dem U21-Europacup vom 7. bis zum 9. Februar 2014 in Lissabon (Portugal) sammelte das deutsche Team fünf Medaillen: Zwei goldene, eine silberne, zwei bronzene.

Wir im KDNW sind ganz besonders stolz darauf, dass beide Goldmedaillen nach NRW gehen: Die amtierende Weltmeisterin Shara Hubrich (Kumite Juniorinnen -48 kg) und Max Bauer (Kumite Jugend männlich -70 kg), WM-Dritter und EM-Titelverteidiger, waren in Portugal einfach nicht zu schlagen und standen ganz oben auf dem Treppchen! Herzlichen Glückwunsch zu dieser überragenden Leistung!

Shara Hubrich ging als amtierende Weltmeisterin natürlich als Favoritin an den Start – und sie konnte diesem Druck standhalten. Nach Vorrundensiegen über Kroatien und Portugal bezwang sie im Halbfinale die Schweiz. Aus der Finalbegegnung gegen Griechenland ging Shara schließlich als strahlende Siegerin hervor.

Max Bauer, der zuletzt bei der WM Bronze geholt hatte, gelang es, seinen EM-Titel souverän zu verteidigen. Nach Vorrundensiegen gegen Estland (8:0), Finnland (9:0) und Serbien (3:0), traf er im Halbfinale auf Israel (3:0). Im Finale stand er dem Dänen Jonas Friis-Pedersen gegenüber und machte es spannend – der Kampf endete unentschieden. Im Hantei (Kampfrichterentscheid) dann erst stand fest: Max Bauer ist alter und neuer Europameister!

Von elf mitgereisten Sportler/innen aus NRW konnten sich insgesamt fünf platzieren, zwei von ihnen ganz, ganz oben.

Außerdem erzielte Olivia Kittel (Kata Einzel U21 weiblich) den fünften Platz. Nach einem Freilos traf sie auf die Türkei und unterlag mit Kanku Sho leider der Annan ihrer Gegnerin mit 0:5. Da diese sich bis ins Finale durchsetzte, konnte Olivia in der Trostrunde antreten. Gegen die Slovakei (Nipaipo) siegte sie (Goju Shiho Dai) hier mit 4:1. Auch die Begegnung mit Portugal (Kururunfa) konnte sie (Goju Shiho Sho) mit 3:2 für sich entscheiden. Im so genannten kleinen Finale, dem Kampf um Bronze, musste sich Olivia (Unsu) dann Mazedonien (Annan) geschlagen geben. Somit blieb ein beachtlicher Platz 5 für Olivia Kittel.

Philipp Tepel (Kumite Junioren -76 kg) belegte den siebten und Marian Dreier (Kumite Jugend männlich -57 kg) den neunten Platz.

Zwar ohne Platzierung, aber mit neuer internationaler Erfahrung kehrten Julian Vering (Kumite Junioren-61 kg), Nils Tönnis (Kumite Jugend männlich -52 kg), Roman Lux (Kata Einzel Junioren), Denis Laschitzky (Kumite U21 männlich -68 kg), Artur Hanser (Kumite U21 männlich +78 kg) und Katharina Kemmet (Kumite U21 weiblich +60 kg) nach NRW zurück.

Neben unseren Startern/innen machten Bundestrainer Thomas Nitschmann, Weltkampfrichter Uwe Portugall sowie die mitgereisten Landes- und Heimtrainer, Fans, Freunde und Familienmitglieder die Delegation aus NRW für den Deutschen Karate Verband in Lissabon (Portugal) komplett.

EM-Gold für Max Bauer und Shara Hubrich aus NRW!

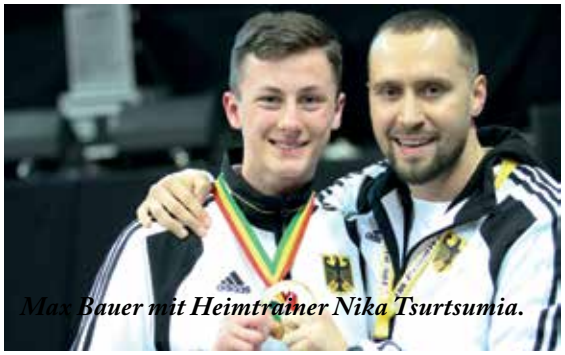
Alle Fotos auf dieser Doppelseite (EM): Grüner, DKV

& U21-Europacup

Shara Hubrich mit BT Thomas Nitschmann

Max Bauer holt sich einen Ippon.

Max Bauer bim Kampf


Max Bauer mit Heimtrainer Nika Tsurtsumia.

Shara Hubrich kontert mit Gyaku-Zuki

Uwe Portugall

Olivia Kittel

Philipp Tepel landet einen Mawashi-Geri Chudan.

Das deutsche Team

EM Jugend & Junioren, U21-Europacup aus NRW-Sicht:

GOLD
Shara Hubrich (Kumite Juniorinnen -48 kg)
Max Bauer (Kumite Jugend männlich -70 kg)

Darüber hinaus belegte den **fünften Platz**: Olivia Kittel (Kata Einzel U21 weiblich). **Siebter Platz**: Philipp Tepel (Kumite Junioren -76 kg). **Neunter Platz**: Marian Dreier (Kumite Jugend männlich -57 kg).

Das Fazit des Deutschen Karate Verbandes lautet: Zwei Mal Gold, ein Mal Silber, zwei Mal Bronze, zehn Mal fünfter Platz, zwei Mal siebter Platz, ein Mal neunter Platz und somit Rang sechs im Medaillenspiegel.

Bezirksmeisterschaft Arnsberg

Am 1. Februar fand die erste Bezirksmeisterschaft des KDNW im Jahr 2014 statt.

von Eva Mona Altmann

Die Kinder, Schüler/innen, Jugendlichen und Junioren/innen des Bezirkes Arnsberg kämpften die begehrten Titel untereinander aus. Die Wettbewerbe begannen pünktlich um 10.00 Uhr morgens und dauerten bis in den frühen Nachmittag (ca. 14.30 Uhr). Ausrichtender Verein war der GKD Dortmund e.V.

Fotos auf dieser Seite: Schaub

Mehr Fotos & Ergebnisse online!

Bezirksmeisterschaften Köln & Düsseldorf

am 15. März 2014 in Aachen

von Eva Mona Altmann

Auf sechs Tatami kämpften die Kinder, Schüler/innen, Jugendlichen und Junioren/innen um die begehrten Pokale und Medaillen. Ausrichter war der Shotokan Karateverein Aachen 05 e.V. um Dojoleiterin Rita Nagel. Chefkampfrichter war der stellvertretende Landeskampfrichterreferent Ralf Vogt. Das Turnier begann morgens um 10.00 Uhr und dauerte bis in den Nachmittag (ca. 16.00 Uhr).

Fotos auf dieser Seite: Gans

Mehr Fotos & Ergebnisse online!

Offene Landesmeisterschaften Rheinland-Pfalz

KDNW-Karateka setzen sich durch.

von Stefan Krause

Bei den offenen Landesmeisterschaften des rheinland-pfälzischen Karateverbandes, die in Otterbach bei Kaiserslautern ausgetragen wurden, konnten sich einige Sportler/innen aus Nordrhein-Westfalen in die Siegerlisten eintragen.

Umay Demirkan stand im RKV ganz oben auf dem Treppchen.

Im Kata-Shiai erreichten Yannick Drescher (Zanshin Bergisch-Gladbach) und Umay Demirkan (TuS Ost Bielefeld) im Gleichschritt gegen die starke Konkurrenz aus dem Südwesten das Finale. Beide zeigten überragende Kata-Vorträge.

Gleich in der ersten Runde waren bei den Mädchen mit Umay Demirkan und Miriam Wall (Grün-Weiß Paderborn) zwei Trainingskameradinnen aufeinander getrofffen. Da Umay bis ins Finale vorstoßen konnte, bekam Miriam noch die Chance, in den Kampf um die Bronzemedaille einzugreifen. In spannenden Durchgängen gewann Miriam alle ihre Trostrundenbegegnungen und sicherte sich schließlich mit einer starken Goju-Shiho-Dai den hochverdienten dritten Platz.

Danach starteten Yannick und Umay in ihren Finalbegegnungen. Beide traten mit der Kata Unsu an. Umay distanzierte die amtierende Deutsche Meisterin Louisa Winstel deutlich mit 5:0. Yannick gewann ebenfalls klar den Landesmeistertitel gegen seinen rheinland-pfälzischen Kontrahenten, der die Kata Annan präsentierte.

Im Kumite gab es ebenfalls einen Sieger aus Nordrhein-Westfalen. Martin Matheis vom Bushido Bonn erreichte in der Ü40-Klasse den ersten Platz.

Weitere dritte Plätze sicherten sich mit guten kämpferischen Leistungen Marius Thiele (Jugend -70 kg), Kevin Schäfer (Junioren -61 kg), Philipp Basti (Erwachsene -67 kg, alle drei vom SC Grün-Weiß Paderborn), sowie Ebru Akpinar (Juniorinnen -59 kg, Hara Köln), Bedros Gülbeyaz (Ü30, KD Zanchin Köln) und Jochen Krämer (Erwachsene -84 kg, Bushido Bonn).

Herzlichen Glückwunsch!

Shotokan-Schmiede

Trainingsgemeinschaft von Dan-Trägern grüßt das deutsche WM-Team.

Die Teilnehmer/innen der Shotokan-Schmiede (in Erinnerung an Franz Bork) beim Training am 23.02.2014 in Dierdorf (Rheinland-Pfalz) mit Millenniumstrainer Rainer Katteluhn (6. Dan, KDNW-Vizepräsident)

von Eva Mona Altmann

Die einst von Franz Bork initiierte Trainingsgemeinschaft für Dan-Träger/innen sowie engagierte Braun- und Blaugurte grüßt das DKV-Team zur WM 2014 in Bremen zusammen mit Millenniumstrainer Rainer Katteluhn (6. Dan, KDNW-Vizepräsident), der das monatliche Training in Erinnerung an Franz Bork leitet.

WWW.FACEBOOK.COM/SHOTOKANSCHMIEDE

Gewaltpräventionsprojekt

Der Hilchenbacher Karateverein Zanshin-Siegerland veranstaltete zusammen mit dem Verein „Hilfe für Mädchen in Not“ ein Gewaltpräventionsprojekt. Foto: Lütz

von Oliver Lütz

Die Klassen 4a und 4b an der Jung-Stilling Grundschule lernten im Rahmen einer Projektwoche alles zum Thema „Schutz vor sexuellem Missbrauch“. Die 57 Schüler und Schülerinnen trainierten jeweils zwölf Schulstunden in nach Geschlecht getrennten Gruppen. Auf dem Stundenplan standen „schöne und blöde Gefühle“, Körpersprache und Stimme, angenehme und unangenehme Berührungen, Neinsagen und „Nein“ akzeptieren, „blöde“ Geheimnisse, Hilfeholen und auch kindgerechte Selbstverteidigungsübungen.

Geleitet wurde der Kurs von Oliver Lütz, er ist Selbstverteidigungslehrer und Gewaltschutztrainer im DKV, und Maren Niemeyer, Sozialarbeiterin/-pädagogin von der Beratungsstelle „Hilfe für Mädchen in Not“.

Für die Zukunft soll die Zusammenarbeit des Karatevereins und der Beratungsstelle fortgeführt werden. Auch wird es im nächsten Schuljahr wieder ein Gewaltpräventionsprojekt an der Jung-Stillung Grundschule in Kreuztal geben.

WWW.ZANSHIN-SIEGERLAND.DE

Sportlerehrung

Bochumer Karateka werden von der Stadt geehrt.

Foto: Milner

von links: Jan Luca Schmeink, Bernd Milner, Edita Sejfijaj, Jacqueline Hagendorf und Emre Varli.

von Tim Milner

Für ihre herausragenden Erfolge in diesem Jahr wurden wieder einige Nachwuchsathleten des Bochumer Karatevereins Budokan in der VIP-Lounge des VFL Bochum geehrt.

Neben einem tollen Rahmenprogramm wiesen die Verantwortlichen darauf hin, dass der Nachwuchs die Zukunft des Sports sei und die Bochumer Sportvereine eine tolle Nachwuchsarbeit leisten, was die Erfolge des letzten Jahres belegen.

WWW.BUDOKAN-BOCHUM.DE

KARATE-DO DORMAGEN

Samstag, 17.05.2014 in Dormagen

Aoki Bio Energie - & Karate ist Tanz - Lehrgang

mit Manfred Henkel (7. Dan)
- Instructor Aoki Bio Energie

und Sandra Brenscheid (3. Dan)
- geprüfte Inhaberin Zertifikat Tanzmedizin tamed e.V.
- Mitglied im Referententeam des KDNW

Ort :	große Turnhalle des Norbert-Gymnasiums 41540 Dormagen - Knechtsteden
Veranstalter:	Karate-Do Dormagen e.V.
Zeiten:	10:00 Uhr - 11:30 Uhr Sandra 11:30 Uhr - 13:00 Uhr Manfred 14:00 Uhr - 15:30 Uhr Sandra 15:30 Uhr - 17:00 Uhr Manfred
Lehrgangs-gebühren:	15,- Euro (ab 15 Jahren) 10,- Euro (Kinder)
Hinweis:	eine eingeschränkte Auswahl an kleinen Speisen und Getränken werden vor Ort angeboten
Haftung:	Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung

Mit der Teilnahme erklärt sich der Teilnehmer mit der Veröffentlichung seiner Bild- und Videoaufnahme im Rahmen einer Berichterstattung einverstanden.

Weitere Informationen zum Lehrgang auf unserer Webseite

WWW.FACEBOOK.DE/KARATEDORMAGEN
WWW.KARATE-DO-DORMAGEN.DE

Lehrgang mit Manfred Rogalla

Eine Einladung des TV Jahn führte Manfred Rogalla am Samstag 8. März 2014 nach Rheine. Dort leitete er in der Kampfsporthalle Tokio des Sportparks einen Lehrgang zum Thema Kata-Bunkai. Manfred Rogalla ist ein Schüler des Großmeisters Fritz Nöpel, bei dem er 1974 in Dortmund mit dem Goju-Ryu Karate-Do begann.

von Frank Beeking

Er ist Träger des fünften Dan. Intensiv hat er sich durch den Besuch von Lehrgängen bei Meister Kisaki, Morio Hiagonna und anderen Goju-Ryu-Meistern in Japan, Okinawa und Europa mit den Goju-Ryu-Kata auseinandergesetzt und so sein eigenes Verständnis von der Analyse der Kata und der Verbindung von Kata und Selbstverteidigung entwickelt.

Am Beispiel der Kata Geksai zeigte er die Vielfältigkeit der Anwendungsmöglichkeiten und der in ihr enthaltenen Botschaften zu den Prinzipien des Goju-Ryu auf.

Anders als im sportlichen Freikampf, in dem es, vergleichbar mit dem Fechten, nicht auf Trefferwirkung, sondern auf die Erzielung von Punktwertungen über eine relativ lange Distanz ankommt, basieren die Goju-Ryu-Kata auf der Vorstellung realistischer Kampfsituationen in der Nahdistanz.

Manfred Rogalla legte in den Partnerübungen daher besonderen Wert darauf, dass die Teilnehmer/innen ihr Gespür für taktile Reize optimieren und die Kraft des Angreifers zu nutzen wissen.

Kurze Bewegungen, bei denen die Hände am Partner „kleben“ und so auch ohne Blickkontakt seine Absichten erkennen und die richtige Reaktion spontan finden lassen, wurden intensiv geübt.

Eindrucksvoll zeigte er auf, wie vielfältig die technischen Möglichkeiten des Ellenbogens sind und warum der Ellenbogen gleichzeitig stets die Vitalpunkte im Bereich des Oberkörpers schützen muss.

Mit großem Interesse nahmen die gut 20 Lehrgangsteilnehmer/innen seine Anregungen auf und nutzten die Gelegenheit, auch mit Manfred auszuprobieren, wie effektiv die Techniken der Kata Geksai in der Selbstverteidigung umzusetzen sind.

Die Karateka des TV Jahn freuten sich auch, dass mit Horst Espeloer (Schatzmeister) und Dr. Martina Lohmann (Frauenwartin) zwei Angehörige des GKD-Präsidiums den Weg nach Rheine gefunden hatten.

Horst Espeloer ist ein Pionier des Goju-Ryu in Deutschland. Er hatte Anfang der 70er-Jahre ein Jahr im Honbu-Dojo des Yuishinkan in Osaka trainiert und dort die Dan-Prüfung abgelegt. Heute ist er Träger des sechsten Dan.

Rund 20 Karateka kamen nach Rheine zum Lehrgang mit Manfred Rogalla.

Manfred Rogalla (5. Dan Goju-Ryu) demonstriert Bunkai.

Dr. Martina Lohmann ist A-Prüferin und trägt den fünften Dan.

Manfred bedankte sich anschließend für die aktive Mitarbeit aller Lehrgangsteilnehmer/innen und so war es für den Referenten und die Teilnehmer/innen ein gelungener Lehrgang.

Beim gemütlichen Ausklang in den Räumen des TV Jahn gab es dann neben einer verdienten Stärkung auch Gelegenheit (nicht nur) für intensive Fachgespräche.

WWW.TVJAHNRHEINE.DE/KARATE

Termine der Dojos

10. Mai 2014

Karate-Lehrgang mit Efthimios Karamitsos (Bundestrainer) in Köln

Training: 10.00 – 11.00 Uhr: 9. Kyu – 5. Kyu
11.30 – 13.00 Uhr: 4. Kyu – Dan
14.00 – 15.15 Uhr: 9. Kyu – 5. Kyu
15.30 – 16.45 Uhr: 4. Kyu – Dan

Prüfungen:
13.00 – 14.00 Uhr: bis einschl. 1. Kyu
ab 17.30 Uhr: Dan-Prüfungen bis einschl. 5. Dan

Gebühr: 20,00 Euro

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

Ort:
Turnhalle Heinrich-Heine-Gymnasium
Hardtgenbuscher Kirchweg 100, 51107 Köln

Hinweise:
Bitte zur Kyu-Prüfung bis 27.04.14 beim Veranstalter verbindlich anmelden! Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab. Ferner weisen wir darauf hin, dass während des Lehrganges Fotos und Videoaufnahmen gemacht werden.

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

10. Mai 2014

Shotokan-Karate-Lehrgang mit Schahrzad Mansouri (5. Dan) & Sigi Hartl (5. Dan) in Mönchengladbach (Neuwerk)

Training: 11.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 14.00 Uhr
15.00 – 16.00 Uhr
Jeweils in zwei Gruppen (9.–5. Kyu / 4. Kyu– Dan).
Inhalt: Unterrichtsmethodik beim Kata-Training.

Prüfungen:
Kyu-Prüfungen ab 14.00 Uhr
Dan-Prüfungen ab 16.00 Uhr

Gebühr: 20,00 Euro

Ausrichter:
Sho-Dai Karate Post Telekom Mönchengladbach e.V.

Ort:
Sporthalle Krahnendonk
Gatherskamp 75, 41066 Mönchengladbach (Neuwerk)

Hinweise:
Der Ausrichter übernimmt keine Haftung. Änderungen vorbehalten. Für Kyu-Prüfungen Marken und Urkunden bitte selbst mitbringen. Prüfungen nur nach TN am Lehrgang.

Info: Rainer Wenzel, Tel.: 02161/540797
Email: rainer@sho-dai.de

01. Juni 2014

Shotokan-Speziallehrgang Sochin mit Bernd Milner (8. Dan) & Wolfgang Henkel (6. Dan) in Bochum

Training: 11.00 – 12.00 Uhr: Sochin
12.15 – 13.30 Uhr: Sochin SV/Bunkai
14.00 – 15.00 Uhr: Sochin
15.15 – 16.20 Uhr: Sochin SV/Bunkai

Gebühr: 30,00 Euro

Ausrichter: Budokan Bochum e.V. / Ruhr Dojo e.V.

Ort:
Lohringhalle, Lohring 20, 44789 Bochum

Zielgruppe und Inhalte:
Die Kata-Einheiten vermitteln die korrekte shotokantypische Ausführung in Theorie und Praxis sowie Trainingshilfen und Methoden für Trainer und Teilnehmer. Die Bunkai wird unter Berücksichtigung von SV-Situationen vermittelt. Offen für alle Kyu- und Dan-Grade.

Voranmeldung: Per Email an
budokan-bochum@t-online.de
ruhrdojo@t-online.de

01. Juni 2014

Karate-SV-Basis-Lehrgang mit Ludwig Binder (6. Dan) & Christian Wedewardt (4. Dan) in Köln

Training:
10.00 Uhr: Begrüßung
10.15 Uhr: Distanzen & Deckung, Schlagblock, Greifen
11.45 Uhr: Pause
12.00 Uhr: Greifen & Klammern
13.30 Uhr: Pause
14.00 Uhr: Theorie & Info zu FAQ
14.30 Uhr: Kombinationen
16.00 Uhr: Ende
Bitte vorhandene Schützer mitbringen!

Kosten: 20,00 Euro **Teilnahme:** ab 14 Jahre

Ausrichter: 1. Kölner Karate Club Bushido 1961 e.V.
Der Ausrichter übernimmt keine Haftung.

Ort: Turnhalle Heinrich-Heine-Gymnasium
Hardtgenbuscher Kirchweg 100, 51107 Köln

Info: Tahir Servan, Tel.: 0160/90508586 (ab 16 Uhr)
Email: tahir.servan@bushido-koeln.de
Christian Wedewardt, Tel.: 0151/27572971
Email: info@karate-praxis.de

21. Juni 2014

Shotokan-Karate-Lehrgang mit Junior Lefevre (6. Dan) in Tönisvorst

Training:

9. – 6. Kyu:	10.00 – 11.00 Uhr:	Kihon
	12.30 – 13.30 Uhr:	Kata
	15.00 – 16.00 Uhr:	Kumite
5. Kyu – Dan:	11.00 – 12.00 Uhr:	Kihon
	13.30 – 14.30 Uhr:	Kata
	16.00 – 17.00 Uhr:	Kumite

Ab 18.00 Uhr After-Training-Party (bitte anmelden!).

Gebühr: 15,00 Euro bis 14 Jahre
20,00 Euro ab 15 Jahre

Ausrichter:
SKD Yorokobi St. Tönis

Ort:
Sporthalle Schulzentrum Corneliusfeld
Corneliusstr. 25, 47918 Tönisvorst

Hinweise:
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung. Änderungen vorbehalten.

Info: Georgos Roumeliotis, Tel.: 02151/743522
http://www.karate-toenisvorst.de

21. Juni 2014

4. Ruhrpott-Kata-Marathon in Bochum

Trainingszeiten:
9.00 – 18.00 Uhr
Ausschreibung mit Programm unter www.budokan-bochum.de und im Kalender auf www.kdnw.de.

Gebühr:

mit Voranmeldung:	15,00 Euro (bis 14 Jahre)
	20,00 Euro (Erwachsene)
	10,00 Euro (Kata-Kadermitgl.)
ohne Voranmeldung:	18,00 Euro (bis 14 Jahre)
	23,00 Euro (Erwachsene)

Ausrichter: Budokan Bochum e.V.

Ort: Lohringhalle, Lohring 20, 44789 Bochum

Hinweise:
Voranmeldung möglich bis 15.06.14. Bei Voranmeldung von 10 TN aus dem gleichen Verein gibt es eine Freikarte. Speisen und Getränke sind vor Ort erhältlich.

Info: Bernd Milner
Tel.: 0234/3387691 oder 02327/77879
Email: budokan-bochum@t-online.de

2014

Karate Unlimited mit Wolfgang Henkel (6. Dan) in Essen und Bochum

Termine:

05.04:	Abwehr bewaffneter Angriffe, 11.00 – 18.00 Uhr, Ort: Ruhrdojo, Hubertstr. 264, 45307 Essen
05.07:	Einführung/Vertiefung: Abwehr unbewaffneter Angriffe, Selbstbehauptung, Notwehrrecht, 11.00 – 18.00 Uhr, Ort: Ruhrdojo, Hubertstr. 264, 45307 Essen
29.11.:	SV in Discotheken-Atmosphäre mit Gasttrainer J. Kestner (6. Dan), 11.00 – 18.00 Uhr, Ort: Bismarck platz 1a, 44866 Bochum

Kosten: je 40,00 Euro

Teilnehmer/innen:
Für alle Karateka, die Karate auch als Selbstverteidigung ausüben wollen und ggf. in ihren Vereinen unterrichten möchten.

Sonstiges:
Für die Lizenzverlängerung der SVL-Lizenz und ÜL-Lizenz werden 8 LE angerechnet.

Anmeldung:
Wolfgang Henkel
Email: ruhrdojo@t-online.de
Tel.: 0177/8557799

30. August 2014

2. Rhein-Sieg-Kreis-Karate-Lehrgang mit Schahrzad Mansouri (5. Dan), Rainer Katteluhn (6. Dan) & Jörg Kopka (5. Dan)

Trainingszeiten:
9. – 5. Kyu:
10.00 – 11.15 Uhr & 13.30 – 14.45 Uhr: Kata & Bunkai bei Mansouri; 14.45 – 16.00 Uhr: Kumite bei Katteluhn; 11.15 – 12.30 Uhr: SV bei Kopka
4. Kyu – Dan:
11.15 – 12.30 Uhr & 14.45 – 16.00 Uhr: Kata & Bunkai bei Mansouri; 13.30 – 14.45 Uhr: Kumite bei Katteluhn; 10.00 – 11.15 Uhr: SV bei Kopka

Prüfungen:
12.30 – 13.30 Uhr: Kyu / ab 16.00 Uhr: Dan

Gebühr: 20,00 Euro / 15,00 Euro (bis 12 J.)

Ausrichter: Shotokan Karate Dojo Yujo e.V.

Ort: Schule am Rotter See
Kerschensteinerstr. 1, 53844 Troisdorf

Hinweise: Prüfungsmarken selbst mitbringen. Es werden Fotos und Videos gemacht. Haftung lehnt der Veranstalter ab.

Info: Email: info@dojo-yujo.de

Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen

Geschäftsstelle des KDNW

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

Geschäftsführendes Präsidium

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

Erweitertes Präsidium

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

Stilrichtungsreferenten

Goju-Kan	Kiyoshi Ogawa	Tel. (0211) 49 82 72 9
JKD Dentokai	Detlef Tolksdorf	taiko@hotmail.de
Kempo	Jens Wölke	Karate@vodafone.de
Koshinkan	Hans Wecks	Wecks@t-online.de
Shito-Ryu	Michael Stenke	m.stenke@helimail.de
Shoto-Ryu	Dr. René Peisert	ct.psv.karate@t-online.de
Stiloffenes Karate	Ludwig Binder	via Geschäftsstelle
Tang-Soo-Do	Ralf Seihler	Tel. (02 37 4) 91 46 71
Yoshukai	Otto Rumann	yoshukan.dortmund@arcor.de

Aktivensprecher/innen

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

Redaktion/ Layout Karate Aktuell

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

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

Bankverbindung:

Sparkasse Hamm IBAN DE02 4105 0095 0000 1585 35
BIC WELADED1HAM

Geschäftsstelle Deutscher Karate Verband

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

Impressum

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

Redaktion, Satz und Layout: Eva Mona Altmann

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

Auflage: 4000 Exemplare - Erscheinungsweise: 4 Ausgaben pro Jahr

Redakionsschluss: s. unten

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

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

Textautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Ludwig Binder, Hans-Martin Bröker, Klaus Fransbach, Sabine Gelsing, Barbara Höfer, Stefan Krause, Oliver Lütz, Friedhelm Meisen, Tim Milner, Ludger Niemann, Seoung-Sook Park, Uwe Portugall, Thomas Prediger.

Bildautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Frank Beeking, Thomas Behnke, Hans-Martin Bröker, Alper Demirkan, Stefanie Gans, Sabine Gelsing, Christian Grüner, Barbara Höfer, Oliver Lütz, Tim Milner, Seoung-Sook Park, Klaus Philipp, Dr. Hans-Peter Schaub, Kerstin Serowy, Ralf Wolbers.

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

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

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

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

Redaktionsschluss für die Karate Aktuell 3/2014 ist am 16.06.2014.

DAIDA MÄDCHE & JONGENS

5. BIS 9.
NOVEMBER
2014

22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

WWW.KARATE2014.DE

DKV

WKF

Bremen erleben!