KARATE AKTUELL

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

Jahrgang 26 Ausgabe 1 / 2015

KARATEbyJesse
Kreativität im Karate

„Ich liebe Karate."
KDNW-Vizepräsident Katteluhn im Interview

Karate in der DDR
Themenspecial

Regelwerk 2015
Die wichtigsten Änderungen

4 Seiten Rückblick
22nd KARATE WORLD CHAMPIONSHIPS BREMEN 2014

Der KDNW e.V. ist Mitglied im:
DKV
LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN

Titelbild: Nika Tsurtsumia begeisterte im WM-Team-Kampf gegen Ägypten mit spektakulären Fußtechniken (Foto: Grüner, DKV).

Editorial

Liebe Leserinnen & Leser!

Gleich, ob ihr mit vielen guten Vorsätzen in das Jahr 2015 geht oder eher zu denjenigen zählt, die nicht viel verändern und einfach alles auf sich zukommen lassen wollen: Euch allen wünsche ich ein gesundes, glückliches und erfolgreiches neues Jahr!

Foto: Privat

Allseits hört man, wie schnell doch die Zeit verrinnt und dass 2014 wie im Flug vergangen ist. Blättert man durch dieses Heft, kann man staunen, was allein im letzten Quartal alles in der Karate-Welt passiert ist: Über allem thront unvergesslich die Karate-WM 2014 in Bremen, der vier Seiten gewidmet sind (ab S. 18). Für alle Karate-Begeisterten war dieses gelungene Event eine Quelle der Freude und Inspiration. Derart mit beeindruckenden Impressionen angereichert, können wir alle motiviert und neu entflammt nach vorne blicken. Eure Pläne könnt ihr anhand der Terminübersicht (S. 4) schmieden. Hier findet ihr auch einen besonderen Hinweis auf unseren großen Verbandstag am 15. März 2015 – und damit eine ganz besonders herzlichen Einladung zu aktiven Mitbestimmung und Mitgestaltung im KDNW. Mittels der Zusammenfassung der wichtigsten seit dem 1. Januar geltenden Änderungen der Wettkampfregeln (S. 9) und der Infos zu einigen Neuerungen im Sportbetrieb (S. 12) seid ihr gut gewappnet für die kommende Wettkampfsaison. Wer lieber noch kurz innehält und zurückblickt, findet zahlreiche Artikel und Meldungen aus dem Leistungssport, dem Kampfrichterwesen, den Stilrichtungen, dem Verband und natürlich aus den Dojos. Interessante Einblicke in die deutsch-deutsche Karate-Vergangenheit bietet das Themenspecial „Karate in der DDR“ (ab S. 26) und spannend wird es auch wieder in unsere KARATEbyJesse-Reihe, diesmal mit praktischen Tipps für mehr Kreativität im Karate (S. 24). In dieser Ausgabe stelle ich euch außerdem wieder einen KDNW-Karateka näher vor: Anlässlich seiner bestandenen Prüfung zum 7. Dan stand mir KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn im Interview Rede und Antwort (S. 6).

In puncto Medien bringt das neue Jahr auf Bundesebene einige Veränderungen mit sich: Mit Frank Miener, der bereits bei der WM in Bremen als Pressesprecher fungiert hat, verfügt der DKV nun über ein Bindeglied zu den externen Medienvertretern. Das DKV-Magazin erfährt ein Make-Over – wozu u.a. die Einführung eines eigenen Heftes für die Karate-Kids zählt, aber auch die Auslagerung der Terminveröffentlichungen in den Online-Bereich und eine deutliche Kürzung der Länderseiten. Diese Entwicklung hat sicherlich dazu beigetragen, dass das KDNW-Präsidium positiv entschieden hat in Bezug auf den Umfang des Magazins im eigenen Land: Ich freue mich, euch mitteilen zu können, dass die vier zusätzlichen Seiten auch über das WM-Jahr 2014 hinaus Bestand haben werden, so dass jede Ausgabe ab sofort regulär 36 Seiten umfasst und somit mehr Platz bietet, um unser vielseitiges Karate-Leben im KDNW abzubilden.

Ich freue mich auf eure Beiträge* für die Karate Aktuell 2/2015 (Redaktionsschluss: 15. März 2015; per E-Mail an: e.m.altmann@kdnw.de)! Auch neue Anzeigenkunden können auf diesem Wege unverbindlich Kontakt aufnehmen.

Mit sportlichen Grüßen,

Eva Mona Altmann

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

Inhalt

4 **Termine**
KDNW-Lehrgänge, Ausbildung, Dan-Prüfungen, Turniere

5 **Verbandstag 2015**
Teilnehmen und aktiv mitbestimmen

6 **„Ich liebe Karate."**
KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn im Interview

8 **Turniersport – aber wie?**
KDNW-Fortbildung
Neue Vereine
im KDNW

9 **Regelwerk 2015**
Zusammenfassung der wichtigsten Änderungen

10 **Iwao no mi – hart und unerschütterlich wie ein Fels**
KDNW-Kampfrichter/innen-Lehrgang 2014

12 **Sportbetrieb 2015**
Änderungen
Grünes Band
Jetzt bewerben!
KDNW-Jugend
Ferienfreizeit 2014
ESKA
Kampfrichterprüfung

13 **SOK**
Prüfer/innen-Fortbildung
Goju-Ryu
Prüfer/innen-Lehrgang

14 **Koshinkan-Cup**
BSC Oberhausen erfolgreich
ESKA Cup
in Zürich am Start

15 **Budokan Cup**
2014

16 **Top Fighter Karate Cup**
Erfolgreich in Hessen
Belgian Open
Bergische Karateka holen Medaillen

17 **Battle of the Teams**
KDNW-Landeskader siegriech in Holland
Banzai Cup
Berlin 2014
Karate1 Grand Final 14
in Salzburg
German Open 14
800 Karateka, 250 Dojos, 60 Nationen

18 **Das war die Karate-WM 2014 in Bremen...**
Die Karate-WM 2014 in Bremen ist Geschichte – und was für eine!

22 **1. Master-Cup des KDNW**
Gelungene Wettkampf-Premiere für Ältere

24 **Kreativität im Karate**
KARATEbyJesse

26 **Karate in der DDR**
Training im Verborgenen

27 **Vergleichskampf in der DDR**
...oder wie er dem Mauerfall zum Opfer fiel.

29 **Neue Dan-Grade**
im KDNW

30 **New York City**
karatepraxis-Reise
Zwölf Jahre
Kampfkunst vs. Kinderleukämie
Premiere
Offene Vereinsmeisterschaft in Sennestadt

31 **25 Jahre**
Dojo BTW Bünde
40 Jahre
Goju-Ryu Karate Club Haan e.V.

32 **Tomonari Cup**
Nachwuchswettkampf
SV in der Disco
Karate unlimited
Kinder-LG
KC Bonn I

33 **Grenzenlos**
Jahresabschluss
Paderborn
Lehrgänge
Beeking
zu Gast in Langenfeld
Rekord
Shotokan-Schmiede
Bochum
3. Kumite-Marathon
Wochenende
SKD Bad Salzuflen

34 **Karate AG**
Hilchenbach
Bodenkampf
Was ist ein Shrimp?
Videobotschaft
Fremdenfeindlichkeit
Termine Dojos

35 **Kontaktliste**
Impressum

Dan-Prüfungen im KDNW

Aktuelle Infos, Zulassung und Anmeldung über den DKV unter www.karate.de

	SHOTOKAN	
14.02.	Milner, Krause	Paderborn
21.02.	Milner, Katteluhn	Gelsenkir.
04.04.	Karras, Berscheid	Bonn
08.04.	Tönnis, Krause	Kempen
24.05.	Weichert, Karras	Bonn
06.06.	Vogt, Karamitsos	Köln
20.06.	Fröschke, Katteluhn	Geldern
29.08.	Mansouri, Hartl	Emmerich
05.09.	Mansouri, Katteluhn	St. Augustin
19.09.	Karras, Berscheid	Bergisch Gl.
21.11.	Milner, Ratschke	Dortmund
22.11.	Katteluhn, W. Henkel	Lemgo
29.11.	Milner, Herbst	Bochum
05.12.	Karamitsos, Karras	Bonn
19.12.	Krause, Tönnis	Kerpen
	GOJU-RYU	
16.05.	Nöpel, Heckhuis, Beeking	Kamen
22.11.	Nöpel, Nehm, E.Keßling	Waltrop
	SOK	
08.02.	Binder, Reichelt, Wedewardt, Szabo-Reiss	Frechen
21.02.	Binder, Reichelt	Köln
21.03.	Ratschke, Wehnert	Kerpen
21.03.	Binder, Prast	Wuppertal
05.06.	Riegauf, A. Hoener	Grube Luise
20.06.	Nöpel, Binder, Tolo	Neuss
28.11.	Binder, Reichelt	Köln
06.12.	Nöpel, Binder	Marl
12.12.	Reichelt, Binder, Wedewardt	Neuss
	GOJU-KAN	
26.09.	Ogawa, Grundwald	Düsseldorf
	SHOTO-RYU	
13.09.	Trapski, Peisert	Essen

Frauen

18.01.	Winterserie Kumite Teil 1	Gelsenk.
15.02.	Winterserie Kumite Teil 2	Gelsenk.
08.03.	Winterserie Kumite Teil 3	Gelsenk.
08.03.	Landesfrauentag	Gelsenk.

Jukuren

29.03.	Für Jukuren-Trainer/innen	Kamen
28.06.	Anforderungen Jukuren-Tr.	Kamen
22.11.	Ist der Shodan mögich?	Kamen

KDNW-Stilrichtungslehrgänge

	SHOTOKAN		
17.01.	Prüfer/innen Lehrgang	B. Milner	Bochum
24.01.	LG: Kumite gestern und heute	B. Milner	Bochum
01.02.	LG: SV aus Kihon	W. Henkel	Essen
08.02.	LG: Kata Kanku Sho	G. Karras	Bonn
14.02.	LG: Dan-Vorbereitung 1.-5. Dan	R. Katteluhn	Gelsenk.
21.02.	LG: Kata Unsu	S. Wall	Paderborn
28.02.	LG: Kata Gankaku	T. Milner	Bochum
08.03.	LG: Dan-Vorbereitung 1.-3. Dan	I. Altinova	Köln
15.03.	Wahl Referent		Duisburg
07.06.	LG: Vermittlung von SV	W. Henkel	Essen
20.06.	LG: Dan-Vorbereitung 1.-5. Dan	R. Katteluhn	Gelsenk.
22.08.	LG: Kata Sochin	S. Krause	Lemgo
13.09.	LG: Jiyu-Ippon-Kumite	I. Altinova	Köln
17.10.	Prüfer.-Neuausb. Teil 1	B. Milner	Bochum
08.11.	LG: Kata Sochin	G. Karras	Bonn
14.11.	Prüfer/innen Lehrg.	B. Milner	Bochum
15.11.	Prüfer.-Neuausb. Teil 2	B. Milner	Bochum
	GOJU-RYU		
04.01.	LG: Kagami Biraki	C. Winkler	Kamen
25.01.	LG: Kata Seenchin	C. Winkler	Kamen
25.01.	Wahl des Referenten		Kamen
15.02.	LG: Entwicklung 1.-5. Dan	F. Beeking	Rheine
15.03.	LG: Stilunterschiede national	F. Nöpel.	Kamen
21.03.	Prüferlehrg.	L. Niemann	Dortmund
26.04.	LG: Bunkai, SV, Mondo	F. Nöpel	Kamen
14.06.	LG: Kata Kururunfa	C. Winkler	Kamen
06.09.	LG: Spezifika Goju-Ryu	F. Beeking	Rheine
25.10.	Prüferlehrg.	F. Beeking	Rheine
29.11.	LG: SB, SV	F. Nöpel	Kamen
	SOK		
07.02.	Prüfer/innen-LG	T. Prast	Wuppertal
14.11.	Prüfer/innen-LG	L. Binder	Köln
	WADO-RYU		
18.04.	Prüfer/innen Lehrg	S. Imai	Düsseldorf
09.05.	LG	P. Meuren	Düsseldorf
28.11.	Prüfer/innen Lehrg.	S. Imai	Düsseldorf
	SHITO-RYU		
21.03.	LG: Tenshin-Happo, Shito-Ryu	M. Stenke	Hamm
19.09.	Kata Matsumora Rohai	M. Stenke	Hamm

Großer Verbandslehrgang & Fete

31.10. Duisburg

Lehrgangs- und Bildungsplan 2015

Kam in gedruckter Version im Herbst 2014 in die KDNW-Mitgliedsvereine und steht online zum Download bereit!

Trotz aller Sorgfalt ohne Gewähr. Fehler und Änderungen möglich.

AKTUELLE TERMINE & HINWEISE: WWW.KDNW.DE

KDNW-Ausbildung *Anmeldung via Seminarmodul online*

10.01.	Dan-Anwärter/innen-LG, Dortmund
10.01.	Trainermeeting, Dortmund
11.01.	Offenes Kadertraining Kumite, Siegburg
16.- 18.01.	Basismodul Radevormwald,
17.01.	Dan-Anwärter/innen-LG, Dortmund
17.01.	Bezirkskampfrichter/innen-Ausb., Dortmund
31.01.-01.02.	Referentenfortbildung, Hennef
06.-08.02.	Basismodul, Radevormwald
27.02.-01.03.	Trainer-C-Leistungssport, Radevormwald
01.03.	Turniersport, aber wie? Teil 1, Kempen
13.-15.03.	Fortbildung: Kämpfen, Hachen
20.-22.03.	Trainer-C-Leistungssport, Radevormwald
28.03.2015	Dan-Anwärter/innen-LG, Kempen
19.04.	Dan-Anwärter/innen-LG, Lemgo
03.-07.06.	Trainer.-Ass.-Ausb., Hinsbeck
21.-23.08.	Erlebnisfreizeit Väter und Kinder, Hachen
28. – 30.08.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Hachen
05.09.	Turniersport, aber wie? Teil 2, Kempen
18.-20.09.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Hachen
18.-20.09.	Trainer.-B-Ausb.Leistungsspor,t Radevormwald
20.09.	Dan-Anwärter/innen-LG, Köln
25.-27.09.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Radevormwald
23.-25.10.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Radevormwald
30.10.-01.11.	Trainer.-B-Ausb.Leistungssport, Radevormwald
13.-15.11.	Trainer.-B-Ausb.Leistungssport, Radevormwald
20.- 22.11.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Hachen
21.11.	Turniersport, aber wie? Teil 3, Kempen
04.-06.12.	Trainer.-C-Ausb.Breitensport, Hachen
04.-06.12.	Kampfrichter.-Fortbildung Hennef
04.-06.12.	Trainer.-B-Ausb.Leistungssport, Radevormwald
11.-13.12.	Fortbildung Karate-Do u. Meditation, Hachen

Wettkampftermine

	KDNW-WETTKAMPFTERMINE	
07.02.	BZM Arnsberg	*Ausrichter gesucht!*
07.03.	BZM Köln, Düsseldorf	Aachen
14.03.	BZM Westfalen	Sennestadt
21.03.	LM Leistungsklasse	*Ausrichter gesucht!*
30.05.	LM Jugend, Junioren	Kempen
19.09.	LM Kinder, Schüler, Masterclass	*Ausrichter gesucht!*
28.11.	Fair-Play-Pokal	*Ausrichter gesucht!*
	NATIONAL & INTERNATIONAL	
24.01.	Championscup	Hard (Österr.)
06.-08.02.	EM Jugend, Junioren	Zürich (Schweiz)
14.-15.02.	Dutch Open	Rotterdam (NL)
14.03.	Swedish Kata Trophy	Stockh. (Schw.)
19.-22.03.	EM Senioren	Istanbul (Türkei)
28.03.	Westerwald-Cup	Puderb. (Rh.-P.)
11.04.	Krokoyama-Cup	Koblenz (Rh.-P.)
25.-26.04.	DM Leistungsklasse DM Menschen m. Beh.	Aschaffenburg (Bayern)
06.-07.06.	EM der Regionen	Paris (Frankr.)
13.-14.06.	European Games	Baku (Azerb.)
13.06.	GKD-Cup	Schüttorf (Ni.s.)
27.-28.06.	DM Jugend, Junioren	Erfurt (Thür.)
26.-27.09.	German Open	Hanau (Hessen)
07.-08.11.	DM Schüler, Masterclass, Länder	Ludwigsburg (Baden-Württ.)
12.-15.11.	WM Jugend, Junioren	Jakarta (Indon.)
26.-29.11.	WGKF-Cup	Neuseeland
	PRIVATTURNIERE IM KDNW	
24.10.	Niederrhein-Cup	Kleve

Verbandstag am 15. März 2015

Teilnehmen und aktiv mitbestimmen

von Eva Mona Altmann

Leider entsenden bei weitem nicht alle KDNW-Mitgliedsvereine eine delegierte Person zur jährlichen Mitgliederversammlung. Dabei ist es doch immer gut, richtig und wichtig, sich im Verband zu engagieren: Meinungen auszutauschen, miteinander zu diskutieren, abzustimmen und so das Verbandsleben aktiv mitzugestalten.

Und der diesjährige Verbandstag ist ein so genannter „großer Verbandstag", das heißt: Es wird gewählt. Alle drei Jahren stehen alle KDNW-Ämter zur Wahl – sowohl des geschäftsführenden Präsidums, also Präsident/in, Vizepräsident/in, Geschäftsführer/in und Schatzmeister/in, als auch des erweiterten Präsidiums, dazu zählen die einzelnen Referate, von Ausbildung über Leistungssport bis hin zum Sportdirektor usw.

Die KDNW-Mitgliedsvereine können ihr Stimmrecht durch ein Vorstandsmitglied oder auch einen anderen schriftlich (!) bevollmächtigten Vertreter ausüben. Pro zehn an den DKV gemeldeter Mitglieder (Stichtag: 31.12. des Vorjahres) verfügt man dabei über eine Stimme.

Diese und weitere Informationen zu den Modalitäten und Bestimmungen finden sich in der KDNW-Satzung, die auf unserer Webseite abrufbar ist. Die Einladung mit der Tagesordnung für den Verbandstag und den am gleichen Tag stattfindenden Verbandsjugendtag erhalten alle Mitgliedsvereine spätestens sechs Wochen vor der Veranstaltung.

Wir sehen uns in Duisburg!

Download KDNW-Satzung

KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn (7. Dan) im Interview

„Ich liebe Karate."

„Eine Brücke zu schlagen zwischen Breiten- und Leistungssport, zwischen den verschiedenen Stilen, das liegt mir am Herzen."

Interview Eva Mona Altmann

Herzlichen Glückwunsch, Rainer – du hast in Bremen bei der WM die Prüfung zum siebten Dan bestanden! Was bedeutet diese Graduierung für dich?

2015 mache ich seit 40 Jahren Karate. Irgendwie war da die Zeit reif, den siebten Dan zu machen und die Weltmeisterschaft in Bremen war dafür ein schöner Rahmen.

Höhere Dan-Grade können ja auch ohne praktische Prüfung verliehen werden. Warum war es dir wichtig, tatsächlich anzutreten?

Weil ich als A-Prüfer gerne auch mal wieder vor dem Prüfungstisch stehe, um die Realität nicht aus den Augen zu verlieren. Gerade als Prüfer sollte man nicht vergessen, wie es sich anfühlt, Prüfling zu sein.

Wie sah deine Prüfungsvorbereitung aus?

Ich habe mich ein Jahr lang gezielt auf die Prüfung vorbereitet, im Schnitt fünf Mal pro Woche trainiert, größtenteils hier im eigenen Dojo. Im letzten halben Jahr dann war ich zusätzlich einmal pro Woche bei Bernd Milner im Training.

Neben deinem eigenen Karate-Training bist du Dojoleiter im Karate-Dojo Gelsenkirchen-Buer, seit 2012 Vizepräsident des KDNW, leitest einmal monatlich das Training der Shotokan-Schmiede – das sind viele Tätigkeitsfelder im Karate. Wie viel Zeit beansprucht das unter der Woche und wieviele Wochenenden über das Jahr verteilt?

Fünf Mal pro Woche stehe ich auf jeden Fall im Dojo. An den Wochenenden kommen dann die Shotokan-Schmiede und Lehrgänge dazu, außerdem Meisterschaften, die ich besuche. Rund 30 Wochenenden bin ich im Jahr unterwegs.

Warum machst du das? Was ist deine Motivation?

(Überlegt kurz.) Ich liebe Karate *(lächelt)*. Karate liegt mir am Herzen. Ich gehe mit Herzblut daran. Sonst würde man das so nicht machen.

Und wenn du mal nicht Karate machst – wie verbringst du deine Freizeit?

Ich bin begeisterter Motorradfahrer. Außerdem fahre ich gerne Fahrrad. Gucke Fußball auf Schalke. Oder mache auch einfach mal gar nichts Besonderes, sondern entspanne mich.

Kannst du dir ein Leben ohne Karate vorstellen?

Wenn es meine Gesundheit erlaubt, möchte ich bis an mein Lebensende Karate machen. Zwei Wochen Urlaub ohne Karate – da werde ich schon unruhig.

Wie hat denn alles seinen Anfang genommen? Also wie bist du zum Karate gekommen? Erzähl uns ein bisschen davon.

Meinen Anfängerlehrgang habe ich 1975 gemacht. Natürlich inspiriert durch die Eastern-Film-Welle damals: Bruce Lee, David Carradine usw. Ich hatte einen Freund, Dieter Steinegg, seines Zeichens Vize-Weltmeister, der hat Karate gemacht und ich bin ein paar Monate später dazugestoßen.

Hier im Karate-Dojo Gelsenkirchen-Buer?

Genau. Ich war immer Mitglied hier. Zwar habe ich auch zehn Jahre bei Hideo Ochi trainiert, in Bottrop, in Bochum… aber das hier war immer mein Heimatverein.

Seit wann besteht der Verein?

Der Verein wurde 1970 gegründet, fünf Jahre später kam ich als Anfänger hierher und seit 1979 oder 1980 war ich dann selbst Trainer.

Wieviele Mitglieder habt ihr?

Rund 150. Etwa 40 von ihnen sind Schwarzgurte.

Es fällt auf, dass eure Mitgliederstruktur gut durchmischt ist – ihr habt junge Karateka und ältere Karateka und eine hohe Frauenquote. Wie kann man so etwas erreichen?

Das ist eine gute Frage *(überlegt)*. Ich glaube, man muss das Training verändern und anpassen. Bei Jugendlichen muss man lockerer sein – mehr Sport, Athletik. Bei den Älteren, den Jukuren, lässt man es ruhiger angehen, konzentriert sich mehr auf die Techniken, auf Kata, auf gesundheitsfördernde Gymnastik, Rückenschule und, und, und…

Karate – Kampfkunst oder Kampfsport?
Das soll jeder für sich entscheiden.

Kata oder Kumite?
Beides! Damals im Landeskader habe ich zwar Kumite gemacht, aber ich mag beides.

Du warst also selbst als Wettkämpfer aktiv?
Ja. Ich war sechs Jahre im Landeskader NRW, habe an mehreren Deutschen Meisterschaften und auch internationalen Turnieren teilgenommen.

Hast du eine Lieblingstechnik, die du besonders gut und besonders gerne machst?
Früher *(lacht)* hatte ich einen schnellen Kizami-Zuki und schnelle Mawashi-Geris. Aber wie gesagt – früher *(lacht)*.

Hast du eine Lieblingskata?
Nein, habe ich nicht. Ich mache eigentlich alle gerne.

Du bist ja im Shotokan beheimatet – hast du jemals darüber nachgedacht, die Stilrichtung zu wechseln?
Also jetzt nach 40 Jahren bestimmt nicht mehr. Aber dass ich beim Shotokan gelandet bin, das war natürlich purer Zufall. Mein Wohnort liegt nur fünf Kilometer entfernt und wäre hier kein Shotokan-, sondern ein Goju-Ryu- oder Shito-Ryu-Dojo gewesen, dann würde ich heute Goju-Ryu oder Shito-Ryu machen und nicht Shotokan. Das war also reiner Zufall und das ist sicher bei den meisten Karateka so oder so ähnlich. Und egal welche Stilrichtung – letztlich machen wir ja alle EIN Karate. Vielleicht noch eine kleine Anekdote dazu: Im Wettkampf-Kumite sieht man ja gar keinen Unterschied – ich habe jahrelang zusammen mit Horst Nehm, unserem heutigen KDNW-Geschäftsführer, gekämpft, ohne zu wissen, dass er Goju-Ryu macht *(lacht)*.

Sind dir auf deinem Karate-Weg Menschen begegnet – Lehrer, Schüler, Weggefährten – die dich besonders geprägt oder beeindruckt haben?
Da fallen mir zuerst Hideo Ochi, Franz Bork, Bernd Milner und Thomas Nitschmann ein. Das sind die wichtigsten, aber es gibt natürlich noch viele andere – alle aufzuzählen, würde den Rahmen sprengen.

Gibt es konkrete Vorbilder?
Nein, Vorbilder eigentlich nicht. Mich beeindrucken Karateka, die schon lange dabei sind, wobei der Erfolg dabei für mich nicht das Entscheidende ist, sondern mehr, dass sie ihren eigenen Karate-Weg verfolgen und verwirklichen.

Was hat dich Karate fürs Leben gelehrt?
Disziplin. Zielstrebigkeit. Ehrlichkeit. Freundschaften zu pflegen.

Welche Ziele hast du persönlich noch im Karate für die Zukunft?
Unser langjähriger KDNW-Präsident Ulrich Heckhuis wird 2015 sein Amt abgeben und ich möchte gerne die Nachfolge antreten.

Was wünschst du dir für die Zukunft für den KDNW – was liegt dir besonders am Herzen?
Wir haben viele hohe Dan-Träger und erfahrene Karateka in den Dojos, die ich gerne an einen Tisch holen möchte. Ich denke, es gibt viel voneinander zu lernen. Sicherlich kann man nicht immer allen Wünschen gerecht werden, aber das Gespräch und der Austausch untereinander sind wichtig. Eine Brücke zu schlagen zwischen Breiten- und Leistungssport, zwischen den verschiedenen Stilen, das liegt mir am Herzen.

Danke für das Gespräch!

„Und egal welche Stilrichtung – letztlich machen wir ja alle EIN Karate."

Fotos: Altmann

Turniersport – aber wie?

Die neue KDNW-Fortbildung für Übungsleiter/innen fand 2014 erstmals statt.

von Katja Kröhn

In 2014 fand zum ersten Mal die KDNW-Fortbildung „Turniersport – aber wie?“ unter Leitung von Landestrainerin und Jugendreferentin Susanne Nitschmann und Bundeskampfrichter Frawi Tönnis statt.

Die Lehrgangsreihe richtet sich vor allem an wettkampfinteressierte Kinder-/Jugend-Trainer/innen aus KDNW-Vereinen, die bisher keine oder nur wenig Erfahrung im Turniersport gesammelt haben.

Foto: Tönnis

An insgesamt drei Terminen gaben Susanne und Frawi eine umfangreiche Einführung in die Grundlagen des Turniersports. Es nahmen zehn motivierte Trainer/innen aus vier Vereinen teil.

Beim ersten Termin im März ging es um die Methodik des Wettkampftrainings für Kata und Kumite. Susanne zeigte uns im Kumite nicht nur zahlreiche Varianten für ein interessantes Techniktraining, sondern legte auch besonderen Wert auf den didaktischen Aufbau der Trainingseinheit für Kumite-Neulinge. Beim Kata-Training vermittelte uns Frawi viele Trainingsvarianten, welche das Kata-Training weder langweilig noch eintönig werden lassen. Beide zeigten uns, wie wir in unseren Verein eine angenehme Atmosphäre schaffen können, bei der Fair-Play an erste Stelle steht.

Foto: Tönnis

Foto: Höfer

Mit vielen neuen Ideen im Gepäck hatten wir nun ein halbes Jahr Zeit, unsere kleinen Wettkämpfer auszuwählen und auf das im Herbst stattfindende Übungsturnier vorzubereiten.

Der zweite Termin im September thematisierte den Ablauf und die Aufgaben des Trainers/Betreuers am Wettkampftag.

Foto: Höfer

Frawi gab uns eine anschauliche Einführung in die Wettkampfregularien. Kurz besprachen wir auch die Melderegularien für Turniere. Weiterhin ging Susanne auf die Psychologie der jungen Wettkämpfer/innen ein. Wir machten uns bewusst, was in ihnen vorgeht, wenn sie zum ersten Mal auf der Kampffläche stehen. Darauf aufbauend, bekamen wir nützliche Tipps, wie wir unsere Sportler/innen an der Kampffläche unterstützen können.

Auch 2015 wieder!

Beim dritten Termin wurde es dann ernst. Am 18. Oktober 2014 fand das Übungsturnier statt. Viele motivierte Kinder aus den teilnehmenden Vereinen kamen nach Kempen, um zusammen mit ihren Trainern/innen die ersten Turniererfahrungen zu sammeln. Gespannt verfolgten Trainer, Eltern und Freunde die tollen Leistungen der Wettkämpfer/innen. Die Trainer/innen hatten nun die Möglichkeit, das zuvor Erlernte umzusetzen. Susanne stand dabei jedem mit nützlichen Tipps zur Seite. Wir verstanden schnell, wie wichtig der Überblick und unser Verhalten am Rand der Kampffläche sind.

Foto: Höfer

Nicht zuletzt durch die tolle Organisation der Lehrgangsreihe, die Unterstützung von Helfern aus dem Karate Dojo Kempen und den Einsatz der Kampfrichter während des Turniers bleibt diese gelungene Wettkampf-Premiere sicherlich vielen Teilnehmern/innen in guter Erinnerung.

Neue Vereine im KDNW

Karatedojo Ronin Bonn e.V.
Andreas Monschau
Rüdesheimer Str. 7, 53175 Bonn
Tel.: 0228/313392, Handy: 0160/8038972
E-Mail: AndyMonschau@aol.com
Stilrichtung: Shotokan
DKV-Nr. 5079

Zusammenfassung der wichtigsten Regeländerungen

Download Zusammenfassung & Regelwerk

Gültig ab dem 1. Januar 2015

von Eva Mona Altmann
im Auftrag des Deutschen Karate Verbandes

Die folgende Zusammenfassung dient lediglich als Überblick über die wichtigsten Regeländerungen und kann eine vollständige Lektüre des Regelwerkes nicht ersetzen.

Allgemeines (Kata und Kumite)

1. Weibliche Wettkämpfer, Coaches und Kampfrichter dürfen die jeweilige von der WKF zugelassene religiöse Kopfbedeckung tragen.

2. Die Bindebänder der Karate-Gi-Jacke müssen geschlossen sein. Jacken ohne Bindebänder sind nicht gestattet.

3. In den Finals offizieller WKF-Veranstaltungen tragen die Coaches keinen Trainingsanzug, sondern formelle Kleidung.

4. Doppelte Disqualifikation (gilt für Kata und Kumite): Werden beide Wettkämpfer oder Teams disqualifiziert, gewinnen die Gegner der nächsten Runde durch Freilos. Erfolgt die doppelte Disqualifikation in einem Medaillenkampf, wird per Hantei entschieden, wer Sieger ist.

5. WKF: Die Zuordnung zu den Altersklassen erfolgt über das Alter des Wettkämpfers am ersten Tag der jeweiligen Veranstaltung (d.h. am ersten Wettkampftag der jeweiligen Kategorie).

Kumite

1. Die Gesichtsmaske (WKF für Jugendliche) wird zum 1. Januar 2016 abgeschafft.

2. Die zusätzliche Minute für Medaillenkämpfe der Senioren ist abgeschafft.

3. Dem Wettkämpfer steht zwischen zwei Kämpfen eine Pause in der Länge einer regulären Kampfzeit zu. Ausnahme: Bei einem Farbwechsel in der Trostrunde beträgt die Pausenzeit fünf Minuten.

4. Das Fassen des Gegners mit beiden Händen ist nicht erlaubt, außer um einen Wurf anzubringen, nachdem eine Fußtechnik gefangen wurde.

5. Das Fassen des Gegners mit einer Hand ist nur dann gestattet, wenn umgehend eine Wertungstechnik versucht oder ein Wurf angebracht wird.

6. Nach dem regelkonformen Fassen reduziert sich die erlaubte Zeit, um eine Technik oder einen Wurf anzubringen von „2 Sekunden“ auf „umgehend“.

7. Die erlaubte Zeit, eine Wertungstechnik an einem regelkonform geworfenen Gegner auszuführen, reduziert sich von „2 Sekunden“ auf „umgehend“.

8. Bei weniger als zehn Sekunden verbleibender Kampfzeit kann keine Verwarnung oder Strafe wegen Passivität mehr erteilt werden.

9. Die Verwendung des Videobeweises ist bei WKF-Weltmeisterschaften vorgeschrieben und wird für alle anderen Wettkämpfe empfohlen, sofern umsetzbar. Der Betreuer bekommt eine rote bzw. blaue Karte, mit der er einen Videobeweis einfordern kann, wenn er der Meinung ist, eine Wertungstechnik seines Sportlers wurde übersehen. Zwei vom Tatami Manager benannte Personen begutachten das Video und können, wenn sie übereinstimmen, die Entscheidung des Kampfgerichtes korrigieren. In diesem Fall erhält der Coach die Karte für weitere Videobeweise zurück. Bei einer negativen Entscheidung wird die Karte einbehalten und der Betreuer verliert die Möglichkeit des direkten Protestes für diesen Wettkämpfer für die Restdauer des Pools, mit Ausnahme der Medaillenkämpfe, in denen die Betreuer beider Wettkämpfer immer Karten erhalten, die es ihnen ermöglichen, Punkte zu reklamieren.

10. Die Seitenkampfrichter zeigen selbstständig nur Wertungen und Jogai an. Nur wenn der Hauptkampfrichter dies einfordert, zeigen sie auch ihre Meinung zu allen anderen Fouls (z.B. Kontakt, Passivität usw.) an.

11. In der Altersklasse u21 werden die gleichen Gewichtsklassen verwendet wie bei den Senioren.

Kata

1. Wiedereinführung einer offiziellen WKF-Kata-Liste.

2. Bei der Ausführung der Kata sind geringfügige Variationen des Karate-Stils (ryu-ha) des Wettkämpfers gestattet (und nicht mehr: „Variationen der Karate-Schule des Wettkämpfers“).

3. Verbeugungen Medaillenkämpfe Kata-Teams: Die Teams verbeugen sich zu Beginn der Runde vor dem Kampfgericht und voreinander. Sie verbeugen sich außerdem vor Beginn der Kata (Zeit wird gestartet) und nach Ende der Bunkai-Darbietung (Zeit wird gestoppt). Das Auslassen der Verbeugung vor der Kata oder nach der Bunkai oder das Überschreiten der 6 Minuten für Kata und Bunkai führt zur Disqualifikation. Die Begegnung wird mit einer Verbeugung zum Gegner und dann zum Kampfgericht abgeschlossen.

4. Verbeugungen in allen anderen Kata-Runden (Einzel sowie übrige Team-Begegnungen): Die Wettkämpfer/Teams verbeugen sich zu Beginn der Runde vor dem Kampfgericht und voreinander. Sie verbeugen sich außerdem vor Beginn und am Ende der Kata. Das Auslassen der Verbeugung vor oder nach der Kata führt zur Disqualifikation. Die Begegnung wird mit einer Verbeugung zum Gegner und dann zum Kampfgericht abgeschlossen.

5. Die Hauptbewertungskriterien für Kata werden von vier auf drei reduziert (der technische Schwierigkeitsgrad wird der technischen Ausführung zugeordnet).

6. Das Herunterfallen des Gürtels während der Darbietung führt zur Disqualifikation, das Sich-Lösen des Gürtels von der Hüfte ist ein Foul.

7. Die 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, führt automatisch zu einem vollen Punktabzug im Bereich der technischen Ausführung der Kata (und somit zu einem Verlust von einem Drittel der Gesamtpunktzahl für die Darbietung).

8. Zieht ein Wettkämpfer seinen Start zurück, nachdem sein Gegner die Darbietung begonnen hat, kann dieser die gezeigte Kata in einer folgenden Runde erneut zeigen, da diese Situation als Kiken gewertet wird.

Es konnten neue Lizenzen vergeben werden! Stehend von links: Hassan Kian (LKR-B Kumite, LKR Kata), Markus Kazmirowski (LKR-A Kumite), Adrian Sarhan (LKR-B Kumite), Dirk Pfotenhauer (LKR-A Kumite), Maksim Martens (LKR-A Kumite), Andreas Schröder (LKR-A Kumite), Kevin Holtermann (BZKR Kumite, BZKR Kata), Roman Lux (BZKR Kumite, BZKR Kata). Untere Reihe von links: Jennifer Orth (LKR-A Kumite), Bernd Stelzner (LKR-B Kumite, LKR Kata), Fabio Santos (BZKR Kumite, BZKR Kata). Herzlichen Glückwunsch!

Fröhliche Gesichter (v.l.): Fabio, Berthold, Marcus.

Die Stimmung ist gut: Der LKR-Referent erzählt einen Witz und alle hören zu.

Uwe Portugall demonstriert eine Technik an Partner Adriatik Shabani.

Keine reine Männerdomäne (v.l.): Katja, Eva Mona, Jennifer

Ralf Vogt erläuert die Ausführung der Kata Gojushiho-Sho anhand der Darbietung von Katja Jansen.

Theoriewissen bildet die Basis.

Orhan im Kata-Training

Vergleichskampf

Gruppenfoto nach dem gemeinsamen Kata-Training am Sonntagmorgen

Iwao no mi – hart und unerschütterlich wie ein Fels

Kampfrichter/innen gehören zu einem besonderen Schlag Mensch. Sie bringen nicht nur die Bereitschaft mit, ein mehr als 60-seitiges, im steten Wandel begriffenes Regelwerk vollkommen zu verinnerlichen, sondern finden auch eine gewisse Freude daran, in einer modisch fragwürdigen Uniform Samstage, ganze Wochenenden oder, bei internationalen Veranstaltungen, auch mehrere Tage in stickigen Turnhallen zu verbringen – über viele Stunden und oft mit wenig Pausen hoch konzentriert, denn die Verantwortung, die sie tragen, ist groß: Die besten Sportler/innen sollen siegen – immer, in Kata, in Kumite, bei der Bezirks- genauso wie bei der Weltmeisterschaft. Zum Dank für ihr stetes Bemühen bekommen die Kampfrichter/innen neben einer kleinen Aufwandsentschädigung oft genug die Enttäuschung und den Ärger über eine Niederlage von den Coaches und Aktiven zu spüren.

Fotos: Altmann

von Eva Mona Altmann

„Iwao no mi“, so lautete, mit Schwertmeister Musashi gesprochen, der Ratschlag Uwe Portugalls an die Kandidaten/innen für die KDNW-Kampfrichterprüfungen. Zu Deutsch: „Hart und unerschütterlich wie ein Fels.“ So müssen gute Kampfrichter/innen in ihrem Inneren sein. Als erfahrener Weltkampfrichter weiß der Landeskampfrichterreferent, wovon er redet: „Das absolut sichere Beherrschen des Regelwerkes ist die Basis. Die richtige Gestik ist eure Sprache. Eure Nervosität müsst ihr ablegen. Und eure Aufmerksamkeit zu 100% auf die Kämpfer fokussieren.“ Nicht jede/r ist für die Kampfrichterei geeignet, aber ein ganzes Stück weit ist sie auch Handwerk, welches man erlernen und trainieren kann.

So geschehen auch in 2014 wieder in der Sportschule Hennef beim KDNW-Kampfrichter/innen-Lehrgang, der vom 28. bis zum 30. November stattfand. Der Referent und sein Stellvertreter Ralf Vogt schnürten einmal mehr ein Rundum-Paket, welches alle Bereiche der Kampfrichterei und alle Sinne ansprach: Neben den theoretischen und praktischen Prüfungen, die sie zusammen mit den anderen Kommissionsmitgliedern Eva Mona Altmann, Dieter Koch (komm.) und Stefan Krause (komm.) durchführten, bot das Programm außerdem praktisches Kata-Training der Stile Goju-Ryu (Superimpei mit Uwe Portugall) und Shotokan (Gojushiho-Sho mit Ralf Vogt) sowie eine Gestik-Schulung, einen Jahresrückblick auf 2014 und eine Vorschau auf 2015. Wichtiger Bestandteil war auch eine ausführliche Theorie-Einheit zum veränderten Regelwerk, welches am 1. Januar 2015 in Kraft treten wird. Der schon traditionsreiche Nachwuchs-Vergleichskampf zwischen NRW und Rheinland-Pfalz (Dank an Landestrainerin Susanne Nitschmann sowie die anderen Coaches, Eltern und natürlich Teilnehmer/innen!) bot parallel zu den praktischen Prüfungen auch den Rahmen für eine Praxis-Schulung (durch Orhan Yilmaz) der übrigen Kampfrichter/innen. Ebenfalls schon Tradition ist der Videoabend (zusammengestellt durch Eva Mona Altmann), bei dem uns diesmal natürlich die vergangene WM in Bremen beschäftigte. Abgerundet wurde der Lehrgang wie immer durch das richtige Maß an zwischenmenschlichem Austausch und Geselligkeit – denn wer hart zusammen arbeitet, der kann auch meist gut miteinander lachen und feiern. Bereichert wurde der Lehrgang in diesem Jahr durch Überraschungsgast Lothar Becker, seines Zeichens Weltkampfrichter aus Rheinland-Pfalz.

Das immer tiefere, stilübergreifende Eintauchen in die Materie Karate-Do – sowohl im Theoretischen als auch im Praktischen, im Alten wie im Neuen –, die Vermeidung von Stillstand, die intensive Begegnung mit Gleichgesinnten, beseelt von ein und derselben Leidenschaft sowie die stetige persönliche Herausforderung mit der Möglichkeit (über sich hinaus) zu wachsen – so könnte das Resümee der Veranstaltung lauten und gleichzeitig die Zusammenfassung der Sonnenseiten der Kampfrichterei oder, warum es sich „trotzdem“ lohnt. Denn das tut es!

Wir suchen Nachwuchs! Neben den hier genannten Eigenschaften sollten an der Kampfrichterei Interessierte auch etwas eigene Wettkampferfahrung mitbringen.

Kontakt:
uwe.portugall@t-online.de

Änderungen im Sportbetrieb ab 2015

Im Technischen Ausschuss Leistungssport des KDNW wurden folgende Modifikationen beschlossen und durch das erweiterte Präsidium bestätigt.

von Stefan Krause

Modifikationen bei den Bezirksmeisterschaften

Die Bezirksmeisterschaften fungieren nicht mehr als Qualifikationsturnier für die Landesmeisterschaften. Die Rahmenbedingungen werden gelockert. Das bedeutet z.B.: Gewichtsklassen werden in Zukunft flexibel zusammengelegt, falls die Starterzahlen dies erfordern. Die Altersklassen der Leistungsklasse und der Masterklasse finden auch bei den Bezirksmeisterschaften statt.

Meldungen über Sportdata

Das Meldewesen zu den Verbandsturnieren wird auf die Internetplattform Sportdata.org verlagert, die sich im Wettkampfbereich etabliert hat und bei den Vereinen weitgehend bekannt ist. Anmeldebedingungen und Meldefristen sind eindeutig und verbindlich, der jeweilige Status ist für jeden einsehbar. Auslosungen sind gerechter durchführbar, Einflussnahmen besser einzudämmen und die Kosten überschaubar. Meldungen nach Meldeschluss sind nicht mehr möglich. Die Vereine müssen sich lediglich auf Sportdata registrieren und können dann für unsere Verbandsturniere melden.

Anhebung der Startgebühren

Die Startgebühren bei den Wettbewerben des KDNW werden erhöht. Je Einzelstart sind nun 12,50 € und je Teamstart 25,00 € zu entrichten. Für eine Ummeldung am Wettkampftag wird eine zusätzliche Gebühr in Höhe der doppelten Startgebühr erhoben, die sofort vor Ort in bar zu entrichten ist.

Erhöhung der Ausrichterpauschale – Ausrichter 2015 gesucht

Für Vereine, die ein Verbandsturnier ausrichten, wird die Pauschale auf 400,00 € erhöht. Für 2015 werden noch Ausrichter gesucht. Vereine, die Interesse haban, wendet sich bitte an unseren Wettkampfleiter Simo Tolo: s.tolo@kdnw.de.

Rückfragen zu den Änderungen

Wendet euch bitte an Sportdirektor Stefan Krause: s.krause@kdnw.de, 0171/2446792.

Grünes Band

Vereine mit vorbildlicher Talentförderung können sich bis zum 31. März 2015 bewerben.

von Eva Mona Altmann

Um „Das Grüne Band“ von Commerzbank und Deutschem Olympischen Sportbund kann man sich direkt bei Deutschen Karate Verband bewerben. Dotiert ist die Auszeichnung mit einer Förderprämie von 5.000 Euro für die leistungssportliche Nachwuchsarbeit, die Preisträger erhalten außerdem eine Kristallglas-Trophäe.

WWW.KARATE.DE

ESKA

Kampfrichterprüfung

von Eva Mona Altmann

KDNW-Bundeskampfrichter Frank Debecker hat im November 2014 in Zürich die Prüfung zum Kumite Referee A der European Shotokan Karate-Do Association bestanden. Herzlichen Glückwunsch!

KDNW-Jugend Ferienfreizeit 2014

SOK-Prüfer/innen

Fortbildung in Wuppertal durchgeführt

Foto: Serowy

von Detlef Hans Serowy

Eine Prüfer/innen-Fortbildung im Stiloffenen Karate (SOK) fand im Dojo von Thomas Prast (5. Dan) in Wuppertal statt. Der stellvertretende SOK-Koordinator hatte den Lehrgang inhaltlich vorbereitet und seine Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt. SOK-Koordinator Ludwig Binder (6. Dan) nutzte die Gelegenheit, den Prüfer/innen wichtige organisatorische und rechtliche Hinweise zu geben.

In einer ausführlichen Theorie-Einheit beschäftigte man sich mit der Frage, wie die Anforderungen an Prüflinge auf den verschiedenen Gurtniveaus im SOK vereinheitlicht werden können. In der sehr konstruktiven und fruchtbaren Diskussion wurde schnell deutlich, dass in dem Bereich eine entscheidende Herausforderung für die Zukunft des SOK liegt.

„An Anfang sind viele ausgebildete Prüferinnen und Prüfer aus unterschiedlichen Stilen in das SOK gewechselt“, erinnerte Thomas Prast an den Start des SOK durch den Deutschen Karateverband (DKV) im Jahre 2002. Später seien aber sehr viele Prüfer/innen dazugekommen, die keine Vorausbildung und keine Vorerfahrungen gehabt hätten, fügte er hinzu.

Prast konfrontierte die Teilnehmer/innen mit drei Prüfungssituationen, zu denen sie Stellung nehmen sollten. Die Bandbreite der Antworten stützte die These des stellvertretenden SOK-Koordinators, dass es künftig verstärkt Angebote in Aus- und Weiterbildung von SOK-Prüfer/innen im Karatedachverband NRW (KDNW) geben muss, um hier einheitliche Standards zu bekommen.

Im Praxis-Teil ging es um Kata-Bunkai und um die Frage, inwieweit sie von der Selbstverteidigung abzugrenzen ist. Hier wurde deutlich, dass es wohl Abstimmungsbedarf gibt, da viele Prüfer/innen im Stiloffenen Karate die Kata-Bunkai offenbar zu stark unter dem Aspekt der SV betrachten.

„Ich sehe die Bunkai ganz nah an der Kata und stelle den Nutzen in der praktischen Selbstverteidigung etwas in den Hintergrund“, so Thomas Prast. Beim Prüfungsschwerpunkt Selbstverteidigung sei es natürlich ganz anders. Dort stünden die Fragen der Wirksamkeit und Effektivität von Techniken im Vordergrund.

Sehr zufrieden verabschiedeten sich die Teilnehmer/innen voneinander und überzogen den Lehrgang sogar zeitlich, weil sie so viel Gesprächsbedarf hatten. „Ich freue mich über diese Veranstaltung in meinem Dojo und werde gern wieder hier Angebote machen“, erklärte Thomas Prast abschließend.

Goju-Ryu

Prüfer/innen-Lehrgang mit Frank Beeking

von Frank Beeking

Erfahrungsaustausch und Weiterbildung standen im Interesse der Karateka, die sich am 5. Oktober 2014 zum Prüfer/innen-Lehrgang in der Kampfsporthalle Tokio im Sportpark des TV Jahn Rheine eingefunden hatten. Ziel der Aus- und Weiterbildung ist es, ein hohes Maß an Transparenz und Vergleichbarkeit von Prüfungs-Entscheidungen zu erreichen. Jedem/r Prüfer/in muss klar sein, dass Prüfungen in erster Linie immer Lernkontrollen sind und daher auch ein klares Anforderungsprofil definiert sein muss. Aus diesem Grunde sind die Prüfer/innen-Lehrgänge auch für Übungsleiter /innen interessant, die keine Prüferlizenz anstreben, aber Karateka auf Kyu-Prüfungen vorbereiten.

Den Lehrgang in Rheine leitete Frank Beeking (7. Dan), der sich über die Unterstützung durch Brigitte Kipke-Osterbrink (6. Dan) freute. Frank legte besonderen Wert darauf, dass nicht nur der Schwierigkeitsgrad der vorzuführenden Techniken mit jeder Prüfung steigt, sondern auch die geforderte Qualität der Ausführung. So kommt es in der Unterstufe (9. – 7. Kyu) lediglich darauf an, die geforderten Techniken mit dem richtigen Bewegungsablauf vorzuführen, in der Mittelstufe (6. – 4. Kyu) dann auf die richtige Koordination des Bewegungsablaufs, Distanzgefühl und Körperspannung und erst in der Oberstufe (3. – 1. Kyu) wird die kraftvolle Ausführung der Techniken und die Fähigkeit, sie auch spontan in neuen Situationen abrufen zu können, verlangt.

Foto: Beeking

Im Fokus der praktischen Übungen stand diesmal Kihon-Ido und Yakusoku. Zunächst in Gruppenarbeiten und dann in großer Runde wurden die Anforderungen und Beurteilungskriterien jeweils nach Unter-, Mittel- und Oberstufe erarbeitet und diskutiert.

Als die Verbreitung von Karate-Do in Europa und Deutschland in den 50er und 60er Jahren begann, waren die KampfkunstBegeisterten in der Regel zwischen 14 und 30 Jahre alt. In den letzten 30 Jahren hat sich ein Wandel vollzogen und Karate-Do wird als eine lebensbegleitende sportliche Betätigung wahrgenommen. In einigen Vereinen wird heute Karatetraining vom dritten Lebensjahr an angeboten und gleichzeitig entdecken viele Erwachsene erst im Alter von 50 und 60 Jahren, dass sich hier eine interessante Möglichkeit bietet, die Vitalität und Mobilität bis ins hohe Alter zu erhalten. Diese Entwicklung stellt auch erhöhte Anforderungen an Prüfer/innen, die sich beispielweise damit vertraut machen müssen, in welchem Alter Kinder die Fähigkeit entwickeln, Techniken mit Körperspannung auszuführen, wie die Leistungsfähigkeit durch Wachstum beeinflusst wird und wie in hohem Alter auch bei körperlichen Einschränkungen noch individuelle Stärken gefördert werden können. Bei allen praktischen Übungen fand dieser Aspekt daher immer besondere Aufmerksamkeit.

Koshinkan Cup

BSC Oberhausen erfolgreich

von Frank Feemer

Am 29. November 2014 folgte Cheftrainer Haydar Aksünger (6. Dan) zusammen mit vier Aktiven des BSC Oberhausen einer Einladung des befreundeten Karate Dojo Pliezhausen nach Baden-Württemberg. Den 1. Platz in Kata erkämpfte sich Feti Caliskan. Er überzeugte aber auch, genau wie Björn Breitsprecher, im Kumite. Eine Verletzung Fetis aus der Vorrunde hinderte die beiden BSC-Aktiven daran, das Finale unter sich auszukämpfen. Einen tollen 3. Platz erkämpfte sich Tanja Schürmann im Kumite. Ebenfalls über einen soliden 3. Platz freute sich Celina Feemer, die erstmals nach vier Wochen Trainingspause wieder aktiv war. Zum Abschluss gab es noch einen Ehrenpokal von Hans Ruff (7. Dan) für die weiteste Anreise (457 km) überreicht.

Foto: Feemer

Das Oberhausener BSC-Team beim Koshinkan-Cup

Shotokan Europa Cup

Karateka aus NRW in Zürich am Start

von Frawi Tönnis

Für das Team Deutschland starteten beim diesjährigen Shotokan Europa Cup (ESKA) Ende November in Zürich zwei Sportler aus NRW.

Philip Tepel vom Budokan Bochum hatte sich durch seinen Sieg beim Shotokan Cup in Mendig für die Teilnahme im Kumite Shiai empfohlen. Bei der ESKA wird nach der traditionellen Wettkampfform Shobu Ippon gekämpft. Hier genügen zwei Waazari oder ein Ippon zum Sieg. Im Einzel kam für Philip ein überraschendes frühes Aus, somit konnte sich der Bochumer ganz auf den Einsatz im Team konzentrieren. Beim Teamkampf um den Einzug ins Halbfinale gegen den Lokalmatador Schweiz konnten sich die fünf Deutschen nicht durchsetzen und sie erreichten einen guten 5. Platz.

WSKA-Kampfrichter Frawi Tönnis mit seinem Schützling Julian Wieser

Foto: Tönnis

Julian Wieser vom Karate Dojo Kempen e. V. wurde vom Bundesstilrichtungsreferenten Gunar Weichert für einen Start im Kata Shiai (Einzel und Team) einberufen. Julian wurde durch seinen Heimtrainer und WSKA-Shotokan-Weltkampfrichter Frawi Tönnis speziell auf diese Wettkampfform vorbereitet. Anders als beim Regelwerk der WKF wird bei der ESKA die Kata in den ersten beiden Runden vom Hauptkampfrichter vorgegeben. Zwei Athleten treten gegeneinander an und führen die Kata zeitgleich vor. Julian unterlag in der zweiten Runde mit Tekki Shodan seinem Gegner und späteren Drittplatziertem aus England. Mit seinen Teamkameraden Paul Baum (Hessen) und Marcel Schmidt (Rheinland-Pfalz) setzte sich Julian gegen seine Konkurrenten klar durch und zog ins Finale der besten vier ein. Mit einer starken Unsu erkämpften sie sich einen hervorragenden 3. Platz.

Zur Kumite-Referee Prüfung trat Frank Debecker aus Geldern an. Nach einer theoretischen und praktischen Prüfung stellte er sich an drei Wettkampftagen der 5-köpfigen Prüfungskommission. Vom Prüfungsvorsitzenden und ESKA-Präsidenten Richard Poole aus Wales erhielt Frank das begehrte Abzeichen mit den Worten: „Excellent performance!“

budokonzept

Alles aus einer Hand:
www.budokonzept.de

Karateanzüge, Gürtel
Bestickungen, Aufnäher
Zubehör, Matten
Fachbücher, DVD
Poster, Geschenke

budokonzept
Ausrüstung und Medien
www.budokonzept.de

Grönenberger Str. 7
D-49324 Melle
Tel. 05422 41340

Kundenservice / Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 8 - 20 Uhr
Samstags 10 - 16 Uhr

Budokan Cup 2014

Fotos Budokan Cup: Schaub

von Eva Mona Altmann

Der Budokan Cup in Bochum ist ein traditionsreiches Privatturnier in NRW, ausgerichtet vom Budokan Bochum rund um Familie Milner. Im Jahr 2014 fand er am 20. September statt und rund 270 Sportler/innen aus knapp 40 Vereinen gingen an den Start.

Mehr Fotos & Ergebnisse online!

Top Fighter Karate Cup

KDNW-Karateka erfolgreich in Hessen

von Eva Mona Altmann

Beim 4. Internationalen Top Fighter Karate Cup, der am 4. Oktober 2014 in Höchst (Hessen) ausgetragen wurde, konnten Karateka aus Nordrhein-Westfalen folende Medaillen erringen:

Den dritten Rang im Medaillenspiegel sicherte sich die Delegation des Budokan Bochum. Foto: Milner

GOLD

Yannick Drescher (Zanshin Bergisch-Gladbach, Kata Jungen u16 ab 5. Kyu), TSV Vorhalle (Kata-Team Mädchen u14), Philipp Tepel (Budokan Bochum, Kumite Herren -78 kg und Kumite Herren u21 -78 kg), Artur Hanser (Budokan Bochum, Kumite Herren +78 kg), Rami Alastal (Budokan Bochum, Kumite Jungen u12 -35 kg), Budokan Bochum (Kumite-Team Herren)

SILBER

Edita Sejfijaj (Budokan Bochum, Kumite u16 -47 kg), Sergej Mezich (Budokan Bochum, Kumite Herren +78 kg), Artur Hanser (Kumite Herren u21 -78 kg), Budokan Bochum (Kumite-Team Herren)

BRONZE

Amely Pütz (TSV Vorhalle, Kata Damen u21), Oliver Pawicki (Asahi Rheda-Wiedenbrück, Kata Jungen u14 ab 5. Kyu), TSV Vorhalle (Kata-Team gemischt ü16), Jennifer Bieber (Budokan Bochum, Kumite Damen und Kumite Damen u21), Jacqueline Hagendorf (Budokan Bochum, Kumite Mädchen u14), Moien Reyhani (Budokan Bochum, Kumite Herren +78 kg), Paul Naliwajko (Budokan Bochum, Kumite Herren +78 kg), Ayman Rouchdi (Budokan Bochum, Kumite Jungen u12 +35 kg), Erik Klimov (SC Grün-Weiß Paderborn, Kumite Jungen u18 -65 kg)

Herzlichen Glückwunsch!

Belgian Open Kumite

Die Sportler/innen vom Oberberg Karate Gummersbach mit ihrem Trainer Nika Tsurtsumia (li.) auf Medaillenkurs in Belgien Foto: Meisen

Karateka aus dem Bergischen mischen bei der Medaillenvergabe mit.

von Eva Mona Altmann

Mit der WM das Jahreshighlight im Rücken fanden am 16. November 2014 in Lüttich die Belgian Open Kumite statt – mit dabei auch einige KDNW-Karateka aus dem Bergischen, die insgesamt sieben Medaillen nach Hause brachten: Gold für Katharina Kemmet (Oberberg Karate), Silber für Ardonika Plava (Rhein Berg Karate), Bronze für Amir Plava und Batikan Cetinkaya (beide Rhein Berg Karate) sowie Andreas Schewtschenko und Denis Laschitzky (beide Oberberg Karate), außerdem für Romana Markovic (Shotokan Aachen).

Herzlichen Glückwunsch!

Foto: Schmeink

Mehr Fotos & Video online!

Battle of the Teams

von Susanne Nitschmann

In diesem Jahr war das Landeskader des KDNW mit den Altersklassen u12, u14 und u16 in Rotterdam. Ein wenig gespannt war die Landestrainerin auf die neu eingeführten Altersklassen im Team. Gerade bei den u12-Mädchen und bei den u14-Jungs hatte sie Kämpfer/innen aus den leichteren Gewichtsklassen nominiert.

Bei den u14-Jungs war auch noch die Absage des Deutschen Meisters Michael Mertin zu verkraften. Der Gewichtsunterschied war in dieser Altersklasse zu groß, so dass die Jungs ihren zweiten Kampf leider verloren. Was allerdings nicht die Qualität der Kämpfer widerspiegelt.

Das Erreichen des Finals unserer ‚kleinen' Mädchen war das Highlight des Tages. Marie Maas, Melanie Schmidl, Natalie Jürgensmann und Jasmin Königs gewannen ihre Vorkämpfe und siegten im Finale überragend. Die Finalveranstaltung mit abgedunkelter Halle und tollem Teamgeist war für die Mädchen noch zusätzliche Motivation. Der letzte Kampf von Jasmin ging sogar mit 10:0 Punkten an das KDNW-Team. Ein Gänsehaut-Erlebnis für alle mitgereisten Eltern und Sportler/innen. Zitat eines Vaters: „Wir sind begeistert und beeindruckt!"

Ebenfalls das Finale erreichten die u16-Jungs mit Nationalkämpfer Nils Tönnis, Dany Nklenai, Andin Plava und Jonathan Schierhon. Gegen das starke belgische Team gerieten unsere Jungs früh in Rückstand. Leider waren die Belgier auf allen drei Positionen stark besetzt, so dass Dany und Nils nicht genug Punkte aufholen konnten. Dank der starken Vorrundenkämpfe ist der zweite Platz ein tolles Ergebnis.

Mit drei dritten Plätzen (u12-Jungs, u14-Mädchen und u16-Mädchen) war das super Abschneiden des Teams perfekt. Alle KDNW-Mannschaften hatten erst ihre Halbfinal-Begegnung verloren und siegten mit toller Moral im Kampf um Platz drei.

Ein anstrengender aber aufregender Tag! Mein Dank an alle Eltern und Sportler/innen. Ihr wart einfach super!

Banzai Cup

Berlin 2014

von Eva Mona Altmann (Infos: Tim Milner, Friedhelm Meisen)

1.500 Karateka aus 26 Nationen: In dieser großen Konkurrenz konnten sich Sportler/innen aus NRW behaupten. Philipp Tepel (Budokan Bochum) siegte in der Alterklasse u21 und wurde mit dem Berliner Senioren-Team Zweiter. Max Bauer (Nika Karate) siegte bei den Junioren. Katharina Kemmet (Nika Karate, Mushin Halle) holte Silber (Seniorinnen) und Bronze (Juniorinnen).

Karate1 Grand Final

in Salzburg

von Eva Mona Altmann

Mehr als 600 Athleten/innen aus 52 Nationen von allen Kontinenten reisten zum letzten Härtetest vor den Weltmeisterschaften im Oktober (11./12.) nach Österreich.

Aus NRW am Start: Alexander Heimann und Nika Tsurtsumia. Nika präsentierte sich in seiner Klasse -84 kg stark, verlor aber leider das Halbfinale. Im Kampf um Bronze musste er sich ebenfalls knapp geschlagen geben, so dass er schließlich Rang fünf belegte. Alexander Heimann konnte in der Klasse -60 kg diesmal leider keine Platzierung belegen.

Insgesamt 2 x Gold, 2 x Bronze, 3 x Platz 5, 2 x Platz 7, 1 x Platz 9 aus deutscher Sicht.

German Open 2014

Rund 800 Karateka, fast 250 Dojos, knapp 60 Nationen.

von Eva Mona Altmann

Diese imposanten Eckdaten beschreiben gut die German Open 2014, ein „WKF Karate1 Premier League"-Turnier, das am 27. und 28.09. in Hanau bei Frankfurt stattfand.

Mit einem neuen Teilnehmerrekord und Karate auf internationalem Top-Niveau – mehr als 20 Welt- und Kontinentalmeister befanden sich im Rennen – war das Event die Generalprobe für die weniger als sechs Wochen darauf in Bremen ausgetragene Karate-Weltmeisterschaft.

Das deutsche Team belegte bei der German Open Rang drei im Medaillenspiegel: 1 x Gold, 2 x Silber, 3 x Bronze, 4 x Platz 5 und 2 x Platz 7.

Foto: Wolbers

Alex Heimann im Angriff

Aus NRW darunter: Alexander Heimann, der im Kumite Herren -60kg den 5. Platz holte. Die anderen Karateka aus dem KDNW konnten sich im internationalen Starterfeld zwar nicht platzieren, aber viele Erfahrungen sammeln und internationale Wettkampfluft schnuppern.

Mehr Fotos online!

Einer der wunderschönsten Momente der WM: Freude pur über den hart erkämpften Einzug ins Kumite-Team-Finale der Männer.

Foto: Schaub

Medaillen & Platzierungen DKV: GOLD: Kata Team Damen (Jasmin Bleul, Sophie Wachter, Christine Heinrich) **SILBER: Duygu Bugur** (Kumite Damen -50 kg), **Ilja Smorguner** (Kata Einzel Herren), **Kumite-Team Herren** (Jonathan Horne, Mehmet Bolat, Noah Bitsch, Heinrich Leistenschneider, Nika Tsurtsumia, Oliver Henning, Andreas Bachmann) **BRONZE: Jana Bitsch** (Kumite Damen, -55 kg), **Noah Bitsch** (Kumite Herren -75 kg), **Jasmin Bleul** (Kata Einzel Damen) **5. PLATZ: Silvia Sperner** (Kumite Damen -61 kg), **Mehmet Bolat** (Kumite Herren -84 kg) **7. PLATZ: Maria Weiß** (Kumite Damen -68 kg)
Menschen mit Behinderungen: GOLD: Helga Balkie (Kata Einzel, Sehbeh.), **Marvin Nöltge** (Kata Einzel, Lernbeh.) **SILBER: Michael Lesic** (Kata Einzel, Lernbeh.) **BRONZE: Sven Baum** (Kata Einzel, Rollstuhl) **4. PLATZ: Nina Fell** (Lernbeh.) **5. PLATZ: Andrea Nowak** (Lernbeh.)

Herzlichen Glückwunsch!

Foto: Grüner

Das war die Karate-WM 2014 in Bremen...

Die Karate-WM 2014 in Bremen ist Geschichte – und was für eine! Insgesamt sieben Medaillen und damit Rang fünf im Medaillenspiegel für das deutsche Nationalteam!

Nika Tsurtsumia:

„Diese WM war ganz besonders für mich, weil es meine letzte WM als aktiver Sportler der Nationalmanschaft war. Und weil sie zu Hause in Deutschland stattfand – da schläft man besser als woanders. Ganz besonders fand ich, dass ich das Versprechen an meine Frau Nino, nämlich mit meiner Mannschaft ins Finale einzuziehen, halten konnte. Das macht mich neben der Auszeichnung >Vize-Weltmeister< besonders stolz.

Foto: Wolbers

Was mir immer noch in den Ohren klingt, ist, wie die Zuschauer bei jedem erreichten Punkt laut schrien, jubelten und uns weiter anfeuerten, damit wir gewinnen. Dieses Geräusch höre ich nach wie vor und werde es nie vergessen.

Durch meine Verletzung konnte ich leider nicht in jedem Kampf mein komplettes Leistungssprektrum abrufen, aber durch Motivation und Kampfeswillen haben wir es doch noch erreicht, uns mit der Deutsche Nationalmannschaft für das Finale zu qualifzieren.

Die aufrichtige und ehrliche Kameradschaft, welche wir als Team in der Vorbereitungsphase zu diesem großen Ereignis erfahren durften, wird mich prägen für meine zukünftigen Wettkämpfe. Mein Dank gilt Thomas Nitschmann, der aus vielen Individualisten ein Gewinner-Team geschmiedet hat.

Danke auch an meine Schüler/innen, die mich trotz Entbehrung im eigenen Training tatkräftig während der Vorbereitung unterstützt und bei der WM angefeuert haben."

Alexander Heimann:

„Ein großes Kompliment an die Organisatoren für eine perfekt ausgerichtete WM! Zum Publikum nur zwei Worte: Absoluter Wahnsinn! Ich habe mich immer gefragt, wie sich Profifußballer fühlen, wenn sie von 50.000 Fans bejubelt werden. Jetzt weiß ich es. Diese absolute Unterstützung und die Zurufe – Gänsehaut pur und große Motivation. Danke dafür! Unvergesslich!

Foto: Wolbers

Zum Team: Wir sind in den letzten Jahren zu einer Familie zusammengewachsen. Durch die sehr intensive Vorbereitung auf die WM lebte dieses Gefühl in jedem von uns! Ich bin stolz, Teil davon zu sein. Jeder Erfolg, den die Mädels und Jungs errungen haben, war verdient und ich freue mich für jeden einzelnen riesig! Herzlichen Glückwunsch! Das ist auch das Werk unseres Trainer Thomas Nitschmann, der immer an uns glaubt hat und wirklich alles für uns tut! Danke Thomas für die bedingungslose Unterstützung! Und danke auch an den DKV-Sportdirektor Ralph Masella!

Für mich persönlich war es als Athlet aber meine schrecklichste Meisterschaft. Eine größere Enttäuschung als zu Hause in der ersten Runde und ohne Chance auf die Trostrunde zu verlieren, habe ich noch nie mit mir ausmachen müssen! Ich wollte die Medaille! Klar, es gibt immer Rückschläge – aber dieser hat mich emotional hart getroffen. Man kann natürlich sagen, ich hatte >Lospech< – aber wenn man gewinnen will, dann muss man halt alle schlagen! Ich bin ehrlich froh, dass das Jahr jetzt vorbei ist! 2015 wird besser!"

von Eva Mona Altmann

Aus dem KDNW gingen Alexander Heimann (Kumite Einzel Herren -60 kg) und Nika Tsurtsumia (Kumite-Team Herren) an den Start.

Wenig Losglück für Alex.

Er traf bereits in seinem ersten Kampf auf den dato amtierenden Weltmeister aus dem Iran. Eine harte Nuss, die er leider an diesem Tag nicht knacken konnte. Besonders bitter für Alex: Sein Gegner schied im späteren Verlauf des Turnieres aus, so dass ihm selbst die Trostrunde verschlossen blieb. Dass sein iranischer Kontrahent sich letztlich WM-Bronze sicherte, beweist dessen kämpferische Stärke in diesem Wettkampf und dass Alex sich mit der gezeigten Leistung sicherlich nicht verstecken muss – gut gekämpft!

Das Kumite-Team der Herren bot Karate auf Weltklasse-Niveau mit Gänsehaut-Garantie.

Polen, Kasachstan, Russland und Ägypten – unaufhaltsam bahnten sich unsere Jungs ihren Weg durch die Vorrunden, vorbei an starken Gegnern.

Gegen Ägypten brillierte Nika mit seinen legendären Fusstechniken.

Er platzierte unmittelbar nach einem Jodan-Mawashi-Geri (Titelseite) auch noch einen eingesprungenen Chudan-Ushiro-Geri. Das Halbfinale gegen die Türkei war ein absoluter Nervenkrimi – spannender ging es kaum. Der Jubel nach dem hart erkämpften Sieg wollte kaum enden. Wie gerne hätte das deutsche Team die gelungene WM mit einem Finalsieg über die iranische Mannschaft gekrönt – dies

1 Eröffnungsshow 2 Ein Teil der Millenniums-Trainerriege aus dem KDNW 3 Uwe Portugall & Eva Mona Altmann werden für ihr Engagement geehrt. 4 Ohne den Einsatz der jungen Sportler/innen wären die Kampfrichterprüfungen nicht durchführbar gewesen. 5 Volos: Die heimlichen Helden der WM feiern sich nach dem letzten Finale selbst. 6 Freudensprung Jana Bitsch: Zum Glück kann BT Thomas Nitschmann gut fangen.

Fotos: Wolbers

sollte leider nicht sein, aber WM-Silber ist eine phänomenale Leistung – herzlichen Glückwunsch!

BT Nitschmann

Kumite-Bundestrainer Thomas Nitschmann aus Duisburg kann nach einer langen und intensiven Vorbereitungszeit stolz auf eine sehr erfogreiche WM blicken!

LKR-referent Portugall

Auf Seite der Offiziellen war aus dem KDNW Weltkampfrichter Uwe Portugall dabei, der viele spannende und wichtige Kämpfe leitete. Bereits im Vorfeld der WM unterstützte er mit EKF-Kampfrichterin Eva Mona Altmann die Organisation und Durchführung von WKF-Kampfrichterlehrgang und -prüfungen.

Die WM in Bildern

Mit ihren Kameras haben Ralf Wolbers und Dr. Hans-Peter Schaub aus dem KDNW einige der schönsten Momente der WM für die Ewigkeit festgehalten.

Millenniumslehrgang setzt neue Massstäbe

Der im Vorfeld der WM ausgerichtete Millenniumslehrgang war mit rund 1.000 Teilnehmern/innen ein voller Erfolg – auf Seiten der Trainer/innen und Teilnehmer/innen natürlich mit starker Beteiligung aus dem KDNW.

Beats aus NRW

Zum Abschluss der WM sorgte DJ Tobias Portugall aus Dortmund für Partystimmung bei der Champions Night.

Heimliche Helden der WM

Last but not least: All die freiwilligen Helfer/innen aus NRW vor Ort, die als „Volos“ die WM aktiv mitgestaltet haben und die vielen Zuschauer/innen, die mit ihren Anfeuerungsrufen die DKV-Karateka zu Höchstleistungen angespornt haben.

Thomas Nitschmann:

„Eine perfekte Organisation und ein phantastisches Publikum haben unser Team zu grandiosen Leistungen getragen. Ich bin sehr stolz auf unsere Mannschaft, denn der Druck war enorm und die Erwartungshaltung sehr hoch. Die harte Vorbereitungszeit und die vielen Turniere haben sich ausgezahlt, auch wenn nicht jeder eine Medaille erkämpfen konnte, wir haben in allen Kategorien überzeugt. Ich sehe positiv in die Zukunft für Deutschland!“

Foto: Grüner

Uwe Portugall:

„Es war eine tolle WM! Die vielen Karate-Gäste aus den verschiedenen Ländern haben uns internationales Flair nach Bremen gebracht, dabei war die Atmosphäre stets von Sportsgeist und Kameradschaft geprägt – und von dem überragenden Teamgeist der Mitglieder des Deutschen Karate Verbandes. Wir alle – Sportler, Trainer, Offizielle, Helfer und auch Zuschauer – haben fantastisch zusammengearbeitet und so zu den sportlichen Erfolgen und zum Gelingen der Weltmeisterschaft beigetragen. Ein unvergessliches Erlebnis! Ich bin stolz, Teil dieses Teams zu sein.“

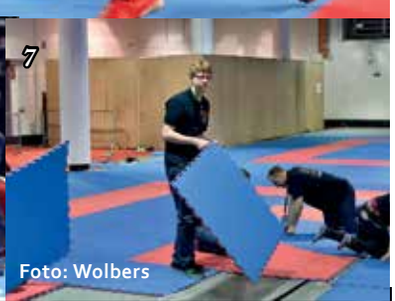
Foto: Grüner

Tobias Portugall:

„Durch meine eigene Zeit im Kader habe ich dort Freunde und war die gesamte WM beim Team. Ihr Erfolg hat den perfekten Grundstein für eine super Party gelegt. Mit meinen Freunden zusammen den Abend zu rocken, war sehr besonders und wird so schnell nicht vergessen!“

Foto: Wolbers

1 Deutschland wird Weltmeister: Sieg für das Kata-Team Damen 2 BT Nitschmann wusste gut mit der Video-Review-Karte umzugehen. 3 Alex Heimann fand leider kein passendes Konzept im Kampf gegen seinen Gegner. 4 Weltklasse-Stimmung in der ÖVB-Arena. Das Publikum spornte die Athleten/innen zu Höchstleistungen an. 5 Weltkampfrichter Uwe Portugall als Referee. 6 Das Medieninteresse war groß. Hier: KDNW-Kampfrichter im ARD-Morgenmagazin. 7 Ohne sie ging, wie hier beim Mattenaufbau, nichts: Die freiwilligen Helfer/innen der WM im Dauereinsatz. 8 Gemeinsam schwitzen beim Millenniumslehrgang: 1.000 Karateka waren dabei. 9 Die ÖVB-Arena war im November 2014 das Karate-Epizentrum der Welt. 10 Das war einfach Nikas Kampf: Mit schnellen Tsukis, spektakulären Fußtechniken, einem starken Team und vielen Fans im Rücken ließ er seinem Gegner keine Chance.



Mehr Fotos, Videos und Links online!

ERGEBNISSE

A1: Kata M Ü 30 / 9.-6. Kyu
1. Timo Breunig, USC Duisburg
2. Michael Lincke, Okinawa Düren
3. Antonio Bernunzio, SKD Kall

A2: Kata W Ü 30 / 9.-6. Kyu
1. Martina Pantförder, SKD Kall
2. Kathrin Jacob, SKD Dortmund

A3: Kata M Ü30 / 5.-1. Kyu
1. Sascha Maihöfer, SKD Dortmund
2. Jan Schubert, Okinawa Düren
3. Özcan Süzer, SZ Bochum

A4: Kata W Ü 30 / 5.-1. Kyu
1. Magida Küpper, Okinawa Düren
2. Melanie Kaminski, Kaiten Hamm
3. Natalja Diekamp, Okinawa Düren

B1: Kata M Ü 40 / 9.-6. Kyu
1. Andreas von Brechan, KD Kempen
2. Toni Oleiro, TSV Vorhalle
3. Markus Rey, Okinawa Düren

B2: Kata W Ü 40 / 9.-6. Kyu
1. Andrea Güttner, SKD Kall
2. Andrea Wenzler, SKD Kall
3. Claudia Zweihaus, KD Neuenkirchen

B4: Kata W Ü 40 / 5.-1. Kyu
1. Birgit Buddendiek, KD Gelsenkirchen-Buer
2. Melanie Froitzheim, SKD Kall
3. Sabine Roß, TuS St. Arnold

C3+D3: Kata M Ü50/Ü60 5.-1.Kyu
1. Ralf Wittke, TSC Eintracht Dortmund
2. Thomas Vennedey, KD Kempen
3. Hans Walter Berkemeier, TuS St. Arnold
4. Joszef Kola, Okinawa Düren

C1: Kata M Ü50 / 9.-6. Kyu
1. Horst Schwarz, SZ Bochum
2. Horst Lerch, Bushido Köln
3. Roger Kleuskens, KD Kempen

G1: Kumite M Ü 50
1. Hans-Martin Bröker, Budokan Bochum
2. Bernd Vogelsang, TSV Seelscheid
3. Berthold Brockmann, JC Borken

F2: Kumite W Ü40
1. Judith Baumgardt, KD Kempen
2. Renate Erdmann, KD Kempen
3. Birgit Buddendiek, KD Gelsenkirchen-Buer

F1: Kumite M Ü 40
1. Rudi Laitenberger, KD Kempen
2. Edward Biedsoe, Emsdetten
3. Horst Winter, Rhein Berg Karate
4. Jörg Burdeska, KD Gelsenkirchen-Buer

E2: Kumite W Ü 30
1. Melanie Kaminski, Kaiten Hamm
2. Sabine Vering, JC Borken

E1: Kumite M Ü 30 / -85kg
1. Jakub Spocinski, KD Gelsenkirchen-Buer
2. Özcan Süzer, SZ Bochum
3. Tobias Kiese, USC Duisburg

E1: Kumite M Ü 30 / +85kg
1. Oleg Schuhmann, Rhein Berg Karate
2. Thomas Elz, TSV Seelscheid
3. Waldemar Völker, TSV Seelscheid

Foto: Tönnis

Foto: Tönnis

Foto: Höfer

Foto: Höfer

1. Master-Cup des KDNW

Gelungene Premiere des neuen Turnieres speziell für ältere Wettkampfdebütanten/innen

Foto: Höfer

Foto: Tönnis

von Eva Mona Altmann

Am 7. Dezember 2014 war es so weit: Erstmals wurde das neue Turnier im KDNW ausgetragen: Der Master-Cup. Eine Veranstaltung ganz speziell für Jukuren der Altersklassen ü30, ü40, ü50, ü60 – und hier für die Einsteiger/innen in den Wettkampfsport.

Susanne Nitschmann, Projektbeauftragte der Kooperation von Landessportbund und KDNW unter dem Motto „Bewegt älter werden in NRW“, ist bei dieser Maßnahme federführend und der Erfolg gibt ihr Recht: 57 Starter/innen aus 21 Vereinen mit 66 Starts, davon 35 in Kata und 31 in Kumite.

Das Event fand im Karate Dojo Kempen im überschaubaren und familiären Rahmen statt. Die eingesetzten Kampfrichter rund um den stellvertretenden Referenten Ralf Vogt zählen selbst zur gleichen Altersklasse wie die Athleten/innen, wenn sie natürlich auch über mehr Karate-Erfahrung verfügen, und brachten daher besonderes Fingerspitzengefühl in den Bewertungen mit.

Alles in allem eine rundum gelungene Veranstaltung und bestimmt nicht die letzte ihrer Art.

Kommentar Birgit Buddendiek

„Von A wie (absolut) aufregend bis Z wie zufrieden deckte der Master-Cup bei Susanne Nitschmann alles ab, was eine sportliche Veranstaltung für die Teilnehmer/innen ausmacht.

Vielleicht nicht alle, aber viele von uns >älteren< Anfängern/innen waren im Vorfeld wohl so aufgeregt wie lange nicht mehr. Von dem Moment der Anmeldung an – unabhängig davon, ob der vereinseigene Trainer einen dazu >verdonnert<, Susanne einen >freundlich aber bestimmt< überredet oder man sich selbst getraut hatte – schwankten wir zwischen freudiger Anspannung und leichter Panik (>Warum hab ich das nur getan?<).

Erst schien es noch so weit weg und lange hin, dann plötzlich war die Zeit so knapp, und >man< hätte noch so viel trainieren müssen. Auf jeden Fall waren wir alle am Sonntag da, vor Ort, und hatten jede Menge Spaß!

Das gesamte Turnier war eigentlich wie Susanne: sportlich fair, locker, offen, dabei ernsthaft in der Sache. Die gute Organisation, der reibungslose Ablauf und die professionellen Wertungsrichter (ehrlich gesagt, vor denen hatten wir auch jede Menge Respekt im Vorfeld, denn: würden wir im Eifer des Gefechtes auch verstehen, was sie uns mitteilen?) schufen für uns gespannte Turnier-Atmosphäre. Eben jene Wertungsrichter trugen dazu bei, uns den Turnier-Einstieg zu erleichtern, denn sie vermittelten neben der professionellen Haltung auch ein deutliches Verständnis für uns Anfänger/innen.

Die Stimmung unter uns Teilnehmern/innen war gut, sportlich und freundschaftlich, einfach angenehm. Wir haben gemeinsam mit Spaß und Ehrgeiz >unseren< Sport ausgeübt – was kann es Schöneres geben?

Es hat mich besonders gefreut, dass die Idee, eben einen Wettkampf dieser Art ins Leben zu rufen, durch rege Teilnahme belohnt wurde!“

Ihr Fazit fällt positiv aus: Teilnehmerin Birgit Buddendiek

Foto: Tönnis

KARATEbyJesse

Kreativität im Karate

& warum sie so wichtig ist

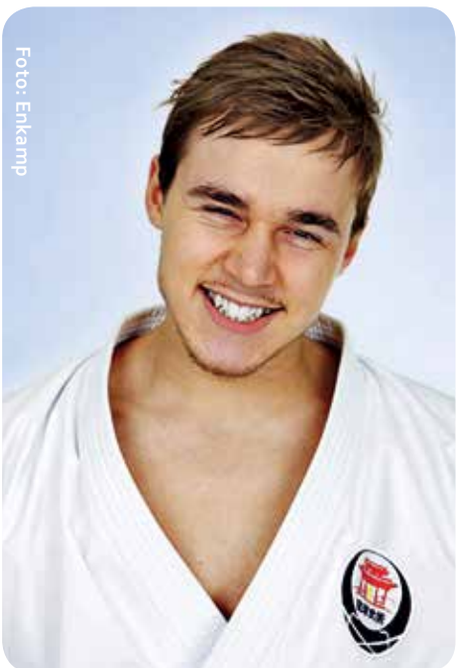


Foto: Enkamp

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

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

Kreativität.

Ein großes Wort.

Macht es dir Angst...

...oder reizt es dich?

Gleich, welche Gefühle das Wort „Kreativität“ in dir auslöst, fest steht:

Es gibt wenig, das uns so tief mit dem Wesen der menschlichen Natur verbindet wie das „Anzapfen“ unseres kreativen Selbst.

Kreativität ist Glück.

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich in meinem idealen „Flow“-Zustand – ob ich nun eine Kata ausführe, mit einem realen Gegner kämpfe oder einen Artikel schreibe – mitunter Zeit, Raum und Logik vollkommen vergesse.

So als würde man in ein Paralleluniversum vorstoßen.

Ach, die Bedeutung dieser Erfahrung war den großen Männern der Geschichte schon immer bekannt:

„Kreativität ist wichtiger als Wissen, denn Wissen ist begrenzt. Kreativität aber umfasst die ganze Welt.“
– Albert Einstein

„Kunst erfordert Kreativität. Kreativität erfordert Erfahrung. Erfahrung stammt aus dem Leben. Und dein Leben kommt in deiner Kunst zum Ausdruck.“
– Bruce Lee

„Es gibt keinen Zweifel daran, dass Kreativität die bedeutendste menschliche Ressource ist. Ohne Kreativität gäbe es keinen Fortschritt, und wir würden immer wieder nur die gleichen Muster wiederholen.“
– Edward de Bono

Diese Liste ließe sich fortsetzen.

„Okay“, denkst du.

„Das ist cool, Jesse-san. Aber ich bin weder Einstein noch Lee. Ich bin kein Künstler, Maler oder Musiker. Ich brauche keine Kreativität und selbst wenn ich sie bräuchte, könnteich sie nicht auf Knopfdruck herbeizaubern.“

Wow.

Also lass es mich dir erklären:

1. Du musst keinen kreativen Beruf haben, um dir die Macht des kreativen Denkens zu Nutzen zu machen. Was gibt es heute zum Abendessen? Was ziehe ich an? Wie bringe ich meine Kinder dazu, ihre Hausaufgaben zu machen? Was sage ich meinem Chef, wenn ich zu spät zur Arbeit komme? All dies erfordert Kreativität.

2. Du bist schon ein Künstler (ein Kampf-Künstler).

Vergiss das nicht. Erkenne das an. Der menschliche Körper ist dein kreatives Werkzeug. Der Kampf ist deine Leinwand. Kreiere etwas!

3. Warum du dich oft „unkreativ“ fühlst, ist leicht erklärt: Du lässt deine Kreativitätsmuskeln (die spezifischen Nervenbahnen des kreativen Denkens) nicht genug spielen.

Das ist schon alles.

Also zeige ich dir heute zwei einmalige Übungen, die ich kreiert habe, um deine Kreativität im Karate zu verbessern.

Eine für Kata und die andere für Kumite.

Aber vorher..

Für manche Leute mag das wie ein Paradoxon klingen.

„Wie kann man im Karate kreativ sein, wenn doch alles vorgegeben und festgelegt ist?“

Der Punkt ist:

Die meisten von uns haben nicht gelernt, wie man Kreativität im Karate richtig anwendet.

Es existiert eine natürliche Ordnung

von Lernfortschritten im Karate – und es ist nicht sinnvoll, kreative Sprünge zum falschen Zeitpunkt zu versuchen (das könnte sogar abträglich sein).

Im Japanischen kennt man dieses Konzept als „Shu-Ha-Ri“.

Zuerst musst du die Regeln befolgen (Shu), sie dann brechen (Ha), bevor du schliesslich die Fähigkeit hast, selbst Regeln zu kreieren (Ri).

Das ist der Lebenszyklus der Karate-Meisterschaft.

Du solltest dich schrittweise von den „Waza“ (Techniken) zu den „Ri“ (Prinzipien) vorarbeiten.

Warum?

Weil, entgegen der Mc-Dojo™-Mentalität, wahre Kreativität nicht darin besteht, eine Unmenge von Techniken (Waza) abzufeuern. Das ist bloßes Auswendiglernen und Wiederholen. Wie ein Papagei.

Wahre Kreativität bedeutet, die Prinzipien (Ri) zu verstehen und anzuwenden; die zu Grunde liegenden Mechanismen, die das Wann, Wo und Wie deines technischen Ausdrucks steuern.

Einleuchtend, oder?

Techniken sind begrenzt und lokal.

Prinzipien sind unendlich und universal.

Aber: Die einen können nicht ohne die anderen existieren.

Und sie müssen in der richtigen Reihenfolge erlernt werden.

An dem Tag, als ich persönlich das verstanden habe, hat sich meine ganze Wahrnehmung des Karate verändert – und ich konnte nun das scheinbar Zusammenhanglose auf neuen und kreativen Wegen miteinander verbinden.

Also...

Behalten wir das im Hinterkopf und schauen uns die beiden Übungen an, die deinen „Kreativitätsmuskel“ im Karate aufpumpen. Die erste mittels Kata, die zweite mittels Kumite.

Aufgepasst:

1. Kata-Kreativitäts-Challenge

Diese Übung ist ein Wettkampf. Nimm dir einfach einen Partner und fordere ihn/sie zu einem „Kata Battle“ heraus.

Diese unglaubliche Übung verbessert nicht nur deine Fähigkeit zum kreativen Denken, sondern auch deine motorische Intelligenz und dein Gedächtnis.

Hier ist das Konzept:

1. Person A macht eine freie Beweung aus Yoi (z.B. Gyaku-Zuki).

2. Person B macht die gleiche Bewegung und fügt dann eine weitere hinzu (z.B. Gyaku-Zuki, Mae-Geri).

3. Person A wiederholt die Sequenz und fügt dann noch eine Bewegung hinzu (z.B. Gyaku-Zuki, Mae-Geri, Uchi-Uke).

4. Person B wiederholt alle Bewegungen und fügt eine weitere hinzu (z.B. Gyaku-Zuki, Mae-Geri, Uchi-Uke, Tobi-Geri).

5. Und immer so weiter, bis einer von beiden a) eine Bewegung vergisst oder b) einen Fehler macht.

Die Idee ist, dass ihr gemeinsam Schritt für Schritt eine Kata entwerft – indem ihr immer weiter die jeweils nächste Bewegung hinzufügt, während ihr die bisherigen Bewegungen im Gedächtnis behaltet.

Wieviele Schritte schafft ihr, bevor jemand verliert? 5? 10? 25?

Probiert es aus.

Das Ergebnis sieht sehr unterschiedlich aus, je nachdem, wieviel Erfahrung und Fähigkeiten ihr bereits habt.

Zusätzliche Regeln sind sehr empfehlenswert, z.B. „Du darfst eine vorangegangene Bewegung nicht wiederholen.“ oder „Eine Bewegung darf man nicht öfter als zwei Mal machen.“ oder „Jede Bewegung in einem anderen Stand“ etc.

Je mehr Regeln es gibt, desto kreativer müsst ihr werden.

Viele denken, dass Regeln und Bestimmungen Kreativität „einschränken“. Aber das ist falsch.

Großer Kreativität wohnt ein anarchisches Element inne.

Regeln regen die Kreativität an!

“Kunst lebt von Zwängen und stirbt an der Freiheit.“

– Leonardo da Vinci

2. Kumite-Kreativitäts-Challenge

Jetzt zum Kumite.

Da brauchst du natürlich auch einen Partner.

Die Idee ist einfach und ähnelt dem Kata-Wettkampf:

1. Person A greift Person B mit einem freien Angriff an.

2. Person B reagiert mit einem freien Block und Konter.

3. Person B greift dann Person A an.

4. Person A macht einen freien Block und Konter.

5. Und immer so weiter, immer abwechselnd bis eine/r a) durcheinander kommt oder b) sich wiederholt.

Verstanden?

Für diese Übung ist es am sichersten, wenn man am Anfang immer den gleichen Angriff macht (aber die Reaktionen variiert) und langsam beginnt.

Dann kann man verschiedene Angriffe mischen und das Tempo verändern.

Eine schwierigere Variante besteht darin, immer den gleichen Block zu machen und stattdessen die Angriffe ständig zu verändern.

Diese Übung fördert die kämpferischen Fähigkeiten in hohem Maße – einschließlich der mentalen Fähigkeiten: Kreativität, Wahrnehmung, innere Stärke und Intuition.

Ich empfehe, erst die Kata-Challenge zu machen, bevor ihr euch an die Kumite-Challenge wagt, besonders, wenn ihr sie mit eurer Trainingsgruppe ausprobiert.

Die KARATEbyJesse-Reihe wird in der nächsten Ausgabe fortgesetzt.

Karate in der DDR

Training im Verborgenen

Heimliches Training? Verfolgt von der Stasi? Das wollte ich genauer wissen. 44 Karateka aus der ehemaligen DDR haben mir von ihrem versteckten, aber unbeirrten Training erzählt, und wie der Staat letzen Endes nachgeben musste und Karate im April 1989 als Sportart der DDR zugelassen hat.

von Anja Röbekamp

Eines Samstag morgens, beim üblichen Kaffee nach dem Training, erzählten die „alten Herren" von früher. Wie damals zu Mauerzeiten die Trainer aus West-Berlin in den Ostteil der Stadt gefahren sind, um dort heimlich Training zu geben, und von dem weißen Lada, der ihnen immer gefolgt sei.

Heimliches Training? Verfolgt von der Stasi? Das wollte ich genauer wissen. 44 Karateka aus der ehemaligen DDR haben mir von ihrem versteckten, aber unbeirrten Training erzählt, und wie der Staat letzen Endes nachgeben musste und Karate im April 1989 als Sportart der DDR zugelassen hat. Bis dahin galt:

„Die Sportart Karate existiert in der DDR nicht!"

Das war die Lesart des Politbüros. Ca. 3000 Karateka haben dort aber trotzdem trainiert und sogar mehrtägige Lehrgänge organisiert. Die Stasi hatte sie dabei immer im Visier:

Wohl für jeden Karateka in der DDR existierte eine Stasi-Akte – wegen des Sports.

So wurden Lehrgänge auch mal vergeblich organisiert, weil sie im letzten Moment noch von der Stadtverwaltung abgesagt wurden: „Sie sind ein Sicherheitsrisiko!". Oder weil Sonntags zwei Herren in Grau vor der Halle standen, in der Samstags schon trainiert worden war, und behaupteten, „in die Halle regnet es rein". Dann mussten die Karateka passen. Warum eigentlich?

Sportlicher Erfolg, insbesondere Olympiaden, waren dem Staat sehr wichtig, und der DTSB, der Deutsche Turn- und Sportbund der DDR, war direkt mit dem Politbüro verbunden. Wichtige Funktionäre hatten Angst, ein attraktiver Sport wie Karate könnte vielleicht dem Judo oder dem Boxen Talente entziehen, und das wollte man nicht. Karate wurde als brutal diffamiert, als „kapitalistischer Mördersport", der in der DDR unerwünscht sei.

Auch hatte man schlicht Angst, dass die Zivilbevölkerung besser kämpfen könnte als die Staatsorgane.

Denn Karate wurde als sehr effizient eingeschätzt, wurde aber offiziell weder in der NVA, noch bei der Polizei oder in Eliteeinheiten trainiert. Aber auch dort gab es Karate-Enthusiasten, die heimlich und in Eigenregie trainiert haben.

Sport in der DDR war staatlich organisiert, Schulen und Vereine, wie wir sie aus dem Westen kennen, gab es nicht. Karate war offiziell schlicht nicht existent. Wie trainiert man denn etwas, dass es nicht gibt? Indem man sich ein Lehrbuch besorgt. Die gab es im Westen ja schon Anfang der 70er Jahre, und Albrecht Pflügers zweiteiliges Standardwerk hatte fast jeder Ost-Karateka – oft als Kopie. Häufig musste die Oma oder die Mutter, die als Rentnerin frei in den Westen reisen konnte, die verbotene Westliteratur mitbringen. Selbst Masatoshi Nakayamas Werk mit acht Bänden fand so seinen Weg in den Osten – da hatte eine Mutter acht Mal das Risiko auf sich genommen, die Grenze mit Schmuggelgut zu passieren!

Dann brauchte der Ost-Karateka einen verschwiegenen Ort für sein Training. Das konnte ein Keller sein, ein Dachboden, die Kantine oder ein leeres Schwimmbecken – Hauptsache ein bisschen Platz ohne Beobachter. Bei dem autodidaktischen Training war jeder bald auch Trainer, man korrigierte sich gegenseitig nach den Abbildungen in den Lehrbüchern. Nach und nach

fanden sich kleine Trainingsgruppen zusammen:

Aufgenommen wurden nur Leute, die man gut kannte oder denen man vertraute.

Es gab Wartezeiten, denn vorsichtshalber wurden die Gruppen klein gehalten, und manchmal musste man sich erst mal bewähren, z.B. beim Hausbau helfen, um in eine Gruppe hinein zu kommen.

Das Training war oft etwas „raubautziger" als heute: In den Büchern stand wenig über Entspannung, so war häufig Kime und Kraft vorherrschend: „Wir haben uns gegenseitig ganz schön auf den Latz gehauen". Das wurde teilweise auch zu Disziplinierungszwecken eingesetzt und um die Mitstreiter zu testen: Wer hält durch, wer will unbedingt dabei sein und nimmt dafür etwas auf sich? Der eine oder andere Sportler musste dann nach der Wende ein wenig umlernen, aber das gehört im Karate ja ohnehin dazu.

Früher oder später kamen die Sportler allein an ihre Grenzen und kontaktierten Trainer aus dem Ausland.

In allen anderen sozialistischen Ländern war Karate erlaubt.

Und so fuhren die Ost-Karateka nach Polen, in die Tschechoslowakei oder nach Ungarn, um dort zu trainieren. Umgekehrt gaben Trainer von dort Unterricht in der DDR. Auch Trainer aus West-Deutschland und West-Berlin fanden auf verschlungenen Wegen Schützlinge im Osten.

Der Staat tat einiges, um Karate zu unterdrücken, von der Rund-um-die-Uhr Bespitzelung über den Versuch, ein Ehepaar auseinander zu bringen bis hin zur Anklage wegen Bildung einer terroristischen Vereinigung. Davon hat sich aber kaum ein Sportler abschrecken lassen. Im Gegenteil: Mitte der 80er Jahren wurden auch die Karateka zunehmend selbstbewusster und schickten Anfragen und Eingaben an den DTSB, ans Radio und an das zuständige Ministerium, Karate offiziell zu erlauben. Durch die Bespitzelung durch die Stasi wusste der Staat, wie viele Bürger Karate praktizierten und sogar schon in einem Verband organisiert waren. Außerdem haben auch Polizisten, Soldaten und viele MFS- und Stasi-Mitglieder – heimlich – Karate trainiert.

Es waren dann wohl zu viele Leute, die Karate trainiert haben, um das Verbot weiter aufrecht zu erhalten.

Im Februar 1989 entschloss sich dann der DTSB, Karate zu erlauben. Allerdings nicht als eigenständige Sektion, sondern es wurde dem Judo unterstellt und sollte durch den Judo-Verband der DDR organisiert werden. Dort sollte eine Prüfungs- und Wettkampfordnung entwickelt werden. Man tat so, als hätte es bis dahin kein Karate in der DDR gegeben. Es war also kein Freispruch erster Klasse, den das DDR-Karate Mitte 1989 erfuhr. Mit der Wende im November des Jahres wurde dann alles noch mal ganz anders, aber das ist eine andere Geschichte.

Feature von Anja Röbekamp zum Thema „Karate in der DDR" beim Deutschlandradio Kultur (09.11.2014)

Themenspecial

Vergleichskampf in der DDR

...oder wie er dem Mauerfall zum Opfer fiel.

Während des Gasshuku in Konstanz im Sommer 1989 vereinbarte der Dojoleiter des Karate Dojo Lemgo Erich Busch mit dem ostberliner Karate-Pionier Axel Dziersk einen Vergleichskampf zwischen den Kumite-Teams des KD Lemgo und Ost-Berlins.

von Stefan Krause

Als Termin wurde der 11. November 1989 in den Wettkampfkalender eingetragen. Der gesamte Verein fieberte dem Aufeinandertreffen in der Hauptstadt der DDR entgegen. Die politischen Verwerfungen im Herbst ´89 ließen eine äußerst interessante Reise in den Osten erwarten.

Und dann fiel – für uns alle überraschend – am 9. November, zwei Tage vor unserem Vergleichskampf, die Berliner Mauer.

Am 11.November ging es mit unserem Vereinsbulli um 4 Uhr morgens auf die A2 – zwei Stunden früher als geplant, um dem prognostizierten erhöhten Verkehrsaufkommen vorauszu-

Alle Fotos Themenspecial: Altmann

eilen. Aber die Autobahn war frei. Schon um 6 Uhr wurde in Helmstedt vor der innerdeutschen Grenze schnell noch mal feudal gefrühstückt und dann fuhren wir über den Grenzübergang Marienborn. Dort hätte man noch zwei Tage früher die umfangreichen beklemmenden DDR-Grenzkontrollen über sich ergehen lassen müssen, aber nun waren alle Schlagbäume geöffnet. Wir sahen uns schon zum zweiten Frühstück auf dem Alexanderplatz, als wir über die letzte kleine Anhöhe vor der Magdeburger Börde fuhren und direkt dahinter war Stau in alle Richtungen: alles verstopft mit vollbesetzten Trabbis, die in eine riesige blaue Wolke aus Abgasen gehüllt waren. Der Stau zog sich im Stop-and-Go bis zum Grenzübergang Drewitz.

Wir vertrieben uns zwischendurch auf der Transitstrecke mit einer Fotosession die Zeit. Der Lemgoer Sportreporter Wolfgang Sprentzel hatte uns extra eine Kamera mitgegeben, um ihm anständige Bilddokumente dieses innerdeutschen Sportaustausches zu liefern.

Das sah schon klasse aus: das Dojo Lemgo in seinen neuen Trainingsanzügen aus Ballonseide in Pastellfarben inmitten von Wartburgs und Trabbis und alle Menschen hatten ein breites Grinsen auf dem Gesicht.

Es dauerte Stunden und wir hatten schon leicht Verspätung, als wir endlich West-Berlin erreichten. Direkt durfte man damals nicht nach Ost-Berlin fahren, daher mussten wir durch den Westen der Stadt. Auf der Avus hatten wir dann sogar 5 km freie Fahrt, bis wir auf dem Weg zum Checkpoint Charlie wieder im Stau steckten. Aber es herrschte eine ganz tolle Stimmung.

West-Berlin war überschwemmt von Menschen aus dem Osten, die man an ihrer Kleidung und an den Plastiktüten voller Obst identifizieren konnte.

Alle hatten gute Laune und waren in Feierstimmung. Nach zwölf Stunden Reise stellte sich dann am Checkpoint Charlie heraus, dass wir als West-Deutsche diesen Grenzübergang nicht benutzen durften und deshalb ging es wieder zurück in den Stau zum Grenzübergang Heinrich-Heine Straße. Von dort aus erreichten wir dann gegen 18 Uhr endlich die Hauptstadt der DDR.

Jeder von uns musste 25 Westmark in 25 Ostmark umtauschen.

Der Vopo bei der Grenzkontrolle filzte unseren Bulli und machte uns mit Worten, die man nicht unfreundlicher vortragen konnte, darauf aufmerksam, dass wir bis um 24 Uhr die Hauptstadt der Deutschen Demokratischen Republik wieder verlassen müssten, sonst drohe uns ein Strafgeld von 1000 Mark pro Person oder Haft, während drumherum die Menschenmassen in ausgelassener Stimmung in den Westen der Stadt strömten. Wir ließen uns die gute Laune auch nicht vermiesen und machten uns auf den Weg zur Sporthalle. Da wir in Zwischenzeit deutlich zu spät dran waren, versuchte Erich Busch nun seine Kontaktperson in Ost-Berlin zu erreichen. Aber keine Chance – niemand ging ans Telefon. Offensichtlich hatten die Karateka aus Ost-Berlin nicht auf uns gewartet und waren vermutlich alle im Westen der Stadt unterwegs.

Der Vergleichskampf war also dem Mauerfall zum Opfer gefallen.

Wir machten uns auf den Weg in die Stadt, um unser Ostgeld los zu werden. Am Alexanderplatz, am roten Rathaus, am Fernsehturm – überall waren die Restaurants ausverkauft. Aber dann fanden wir doch noch eine Bar. Es gab Bier, Krimsekt und – als einzige verfügbare Speise – Palatschinken. Als wir das Lokal wieder verließen, war auch dieser ausverkauft. Auf der Rückreise standen wir natürlich wieder im Stau bis Marienborn.

Nach 28 Stunden Reise waren wir am Sonntagmorgen unverrichteter Dinge zurück in Lemgo.

Historische Bilddokumente kann ich leider nicht liefern, da die Kamera, die uns der Reporter vom Westfalenblatt mitgegeben hatte, fehlerhaft bedient wurde.

Der Sportaustausch mit den ostberliner Karateka fand dann im Januar 1990 in Lemgo statt.

Die Berliner um Axel Dziersk und ein Leipziger kamen zu einem Bundesbestenlehrgang (BBL) mit Hideo Ochi und Teruo Kono nach Lemgo. Die Kyu-Träger trainierten parallel bei Marian Glad. Axel Dziersk und seine Truppe führten abends bei einer Budo-Gala zur 800-Jahrfeier von Lemgo vor 2000 Zuschauern in der Lemgoer Lüttfeldhalle eine grandiose Samuraishow vor. Die folgende Lehrgangsfete dauerte bis in die frühen Morgenstunden.

Neue Dan-Grade im KDNW

Bernd Milner und Detlef Herbst konnten am 30.11.2014 etliche neue Dan-Grade verleihen.

Koshinkan-Dan-Prüfungen am 27.09.2014 in Oberhausen.

Goju-Ryu:
13 neue Dan-Träger/innen Ende August 2014 in Langenfeld.

14.09.2014: Dan-Prüfung bei Georg Karras und Hardy Berscheid in Moitzfeld.

Der Kyokai Neuenkirchen richtete im Jahr 2014 erstmals eine Dan-Prüfung (SOK) aus.

29.11.2014: Dan-Prüfung im Stil Goju-Ryu in Rheine.

Pünktlich zu seinem 50. Geburtstag wurde Detlef Tolksdorf aus Oberhausen der 7. Dan verliehen. KDNW-Vizepräsident Rainer Katteluhn nahm die Ehrung vor.

Herzlichen Glückwunsch!

Keine Gewähr, kein Anspruch auf Vollständigkeit, vollständige Prüfungslisten lagen zum Redaktionsschluss nicht vor.

New York City
karatepraxis-Trainingsreise in die USA

Foto: Wedewardt

von Christian Wedewardt

Im Oktober 2014 war es soweit. karatepraxis-Gründer Christian Wedewardt (5.Dan) und fünf Freunde (Ralf Vogt aus Köln, Daniel Schmidt aus Brühl, Willi Esch, Marcel Vieren und Lorraine Hoffmann aus Frechen) reisten gemeinsam für einen ersten karatepraxis-Besuch nach Manhattan, New York City, USA. Ziel: Das Karate-Dojo Kenwakan unweit vom berühmten Flatiron-Building, unter der Leitung von Michelle Gay (5. Dan).

Am Mittwoch, den 8. Oktober 2014 erreichten die sechs Karate-Reisenden nach 20 Stunden das Dojo in der 18th Street. Nach einstündigem Beschnuppern ging es ins erste Training. Michelle führte durch ein Programm mit Kihon und Pratzen-Training und war sichtlich angetan von den „deutschen" Karate-Qualitäten wie Dynamik und Kime. Gleich in der ersten Einheit wollten die amerikanischen Karateka mehrere Shotokan-Kata sehen. Nach dem Training, wieder frisch und erstmal keine Spur mehr von Müdigkeit, ging es in die Hauptstadt der Welt. Mit der Subway nach Downtown und zu Fuß über die Brooklyn-Bridge zu New Yorks bester Pizza. Diese gab es „to go", um sie im Brooklyn-Bridge-Park mit Blick auf die erleuchtete Südspitze von Manhattan zu genießen – wunderbar!

Alle folgenden Tage gestalten sich vom grundsätzlichen Ablauf her sehr ähnlich. Früh raus aus dem Schlafsack und auf die Straße. Frühstück im Diner oder im Deli mit Coffee-2-go (natürlich mit Strohhalm) und auf zu allen typischen Touristen-Attraktionen. Mittags was Kleines oder Süßes am Times Square und abends nach dem Training, immer in Begleitung unserer Kenwakan-Freunde, in New Yorker Restaurants und Bars. Es ging dahin, wo die New Yorker hingehen und nicht die Touris. Wir würden keinen Abend wieder hergeben! Trotz 7-Tage-Metro-Pass waren wir täglich ca. 15 km zu Fuß unterwegs.

Am Freitag, den 10. Oktober fand dann das erste karatepraxis-Training in Amerika statt. Teilnehmen durften Braun- und Schwarzgurte. Das Training lief unter der Headline: Self-Defense-Fighting. Christian leitete dieses Training in englischer Sprache – wie gewohnt gut strukturiert und mit Späßen gewürzt. Die amerikanischen Karateka waren vor allem von der Variabilität in Techniken und Zielregionen beeindruckt. Die fließenden logischen Abläufe in Block- und Konter-Situationen, welche aus den Kata entnommen wurden und regelmäßig in Hebeln oder Würfen endeten, gefielen allen Teilnehmern/innen.

Michelles lud die Gäste ein, im kommenden Jahr unbedingt wiederzukommen, da man sehr gerne weiter diese Art Self-Defense-Karate (Karate-SV) kennenlernen möchte. Die Planungen für einen Folge-Lehrgang in 2015 laufen bereits. Am 13. Oktober haben wir NYC mit Gefühl verlassen, dass wir ganz sicher bald wieder kommen!

12 Jahre
Kampfkunst vs. Kinderleukämie

Foto: Breiksch

von Stefan Breiksch

Am 18. Oktober 2014 fand zum zwölften Mal die Veranstaltung „Kampfkunst versus Kinderleukämie" statt. Viele Kampfsportbegeisterte verschiedener Stilrichtungen kamen nach Dortmund-Brackel, um für einen guten Zweck gemeinsam zu trainieren und zu lernen. Jede/r Teilnehmer/in spendete dabei 25,00 Euro zu Gunsten des Elterntreffs, anstelle einer sonst üblichen Lehrgangsgebühr. Der Erlös der Veranstaltung in Höhe von 3.150,00 Euro ging komplett an den Elterntreff, der sich in Dortmund um das Wohlergehen von Leukämie- und Tumorerkrankten Kindern und deren Familien auf der Kinderkrebsstation im Klinikum Dortmund kümmert.

Premiere
Offene Vereinsmeisterschaft in Sennestadt

Foto: Martens

von Maksim Martens

In Sennestadt fand erstmalig am 4. Oktober 2014 ein Turnier mit länderübergreifender Beteiligung statt.

Das erarbeitete Konzept stellt wettkampfunerfahrene Starter/innen in den Vordergrund, um erste positive Wettkampferfahrung zu machen.

Besonders schön war auch das Interesse an der Gruppe „Menschen mit Handicap", welche sich sehr souverän präsentierten.

In der Mittagspause fand eine große Verlosung statt, die bei super Stimmung und großer Gemeinschaft unabhängig von der Vereinszugehörigkeit auf viel Zustimmung stieß.

Anschließend folgte die Siegerehrung; die Platzierten qualifizierten sich für einen weiteren Start in den wettkampferfahrenen Gruppen, welche nachmittags ausgetragen wurden.

Durch eine großzügige Spende konnten wir allen Interessierten kostenloses Obst anbieten. Auf dem Grillfest nach der Veranstaltung konnte man sich noch untereinander austauschen, bevor man sich auf den Heimweg machte.

Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr!

Foto: Kröger

von Alexander Kröger

160 Karatesportler/innen beim Lehrgang und acht neue Dan-Grade: Das Karate Dojo BTW Bünde in Ostwestfalen feierte sportlich sein 25-jähriges Jubiläum am 15. und 16. November 2014.

Zum Jubiläumslehrgang kam ein Trainer-Trio vom KDNW: Shotokan-Stilrichtungsreferent Bernd Milner (9. Dan), Sportdirektor Stefan Krause (6. Dan) und Kata-Landestrainer Tim Milner (4. Dan). Vor allem aus Ostwestfalen und dem benachbarten Niedersachsen, aber auch aus Schleswig-Holstein und Rheinland-Pfalz besuchten Karateka die zweitägige Veranstaltung. Sie trainierten in mehreren Alters- und Leistungsgruppen Kihon, Kata und Kumite.

„So viele Leute beim Training habe ich vorher noch nicht in der Gymnastikhalle gesehen", freute sich Ralf Grote über die hohe Teilnehmerzahl, der seit 25 Jahren beim BTW Bünde ist. Große Freude herrschte auch am späten Samstagabend. Bei einer mehrstündigen, schweißtreibenden Dan-Prüfung konnten sich alle acht teilnehmende BTW-Mitglieder sowie vier weitere Prüflinge sehr gut präsentieren. Als Anerkennung für ihre starke Leistung erhielten sie das ersehnte Dan-Diplom.

Einer von ihnen ist der 67-jährige Udo Krotke. Vor acht Jahren begann er Karate beim BTW zu erlernen und ist seitdem fleißig dabei geblieben. Gemeinsam mit seinen Vereinskameraden hatte er sich intensiv auf die Prüfung vorbereitet. „Das war anstrengend, aber hat auch sehr viel Spaß gemacht", sagte Krotke glücklich, als er die Urkunde zum 1. Dan in der Hand hielt. Der jüngste BTW-Prüfling war Kai Merkel, der kurz vorher 17 Jahre alt wurde. Auch er hat jetzt den ersten Meister-Grad. Eine besondere Prüfung absolvierte die 44-jährige Sylke Kröger, die als erste Frau aus Bünde den 4. Dan im Shotokan Karate erkämpfte.

1989 gründeten Ralf Grote, Alexander Kröger, Holger Piecha und Carsten Schoßmeier die Karateabteilung im Bünder Turnverein Westfalia (BTW). Seitdem wird beim BTW die Stilrichtung „Shotokan" unterrichtet. Und das mit gutem Erfolg, denn bereits dreimal gewannen BTW-Wettkämpfer in der Disziplin „Kumite" die KDNW-Landesmeisterschaft bei den Kindern, Schülern und Jugendlichen.

Nicht nur im Leistungssport kann das Karate-Dojo schöne Erfolge vermelden, sondern auch im Breitensport. Beispielsweise ist das jüngste von knapp 100 Mitgliedern sechs Jahre und der älteste aktive Sportler 67 Jahre. In den vergangenen Jahren haben sechs Frauen und 19 Männer an insgesamt 41 Dan-Prüfungen erfolgreich teilgenommen.

Foto: Fleßer

von Michael Fleßer

Als im Herbst 1974 der Goju-Ryu Karate Club Haan e.V. mit Unterstützung und viel Tatendrang seitens Kiyoshi Ogawa Sensei (heute 7. Dan) gegründet wurde, konnte niemand annehmen, das man viele Jahre später das 40-jährige Jubiläum mit ihm gemeinsam feiern würde.

Da Ogawa Sensei maßgeblichen Anteil an der Verbreitung des damals in Deutschland wenig bekannten Goju-Ryu Karate-Do hat, kann sich der Haaner Karate Club glücklich schätzen, in ihm einen festen Wegbegleiter gefunden zu haben und ist ihm heute mehr denn je zu tiefem Dank verpflichtet, denn auch in unruhigen Zeiten stand er dem Karate Club als väterlicher Freund helfend zur Seite.

Zur Eröffnung der Jubiläumsfeierlichkeiten wurde der Goju-Ryu Karate Club e.V. von Ogawa beauftragt, das diesjährige Kinder-Kata-Turnier durchzuführen. Der 1. Vorsitzende Manfred Hanrath delegierte das Vorhaben an die Kinder-Trainerin Simone Seidel (1. Dan) und an Michael Fleßer (2. Dan und 1. Dan Kobudo) weiter. Als Trainerin der Kindergruppe des Vereins wusste Simone die Kinder zu motivieren. Michael Fleßer fiel die Aufgabe zu, Verbindung zum Go-Me-Kan (das ist das Dojo von Ogawa Sensei in Düsseldorf) zu halten, da er sein langjähriger Sempai ist.

Im Oktober war es dann soweit. Als Initiator des Turniers im Rahmen des Jubiläums erschien Ogawa Sensei natürlich persönlich, und mit ihm auch die weiteren zehn Kampfrichter (1.-5. Dan, allesamt langjährige Sempais des Meisters). Insgesamt nahmen 24 Kinder, aufgeteilt nach Jahrgängen, an dem Turnier teil. Eine nette Geste des Schicksals ergab, dass die Zwillinge Elisa und Rebekka Pentry den zweiten und dritten Platz in ihrer Altersgruppe erkämpften und damit gleich zwei Pokale für den Goju-Ryu Karate Club Haan gewannen. Da es für alle Wettkämpfer eine große Herausforderung ist, sich dem Vergleich mit anderen zu stellen, erhielt jeder eine Medaille zur Erinnerung an das Kinder-Kata-Turnier 2014.

Anfang November war Meister Ogawa wieder in Haan, diesmal in der Funktion als Leiter des Goju-Ryu-Lehrganges zum 40-jährigen Jubiläum. Da Ogawa Sensei Karate lebt, macht er vor, welche körperliche und geistige Fitness ein Mensch von über siebzig Jahren sich erhalten kann, wenn man täglich an sich arbeitet.

Der Haaner Goju-Ryu Karate Club arbeitet eng mit Ogawa Sensei zusammen und einige Mitglieder aus Haan sind auch in der Schule des Meisters angemeldet. Mit diesem Zusammenhalt blickt der Vorstand unter der Führung vom 1. Vorsitzenden Manfred Hanrath zuversichtlich in die Zukunft, auf dass das fünfzigjährige gemeinsam mit Ogawa Sensei gefeiert werden kann.

Tomonari Cup

Nachwuchswettkampf in Langenfeld-Reusrath

von Stefanie Gans

Foto: Gans

Am 26. Oktober 2014 fand erneut der von der SGL Karate Abteilung Reusrath ins Leben gerufene Tomonari Cup statt. Die Trainer der Abteilung Michael und Stefanie Gans nutzten dabei die Kontakte im Verband, um in diesem Jahr ein größeres Event aus dem Cup zu machen! Rund 140 Kinder und 17 Trainer/innen aus zehn Vereinen kamen zum stiloffenen „Turnier der wachsenden Freundschaft", dessen Ziel ist, Kinder und Jugendliche zwischen fünf und 18 Jahren anzusprechen, welche bislang nicht auf regulären Wettkämpfen starten. Der Tomonari Cup stellt somit ein Bindeglied zwischen dem breitensportlichen und dem leistungsbasiertem Karate dar. Der erste Teil des Turniers, unterteilt in Altersklassen, stellt einen Sport- und Spielwettkampf dar: Verschiedene Übungen der Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Reaktion. Ab dem Mittag folgt ein großer Kata-Wettkampf, der sich dadurch auszeichnet, dass Anfänger/innen in einer eigenen Klasse um Pokale kämpfen. Angelehnt an die offiziellen Wettkampfregeln, jedoch angepasst an den Nachwuchs, wird auf rote und blaue Gürtel verzichtet, zudem gibt es anstatt eines KO-Systems Punkte. So wird jedes Kind indivudell gefordert. Das Publikum auf der großen Tribüne fieberte gespannt mit. Trotz langer Vorbereitung und hohem Personalaufwand innerhalb der Abteilung wird der Cup auch im 2015 ausgetragen. Angeregt von den teilnehmenden Vereinen dann eventuell mit einer Leistungsklasse. Wir freuen uns auf weitere spannende Jahre für den Karate-Nachwuchs in NRW und bedanken uns für die Unterstützung der Vereine sowie beim Leistungssportreferent Thomas Prediger stellvertretend für den KDNW.

In der Disco verteidigen

Karate unlimited mit Wolfgang Henkel und Jürgen Kestner

von Sven Burghard

Foto: Burghard

Das versprach ein Feuerwerk zu werden. Unter SV-Begeisterten ist dieses Event zum Jahresende schon zu einem festen Bestandteil der Terminplanung geworden. Neu in diesem Jahr: Die Trainerkombination mit zwei hochrangigen SV-Experten/-Ausbildern des DKV und die Location – ein zur Disco umgestalteter Event-Bunker. Das Training begann um 18 Uhr, nach den Sicherheitshinweisen, mit Strategien der Selbstbehauptung in der Vor-Konfliktphase. Welche ist unter Party-Atmosphäre noch brauchbar (hohe Lautstärke, Lichteffekte, künstlicher Nebel, mehrere Aggressoren, unklare Gruppenzugehörigkeiten, bewaffnet/unbewaffnet etc.)? Die Essenz wurde schnell deutlich: „Raus aus der Situation!" Verbale Kommunikation bringt mich in eine gefährlich nahe Distanz zum Aggressor! Bewegungsmuster zu Angriffsannahmen bei verschiedenen Schlägerangriffen und Kontervariationen wurden vorgestellt und als Standards oder Bewegungsdrills mit einem oder mehreren Partnern/innen in Ruhe und unter konstanten Lichtverhältnissen geübt. Dann wurde die Lautstärke aufgedreht, die üblichen Lichteffekte hinzugefügt und schon bald mussten die Teilnehmenden in chaotischen Umständen agieren. Konsequent wurden verschiedene Situationen geübt: An Stehtischen, im Sitzen in Chillout-Ecken oder an der Theke stehend, plötzliche Attacken, z.B. der Schlag mit einem Glas oder Gruppenangriffe, Würgen, Greif-Schlagkombinationen und auch Messerattacken wurden von Jürgen und Wolfgang sehr anschaulich und verständlich vermittelt. Und immer wieder der Hinweis, die Aufmerksamkeit in der körperlichen Auseinandersetzung so schnell als möglich von einem Aggressor zu anderen potenziell dazugehörenden Aggressoren zu lenken, sich immer wieder neu zu positionieren, um aus diesen mitunter lebensbedrohlichen Situationen herauszukommen. Sowohl absolute Anfänger /innen als auch SV-Profis, Jugendliche, Middle- und sogar Best-Agers gingen in diesem Seminar wertschätzend miteinander um und lernten voneinander.

Kinder-LG

KC Bonn I

Foto: Schulz

von Wilfried Schulz

Bereits zum dritten Mal in Folge richtete der Karate-Club Bonn I seinen ausschließlich für Kinder und Jugendliche konzipierten Lehrgang aus. Mit Hans Olck (4. Dan und 88 Jahre) und Wilfried Schulz (2. Dan), beide vor 44 Jahren Gründer des KC Bonn I, hatten erneut zwei erfahrene Kindertrainer die Leitung übernommen. Das „Lehrgangsflair" spornte die Kinder zu Höchstleistungen an. In der Unter- sowie Mittelstufe wurde die Kata Heian Sandan und in der Oberstufe die Kata Bassa-Dai behandelt. Dabei legten ging es vor allem um die Exaktheit der Techniken sowie das Gefühl, die Kata nicht bloß zu „durchlaufen". Dies ist schon für manchen Erwachsenen schwierig. Um die Konzentration immer wieder neu zu entfachen, bauten die Trainer geschickt spielerische Elemente ein, so dass am Ende des Lehrganges die Eltern zufriedene Kinder mit nach Hause nehmen konnten, einige von ihnen stolz mit einer neuen Graduierung. Fortsetzung folgt 2015.

Grenzenlos
Jahresabschluss-Lehrgang

Foto: Nehm

von Horst Nehm

Am 6. Dezember 2014 nutzen Karateka aus NRW die Gelegenheit, mit Freunden aus Belgien und den Niederlanden zusammen zum Jahresabschluss zu trainieren. Schwerpunkte bildeten Kata-Bunkai aus verschiedenen Goju-Ryu-Kata und die darin enthaltenen Hebel- und Halte-Techniken. Die Trainer Pieter Harms (8. Dan) und Harry Theuven (6. Dan) aus Belgien sowie Henk Gerrits (8. Dan) aus den Niederlanden wurden unterstützt von der Ju-Jutsuka Hermann Harms aus Gelsenkirchen, dessen SV-Übungen das Programm ergänzten. EGKF-Vizepräsident und KDNW-Geschäftsführer Horst Nehm konnte bei seinem Besuch des Lehrgangs, der auch 2015 wieder stattfinden wird, viele Bekannte aus der internationalen Goju-Ryu-Szene begrüßen.

Beeking
zu Gast in Langenfeld

Foto: Gans

von Stefanie Gans

Am 29. September 2014 begrüßte die SGL Karate Abteilung Reusrath Frank Beeking (7. Dan) zum jährlichen Lehrgang, unterstützt durch den GKD. Zahlreiche Interessenten aus dem KDNW füllten die Halle, um die vielfältigen und detaillreichen Inhalte zu trainieren. Neben traditionellen Kata-Techniken sowie deren Bunkai thematisierte Frank Aspekte der Selbstverteidigung und lehrte diese in Langenfeld-Reusrath. In den Pausen als auch nach dem Lehrgang bot sich zusätzlich die Möglichkeit, mit Frank Beeking ins Gespräch zu kommen, um sich gezielt über sein breites Karate-Wissen auszutauschen.

Bochum
3. Kumite-Marathon

Foto: Milner

von Tim Milner

Rund 70 Kampfbegeisterte trafen sich zum 3. Kumite-Marathon in den Räumen des Budokan Bochum. Damit war der Lehrgang zahlenmäßig gegenüber dem Vorjahr nochmal besser besetzt. Trainer waren Kumite-Landestrainerin Susanne Nitschmann (5. Dan) und Kata-Landestrainer Tim Milner (4. Dan). Angeboten wurden Einheiten, um das taktische Verhalten zu verbessern, für die Technikschulung und speziell für Jukuren. Die Karateka konnten sich aus zwei gleichzeitig stattfindenden Themengebieten eines aussuchen. Mit viel Spaß, aber auch der nötigen Konzentration, gingen alle in die verschiedenen Trainings. Fortsetzung folgt 2015.

Paderborn
Lehrgänge am Jahresende

Foto: Dawson

von André Dawson

Gegen Ende des Jahres waren in Paderborn zwei Lehrgänge angesetzt. Im Oktober war Tom Peter im Dojo zu Gast und gab Einblick in das Thema Vitalpunktstimulation. Knapp 30 Interessierte erfuhren Details über Akkupressurpunkte, multiple Kata-Bunkai und vieles mehr. Der Lehrgang dauerte fünf Stunden und stieß auf begeisterte Resonanz. Im November kam Peter Rutkowski. Thema war Karate-Selbstverteidigung mit dem Stock. Der Lehrgang war gut besucht. Organisator André Dawson: „Wir freuen uns darauf, aufgrund langjährig gepflegter Kontakte auch im nächsten Jahr hoffentlich wieder interessante Referenten in unserem Dojo begrüßen zu können."

Rekord
Shotokan-Schmiede

Foto: Altmann

von Eva Mona Altmann

Am 21. Dezember 2014 trafen sich stolze 50 Karateka zum Jahresabschluss der Shotokan-Schmiede mit Trainer Rainer Katteluhn (7. Dan, KDNW-Vizepräsident) in Köln. Der neue Teilnehmerrekord krönte das schöne und erfolgreiche Schmiede-Jahr 2014. Die Shotokan-Schmiede ist eine freiwillige überregionale Trainingsgemeinschaft für Dan-Träger/innen (und engagierte Braun- und Blaugurte), die in Erinnerung an Franz Bork, der sie bis zu seinem Tod 2012 in Dierdorf (Rheinland-Pfalz) wöchentlich leitete, im monatlichen Turnus an wechselnden Orten unter der Leitung von Rainer Katteluhn fortgeführt wird.

Wochenende
SKD Bad Salzuflen

Foto: Hakenhold

von Michael Hakenhold

Vom 12. bis zum 14. September 2014 veranstaltete das Shotokan Karate Dojo Bad Salzuflen zum fünften Mal einen Lehrgang auf dem Seminarhof der Proitzer Mühle in Schnega. Auch in diesem Jahr erfreuten sich über 50 Teilnehmer/innen ü25 am Training im niedersächsischen Wendland. Bei der Proitzer Mühle handelt es sich um einen urigen Mühlenhof, dessen Entstehung bis weit in das 13. Jahrhundert zurückreicht. Angegliedert an diesen Hof ist ein großer Saal (260 qm) mit Holzboden und Spiegelwand, welcher sich für das Karate-Training geradezu eignet. Trainer war in diesem Jahr wiederum Volker Schwinn (7. Dan) aus dem Saarland. Trainiert wurden die Kata Kanku Dai und Meikyo, außerdem komplexe Kihon-Kombinationen und Partnerformen auf dem Gebiet der Selbstverteidigung. Gürtelprüfungen und eine zünftige Lehrgangsfete rundeten das gelungene Event ab.

Karate AG
Hilchenbach

von Oliver Lütz Foto: Lütz

An der Carl-Kraemer Realschule in Hilchenbach gibt es seit Ende der Sommerferien 2014 eine Karate AG. Insgesamt 12 Kinder aus den Jahrgangsstufen 5 und 6 trainieren hier einmal wöchentlich. Trainer ist Oliver Lütz (C-Trainer-Breitensport, Selbstverteidigungslehrer und Gewaltschutztrainer DKV). Ursprünglich war nur ein 12-stündiger Präventionskurs gegen Missbrauch geplant. Auf Wunsch der Schulleitung wurde daraus dann aber eine ganzjährige Karate AG. Die Trainingseinheiten bestehen dabei aus den beiden Teilen Karate-Do und Gewaltschutztraining.

Bodenkampf
Was ist ein Shrimp?

Foto: Altmann

von Eva Mona Altmann

Wer bei „Shrimp" nur an mediterran gewürzte Schalentiere denkt, hat den Speziallehrgang zum Thema Bodenkampf mit Stefan Larisch bei der 1. Karate Ag Kölner Schulen e.V. verpasst. Denn dahinter verbirgt sich auch eine Technik zur Befreiung aus der Bodenlage. Überhaupt, wir waren überrascht, wie technisch es in den ringerischen Kampfsportarten zugeht – bei weitem siegt hier nicht nur rohe Kraft. Mit Stefan Larisch konnten wir einen echten Experten zum Thema „Bodenkampf" und „Bodenkampf vermeiden" gewinnen, ist er doch Black Belt Luta Livre und aktiver Mixed Martial Arts-Kämpfer. Der große Vorteil für uns: Stefan kommt selbst aus dem Shotokan-Karate, ist Träger des 1. Dan, weiß also, wo für uns kämpferisch die besonderen Herausforderungen liegen, aber auch, was er abrufen kann. Beim Kinder-Training war die Matte mit 47 Karate-Kids von 4 bis 13 Jahren mehr als gut gefüllt und Stefan verstand es, unterstützt von Laura Lex und Max Iserloh, freundlich aber bestimmt eine kindgerechte Einheit zu zaubern mit viel Ringen und Raufen, etwas Spiel, viel Spaß und einigen neuen Techniken. Die Gruppe ab 14 Jahre war mit nur 11 Karateka deutlich schmaler besetzt, so gab es aber Gelegenheit, das rund 4-stündige Trainingsprogramm flexibel und sehr intensiv zu gestalten: Wie vermeide ich Bodenkampf und was tue ich, wenn es doch passiert? So lässt sich die Leitfrage des Lehrganges formulieren. Allgemeine Erschöpfung, heftiger Muskelkater ob der ungewohnte Bewegungen und der eine oder andere blaue Fleck sind ein kleiner Preis, den wir gerne zahlen für die vielen neuen und spannenden Einblicke, die uns Stefan gewährt hat, und für das schweißtreibende und schöne Training in vertrauensvoller Atmosphäre. Wer nicht dabei war, hat definitiv etwas verpasst!

Videobotschaft

vom karatepraxis-Team

Karateka gegen Fremdenfeindlichkeit

Termine der Dojos

7. März 2015

BUDO HELPS
LEHRGANG JION: KATA & BUNKAI
MIT GUIDO METZEMACHER (4. DAN)

Trainingszeiten: 11.00 – 13.00 Uhr

Kosten: Keine. Es wird um eine kleine Spende zu Gunsten der Hugo-Kükelhaus-Schule gebeten.

Ort: Leverkusen, weitere Infos folgen nach Anmeldung

Anmeldung: info@karate-club-leverkusen.de

Ausrichter: Karate Club Leverkusen e.V.

21. & 22. März 2015

INTERNATIONALES TRADITIONELLES KARATE-DO SEMINAR
MIT GIEDRIUS DRANEVICIUS (5. DAN ITKF)
IN DUISBURG

Trainingszeiten (offen für alle Gürtelgrade und Verbände):
Sa, 21.03.15: 09.00 – 12.00 Uhr & 15.00 – 17.00 Uhr
So, 22.03.15: 09.30 – 12.30 Uhr

Kosten:
Erwachsene: 35 Euro (alle Einheiten)/20 Euro (ein Tag)
Kinder bis 16 J.: 25 Euro (alle Einheiten)/15 Euro (ein Tag)

Ort:
Sport-Jugendherberge Duisburg Sportpark (Gymnastikraum)
Kruppstr. 9, Duisburg-Wedau

Sonstiges:
Anmeldung telefonisch erbeten, da Teilnehmerzahl begrenzt. Übernachtung in der Jugendherberge möglich, Zimmer rechtzeitig buchen. Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung.

Ausrichter: Tuspo Huckingen e.V. Abteilung Karate
Infos: Eric Röhrig, 0157/71963131, www.karate-du.de

Kontaktmöglichkeiten und Ansprechpartner/innen

Geschäftsstelle des KDNW

Tel. (0203) 99 72 10	Fax (0203) 99 72 09	info@kdnw.de
Postfach 100 750	47007 Duisburg	
Geschäftszeiten	Mo, Mi, Fr 08:15-12:15 h	Di, Do 08:15-15:00 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
Öffentlichkeitsa.	Andreas Sturm	a.sturm@kdnw.de
Presse	Eva Mona Altmann	e.m.altmann@kdnw.de
Schulsport	Kerstin Wiek	k.wiek@kdnw.de
Stilr. Shotokan	Bernhard Milner	b.milner@kdnw.de
Stilr. Goju-Ryu	Christian Winkler	c.winkler@kdnw.de
Prüferref. Goju-Ryu	Ludger Niemann	l.niemann@kdnw.de
Stilr. Wado-Ryu	Peter Meuren	p.meuren@kdnw.de

Stilrichtungsreferenten

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

Aktivensprecher/innen

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

Redaktion/ Layout Karate Aktuell

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

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

Bankverbindung:

Sparkasse Hamm IBAN DE 02 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, Frank Beeking, Stefan Breiksch, Sven Burghard, André Dawson, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Michael Fleßer, Stefanie Gans, Michael Hakenhold, Stefan Krause, Alexander Kröger, Katja Kröhn, Oliver Lütz, Maksim Martens, Tim Milner, Horst Nehm, Susanne Nitschmann, Anja Röbekamp, Wilfried Schulz, Detlef Hans Serowy, Fabian Sträßer, Frawi Tönnis, Christian Wedewardt,

Bildautoren dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Frank Beeking, Michael Blesin, Stefan Breiksch, Sven Burghard, André Dawson, Jesse Enkamp, Frank Feemer, Michael Fleßer, Stefanie Gans, Christian Grüner, Michael Hakenhold, Barbara Höfer, Alexander Kröger, Oliver Lütz, Maksim Martens, Friedhelm Meisen, Tim Milner, Horst Nehm, Susanne Nitschmann, Marcus Powill, Dr. Hans-Peter Schaub, Nicole Schmeink, Wilfried Schulz, Detlef Hans Serowy, Frawi Tönnis, Christian Wedewardt, Ralf Wolbers,

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

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

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

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

Redaktionsschluss für die Karate Aktuell 2/2015 ist am 15.03.2015.

Hier könnte Ihre Werbung stehen.

空手道は一つ！ルールは一つ！目指せオリンピック！
KARATE INTO THE OLYMPICS