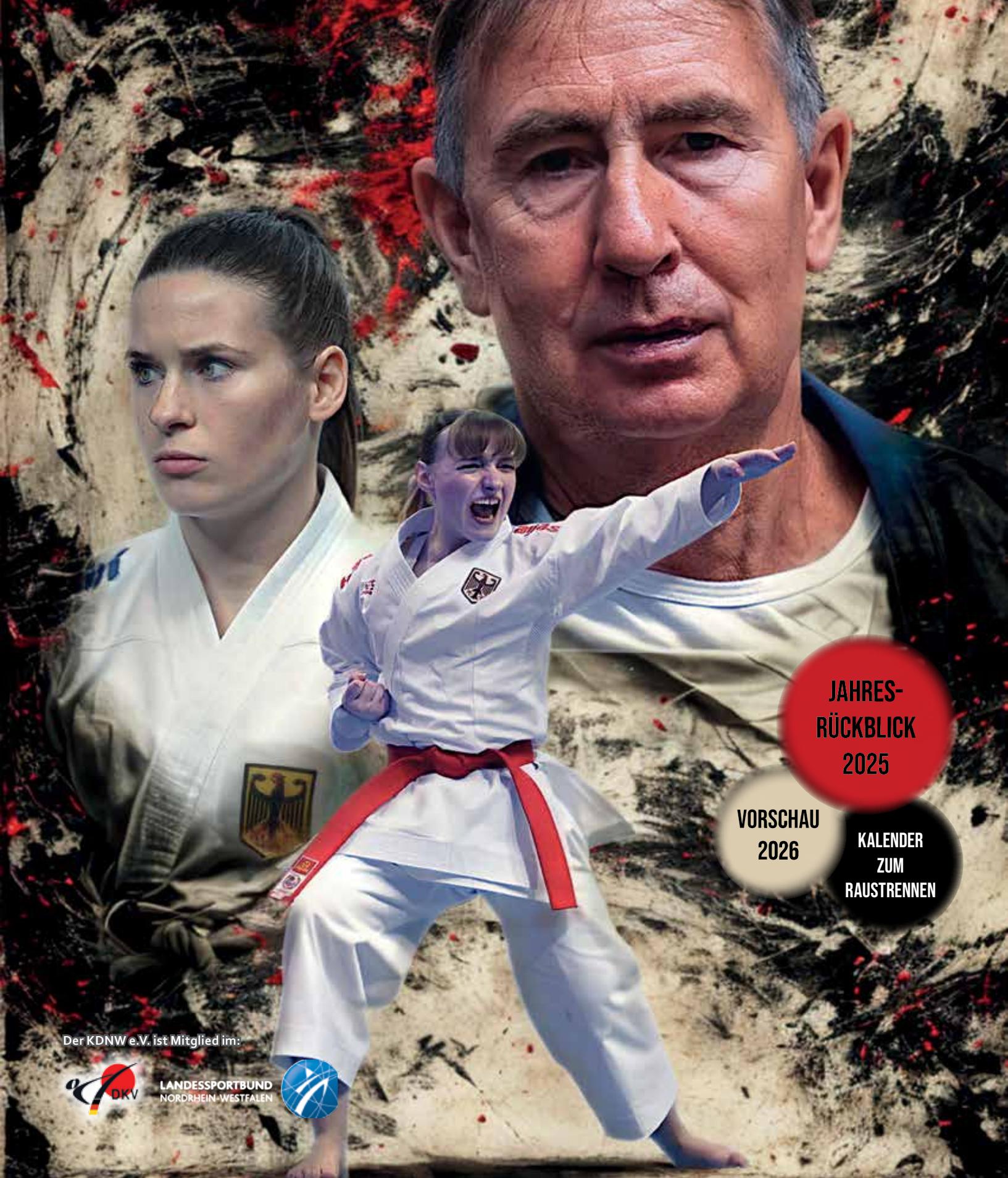




KARATE AKTUELL

Jahrgang 37
Ausgabe 1/2025

OFFIZIELLES MAGAZIN DES KARATE-DACHVERBANDES NORDRHEIN-WESTFALEN E.V.



JAHRES-
RÜCKBLICK
2025

VORSCHAU
2026

KALENDER
ZUM
RAUSTRENNEN

Der KDNW e.V. ist Mitglied im:



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



NEUE VEREINE IM KDNW

SV Concordia Ossenberg 1982 e.V.

Johannes Kefferpütz, Kapellenfeldstr. 7, 47495 Rheinberg

E-Mail: bueroconcordiaossenberg@mail.com Telefon: 02843/80669

Stilrichtung: SOK DKV-Nr.: 5256

TuS Schleiden 1908 e.V., Abt. Karate

Alexander Geissler, Höhenweg 34, 53937 Schleiden

Telefon: 0178/8990522

Stilrichtung: JKD DKV-Nr.: 5251

Karate Dojo Minden e.V.

Dr. Oliver Gaydoul, Sedantstr. 4, 32423 Minden

E-Mail: vorstand@karate-dojo-minden.de Tel.: 0571/36163

Stilrichtung: SOK DKV-Nr.: 5243

Budokan Hattingen e.V.

Tim Milner, Richardstr. 78, 45888 Gelsenkirchen

E-Mail: tim-milner@hotmail.de Telefon: 0174/9619635

Stilrichtung: Shotokan DKV-Nr.: 5234

Treff der Kampfkünste e.V.

Eduard Reiswich, Johannes-Marx-Str. 10, 33129 Dellbrück

E-Mail: eduard@kampfkunstschmiede-dellbrueck.de Telefon: 0175/1638948

Stilrichtung: Shotokan DKV-Nr.: 5257

Koryukan Schwerte e.V.

Thomas Heinze, Auf der Ostenheide 10, 58239 Schwerte

E-Mail: info@karate-schwerte.de Telefon: 0176/22358248

Stilrichtung: SOK DKV-Nr.: 5258

Kin-Top e.V.

Mindener Str. 20, 40227 Düsseldorf

Stilrichtung: Shotokan DKV Nr.: 5262

Karate Kids Eilendorf e.V.

Grubenstr. 19a, 52080 Aachen

Stilrichtung: Shotokan DKV Nr.: 5265

Goju Ryu Rheinbach

Mario Küster, Stauffenbergstr. 21, 53359 Rheinbach

Stilrichtung: Goju-Ryu

PSV Duisburg, Abt. Karate

Jörg Köller, Am Teppershof 10, 46117 Oberhausen

E-Mail: karatepsvduisburg@gmail.com

Stilrichtung: SOK DKV Nr.: 5263

Titelseite:

Drei KDNW-Karateka, die im Jahr 2025 besonders erfolgreich waren: Shara Hubrich (l.) brachte Gold im Team und Bronze im Einzel von der Europameisterschaft mit, Shirley Jay (m.) Silber und KDNW-Präsident Rainer Katteluhn wurde von der Bundesversammlung einstimmig der 9. Dan verliehen. Wir sind stolz auf euch! Fotos: Brigitte Kraußer (DKV), KD Gelsenkirchen-Buer

EDITORIAL

LIEBE LESENINNEN + LESER!

Foto: Privat



Schon der griechische Philosoph Heraklit wusste: „Man kann nicht zweimal in denselben Fluss steigen.“ Alles fließt und verändert sich ständig – die Zeiten, die Welt, die Dinge in ihr und wir selbst. Zwangsläufig geraten wir an Wendepunkte, die sich plötzlich vor uns auftun oder schon lange am Horizont abgezeichnet haben. Immer wieder müssen wir erst Altes loslassen, um Neues empfangen zu können. Manchmal fällt es uns leicht, manchmal tut es weh und manchmal halten wir an etwas krampfhaft fest, als könnten wir damit den Fluss der Zeit aufhalten. Zu unterscheiden, was sich noch zu bewahren lohnt und was wir endlich loslassen sollten, ist eine andauernde, sich stetig wiederholende Herausforderung. Rückblickend wünschen wir uns oft, wir hätten früher den Aufbruch und das nächste Abenteuer gewagt. Vielleicht ist es für 2026 ein schöner Vorsatz, couragierte das Ungewisse zu wählen, weil ohnehin nie alles gleich bleiben kann, und statt sich am Ufer festzuklammern oder gegen den Strom zu schwimmen, mutig in die Fluten zu springen oder sich einfach mal treiben zu lassen.

Nach dem chinesischen Horoskop war 2025 übrigens das Jahr der Holz-Schlange. Sie stand für Weisheit, Intuition, Wachstum, Kreativität und strategische Entscheidungen. Ihr Jahr galt als günstig für Transformationen, neue Wege und das Verlassen alter Gewohnheiten. Und so wie das Häutzen für die Schlange mit erheblichen Anstrengungen verbunden ist, war auch 2025 für uns mitunter zäh und ermüdend. Am 17. Februar 2026 beginnt das Jahr des Feuer-Pferdes und mit ihm kommt neue Energie. Mühsam angestoßene Veränderungen können wir nun mit neuem Elan vorantreiben

und in echte Umbrüche verwandeln.

Auch im KDNW wurden Veränderungen beschlossen, um mit der Zeit zu gehen – ob Print wirklich „tot“ ist, wie man immer wieder hört, das wird die Zukunft zeigen, aber nach Abwägung von Kosten und Nutzen erscheint jetzt nur noch eine Ausgabe der Karate Aktuell pro Jahr. Die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit verlagert sich damit noch mehr ins Digitale als bisher – die Vorteile liegen auf der Hand, z.B. die enorme Aktualität und der kreative Spielraum, den vor allem die sozialen Medien bieten. Falls noch nicht geschehen, folgt uns doch also gerne auf Instagram, Facebook und YouTube und stattet natürlich der Webseite www.karate.nrw regelmäßig einen Besuch ab, um stets auf dem Laufenden zu sein.

Jetzt aber wünsche ich euch viel Freude beim Blättern und Lesen auf echtem Papier – wir blicken in diesem Heft zurück auf herausragende Turniererfolge, neue Graduierungen und spannende Lehrgänge des Jahres 2025. Außerdem gibt es natürlich auch eine kleine Vorschau auf die Highlights, die uns in 2026 erwarten – eines davon ist fraglos die Heim-EM im Mai in Frankfurt am Main. Wer live dabei sein möchte, sollte sich sputen, viele Tickets sind bereits vergriffen.

In diesem Sinne: Bleibt gesund und dem Karate treu!

**MIT SPORTLICHEN GRÜSSEN
EVA MONA ALTMANN**

P.S.: Eure Beiträge, Lehrgangsausschreibungen und Anzeigen für die Veröffentlichung online oder in der nächsten Printausgabe könnt ihr mir jederzeit an e.m.altmann@kdnw.de schicken!*

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

Energie & Veränderung: 2026 ist das Jahr des Feuerpferdes.



-
- | | | | | | |
|-----------|---|-----------|--|-----------|--|
| 6 | NEWSLETTER
VON KDNW-PRÄSIDENT RAINER KATTELUHN | 13 | NEUE SERVICES ONLINE
KDNW-MERCHANDISE UND PRÜFUNGSMARKEN | 19 | LANDESMEISTERSCHAFT
KINDER & SCHÜLER:INNEN 2025 |
| 7 | NEUE DAN-GRADE
IM KDNW | | FÖRDERPENNY
KDNW SIEGT IM NACHBARSCHAFTSVOTING | 20 | LANDESMEISTERSCHAFT
JUGEND, JUNIOR:INNEN & U21 2025 |
| 8 | KDNW-TRAINER:INNEN-MEETING
TRADITIONELLER JAHRSAUFTAKT 2025 | | SEXUALISIERTE GEWALT IM SPORT
NEUE PRÄVENTIONSTOOLS | 21 | LANDESMEISTERSCHAFT
LEISTUNGSKLASSE & MASTERCLASS 2025 |
| 10 | TRAINER:IN-B BREITENSPORT
ZWÖLF NEUE LIZENZEN | 14 | EHRUNGEN
KDNW-MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2025 | 22 | KALENDER 2026
ZUM RAUSTRENNEN & AUFHÄNGEN |
| | AUSBILDUNG FÜR JUGENDLICHE
24 NEUE TRAINERASSISTENT:INNEN | 15 | WEITERE EHRUNGEN
KARATEKA AUS OSTWESTFALEN | 24 | DM SCHÜLER:INNEN 2025
KDNW NICHT ZU TOPPEN |
| 11 | TRAINER:IN-C BREITENSPORT
WISSEN, ENERGIE UND GEMEINSCHAFT | | KDNW-FERIENFREIZEIT 2026
JETZT ANMELDEN | 25 | DM JUGEND UND JUNIOR:INNEN
15 MEDAILLEN IN CHEMNITZ 2025 |
| | SCHNELIGKEIT
DURCH ENTSPANNUNG | 16 | SOMMER, SONNE UND SPAß
30 KARATE-KIDS BEI DER FERIENFREIZEIT | 26 | DM MASTERCLASS 2025
29 MEDAILLEN FÜR DEN KDNW |
| 12 | KDNW-AUSBILDUNG 2026/2027
JETZT DEINE NÄCHSTE LIZENZIERUNG PLANEN | 17 | KDNW-TRAININGSLAGER 2025
LANDESKADER KATA & KUMITE | 27 | DM U21 2025
NRW-KARATEKA ERFOLGREICH IN VERDEN |
| | | 18 | BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN 2025
ERSTE ERFAHRUNGEN AUF DER TATAMI | 28 | DM LEISTUNGSKLASSE 2025
GOLD FÜR SHARA HUBRICH UND SHIRLEY JAY |
| | | | KIDS CUP & YOUTH CUP
KDNW-NACHWUCHSTURNIERE 2025 | | |
-



- | | | | | | |
|-------------|--|-----------|---|-----------|--|
| 29 | BUNDESLIGA 2025
PLATZ 4 FÜR KD CHIKAI WETTRINGEN | 35 | KDNW-KARATEKA BEI DER K1 2025
PREMIER LEAGUE, SERIES A & YOUTH LEAGUE | 41 | AUS UNSEREN DOJOS
INKLUSION IM DOJO LEMGO-LIPPE |
| 2026 | WETTKAMPFTERMINE WKF, DKV & KDNW | 36 | WORLD MASTERS GAMES
TOLLE ERFOLGE FÜR KDNW-MASTERS | | AUS UNSEREN DOJOS
VOLLE HALLE, VOLLE ENERGIE IN KAMEN |
| | NEUES REGELWERK
AB 01.01.2026 | | BUNDESKAMPFRICHTERPRÜFUNG
ZEHN NEUE LIZENZEN FÜR DEN KDNW | 42 | KDNW FOR KIDS
AUSMALBILD |
| 30 | VIZEEUROPAMEISTERIN KATA
SHIRLEY JAY | 37 | KDNW-KAMPFRICHTER:INNEN
LEHRGANG 2025 BESONDERS INSPIRIEREND | 43 | KONTAKTMÖGLICHKEITEN
& ANSPRECHPARTNER:INNEN |
| 31 | DEUTSCHLAND AN DER SPITZE
ZWEI EM-MEDAILLEN FÜR SHARA HUBRICH | 38 | STILOFFENES KARATE IM KDNW
„DIE NATURGESETZE GELTEN AUCH FÜR
KARATEKA.“ | | IMPRESSUM |
| 32 | EUSA 2025
STUDIERENDE KÄMPFEN IN WARSCHAU | 39 | 8. KDNW-SHOTOKAN TAG 2025
200 KARATEKA WAREN BEGEISTERT | | REDAKTIONSSCHLUSS |
| | QUALI-WM
SPANNUNG IN PARIS | 40 | GOJU-RYU-CUP 2025
FRISCHER WIND UND TOLLE ERFOLGE | | |
| 33 | KARATE-WM IN KAIRO
KEIN MEDAILLENGLÜCK FÜR SHARA AM NIL | | EGKF-CUP 2025
ELF MEDAILLEN IN RUMÄNIEN | | |
| 34 | WORLD GAMES
DEUTSCHLAND GANZ VORNE | | LOS ENTSCHEID FÜR HORST NEHM
NEIER GOJU-RYU-STILRICHTUNGSREFERENT
AUF BUNDESEBENE | | |



NEWSLETTER

DES KDNW-PRÄSIDENTEN RAINER KATTELUHN

**LIEBE KARATE-SPORTLERINNEN
UND -SPORTLER IN NRW!**

Foto: Privat



Hier sende ich euch meinen Weihnachts-Newsletter 2025. Im Mittelpunkt stehen die aktuellen Entwicklungen im KDNW und im DKV.

Unser Verband hat sich weiter positiv entwickelt und darüber freue ich mich sehr! Anfang Dezember 2024 hatten wir 17.161 Mitglieder in 306 Vereinen. Anfang Dezember 2025 waren es 17.267 Mitglieder in 310 Vereinen. Wir sind damit

der zweitstärkste Landesverband im DKV!

Diese tolle Entwicklung ist den Dojoleiterinnen und Dojoleitern und ihrer guten Arbeit zu verdanken und deshalb bedanke ich mich sehr herzlich bei euch dafür!

Dass im KDNW erfolgreich und nachhaltig gearbeitet wird, lässt sich auch an Ehrungen und sportlichen Erfolgen ablesen. So hat der DKV Dieter Koch für seine Verdienste den 6. Dan Karate verliehen. Ich durfte die Ehrung durchführen.

Dieter betreibt seit über 50 Jahren Karate, ist Dojo-Leiter und erfolgreicher Trainer. Vielen Aktiven ist er aber besonders durch sein langjähriges Engagement als Bundeskampfrichter bekannt. Im Namen des gesamten Verbandes gratuliere ich ihm nochmals herzlich!

Seit Jahrzehnten engagiert sich Uwe Schröder für unseren Sport und leitet seit 1990 die Karateabteilung des PSV Stukenbrock-Senne. Der 3. Dan im Karate trainiert seit 1975 ununterbrochen Karate. Für seine Verdienste erhielt Uwe die Ehrenmedaille des KDNW in Gold.

Aktive wie Dieter und Uwe bilden das Fundament, auf dem unser Verband steht und wirken kann. Sie stehen stellvertretend für alle Vorstände, Trainerinnen und Trainer in den Dojos und bei allen bedanke ich mich herzlich!

Diese fleißige Arbeit in den Dojos zeigt sich auch im Wettkampfsport. Hier belegte der KDNW bei den Deutschen Meisterschaften der Masterklasse den zweiten Platz im Medaillenranking.

250 Kämpferinnen und Kämpfer waren in Verden vor Ort. So viele, wie noch nie. Der USC Duisburg war der erfolgreichste Verein! Meine Gratulation geht an die erfolgreichen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer aus unserem Land!

Ich gratuliere auch Shara Hubrich, die bei der WM in Kairo das Achtelfinale erreicht hat. Ein toller Erfolg! Er steht etwas im Schatten vom WM-Titel, den Johanna Kneer für den DKV geholt hat. Zu diesem herausragenden Erfolg gratuliere ich ebenfalls! Wir dürfen uns alle über den tollen Auftritt des deutschen Teams in Ägypten und über diesen Titel freuen.

Im Team der Landestrainerinnen und Landestrainer des KDNW hat es Veränderungen gegeben. In der Nachfolge von Christian Karras wird Roman Lux Landestrainer Kata U14. Yannik Drescher

wird Landestrainerassistent U14. Ich bedanke mich bei Christian für seine gute Arbeit und wünsche Roman und Yannik viel Erfolg!

Für viele Diskussionen hatten ja in diesem Jahr der Kriterienkatalog für Prüfungen ab dem 6. Dan und der damit verbundene Punktekatalog gesorgt. Die zuständige DKV-Kommission hatte weiter am Thema gearbeitet und viele Anregungen und Verbesserungsvorschläge eingearbeitet.

Einmütig hat jetzt die Bundesversammlung die überarbeiteten Papiere beschlossen. Ich habe sie für euch auf der KDNW-Webseite einstellen lassen, damit ihr euch ein eigenes Urteil machen könnt. Die von der Verbandsversammlung 2025 des KDNW eingesetzte Kommission wird sich im neuen Jahr weiter mit dem Kriterienkatalog und dem Punktekatalog beschäftigen.

Zum Schluss möchte ich noch über eine Entwicklung in eigener Sache berichten. Einstimmig hat mir die Bundesversammlung des DKV am 22. November den 9. Dan im Karate verliehen. Zuvor hatte sich die Versammlung der Stilrichtungsreferenten meiner Stilrichtung Shotokan einstimmig für die Verleihung ausgesprochen. Gerade die große Einmütigkeit hat mich sehr berührt!

Der 9. Dan ist zweifellos der Höhepunkt in meinem Karateleben. In die Freude mischt sich eine Menge Demut und Dankbarkeit. Für uns Karateka ist die Entwicklung ja nie abgeschlossen und deshalb ist mit dem 9. Dan auch nichts abschließend erreicht. Die Ehrung zeigt nur, dass mir die Entwicklung bis hierhin offenbar gelungen ist.

Sehr dankbar bin ich allen Trainerinnen und Trainern, von denen ich im Laufe der Jahrzehnte lernen durfte. Ich denke auch dankbar an alle Partnerinnen und Partner im Training, die meine Entwicklung befördert haben. Das gilt auch für alle Gegner, die besonders hilfreich waren, wenn ich gegen sie verloren habe.

Auch den vielen Schülerinnen und Schülern, die im Laufe der Jahre vor mir in der Halle standen, gilt mein Dank! Sie haben mich vor manche Herausforderung gestellt, die meine Entwicklung gefördert hat.

Für mich steht unverändert fest: Ich werde weiter mit ganzer Kraft trainieren, Training geben und für unseren KDNW tätig sein!

Das nächste Trainer:innen-Meeting des KDNW findet am 17. Januar 2026 statt und ich würde mich freuen, möglichst viele von euch dort zu treffen!

Ich wünsche euren Familien und euch alles Gute für das Jahr 2026!

**VIELE GRÜSSE
RAINER KATTELUHN**





NEUE DAN-GRADE IM KDNW



9. DAN

Rainer Katteluhn

8. DAN

Detlef Tolksdorf, Hüseyin Küç

7. DAN

Tobias Zöllner, Udo Püschel

6. DAN

Dieter Koch, Stefan Thole

5. DAN

Bijukow Wjatscheslaw, Christiane Vogel, David Nietz, Gerd Wegner, Hesham Haeis, Ilka Sorge, Ines Wollert, Johanna Huber, Jörg Krones, Karl Szardien, Klaus Philipp, Sylke Kröger

4. DAN

Christa Knoke, Franziska Brühl, Iris Luhle, Ulf Biewusch

3. DAN

Arthur Pyka, Axel Wallbaum, Fabian Bersch, Frank Groß, Jan Philipp Schutke, Jannis Otto, Jens Knepper, Johannes Birkhan, Margit Weber, Marc Gossling, Matthias Piepenbrock, Max Richter, Thomas Sturzenhecker, Udo Diller

2. DAN

Alexander Shakhnovych, Alina Winzler, Anna-Maria Bader, Bernhard Himmelbauer, David Zierenberg, Elmar Engstler, Eugen Mößlberger, Eugen Siemann, Jan Wilhelm, Joelina Toska, Luna Niemer, Martin Gerwers, Michael Göke, Michael Tuchel, Michael Schork, Oliver Busa, Patrick Koch, Petra Feichtl, Sandra Steffl, Thorsten Burg, Timur Manasbayev

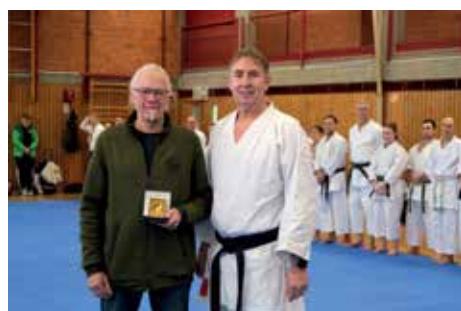
1. DAN

Alina Kemper, Amelie Stasilo, Andreas Rühr, Anke Malviya, Ann-Kathrin Kamp, Arne Jensen, Bastian Filaretov, Buket Kocabas, Claus Vydra, Daniel Malinkiewicz, Diana Manasbayev, Frank Salmen, Frank Schnelle, Gianluca Rinaldi, Hannah Lütkenhaus, Hans-Georg Wehrs, Heinz Peter Reuscher, Henning Ahlf, Holger Woizeschke, Ida Große-Coosmann, Ismail Rahhaoui, Jan Ziegler, Jette Klein, Justus Pesch, Lara Hüser, Lars Niehoff, Laticia Baumgardt, Leonie Winzler, Lias Frerich, Marc Lausberg, Mathias Rühn, Max Wiemer, Michael Marquardt, Mike Herich, Nele Rupieper, Rajeevkanth Rasapoopathay, Rebecca Valenbreder, Rex Stephan, Robert Kurda, Sara Dolls, Simon Diel, Victoria Wüst

JUNIOR-DAN

David Junker, Elias Krakau, Oskar Niemann, Paul Junker

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!





KDNW-TRAINER:INNEN-MEETING 2025

RÜCKBLICK AUF DEN TRADITIONELLEN JAHRESAUFTAKT IN DORTMUND

von Eva Mona Altmann

Längst ist es der traditionelle Jahresauftakt für viele Karateka aus NRW: Das KDNW-Trainer:innen-Meeting in Dortmund. Diesmal trafen sich die Dojoleiter:innen, Trainer:innen, Übungsleiter:innen, Dan-Träger:innen und Leistungssportler:innen aus unserem Landesverband am 18. Januar 2025 in den Räumlichkeiten des TSC Eintracht. Im Vordergrund standen das aktuelle Wettkampfgeschehen und die Wissensvermittlung. Der KDNW freute sich über die rege Teilnahme und einen fruchtbaren Erfahrungsaustausch mit denjenigen, die den Verband lebendig halten: den Trainern:innen!

Der Tag begann mit einem Dan-Anwärter:innen-Lehrgang von 10.00-13.00 Uhr unter der fachkundigen Leitung von Bundeskampfrichter Adriatik Shabani. Parallel dazu absolvierten die Teilnehmenden der Ausbildung Trainer:in-C Breitensport ebenfalls einen Unterrichtsblock.

Der zur Lizenzverlängerung anerkannte Coach-Workshop von 11.30-13.00 Uhr erfreute sich großer Beliebtheit. Thomas Nitschmann (DKV-Leistungssportreferent sowie Bundes- und Landestrainer a.D.) und Christian Krämer (KDNW-Sportdirektor) informierten die interessierten Zuhörer:innen ausführlich zu den Themen Stützpunktregelungen, Qualifikation EM/WM sowie weiteren Aspekten aus dem Wettkampf.

Um 13.15 Uhr schließlich wurde das Trainer:innen-Meeting dann auch ganz offiziell durch das KDNW-Präsidium eröffnet. Bevor die praktischen Trainingseinheiten begannen, nahm KDNW-Präsident Rainer Katteluhn noch einige Ehrungen verdienter Karateka

vor und bedankte sich herzlich bei Ausrichter Wolfgang Stramka, der mit seinem Team einmal mehr Gastgeber der Veranstaltung war. Udo Jung erhielt für seine 50-jährige Trainertätigkeit im Karate die KDNW-Ehrenmedaille in Gold. Udo Schierhorn wurde als Leiter der medizinischen Kommission verabschiedet und für seine 15-jährige Tätigkeit mit der KDNW-Silbermedaille geehrt. Thomas Nitschmann wurde als Landestrainer verabschiedet.

Um 13.30 Uhr leitete Thomas Nitschmann eine spannende Kumite-Einheit, in der er sich insbesondere mit den verschiedenen Facetten des Kizami-Zukis befasste.

Um 14.30 Uhr fanden parallel zwei Kata-Einheiten statt. Landestrainerin Schahrzad Mansouri unterrichtete Shotokan, im Fokus stand die Kata Jin. Und Laura Dreyer, ehemaliges KDNW-Kadermitglied, hatte für das Goju-Ryu-Training die Kata Suparimpei ausgewählt.

Die anschließende Kaffeepause diente nicht nur der körperlichen Stärkung, sondern wurde auch ausgiebig zum geselligen Austausch genutzt.

Um 16.00 Uhr läutete Detlef Tolksdorf (KDNW-Talentsichtung/Scouting) den Nachmittag mit einer Kumite-Einheit unter dem Motto "Auf dem Weg zum Wettkampfsport" ein, bei der er Einblicke in die gelungene Heranführung an den Leistungssport gab.

Die letzte Einheit des diesjährigen Treffens leitete KDNW-Jugendreferent Dennis Dreimann, der den Teilnehmenden zum Abschluss des Lehrgangstages noch eine kreative Ideensammlung für das Athletik- und Wettkampftraining anbot.

DAS NÄCHSTE KDNW-TRAINER:INNEN-MEETING FINDET AM 17. JANUAR 2026 STATT.

TRAINER:IN-B BREITENSPORT

ZWÖLF NEUE LIZENZEN

von Kira Lagmöller

Vom 26. Oktober bis zum 8. Dezember 2024 haben zwölf Karateka aus NRW erfolgreich die Ausbildung Trainer:in-B Breitensport absolviert.

Unter der Leitung von Kira Lagmöller wurden u. a. die Themen Selbstverteidigung, Selbstwirkung und auch sexualisierte Gewalt im Sport behandelt. Herzlichen Glückwunsch an die neu lizenzierten Teilnehmer:innen!

DIE NÄCHSTE AUSBILDUNG IST FÜR 2027 GEPLANT.



Foto: KDNW



ANMELDUNG FÜR DIE AUSBILDUNG 2026 ONLINE AUF WWW.KARATE.NRW

AUSBILDUNG FÜR JUGENDLICHE

24 NEUE TRAINERASSISTENT:INNEN IM KDNW

Foto: Susanne Nitschmann

von Susanne Nitschmann

Vom 21. August bis 24. August 2025 fand in der Jugendburg in Borken die KDNW-Trainerassistent:innen-Ausbildung statt. 24 Karateka im Alter von 14 bis 17 Jahren waren in diesem Jahr dabei.

Die Ausbildung setzt sich aus einem Mix von Theorie und Praxis zusammen. In 30 Lerneinheiten lernten die Teilnehmenden, wie sie Gruppen anleiten, motivieren und strukturiert führen können.

Die Ausbildung war sicherlich nicht ganz einfach und verlangte den jungen Karateka einiges ab. Besonders die intensiven Übungen, bei denen es galt, als Gruppenleiter:in Verantwortung zu übernehmen, erforderten ein hohes Maß an Engagement. Alle zeigten großes Interesse und Einsatzbereitschaft.

Die Trainerassistent:innen-Ausbildung in der Jugendburg war ein besonderes Erlebnis für alle Jugendlichen. Wann trainiert man schon in einem Rittersaal? Das Team der KDNW-Jugend, bestehend aus Dennis Dreimann, Michael Bolder und Susanne Nitschmann, sorgte mit hohem Einsatz und fundiertem Fachwissen dafür, dass die Jugendlichen nicht nur fachlich weitergebildet wurden, sondern auch als Gruppe zusammenwuchsen.

Am Ende der Ausbildung waren alle Teilnehmenden froh, die Herausforderungen gemeistert zu haben, und blickten auf eine lehrreiche und erlebnisreiche Zeit zurück. Der KDNW hat nun 24 neue Trainerassistenten, die in den kommenden Jahren die C-Trainer:innen-Ausbildung absolvieren können.

TRAINER:IN-C BREITENSPORT

WISSEN, ENERGIE UND GEMEINSCHAFT



Foto: Michelle Hertner

von Michelle Hertner

Vier intensive Lehrgangswochenende umfasst die Ausbildung Trainer:in-C Breitensport.

Die Gruppe hat gelernt, wie ein abwechslungsreiches und spielerisches Kindertraining gestaltet wird, das Spaß macht und motiviert. Ebenso standen Konzepte für ein herausforderndes Erwachsenentraining auf dem Programm. Für Leistungsträger:innen gab es wertvolle Tipps, wie man sie optimal auf Turniere vorbereitet. Auch das Training für ältere Karateka wurde beleuchtet, angepasst und dennoch effektiv gestaltet.

Ein Highlight war die Kata-Schulung bei Georg Karras: einfach, verständlich und schnell erlernbar. Ludwig Binder brachte praxisnah bei, wie man sich in brenzlichen Situationen, ob in der Knie-

pe oder nachts auf dem Heimweg, erfolgreich verteidigt. Susanne Nitschmann begeisterte mit ihrem perfekten Mawashi Geri und inspirierte zu kreativen Ansätzen für Schnelligkeit und Technik, insbesondere beim Kizami- und Gyaku Zuki.

Daneben gab es spannende Einblicke in verschiedene Stilrichtungen wie Goju-Ryu und Wado-Ryu. Fachvorträge zu Themen wie AD(H)S im Sport, Gleichstellung von Jungen und Mädchen sowie Versicherung und Prävention sexualisierter Gewalt runden das Programm ab.

Abends wurde bei einem Bierchen gelacht und diskutiert.

Nun heißt es, das Gelernte anzuwenden!



Fotos: Armin Gudat

SCHNELLIGKEIT DURCH ENTSPANNUNG

SHUZO IMAI (80 JAHRE, 9. DAN) BEEINDRUCKT TEILNEHMENDE MIT WISSEN UND KÖNNEN

von Armin Gudat

In diesem Jahr fand zum fünften Mal die beliebte und mit 20 Teilnehmenden stets ausgebuchte dreitägige Fortbildung mit Shuzo Imai, Thomas Behnke und Armin Gudat in der Sportschule Hachen statt. Der 80-jährige Shuzo Imai (9. Dan), der kürzlich mit der DKV-Ehrennadel für sein Karate-Lebenswerk geehrt wurde, beeindruckte mit über sechs Jahrzehnten Budo-Erfahrung.

Im Theorieunterricht am Freitagabend erläuterte Shuzo Imai verschiedene biomechanische Prinzipien und wesentliche Elemente (Geist/Shin, Technik/Gi, Körper/Tai), die jeder guten Karate-Technik zugrunde liegen (sollten), gerade im Hinblick auf „Schnelligkeit durch Entspannung“, dem Schwerpunkt der Fort-

bildung. Das Nutzen der Gravitationskraft vermittelte Shuzo Imai in Theorie und Praxis.

Am Samstag ging es in der Halle, nach einer morgendlichen Mobilisierungseinheit folgten zwei Einheiten, in denen der Fokus auf Schnelligkeit durch Entspannung lag. Zwei weitere Einheiten thematisierten „Faszination Faszien“ mit Rolle und Ball. Zum Abschluss des Tages gab es eine gemeinsame Entspannung durch Dehnung, sowie eine Progressive Muskelentspannung.

Am Sonntag lehrte Shuzo Imai die Abwehr von Messerangriffen.

Ein abwechslungsreiches und lehrreiches Wochenende mit vielen netten Menschen ging mit einem gemeinsamen Mittagessen zu Ende.



KDNW-AUSBILDUNG 2026/2027

JETZT DEINE NÄCHSTE LIZENZIERUNG PLANEN

LIEBE TRAINER:INNEN,

um der hohen Nachfrage gerecht zu werden, bietet der KDNW in den kommenden zwei Jahren drei statt zwei **C-Trainer:in-Breitensport-Ausbildungen** an.

Das **Basismodul** entfällt deshalb im Jahr 2026 – es kann lokal bei den Kreis- oder StadtSportverbänden absolviert werden.

2026 können alle C-Trainer:innen-Leistungssport die Ausbildung zur **B-Leistungssport-Lizenz** in 60 Lerneinheiten (LE), verteilt auf drei Wochenenden, sowie 15 LE online absolvieren. Den Auftakt hierzu bildet das **Trainermeeting**. Es findet am 17.01.2026 auf dem Vereinsgelände des TSC Eintracht Dortmund statt.

Ende 2026 findet ein Wochenende zur **Lizenzverlängerung für C- und B-Trainer:innen-Leistungssport** statt.

Die **C-Trainer:in-Leistungssportausbildung** findet erst 2027 wieder statt.

Ein **Trainer:innen-Upgrade-Wochenende** findet im März 2026 statt. Hier kann man die allgemeine C-Lizenz (Kreis-, Stadt- oder LSB-Lizenz) in eine Fachlizenz umwandeln. Letztere wird für weitere DKV-Ausbildungen benötigt. Ebenso kann man mit 15 LE die **C- und B-Trainer:ine-Breitensport-Lizenz verlängern**.

Das Basismodul für unsere Jugendlichen im Alter von 14 bis 17 Jahren (**Trainerassistent:innen-Ausbildung**) findet vom 27. bis 30. August in der Sportschule in Hinsbeck statt.

Alle Informationen zu Lehrgängen und Ausbildungen findet ihr auf der **Homepage des KDNW**. Hier erfolgt auch die Anmeldung.

EVER KDNW-
AUSBILDUNGSTEAM

TERMINE, INFOS UND ANMELDUNG ONLINE: WWW.KARATE.NRW/LUB

TRAINERASSISTENT:IN 2026

Noch freie Plätze

27.-30.08.26 Sportschule Hinsbeck

TRAINER:IN-C BREITENSPORT 2026

Bereits ausgebucht

10.-11.01.26	LSB Sportschule Hachen
07.-08.02.26	LSB Sportschule Hachen
07.-08.03.26	RTB Bergisch Gladbach
06.-07.06.26	LSB Sportschule Hachen

TRAINER:IN-C BREITENSPORT 2026/27

Noch freie Plätze

07-08.11.26.	LSB Sportschule Hachen
12.-13.12.26	LSB Sportschule Hachen
23.-24.01.27	LSB Sportschule Hachen
20.-21.02.27	LSB Sportschule Hachen

TRAINER:IN-C LEISTUNGSSPORT 2027

Vormerken

1. Halbjahr 2027 (4 Wochenenden)

TRAINER:IN-B LEISTUNGSSPORT 2026

Noch freie Plätze (last minute)

17.01.26	Dortmund
21.-22.02.26	Karate Dojo Kempen
25.-26.04.26	n.n.
18.07.26	Abschlussprüfung

VERLÄNGERUNG B/C LEISTUNGSSPORT

Noch freie Plätze

07.-08.11.26 Duisburg

UPGRADE FACHLIZENZ

Noch freie Plätze

27.-28.06.26 LSB Sportschule Hachen



NEUE SERVICES ONLINE

KDNW-SHOP UND BESTELLUNG PRÜFUNGSMARKEN

von Steffen Voigtländer

Ab sofort bietet der KDNW seinen Mitglieder:innen exklusives Merchandise in einem eigenen Shop an. Auf karate.nrw kommt man über den Menüpunkt „Shop“ zum Sortiment des KDNW-Partners Högel und kann dort alle verfügbaren Produkte konfigurieren, bestellen und mit verschiedenen Methoden bezahlen. Das Sortiment soll sukzessive ausgebaut werden.

Darüber hinaus können die Mitgliedsvereine ab sofort über ein standardisiertes Formular Kyu-Prüfungsmarken bei der Geschäftsstelle bestellen. In einer ausführlichen Bestätigungsmail werden alle Angaben nochmal zusammengefasst und die Bankverbindung für die Überweisung mitgeschickt. Nach Geldeingang werden die Unterlagen an die hinterlegte Lieferadresse geschickt. Das Formular befindet sich auf karate.nrw unter dem Menüpunkt „Service – Bestellung Prüfungsmarken“.

FÖRDERPENNY

KDNW SIEGT IM NACHBARSCHAFTSVOTING

von Eva Mona Altmann

Der Karate-Dachverband

NRW hat im Voting die meisten Stimmen in der Nachbarschaftsregion gesammelt und ist damit Voting-Gewinner!

Der Förderpenny ist PENNYS Spendeninitiative für Kinder und Jugendliche in ganz Deutschland.

Vereine und Organisationen, die in der Kinder- und Jugendförderung tätig sind, können sich dafür bewerben. Alle Gewinner erhalten neben einer einmaligen Fördersumme in Höhe von 1.500 Euro von PENNY ein ganzes Jahr lang die Kundenspenden aus den Märkten in ihrer Nachbarschaft.

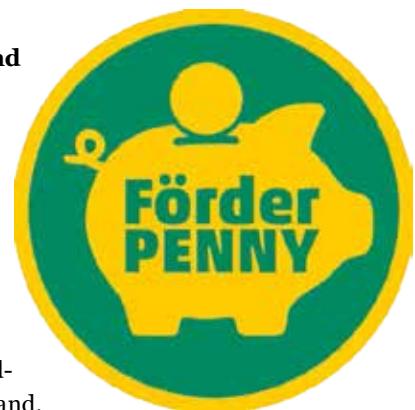
Die Kundenspenden gibt es in drei Varianten:

1. „Stimmt so!“ an der Kasse sagen und der Einkaufsbetrag wird auf den nächsten 10-Cent-Betrag aufgerundet. Die Differenz wird gespendet.

2. In der PENNY App das automatische „Stimmt so!“ für jeden Einkauf aktivieren.

3. Den Pfandbon spenden. Dafür wirft man ihn einfach in die Spendenbox direkt am Pfandautomaten.

Wir möchten uns herzlich für eure bisherige Unterstützung beim Voting bedanken und hoffen nun auf viele Spenden für die KDNW-Jugend.



SEXUALISIERTE GEWALT IM SPORT

NEUE PRÄVENTIONSTOOLS VERFÜGBAR

von Michael Bolder

Es gibt Neuigkeiten zum Thema Prävention sexueller Gewalt im Sport.

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat ein Konzept vorgestellt, das heißt „Safe Sports“ und soll alle Sportler:innen im DOSB schützen. Infos dazu gibt es online. Es richtet sich nur an die Verbände, die Vereine sind hier erstmal außen vor. Von den NRW-Verbänden wurde vorgeschlagen, dass der Landessportbund sich dazu kundig machen soll.

Ab Januar 2026 wird den

Vereinen dann ein Tool zur Verfügung gestellt, für die Erstellung eines Schutzkonzeptes. Der Name des Tools wurde noch nicht bekannt gegeben.

Für Kinder ab 12 Jahren ist außerdem eine Spiele-App entwickelt worden, die im Android Play Store und im Apple Store verfügbar ist. Man kann das Spiel auch auf dem PC spielen. Im App Store steht zwar, dass es erst ab 16 Jahre freigegeben ist, das Spiel hat aber tatsächlich eine USK12 erhalten. Tiere sind hier die Spielcharaktere. Der Wolf symbolisiert hier das

Böse. Das Spiel soll Täterstrategien darstellen und zeigen, wie sich ein Täter im Verein verhält. Der Spieler schlüpft dazu in die Rolle des Täters. Es geht darum, Vertrauen aufzubauen und Hobbys oder Geheimnisse der Kinder zu erfahren. Am Ende des Spiels wird der Täter aus dem Verein verbannt. Es soll noch ein weiteres Level dazu kommen. Die Spieleentwicklerin Prof. Dr. Greta Hoffmann mit Team und Prof. Dr.

med. Jörg M. Fegert sind beide vom Universitätsklinikum Ulm (Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie). Der Name der App lautet „Uuugh – Falsches Spiel“.



AUF WWW.UUUGH.DE GIBT ES ALLE INFOS ZUM SPIEL SOWIE DEN DIREKten DOWNLOAD

EHRUNGEN

BEI DER KDNW-MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2025

von Eva Mona Altmann

Im Rahmen der Mitgliederversammlung des KDNW führte Präsident Rainer Katteluhn am Sonntag, den 6. April 2025 mehrere Ehrungen verdienter Dojos und Karateka durch.

In diesem Jahr wurden im Dojo-Ranking die drei Vereine mit dem größten Mitgliederzuwachs im Jahr 2024 ausgezeichnet: Auf Platz eins stand der Rhein Berg Karate (hier: Georg Heimann, Foto 1), gefolgt vom Kahlon Karate Dojo (Amrit Kahlon konnte leider nicht anwesend sein) auf Platz zwei. Den dritten Platz (Foto 2) teilten sich der Budokan Bochum (hier: Bernd Munkelt) und der Bushido Köln (hier: Ralf Vogt).

Dieter Koch (Foto 3) erhielt die KDNW-Ehrenmedaille in Gold und wurde als Kampfrichter verabschiedet. Er betreibt seit 50 Jahren Karate, war 29 Jahre Kampfrichter, davon 21 Jahre Bundeskampfrichter. Ebenfalls Gold bekam Peter Mügge (Foto 4) für über 50 Jahre Karate (seit 1971). Bronze gab es für Alexandra Höner (Foto 5) für 15 Jahre Vereinsarbeit und acht Jahre Verbandsarbeit im KDNW.

Anschließend nahm DKV- und KDNW-Vizepräsident Stefan Krause eine DKV-Ehrung vor: Shuzo Imai (Foto 6) erhielt die DKV-Ehrennadel für sein Karate-Lebenswerk.

Außerdem wurde Uschi Huwald (Foto 7), langjährige Mitarbeiterin der KDNW-Geschäftsstelle, in den Ruhestand verabschiedet.

Wir gratulieren allen Geehrten und wünschen alle Gute für die Zukunft!





SOMMER, SONNE UND SPÄß

30 KARATE-KIDS BEI DER KDNW-FERIENFREIZEIT IN SPANIEN 2025

JETZT AUF WWW.KARATE.NRW FÜR DIE FERIENFREIZEIT 2026 ANMELDEN!

von Susanne Nitschmann

30 Teilnehmer:innen sind im Sommer 2025 mit der KDNW-Jugend nach Spanien gereist. Anders als in den Vorjahren waren wir nicht mit einem Jugendreiseveranstalter unterwegs, sondern haben die Reise in Eigenregie organisiert.

In diesem Zusammenhang möchten wir uns ganz herzlich bei der Firma Kottenstedte GmbH und Stephan Junker bedanken, von ihm sind auch die tollen Fotos.

Unser Ziel war der beliebte

Campingplatz Nautic Almata an der Costa Brava, wo wir in acht Glamping-Zelten untergebracht waren. Die lange Busfahrt war allen bekannt, die bereits zuvor dabei waren. Doch mit dem ersten Sprung in die Wellen ist diese immer schnell vergessen.

Das Betreuungsteam aus den vergangenen Jahren mit Jugendreferent Dennis Dreimann, Michael Bolder, Angelina Krüger und Susanne Nitschmann wurde in diesem Jahr durch den Gruppenhelfer Kevin Michejlis ergänzt.

Da wir Selbstversorger waren, mussten wir alle Mahlzeiten einkaufen und zubereiten. Für einige war dies eine neue Erfahrung. Zum Abendessen wurden alle Tische auf dem Weg zur gemeinsamen Mahlzeit aufgestellt. Ein neidvoller Hingucker für alle anderen Campingplatzbewohner:innen.

Neben dem Karate-Training jeden zweiten Morgen stand natürlich viel sportliches Miteinander auf dem Programm: Stand-up-Paddling in den Sonnenuntergang sowie die Strandolympiade mit über 18

Spielen, die sich auf zwei Tage erstreckte. Natürlich waren auch Pool, Tennis und Beachvolleyball angesagt. Letzteres wurde sogar mit 20 Leuten auf einem Feld gespielt.

Ein Städtetrip in das wunderschöne Fischerörtchen Cadaqués rundete das Programm ab.

Nach acht Tagen ging eine tolle Zeit zu Ende und einige wünschen sich bereits jetzt, im nächsten Jahr wieder Teil der Ferienfreizeit zu sein. Diese findet statt vom 25. Juli bis zum 3. August 2026.

KDNW-TRAININGSLAGER 2025

LANDESKADER KATA UND KUMITE TREFFEN SICH ZUM GEMEINSAMEN LEHRGANG IN BERGISCH GLADBACH

von Susanne Nitschmann

Die Landeskader Kata und Kumite haben sich in 2025 zweimal zu einem großen gemeinsamen Lehrgang in Bergisch Gladbach getroffen.

Vom 24. bis zum 26. Januar 2025 fand das erste Trainingslager statt. 40 Karateka Altersklasse ab U16 absolvierten unter der Leitung der Landestrainerinnen Schahrazad Mansouri (Kata) und Susanne Nitschmann (Kumite) drei Trainingstage. Unterstützt wurde das Kumite-Training von dem neuen Trainer:innen-Team mit Ivona Heimann, Ümit Demir, Luca Weingötz und Landestrainer Alexander Heimann.

Am Freitag bezogen zunächst alle im Rheinischen Turnerbund ihre Zimmer und nahmen ein kleines Abendbrot ein. Das erste Training in den Räumlichkeiten des Dojos von Alexander Heimann gab den Startschuss für ein intensives Trainingswochenende. Im Anschluss fanden die ersten Athletiktests unter der Leitung des Sportwissenschaftlers Dennis Dreimann statt, wobei die Sprungkraft und die Ausdauerfähigkeit im Vordergrund standen.

Der Samstag eröffnete parallel zum Kata-Training für die Kumite-Athlet:innen mit dem ersten Vortrag von Prof. Dr. Denis Krämer über die Einführung in die Sportpsychologie. Im Wechsel kamen

parallel zum Kumite-Training die Kata-Athlet:innen in den Genuss dieses Vortrags. Denis schaffte es, mit seiner begeisternden Art alle in seinen Bann zu ziehen. Für sehr viele Sportler:innen hatte Denis hilfreiche Tipps, um den Wettkampf mental optimal zu bewältigen. In vielen Einzelgesprächen konnten sie mit Denis persönliche Probleme besprechen. Der KDNW konnte mit Prof. Dr. Denis Krämer einen großartigen Referenten gewinnen.

Im Anschluss fand der zweite Block der Athletiktestungen statt. Nun wurden die Fähigkeiten der Rumpfkraft, der Beweglichkeit und der Schnelligkeit getestet. Nach einer der Mittagspause folgte der 2. Teil des Trainings- und Vortragsblocks. Alle Teamtrainer:innen absolvierten eine Einheit mit dem Kumite-Kader und es wurde schnell klar, welche Qualität und Vorteile der KDNW mit diesem jungen Team aufgebaut hat. Im Kata-Training wurde Wert auf die Vorbereitung zu EM und Series A in Larnaca gelegt. Ein sehr intensiver und erkenntnisreicher Tag ging mit einem großartigen Buffet zu Ende, das in das Dojo geliefert wurde. Alle waren sich einig: Erschöpft, aber glücklich!

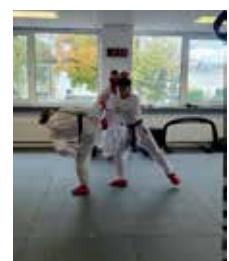
Der Sonntag beinhaltete in jeder Disziplin zwei weitere intensive Trainingseinhei-

ten und, was wirklich erstaunlich war, alle Sportler:innen bekamen bereits ihre Auswertungen der Athletiktests. So konnten sie zeitnah erfahren, welche Schwachstellen es auszugleichen gilt. Hier steht neben der Leistungssteigerung auch die Gesundheit der Jugendlichen im Vordergrund. An dieser Stelle danken wir Dennis Dreimann für die großartige Arbeit.

In den drei Tagen wurden die Aktiven mental und physisch stark gefordert. Das Ziel, zum Jahresauftakt das KDNW-Team zu stärken, wurde zu 100% erfüllt.

Mitte Oktober kam die Kader erneut zu einem gemeinsamen Trainingslager zusammen. An den drei Lehrgangstagen im Herbst gab es neben Athletiktestung und Mentaltraining verschiedene Maßnahmen zum Teambuilding. Die Sportler:innen konnten diesmal sogar im Rhein Berg Karate Bergisch Gladbach übernachten.

Dank gilt an dieser Stelle allen Trainer:innen und Referent:innen und auch den Karateka, die sich auf das neue Konzept eingelassen haben und offen für alle angesprochen Themen waren. Ebenso ein großes Dankeschön an Ivona und Alexander Heimann, die jeweils drei Tage lang Gastgeber waren und dafür sorgten, dass sich alle wohl gefühlt haben!



Fotos: Susanne Nitschmann





KIDS CUP & YOUTH CUP

KDNW-NACHWUCHSTURNIERE 2025

von Eva Mona Altmann

Auch in 2025 hat die KDNW-Jugend wieder den beliebten Kids Cup veranstaltet. Neu im Programm: Der Youth Cup, der sich an etwas ältere Karate-Kids richtet.

Der Youth Cup fand erstmalig am 25. Oktober 2025 in Kempen statt. Er zog 88 Nachwuchstalente aus 24 Dojos an. Das Besondere sind die Unterteilung in unterschiedliche Gruppen je nach Wettkampferfahrung, im Kumite außerdem nach Körpergröße sowie das Wettkampfformat, das mehr als eine Runde für alle garantiert.

Diese Charakteristika sind den KDNW-Karateka schon vom bereits etablierten Kids Cup bekannt. Dieser wurde am 22. November 2025 in Langenfeld ausgetragen. 396 Karate-Kids aus 39 Vereinen traten hier an.

Die Termine für 2026 stehen bereits fest: Der Youth Cup ist für den 10. Oktober und der Kids Cup für den 21. November geplant.

Das Foto stammt vom Kids Cup 2024.



Foto: Dr. Hans-Peter Schaub

BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN

ERSTE ERFAHRUNGEN AUF DER TATAMI

von Eva Mona Altmann

Im Jahr 2025 hat der Karate-Dachverband NRW vier Bezirksmeisterschaften ausgetragen.

Aus den Bezirken Düsseldorf und Arnsberg gingen am 1. Februar 2025 in Erkrath 254 Karateka aus 19 Vereinen an den Start. Die erfolgreichsten Dojos waren KD Kempen, USC Duisburg und Nippon Karate-Do Shoshinkan Düsseldorf.

Am 24. Mai 2025 trafen sich die Westfälener Karateka in Lenzinghausen und am 25. Mai 2025 die Kölner Aktiven in Düren. In Westfalen waren die drei erfolgreichsten Vereine das Bushinkai Dojo im 1. SC Bad Oeynhausen, das Dojo Lemgo-Lippe und das KD Chikai Wettringen. In Köln führten der Bushido Köln, der Budokan Bochum und der 1. KC Bergisch Gladbach das Ranking an. Insgesamt gingen an beiden Tagen 468 Karateka aus 34 Vereinen an den Start.

Die Wettkampfleitung der Bezirksmeisterschaften lag bei Paweł Naliwajko und Martina Schmutzler-Jahn. Als Chefkampfrichter fungierten Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall und sein Stellvertreter Ralf Vogt. Die ausrichtenden Vereine stellten mit ihren Freiwilligen tolle Events auf die Beine. Und die Wettkampfärzte hatten zum Glück nicht allzu viel Arbeit.

In entspannter und doch ernsthafter Atmosphäre konnten die Teilnehmenden erste Wettkampferfahrungen sammeln oder erneut reüssieren.

ERGEBNISSE 2025 UND ANMELDUNG 2026 AUF WWW.SPORTDATA.ORG/KARATE

ERGEBNISSE 2025 UND ANMELDUNG 2026 AUF WWW.SPORTDATA.ORG/KARATE

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG FÜR UNSEREN LEISTUNGSSPORT:

Anzeige

LABELMONSTER



Ihr Partner für industrielle Kennzeichnung!



LANDESMEISTERSCHAFT KINDER & SCHÜLER:INNEN 2025

von Eva Mona Altmann

Am Samstag, den 12. April 2025 wurde die Landesmeisterschaft der Kinder und Schüler:innen in Düsseldorf-Garath ausgetragen. 389 Karateka aus 36 Vereinen waren gemeldet. Die Wettbewerbe in den Disziplinen Kata und Kumite (jeweils Einzel und Team) wurden auf vier Kampfflächen zwischen 9.30 Uhr und 19.30 Uhr ausgetragen.

KDNW-Präsident Rainer Katteluhn richtete einige Begrüßungsworte an die Anwesenden. Ausrichtender Verein war der Goju-Ryu Karate Verein Garath. Als Chefkampfrichter war der stellvertretende Landeskampfrichterreferent Ralf Vogt im Einsatz. Die Wettkampfleitung lag bei Martina Schmutzler-Jahn und Paul Naliwajko. Das Team der medizinischen Kommission hatte erfreulich wenig Arbeit.

Erfolgreichster Verein wurde der USC Duisburg, gefolgt vom Shorikan Sportclub Köln und dem Budokan Bochum.

ERGEBNISSE, MEDAILLENSPIEGEL UND EINE GROSSE BILDERGALERIE AUF WWW.KARATE.NRW

LANDESMEISTERSCHAFT

JUGEND, JUNIOR:INNEN & U21 2025

von Eva Mona Altmann

Am 6. September 2025 traten 177 Karateka der Altersklassen Jugend, Junior:innen und u21 aus insgesamt 38 Vereinen in Oberhausen bei der Landesmeisterschaft an.

In der Willi-Jürissen-Halle gingen sie auf vier Tatamis in den Disziplinen Kumite und Kata an den Start – dabei drehte sich

alles um die begehrten Tickets zur Deutschen Meisterschaft. Ausrichtender Verein war das Taiko Dojo Oberhausen rund um Detlef Tolksdorf. Chefkampfrichter war der Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall. Die Wettkampfleitung lag bei Martina Schmutzler-Jahn. Zu Beginn richtete KDNW-Präsident Rainer Katteluhn einige

persönliche Worte an die Karateka und Zuschauer:innen und dankte allen am Gelingen beteiligten Personen.

Im Medaillenspiegel sicherte sich der KD Kempen den vordersten Platz, gefolgt vom USC Duisburg und Rhein-Berg Karate Bergisch Gladbach.

Fotos: Dr. Hans-Peter Schaub





LANDESMEISTERSCHAFT

LEISTUNGSKLASSE & MASTERCLASS 2025

von Eva Mona Altmann

Am 8. März 2025 wurden die diesjährigen Landesmeisterschaften der Leistungsklasse und der Masterclass in Oberhausen ausgetragen. 148 Karateka aus 37 Vereinen gingen an den Start. Ausrichtender Verein war das Taiko Dojo Oberhausen rund um Dojoleiter Detlef Tolksdorf.

Die Wettkampfleitung lag bei Martina Schmutzler-Jahn und Paul Naliwajko. Chefkampfrichter war Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall.

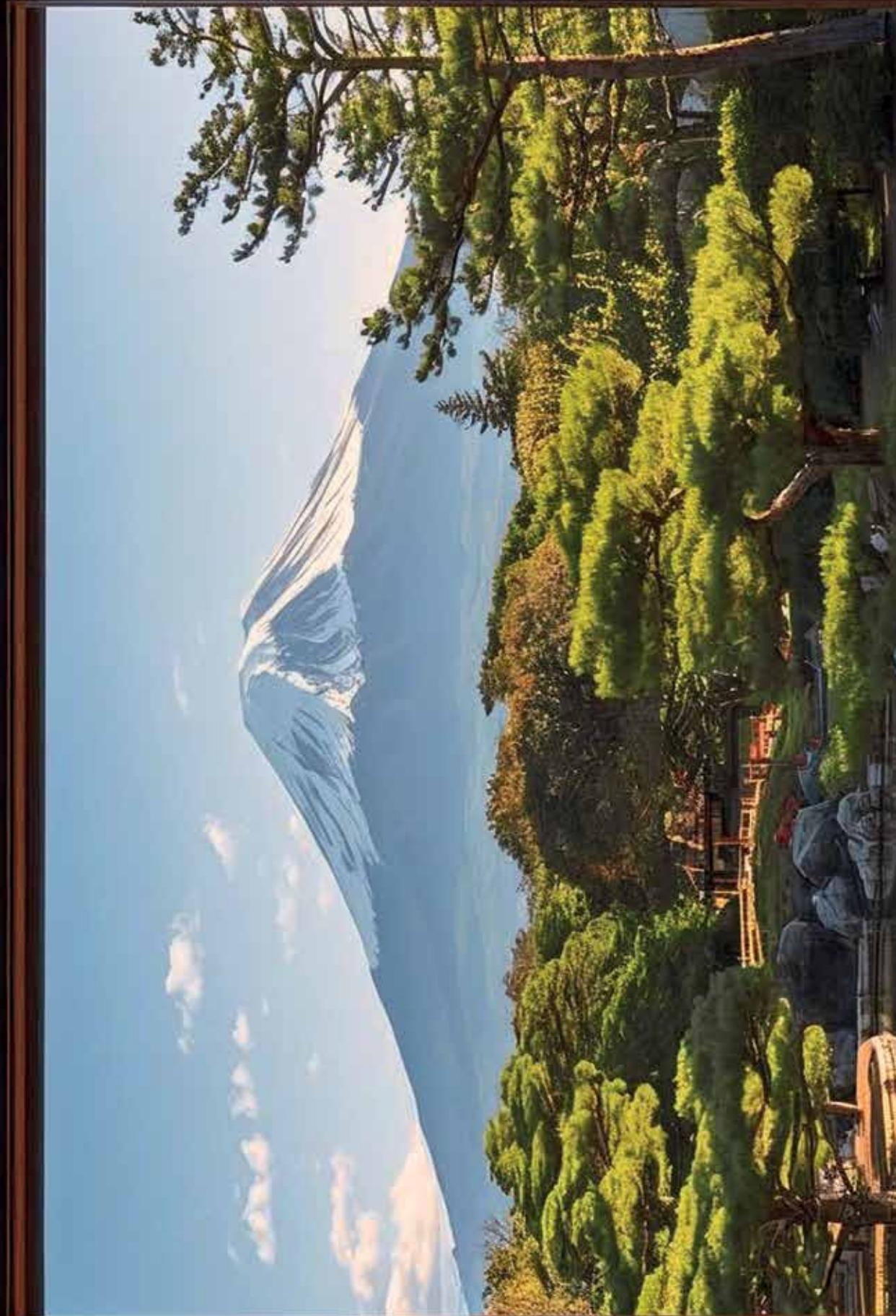
Nach einer kurzen Eröffnungsrede von KDNW-Vizepräsident

Stefan Krause wurden die Matches zwischen 10.00 und 16.30 Uhr auf drei Tatamis ausgetragen. Dabei gab es für die Zuschauer:innen spannende Begegnungen zu beobachten. Die Wettkampfärzte hatten nicht viel zu tun.

Die drei erfolgreichsten Vereinen waren USC Duisburg, Dojo Lemgo-Lippe und TuS St. Arnold.

ERGEBNISSE, MEDAILLENSPIEGEL UND EINE GROSSE BILDERGALERIE AUF WWW.KARATE.NRW

2026





JUNI

MAI

APRIL

MÄRZ

FEBRUAR

JANUAR

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
1	2	3	4				1	2	3	4	5			1	2	3	4	5	6	7
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31	29	30

AUGUST

SEPTEMBER

OKTOBER

NOVEMBER

DEZEMBER

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
1	2	3	4	5			1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	12	13	14	15	16	17	
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	26	27	28	29	30	31	



DEUTSCHE MEISTERSCHAFT SCHÜLER:INNEN

KDNW 2025 NICHT ZU TOPPEN: 17 MEDAILLEN UND PLATZ 1 IM LÄNDERRANKING

von Eva Mona Altmann

Bei der am 17. Mai 2025 in Halle (Saale) ausgetragenen Deutschen Meisterschaft der Schüler:innen ließ der Karate-Dachverband NRW im Ranking alle anderen Länder hinter sich: Fünf goldene, vier silberne und acht bronzen Medaillen konnten die jungen KDNW-Karateka insgesamt erkämpfen. Das beeindruckende Resultat gelungener Nachwuchsarbeit!

Kata-Landestreiniger Christian Karras betont: „Vielen Dank an alle Heimtrainer:innen, Coaches und Eltern! Nur durch euren Einsatz und die Zusammenarbeit waren diese fantastischen Erfolge möglich!“ Sein Kollege Alexander Heimann (Kumite-Landestreiniger) sieht das ganz genauso und er mahnt, sich nicht auf den Erfolgen auszuruhen: „Auch wenn wir stolz auf die Platzierungen sein können, wäre noch viel mehr möglich gewesen. Das Potenzial wurde in einigen Fällen nicht ausgeschöpft. Daran werden wir gezielt arbeiten, um in Zukunft noch konstantere und überzeugendere Leistungen abzurufen. Dennoch blicke ich positiv in die Zukunft. Die Ergebnisse zeigen, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Die Talente in NRW haben Perspektive!“

562 Athlet:innen aus 169 Vereinen aus ganz Deutschland waren in Sachsen-Anhalt an den Start gegangen – die bisher größte DM aller Zeiten für diese Altersklasse.



GOLD

Kiyoshiro Kanai (Nippon Karate-Do Shoshinkan Düsseldorf), Schüler A Kata

Ela Karadal (KC Bushido Bonn), Schülerinnen A Kata

Bushido Bonn/Budokan Bochum (Olivia Contin/Eda Karadal/Ela Karadal), Schülerinnen A Kata-Team

Jonathan Rivera (USC Duisburg), Schüler A Kumite -40 kg

Milana Schuldeis (Goju-Ryu Karate Düsseldorf), Schülerinnen B Kumite +36 kg

SILBER

Eliah Hurler (TSV 1895 Monheim), Schüler A Kata

Eda Karadal (KC Bushido Bonn), Schülerinnen A Kata

Rayan Tahiri (Taiko Dojo Oberhausen), Schüler A Kumite -55 kg

Diwa Stanikzai (Shorinkan SC Köln), Schülerinnen Kumite -42 kg

Yasmin Tahiri (SC Duisburg), Schülerinnen B Kata

BRONZE

Ben Weissenberg (Shirai Dormagen), Schüler A Kata

Oleksii Kasianenko (BTW Bünde), Schüler A Kumite +55 kg

Kien Tran Viet (USC Duisburg), Schüler B Kata

Ellen Wilhelm Miyabi (Nippon Karate-Do Shoshinkan Düsseldorf), Schülerinnen B Kata

Olivia Contin (Budokan Bochum), Schülerinnen B Kata

Özcelik Ege Mert (Shorin SC Köln), Schüler B Kumite -38 kg

Yasmin Tahiri (USC Duisburg), Schülerinnen B Kumite Mädchen -30 kg



ALLE ERGEBNISSE
UND VIELE FOTOS
AUF WWW.KARATE.NRW



DEUTSCHE MEISTERSCHAFT JUGEND UND JUNIOR:INNEN 2025

ZWEIMAL GOLD, DREIMAL SILBER, ZEHNMAL BRONZE IN CHEMNITZ

von Eva Mona Altmann

561 Karateka der Altersklassen Jugend und Junior:innen aus 176 Vereinen aus ganz Deutschland verbrachten gemeinsam mit ihren Coaches und Fans das Wochenende 15./16. November 2025 in Chemnitz.

Die Sportler:innen aus NRW konnten insgesamt fünfzehn Medaillen bei der Deutschen Meisterschaft erzielen. Erfolgreichster KDNW-Verein wurde der Bushido Köln auf Rang sieben.

GOLD

Selman Karabulut (Bushido Köln), Jugend männl. Kumite -57 kg
Maximilian Martin (Budokan Bochum), Jugend männl. Kumite -63 kg

SILBER

Serhat Karabulut (Bushido Köln), Jugend männl. Kumite -70 kg
Simon Harrer (Rhein-Berg-Karate Bergisch Gladbach), Junioren Kumite -61 kg
Miguel Meier (USC Duisburg), Junioren Kumite -76 kg

BRONZE

Elias Krakau (KD Gelsenkirchen-Buer), Jugend männl. Kata
Viktor Johann Dutta (Budokan Bochum), Jugend männl. Kumite 70 kg
Mats Petri (KD Kempen), Jugend männl. Kumite -57 kg
Anas Arbib (Bushido Köln), Jugend männl. Kumite -70 kg
Marlene Sass (Dojo Lemgo-Lippe), Jugend weibl. Kumite -47 kg
Bushido Köln (D. Dornseifer/A. Arbib/S. Karabulut/S. Karabulut), Jugend männl. Kumite-Team
Lio Jorde-Nakamatsu (Nippon Karate-Do Shoshinkan Düsseldorf), Junioren Kata
Jadon Sturm (SKD Satori Hilden), Junioren Kata
Dijar Aydogdu (USC Duisburg), Junioren Kumite -55 kg
Nada Tahiri (USC Duisburg), Juniorinnen Kumite -48 kg



ALLE ERGEBNISSE
UND VIELE FOTOS
AUF WWW.KARATE.NRW



DEUTSCHE MEISTERSCHAFT MASTERCLASS 2025

29 MEDAILLEN FÜR DEN KDNW

von Eva Mona Altmann

Am 27. September 2025 wurde in Verden (Niedersachsen) die Deutsche Meisterschaft der Masterclass ausgetragen.

Mit mehr als 250 Karateka der so genannten „Ü-Klassen“ (über 30 Jahre, über 35 Jahre usw.) war das Event so stark besetzt wie nie zuvor.

Die NRW-Karateka zeigten mit sechs goldenen, elf silbernen und zwölf bronzenen Medaillen einmal mehr überaus beachtliche Leistungen. Außerdem schlugen drei fünfte und zwei siebte Plätze zu Buche. Herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen Erfolgen!

GOLD

- Sarah Agte (USC Duisburg), Kata Damen Ü35
- Renate Bracht (Dojo Lemgo-Lippe), Kata Damen Ü65
- Denis Krämer (USC Duisburg), Kata Herren Ü45
- Birgit Buddendiek (KD Gelsenkirchen-Buer), Kumite Damen Ü55
- Patrick Olszewski (KD Chikai Wettringen), Kumite Herren Ü45 +80 kg
- Kasim Zymeri (USC Duisburg), Kumite Herren Ü55 -80 kg

SILBER

- Vanessa Schlegel (TUS St. Arnold), Kata Damen Ü30
- Manuela Gerke-Körting (KC Bushido Bonn), Kata Damen Ü55
- Denise Rottewert (TUS St. Arnold), Kumite Damen Ü30 +60 kg
- Vanessa Schlegel (TUS St. Arnold), Kumite Damen Ü30 -60 kg
- Maike Schwanenberg (KC Bushido Bonn), Kumite Damen Ü35 +60 kg
- Bianca Born (BSC Oberhausen), Kumite Damen Ü45 +60 kg
- Pedro H. Cassaro Travaglia (Dojo Lemgo-Lippe), Kumite Herren Ü30 +80 kg
- Jochen Krämer (KC Bushido Bonn), Kumite Herren Ü35 +80 kg
- Yevgen Shvets (Budokan Bochum), Kumite Herren Ü35 -80 kg
- Martin Matheis (1. Bonn-Beueler SKD), Kumite Herren Ü45 -80 kg
- Murat Uysal (USC Duisburg), Kumite Herren Ü55 -80 kg

BRONZE

- Kathrin Schultheis (1. KC Bushido Köln), Kata Damen Ü35
- Sara Steverding (Karate Zanshin Bergisch Gladbach), Kata Damen Ü45
- Jochen Krämer (KC Bushido Bonn), Kata Herren Ü35
- Sven Krings (KD Kempen), Kata Herren Ü45
- Rego Preisendorfer (Kensho Neukirchen-Vluyn), Kata Herren Ü55
- Dennis Groesdonk (KD Kaiten Bedburg Hau), Kumite Herren Ü30 +80 kg
- Manuel Grosch (1. KC Bergisch Gladbach), Kumite Herren Ü30 +80 kg
- Iramis Zeinalov (Budokan Bochum), Kumite Herren Ü35 +80 kg
- Bernd Munkelt (Budokan Bochum), Kumite Herren Ü45 +80 kg
- Jörg Rohde (Ruhndojo), Kumite Herren Ü45 -80 kg
- Oliver Rüther (Shorinkan SC Köln), Kumite Herren Ü55 -80 kg
- Thomas Hess (KD Bad Salzuflen), Kumite Herren Ü65 -80 kg

Fotos: Ralf Wolbers



ALLE ERGEBNISSE UND VIELE FOTOS AUF WWW.KARATE.NRW

DEUTSCHE MEISTERSCHAFT U21 2025

NRW-KARATEKA ERZIELEN TOLLE ERFOLGE IN VERDEN

von Eva Mona Altmann
Am 28. September 2025 fand die Deutsche Meisterschaft der Altersklasse U21 in Verden (Niedersachsen) statt.

Gemeldet waren 147 Karateka in den Einzeldisziplinen sowie 15 Kumite- und sechs Kata-Teams.

Die Karateka aus NRW konnten tolle Erfolge erzielen. Herzlichen Glückwunsch!



ALLE ERGEBNISSE
UND VIELE FOTOS
AUF WWW.KARATE.NRW

GOLD

Shirley Jay (KC Bushido Bonn), Kata Damen
KG SEBO (Clara Ewald/Annika Jürgensmann/Julie Stevens), Kata-Team Damen

SILBER

Jonas Abu Wahib (USC Duisburg), Kata Herren
Dojo Lemgo-Lippe (Yasmin Renner/Caitlin Kleinknecht/Nicole Juschka/Marina Juschka), Kata-Team Damen
Marlene Lindstädt (USC Duisburg), Kumite Damen -68 kg
Youssef Lachaaf (USC Duisburg), Kumite Herren -60 kg
KG Rhein Ruhr (Yasmin Renner/Marlene Lindstädt/Kristina Keller), Kumite-Team Damenn
KG Rhein Ruhr (Youssef Lachaaf/Adrian Heinrich/Ishaq El Karrouch/Kevin Michejlis), Kumite-Team Herren

BRONZE

Annika Jürgensmann (SC Taisho Siegburg), Kata Damen
K3 Budokan (Maximilian Rossbach/Paul Augart/David Maier), Kata-Team Herren
Amy-Lee Grace Schnober (KD Bad Salzuflen), Kumite Damen -68 kg
Kevin Michejlis (KD Kempen), Kumite Herren +84 kg
Ishaq El Karrouch (USC Duisburg), Kumite Herren -75 kg



Fotos: Ralf Wolbers



DEUTSCHE MEISTERSCHAFT LEISTUNGSKLASSE 2025

GOLD FÜR SHARA HUBRICH UND SHIRLEY JAY

GOLD

Shirley Jay (KC Bushido Bonn), Kata Damen
Shara Hubrich (TV Borgeln), Kumite Damen -50 kg

BRONZE

Dojo Lemgo-Lippe (Eva Schmidt/Yasmin Renner/Caitlin Kleinknecht), Kata-Team Damen
Kristina Keller (PKSW Wuppertal), Kumite Damen -61 kg
Alina Underberg (USC Duisburg), Kumite Damen -68 kg
Luca Weingötz (USC Duisburg), Kumite Herren -84 kg

5. PLATZ

Clara Ewald (Budokan Bochum), KataDamen
Janine Narboada (USC Duisburg), Kata Damen
Roman Lux (USC Duisburg), Kata Herren
Ksenia Yeokhina (Dojo Lemgo-Lippe), Kumite Damen -50 kg
Emilija Ristic Ruzica (1. KC Bergisch Gladbach), Kumite Damen -61 kg
Anna-Marie Woltering (KD Chikai Wettringen), Kumite Damen -61 kg
Marlene Lindstädt (USC Duisburg), Kumite Damen -68 kg

von Eva Mona Altmann

Am 29. März 2025 wurde die Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse und die Deutsche Meisterschaft im Para-Karate in Frankfurt (Hessen) ausgetragen.

Mit zwei goldenen und vier bronzenen Medaillen sowie siebenmal Platz fünf, viermal Platz sieben und einmal Platz neun belegte der Karate-Dachverband NRW Rang drei im Länderranking hinter Baden-Württemberg und Bremen.

Herzlichen Glückwunsch!



ALLE ERGEBNISSE UND VIELE FOTOS AUF
WWW.KARATE.NRW

BUNDESLIGA 2025

PLATZ 4 FÜR KD CHIKAI WETTRINGEN

von Eva Mona Altmann

Bei der Bundesliga 2025 konnten die Titelverteidigerinnen vom USC Duisburg verletzungsbedingt leider nicht antreten. Aber den Damen vom KD Chikai Wettringen (Michelle Süß, Anna Woltering, Jasmin Leiner, Kristina Keller, Angelika Bauer, Trainer: Christian Krämer) gelang ein guter vierter Platz.

Der erste Kampftag war am 30. März 2025 in Frankfurt am Main. Bei der Bundesliga-Hinrunde war NRW bei den Herren und bei den Damen jeweils mit einem Team am Start. Bei den Herren beschloss die KG Rhein-Ruhr Rebels (Ishaq El-Karrouch, Kevin Michejlis, Luca Weingötz, Jose Munoz, Loukman El-Karrouch, Trainerin: Susanne Nitschmann) die Hinrunde mit 16 Punkten (64:78 Match-Punkte) auf Rang sieben. Die Wettringer Damen standen nach dem Auftakt mit 10 Punkten (18:44 Match-Punkte) auf dem sechsten Platz.

Bei der Rückrunde am 18. Mai 2025 in Halle an der Saale konnten sich das Team des KD Chikai Wettringen den vierten Platz in der Gesamtwertung und damit die Teilnahme an den Playoffs erkämpfen. Mit 24 Punkten (71:81) standen die NRW-Damen hinter dem Adidas Team Bayern, Punok Sen5 und Arawaza Ipa Banzai Berlin.

Bei den Playoffs am 27. September 2025 in Verden unterlag das Team von Christian Krämer in einem spannenden Halbfinalmatch nur knapp dem Adidas Team Bayern. Im Kampf um Bronze trafen die Damen auf Punok Sen 5 (Kristina Keller – Ili Hellen 2:1, Michelle Süß – Marlene Lindstädt 0:5, Jasmin Leiner – Anida Hukara 4:10). Somit blieb am Ende für die NRW-Auswahl Platz vier.

FOTOS VON ALLEN DREI TERMINEN AUF WWW.KARATE.NRW



Fotos: Ralf Wolbers



2026

WETTKAMPFTERMINE WKF, DKV & KDNW

- 09.-11.01. WKF SERIES A (TIFLIS, GEORGIEN)
- 23.-25.01. WKF PREMIER LEAGUE (ISTANBUL, TÜRKEI)
- 31.01. KDNW LM LEISTUNGSKLASSE & MASTERCLASS
- 06.-08.02. EKF EM JUGEND, JUNIOR:INNEN & U21 (LIMASSOL, ZYPERN)
- 12.-15.02. WKF YOUTH LEAGUE (FUJAIRAH, VEREINIGTE ARABISCHE EMIRATE)
- 21.02. KDNW BZM DÜSSELDORF (ERKRATH)
- 07.03. KDNW BZM WESTFALEN
- 13.-15.03. WKF PREMIER LEAGUE (ROM, ITALIEN)
- 14.03. KDNW LM KINDER & SCHÜLER:INNEN (BÜNDE)
- 21.03. DKV DM LEISTUNGSKLASSE & PARA-KARATE
- 22.03. DKV BUNDESLIGA HINRUNDE
- 26.-29.03. WKF YOUTH LEAGUE (HARARE, ZIMBABWE)
- 18.04. KDNW BZM KÖLN
- 24.-26.04. WKF SERIES A (A CORUNA, SPANIEN)
- 09.05. PRIVATTURNIER COLOGNE OPEN
- 14.-17.05. WKF YOUTH LEAGUE (MANILA, PHILIPPINEN)
- 20.-24.05. EKF EM LEISTUNGSKLASSE & PARA-KARATE IN FRANKFURT AM MAIN
- 10.-14.06. FISU WUC COMBAT SPORTS (BRASILIA, BRASILIEN)
- 12.-14.06. WKF PREMIER LEAGUE (RABAT, MAROKKO)
- 13.06. PRIVATTURNIER DÜSSELDORF CUP
- 20.06. DKV DM SCHÜLER:INNEN
- 21.06. DKV BUNDESLIGA RÜCKRUNDE
- 02.-05.07. WKF YOUTH LEAGUE (POREC, KROATIEN)
- 16.-20.07. WKF SERIES A (GUADALAJARA, MEXIKO)
- 23.07. DKV DIE FINALS (HANNOVER)
- 05.09. KDNW LM JUGEND & JUNIOR:INNEN
- 17.-21.09. WKF YOUTH LEAGUE (GUADALAJARA, MEXIKO)
- 26.09. DKV DM MASTERCLASS & BUNDESLIGA PLAYOFFS
- 27.09. DKV DM U21
- 02.-04.10. WKF SERIES A (SALZBURG, ÖSTERREICH)
- 10.10. KDNW YOUTH CUP
- 14.-18.10. WKF WM JUGEND, JUNIOR:INNEN & U21 (BIELSKO-BIALA, POLEN)
- 31.10.-13.11. YOUTH OLYMPIC GAMES (DAKAR, SENEGAL)
- 14.-15.11. DKV DM JUGEND & JUNIOR:INNEN
- 20.-22.11. WKF KARATE WORLD CUP (HANGZHOU, CHINA)
- 21.11. KDNW KIDS CUP
- 28.11. PRIVATTURNIER BUDOKAN CUP (BOCHUM)
- 10.-13.12. WKF YOUTH LEAGUE (VENEDIG, ITALIEN)

Keine Gewähr. Fehler & Änderungen vorbehalten.

NEW

NEUES REGELWERK

ÄNDERUNGEN TREten ZUM 01.01.2026 IN KRAFT

DIE WORLD KARATE FEDERATION HAT ÄNDERUNGEN AN DEN REGELWERKEN FÜR KATA, KUMITE UND PARA-KARATE BESCHLOSSEN, DIE AM 01.01.2026 IN KRAFT TREten. DIE DEUTSCHE ÜBERSETZUNGEN UND ALLE INFOS, WAS DIESER ÄNDERUNGEN FÜR DIE WETTKÄMPFE IM DKV UND KDNW BEDEUTEN, FINDET IHR ONLINE AUF WWW.KARATE.NRW.



SHIRLEY JAY IST VIZEEUROPAMEISTERIN EM JUGEND, JUNIOR:INNEN UND U21 2025 IN POLEN

von Eva Mona Altmann

Sie hat es schon wieder getan! Zum dritten Mal in ihrer Laufbahn konnte Shirley Jay (KC Bushido Bonn) eine Medaille von der Europameisterschaft mitbringen. Nach Gold 2023 und Bronze 2024 vervollständigte sie ihre EM-Medaillen-Kollektion nun mit Silber. Herzlichen Glückwunsch zu dieser herausragenden Leistung!

Mit Anan Dai, Papuren und Chibana no Kushanku siegte sie in ihrem Pool über die Konkurrenz aus Montenegro, Griechenland und Tschechien. Mit Chatanyaara Kushanku verwies Shirley auch die Spanierin in die Schranken und musste sich mit

Suparinpei erst im Finale der Portugiesen geschlagen geben.

Gemeinsam mit Clara Ewald (Budokan Bochum) und Annika Jürgensmann (SC Taisho Siegburg) startete Shirley Jay auch im Kata-Team. Die neu geformte Equipe siegte zunächst über die tschechische Auswahl und schied dann gegen die Türkei aus dem Wettkampf aus.

Adrian Heinrich (Goju-Ryu Karate Verein Garath) trat bei den u21-Herren -84 kg an. Das Aus für ihn kam leider schon in der ersten Runde gegen Island (2:7).

Insgesamt holte Team Germany zwei goldene, eine silberne und drei bronzenen Medaillen.

Außerdem aus dem KDNW im offiziellen Auftrag vor Ort in Bielsko-Biala (Polen): DKV-Leistungssportreferent Thomas Nitschmann (USC Duisburg) sowie die Bundesassistententrainer Tim Milner (Budokan Bochum) und Nika Tsursumia (Oberberg Karate Gummersbach).

Auf Kampfrichterseite mit dabei: Uwe Portugall (GKD Dortmund), der im Vorfeld der EM beim Kampfrichterkurs als Kata Instructor sowie bei der Meisterschaft als Appeals Jury eingesetzt war sowie Eva Mona Altmann (1. Karate AG Kölner Schulen e.V.), die im Auftrag der EKF die Durchführung des Kurses und das Turnier begleitete.



DEUTSCHLAND AN DER SPITZE

ZWEI EM-MEDAILLEN FÜR SHARA HUBRICH IN ARMENIEN

von Eva Mona Altmann

Vom 7. bis zum 11. Mai 2025 fand die Europameisterschaft der Leistungsklasse in Jerewan (Armenien) statt. Mit drei goldenen und vier bronzenen Medaillen verwies Deutschland alle anderen teilnehmenden Nationen auf die hinteren Plätze. Zwei der Medaillen haben ihr neues Zuhause bei Shara Hubrich in Nordrhein-Westfalen gefunden. Im deutschen Auftrag waren insgesamt sechs Karateka aus NRW vor Ort.

Zum nun dritten Mal in Folge krönte sich das deutsche Kumite-Team der Damen zu Europameisterinnen. Mit dabei: Shara Hubrich. Nach einem Freilos siegten die deutschen Damen unaufhaltsam über die Kontrahentinnen aus Armenien, Kosovo, Griechenland und Frankreich – Gold!

Auch im Kumite Damen -50 kg konnte sich Shara über eine Medaille freuen – hier war es die bronze. Nach einer knappen Viertelfinalniederlage hatte sie sich den Weg ins „kleine Finale“ gebahnt, wo sie souverän mit 5:0 gegen ihre französische Gegnerin siegte.

Luca Weingötz ging als Mitglied des Kumite-Teams der Herren an den Start. Nach einem Auftaktsieg über Großbritannien unter-

lag die deutsche Auswahl denkbar knapp dem armenischen Team und hatte im weiteren Verlauf leider keine Chance mehr, in die Medaillenvergabe einzugreifen. In beiden Matches war Luca als Schlusskämpfer aufgelaufen, auf dem viel Verantwortung lastete.

Natalie und Annika Jürgensmann starteten im Kata-Team der Damen. Nach einem Sieg über die Schweiz schied das Duo in der zweiten Runde gegen die Türkei aus dem Wettbewerb aus. Bundestrainer Karamitsos zeigte sich dennoch zufrieden, zumal es dem jungen Team noch an internationaler Erfahrung fehle.

Außerdem waren vor Ort: Bundesassistententrainer Nika Tsurtsumia, der mit viel Herzblut coachte, und die internationale Kampfrichterin Eva Mona Altmann. Sie war als Tatami Manager Assistant und in vielen spannenden Matches eingesetzt, z.B. im Bronzekampf mit dem armenischen Lokalmatador, im Kata-Finale der Herren und im Kumite-Team-Finale der Herren.

Herzlichen Glückwunsch an Team Germany zu diesen tollen Leistungen!

AUSFÜHLICHE NACHBERICHTE UND VIELE TOLLE FOTOS FINDET MAN ONLINE BEIM DEUTSCHEN KARATE VERBAND, ALLE MEDAILLENKÄMPFE IM RE-LIVE GIBT ES AUF DEM YOUTUBE-KANAL DER WKF.



EUSA 2025

EUROPEAN UNIVERSITY

COMBAT SPORTS CHAMPIONSHIP

von Roman Lux

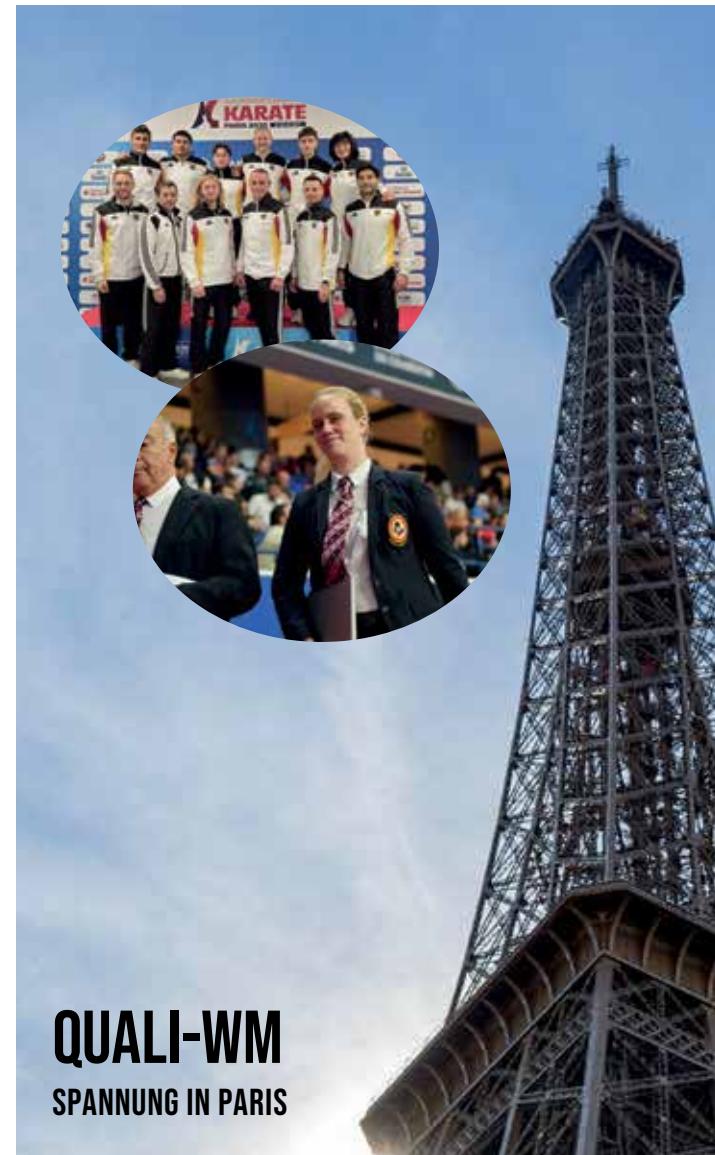
Vom 22. bis 25. August 2025 fand in der polnischen Hauptstadt Warschau die European University Combat Sports Championship statt. Dieses sportliche Highlight bringt alle zwei Jahre die besten Studierenden Europas zusammen.

Auch dieses Mal war der KDNW vertreten: Roman Lux startete als Athlet für die Universität Duisburg-Essen im Kata-Einzel der Männer. Eva Mona Altmann war im Auftrag der EKF als Chefkampfrichterin verantwortlich für die Referees und das Turniergeschehen.

Die Meisterschaft vereint die besten europäischen Studierenden, die um die begehrten Goldmedaillen kämpfen. Für Roman war es die letzte Gelegenheit, sich auf dieser internationalen Bühne zu präsentieren. Trotz einer überzeugenden Darbietung musste er sich jedoch aufgrund des hohen Niveaus der Konkurrenz bereits in der Vorrunde geschlagen geben.

Doch die European University Combat Sports Championship lebt nicht nur vom sportlichen Wettkampf. Der internationale und kulturelle Austausch prägt das Event ebenso. Das gemeinsame Leben mit Studierenden verschiedener Nationen, das Training und Essen in Gemeinschaft sowie das gemeinsame Feiern der Sieger:innen machen diese Veranstaltung jedes Mal zu einem unvergesslichen Erlebnis – auf und neben der Tatami.

Foto Roman Lux: Privat / Foto Referees: Martin Kremsner



QUALI-WM SPANNUNG IN PARIS

von Eva Mona Altmann

Ein totales Novum im Jahr 2025 war die Quali-WM, die vom 17.-19. Oktober erstmals ausgetragen wurde. 550 Karateka aus 105 Nationen traten in Paris (Frankreich) an, um sich auf direktem Weg noch einen Startplatz bei der Weltmeisterschaft in Kairo (Ägypten) im November zu sichern, darunter auch vier deutsche Athleten, von denen es einer letztlich schaffte.

Zwischen 34 und 58 Sportler:innen hatten sich pro Kategorie gemeldet – je Nationalverband durfte ein Karateka starten, sofern sich zuvor über den bisherigen Auswahlprozess noch niemand von dort qualifiziert hatte. Sie kämpften zunächst im Round-Robin-Modus aus, welche 12 Karateka in die so genannten Qualification Bouts kamen, über die sich dann letztlich jeweils sechs direkt für die WM in Kairo qualifizierten.

Aus NRW ging niemand an den Start, aber Thomas Nitschmann war als DKV-Leistungssportreferent mit dem deutschen Team vor Ort. Die internationale Kampfrichterin Eva Mona Altmann reiste als WKF Referee Commission Secretary bereits eine Woche vor dem Start der Wettkämpfe an, um die Durchführung der Kampfrichterprüfungen zu betreuen.

Foto Team: DKV / Foto Altmann: Martin Kremsner (Karate Insights)

KARATE-WELTMEISTERSCHAFTEN IN KAIRO

KEIN MEDAILLENGLÜCK FÜR SHARA HUBRICH AM NIL

von Eva Mona Altmann

Vom 27.-30. November 2025 wurden in Kairo die Weltmeisterschaften der Leistungsklasse ausgetragen. Pro Kategorie traten die 32 besten Karateka der Welt an, die sich über die Rangliste oder direkt über das Turnier in Paris qualifiziert hatten. Es fanden außerdem die Weltmeisterschaften im Para-Karate statt.

Aus NRW ging Shara Hubrich für

en). Als Zweitplatzierte des Pools zog sie schließlich ins Achtelfinale ein, wo sie auf Yorgelis Lazar Camacho (Venezuela) traf. Shara kämpfte entschlossen, musste sich aber mit 1:7 geschlagen geben. Damit war der Wettkampf für sie leider beendet.

Außerdem waren aus NRW in offiziellem Auftrag am Nil: DKV-Leistungssportreferent Thomas Nitschmann und die beiden internationalen Kampfrichter Uwe Portugall (nominiert von der WKF als Top 30 Referee) und Eva Mona Altmann (WKF Referee Commission). Sie schieden nicht nur an den ersten drei Wettkampftagen, sondern auch in den Me-

dai lenkämpfen am Sonntag und waren als Appeals Jury Nr. 1 (Uwe) bzw. WKF RC Secretary (Eva Mona) zudem mit zusätzlichen Aufgaben betraut.

Am Wettkampfende zeigte die Statistik eine Medaille für den Deutschen Karate Verband – die Freude über den WM-Titel von Johanna Kneer (Kumite Damen +68 kg) war riesig!

Bei der zeitgleich ausgetragenen WM im Para-Karate konnte Team Germany zudem zwei Bronzemedaillen erzielen.



Fotos WM: Brigitte Kraußer (DKV)

Deutschland im Kumite Damen -50 kg an den Start. Im Round-Robin-Wettkampf unterlag sie zunächst mit 1:2 gegen Yuliia Palashevskaya (Ukraine) und siegte anschließend mit 1:0 gegen Cyilia Ouikene (Algeri-



AUSFÜHRLICHE BERICHTE UND FOTOS GIBT ES BEIM DKV UND BEI DER WKF,
DIE KÄMPFE KANN MAN SICH AUßERDEM IM RE-LIVE BEI YOUTUBE AUF DEM WKF-KANAL ANSCHAUEN.



Fotos (v.l.) Team D / Privat / DKV

ZWEIMAL GOLD BEI DEN WORLD GAMES DEUTSCHLAND GANZ VORNE

von Eva Mona Altmann

Zwei Starterinnen, zweimal Gold – bei den World Games, die am 8. und 9. August 2025 bei hochsommerlich-schwülen Temperaturen in Chengdu (China) ausgetragen wurden, platzierte sich Deutschland mit dieser Bilanz an der Spitze des Medaillenspiegels. Ein toller Erfolg!

Die World Games, das sind gewissermaßen die Olympischen Spiele der nicht-olympischen Sportarten, die ebenfalls im vierjährigen Turnus ausgetragen werden. Im Karate traten pro Kategorie nur acht Wettkämpfer:innen an, die im Round-Robin-Modus aussämpften, wer von ihnen ins Halbfinale und dann in die Medaillenkämpfe vorrückte.

Mia Bitsch und Johanna Kneer vom Team Germany ließen in ihren Gewichtsklassen (-55 kg und +68 kg) die gesamte Konkurrenz hinter sich und bestiegen das höchste Treppchen. Herzlichen Glückwunsch zu diesen tollen Leistungen!

Die ebenfalls qualifizierte deutsche Karateka Reem Khamis hatte leider ihren Start verletzungsbedingt absagen müssen.

KDNW-Erfolgs-Karateka Shara Hubrich hatte sich diesmal nicht qualifizieren können, fungierte aber als wichtige Trainingspartnerin und war daher mit dem deutschen Team vor Ort.

Auch auf Kampfrichterseite war der KDNW vertreten in Chengdu: Für Eva Mona Altmann (WKF Referee Commission Secretary) waren es die ersten World Games als eine von insgesamt nur 17 Unparteiischen. An den beiden langen und intensiven Wettkampftagen war sie als Tatami Managerin für eine der beiden Kampfflächen verantwortlich und sowohl in den Vorrunden als auch Finals in vielen spannenden Matches im Einsatz.

Die nächsten World Games werden 2029 übrigens in Karlsruhe (Deutschland) stattfinden!

DEN LINK ZUM RE-LIVE DER WETTKÄMPFE UND WEITERE NÜTZLICHE INFOS
GIBT ES ONLINE AUF: WWW.KARATE.NRW



Fotos : Privat

KDNW-KARATEKA BEI DER WKF-K1-TURNIERSERIE 2025

PREMIER LEAGUE, SERIES A UND YOUTH LEAGUE

von Eva Mona Altmann

Die WKF hat im Jahr 2025 insgesamt 13 K1-Turniere auf vier Kontinenten veranstaltet: Vier Premier Leagues, vier Series A und fünf Youth Leagues. Bei vielen dieser Wettkämpfe waren Karateka aus NRW beteiligt: Als Sportler:innen für den Deutschen Karate Verband, den Karate-Dachverband NRW oder ihr Dojo, als internationale Kampfrichter:innen oder sogar Chefkampfrichterin sowie als Coaches und Offizielle. Dabei konnten sie einige schöne Erfolge erzielen.

Die Youth League richtet sich an Karateka der Altersklassen U14 bis U21 und es gibt vier (oft sehr lange) Wettkampftage. In Guadalajara (Spanien) im April gelang es der frischgebackenen Deutschen Meisterin Shirley Jay (KC Bushido Bonn) in einer Neuauflage des EM-Finales ihre portugiesische Kontrahentin Rita Marques zu besiegen – eine gelungene Revanche! Herzlichen Glückwunsch! Janine Narboada (USC Duisburg) kam bei ihrem internationalen WKF-Debüt bis ins u21-Kata-Viertelfinale. Clara Ewald (Budokan Bochum) gelangte im Kata-Wettkampf U18 bis in die dritte Runde. Anfang Juli 2025 in Porec (Kroatien) konnten gleich mehrere KDNW-Karateka tolle Leistungen erzielen: So gab es Silber bei seiner Premiere für Maximilian Martin in der Klasse U16 -57 kg. Mit Platz 7 (U21 -84 kg) konnte auch Adrian Heinrich mit viel Kampfgeist nach seiner Handverletzung einen guten Wiedereinstieg zeigen. Mit Platz 9 nach vier starken Katas in der Klasse U21 durfte auch Janine Narboada zufrieden sein. Marlene Lindstädt erreichte die dritte Runde und auch Mats Petri konnte mit guter Leistung überzeugen. Für das DKV-Team holte Shirley Jay Bronze. Landestrainerin Susanne Nitschmann und Teamtrainer Ümüt Demir waren insgesamt mehr als zufrieden mit dem Abschneiden ihrer Sportler:innen. „Natürlich nehmen sich alle viel vor an so einem Tag. Diese weltweite Jugendliga mit über 3.000 Karateka ist jedoch nicht mit anderen Wettkämpfen zu vergleichen“, so Susanne Nitschmann. Anfang Dezember in Venedig (Italien) gelang Shirley Jay bei ihrer allerletzten Youth League Platz fünf im Kata-Wettbewerb.

Die Series A richtet sich an erwachsene Karateka, die noch nicht genügend Ranking-Punkte haben, um in der Premier League zu starten. Manchmal treten aber auch Top-Athlet:innen an – so wie im Herbst in Malaysia, wo Shara Hubrich (TV Borgeln, Kumite Damen -50 kg) Silber holte. Herzlichen Glückwunsch!

Die Premier League ist den führenden Sportler:innen der Weltrangliste vorbehalten – 32 pro Kategorie treten an, die Vorrunden finden in Round-Robin-Pools statt. Mit Shara Hubrich hat der KDNW eine Athletin, die dort regelmäßig den Deutschen Karate Verband repräsentiert. In Paris (Frankreich) im Januar verpasste sie nach harten Kämpfen knapp den Einzug ins Viertelfinale. Und auch in Hangzhou (China) im Frühjahr lief es leider

nicht wie erhofft: Shara verpasste die Qualifikation für die World Games. In Rabat (Marokko) im Juni war die Freude über die verdiente Bronzemedaille dann umso größer – herzlichen Glückwunsch!

Neben den Aktiven gibt es weitere Karateka aus NRW, die weltweit im Einsatz sind. Thomas Nitschmann begleitet als DKV-Leistungssportreferent viele Reisen von Team Germany. Als Assistenzbundestrainer sind Tim Milner und Nika Tsurtsimia in 2025 vielerorts an den Tatami im Einsatz gewesen. Für den KDNW haben u.a. Landestrainerin Susanne Nitschmann sowie Shara Hubrich und Teamtrainer Ümüt Demir die Reise gemeinsam mit ihren Sportler:innen angetreten.

Mit Uwe Portugall und Eva Mona Altmann verfügt der KDNW außerdem über zwei internationale Referees, die im Jahr 2025 im Rahmen der K1 bei einer Series A, zwei Youth Leagues und zwei Premier Leagues auf drei Kontinenten geschiedst haben. Dieses Pensum entspricht den Voraussetzungen, um durch die WKF für die Weltmeisterschaften nominiert werden zu können, was beiden gelungen ist. Beide zählen dabei regelmäßig zum Kreis der Top-Referees, die für die Finals ausgewählt werden und sind außerdem mit zusätzlichen Aufgaben betraut, Uwe innerhalb der Appeals Jury und Eva Mona als Tatami Managerin. Eva Mona war außerdem bei der Youth League in Venedig erneut von der WKF als Chefkampfrichterin eingesetzt. Im Vorfeld der Youth League in Fujairah hatte sie als Secretary der WKF Referee Commission die internationalen Prüfungen der Referees durchgeführt.

Für 2026 hat die WKF vier Premier Leagues, vier Series A und sechs Youth Leagues auf vier Kontinenten angesetzt.



WORLD MASTERS GAMES 2025

TOLLE ERFOLGE FÜR KDNW-MASTERCLASS-ATHLET:INNEN

von Oliver Rüther

Vom 17. bis zum 30. Mai 2025 fanden die World Masters Games in Taipeh (Taiwan) statt – mit 25.950 Aktiven aus 107 Ländern eines der größten Sportereignisse überhaupt.

Eine der 35 Sportarten war Karate. Die Teilnehmenden mussten mindestens 35 Jahre alt sein und in der Competitioner Class als Mindestgraduierung den 1. Dan nachweisen.

Aus NRW starteten elf Karateka und alle kehrten mit Edelmetall zurück! In Kata

holte Denis Krämer Gold (Ü45 männl.), Berenike Maier (Ü50 weibl.) und Sladjana Zechlin (Ü35 weibl.) sicherten sich Bronze. Manuela Gerke-Körting (Ü55 weibl.) verpasste mit Platz fünf nur knapp eine Medaille. Im Kumite waren unschlagbar: Maike Schwanenberg (Ü35 -68 kg weibl.), Susanne Laumann (Ü55 -68 kg weibl.), Ümüt Demir (Ü35 -84 kg männl.) und Denis Krämer (Ü45+ 67 kg männl.). Silber bekamen Manuela Gerke-Körting (Ü55 -61 kg weibl.), Kasim Zymeri (Ü55- 75 kg

männl.) und Oliver Rüther (Ü55 -84 kg männl.). Über Bronze freute sich Murat Uysal (Ü55 -67 kg männl.). Außerdem sicherte sich das Kumite-Herren-Team „Germany NRW“ Gold.

Herzlichen Glückwunsch an alle!

Die Aktiven unterstützte sich gegenseitig – ob bei den Reisevorbereitungen oder im Wettkampf – und erkundete gemeinsam Taipeh.

DIE NÄCHSTEN WORLD MASTERS GAMES FINDEN 2027 IN KYOTO (JAPAN) STATT.



Fotos: Privat

BUNDESKAMPFRICHTER:INNEN-PRÜFUNG

ZEHN NEUE LIZENZEN FÜR DEN KDNW

von Eva Mona Altmann

Vom 25. bis zum 26. April 2025 fand die diesjährige Bundeskampfrichterprüfung in Koblenz (Rheinland-Pfalz) statt, der sich gleich mehrere Karateka aus NRW stellten. Die KDNW-Erfolgsbilanz: Fünf neue Bundeskampfrichter:innen und insgesamt zehn neue Lizenzen.

Herzlichen Glückwunsch an: Steffen Voigtländer (Kumite-B und Kata), Tobias Zöllner (Kumite-B und Kata), Steven Poggel (Kumite-B und Kata), Merlin Wehmeier (Kumite-B und Kata), Solmaz Khamoushi (Kata), Imane Lagdim Soussi (Kumite-A).

Die Bundeskampfrichterkommission, bestehend aus Bundeskampfrichterreferent Uwe Portugall (außerdem Landeskampfrichterreferent NRW), der den Vorsitz führte, Friederike Dinger (stellvertretende Bundeskampfrichterreferentin, Thüringen), Vivienne Kiss (Sachsen), Peter Ludwig (Brandenburg) und Marcus Möller-Lüneburg (Hamburg), testete das theoretische und praktische Know-how der insgesamt 29 Kandidat:innen fachkundig und gewissenhaft. Sie nahmen 28 Kumite- und 23 Kata-Prüfungen ab – die wohl größte Bundeskampfrichterprüfung in der



Foto: Eva Mona Altmann

bisherigen DKV-Geschichte! Dabei wurden etwas mehr als Dreiviertel der Prüfungen bestanden, was von der sehr guten Vorbereitung der Kampfrichter:innen zeugt.

Wir wünschen stets ein gutes Auge und immer ein sicheres Händchen, auch in schwierigen Kämpfen!



KDNW-KAMPFRICHTER:INNEN-LEHRGANG 2025

IN DIESEM JAHR AUßERGEWÖHNLICH INSPIRIEREND

von Katja Jansen

Vom 14. bis 16. November fand der jährliche Kampfrichterlehrgang in der Sportschule Hennef statt – in diesem Jahr allerdings mit einem etwas veränderten Programm.

Aufgrund der Terminverschiebung der DM der Jugend und Junior:innen konnten leider mehrere Kampfrichter:innen, darunter auch Landeskampfrichterreferent Uwe Portugall, nicht teilnehmen. Auch der traditionelle Vergleichskampf zwischen NRW und Rheinland-Pfalz, der üblicherweise den Rahmen für die praktische Prüfung der Anwärter:innen bildet, musste entfallen. Die Praxisprüfung wird daher auf einen späteren Wettkampf verschoben.

Trotz dieser Umstände gelang es dem stellvertretenden Landeskampfrichterreferenten Ralf Vogt, gemeinsam mit Adriatik Shabani, ein gelungenes Alternativprogramm auf die Beine zu stellen.

Bereits am Freitagabend startete der Lehrgang mit einem spannenden Impuls: Prof. Dr. Denis Krämer gab einen Einblick in mentale Aspekte des Wettkampfsports – sowohl aus Sicht des Kampfgerichts als aus der Perspektive der Athlet:innen. Themen waren unter anderem: Wie kann Mentaltraining die eigene Leistungsfähigkeit steigern? Welche Trainingsformen stehen zur Verfügung? Welche Schlussfolgerungen lassen sich aus der sportpsychologischen Diagnostik im NRW-Landeskader

ziehen? Der Vortrag sensibilisierte die Kampfrichter:innen für die Bedeutung mentaler Prozesse und sorgte für einen reflektierten Start ins Wochenende.

Der Samstag begann mit einer umfassenden Präsentation von Adriatik Shabani und Ralf Vogt zum Regelwerk. Im Fokus standen nicht nur fundierte Regelkenntnisse, sondern auch Fähigkeiten wie Entscheidungssicherheit, souveränes Auftreten, klare Kommunikation und eine positive Grundhaltung. Diskutiert wurde außerdem die Bedeutung eines „einheitlichen Fadens“ bei der Bewertung – etwa beim Kontakt, bei der technischen Ausführung oder beim Verhalten in kampfentscheidenden Momenten.

Am Nachmittag folgte ein Workshop zur Sportdata-Software, für den Paweł Naliwajko von der KDNW-Wettkampfkommission mit Laptops und Bildschirmen im Gepäck angereist war. Obwohl Sportdata bei jedem Wettkampf zum Einsatz kommt, hatte nur ein Teil der Teilnehmenden praktische Erfahrungen mit dem Programm. Entsprechend bot der Workshop eine gute Gelegenheit, das System und seine Funktionen in Ruhe auszuprobieren. Dies stellte einen wertvollen Schritt dar, um die Tischbesetzungen künftig bei Bedarf noch besser unterstützen zu können.

In der anschließenden Praxiseinheit im Dojo wurde die Kata Superimpei trainiert,

sowohl im Goju Ryu als im Shotokan, geleitet von Tobias Zöllner und Ralf Vogt. Themen waren unter anderem die stiltypischen Techniken und deren Bedeutung für die Bewertung.

Am Abend wurden die häufigsten Fehler der Theorieprüfung nachgesprochen und Wettkampfvideos analysiert. Danach verlagerte sich das Programm vom Sportlichen ins Musikalische: Mit einer Karaoke-Maschine und gleich mehreren Gitarristen in den eigenen Reihen entwickelte sich ein ausgelassener Abend mit Live-Performances von deutschen Klassikern über Rammstein bis zu persischem Pop und kölschen Hymnen.

Der Sonntag begann – begleitet vom ein oder anderen hartnäckigen Ohrwurm – mit praktischen Gruppenarbeiten zu den Katas der unteren Stufen. Die Kampfrichter:innen diskutierten zentrale Anforderungen sowie positive Bewertungsaspekte, um einheitliche und faire Entscheidungen zu fördern. Nach einem gemeinsamen Mittagessen endete der außerplanmäßig inspirierende Lehrgang. Die Teilnehmenden nahmen nach diesem Wochenende nicht nur vertieftes Wissen, sondern auch neue Perspektiven, und sicherlich ein paar musikalische Erinnerungen mit nach Hause.

INTERESSE AM SCHIEDSEN?

MEHR INFOS AUF WWW.KARATE.NRW/KAMPFRICHTER

„DIE NATURGESETZE GELTEN AUCH FÜR KARATEKA.“

LEHRGANG DES STILOFFENEN KARATE IM KARATE-DACHVERBAND NRW

von Ralf Krieger

Der Landeslehrgang des Stiloffenen Karate (SOK) im KDNW beim Verein Yamabiko in Leverkusen lässt sich wahrscheinlich am besten mit diesem Satz überschreiben: „Die Naturgesetze gelten auch für Karateka, lass sie uns dynamisch nutzen.“

Den als kostenlosen Dan-Vorbereitungslehrgang angekündigten 25. Oktober 2025 leiteten Werner Höner-Girnstein und der stellvertretende SOK-Koordinator Peter Sienko (beide 7. Dan).

Neuroathletik bedeutet, etwa die Beinstellungen bei der Vorwärtsbewegung zu analysieren und daraus für die Karate-Stände und -Schritte zu verbessern. Das vermittelte Werner Höner-Girnstein (Karate-Do Overath) u.a. im ersten Teil des vierstündigen Lehrgangs. Das Ziel war, dynamischer,

schneller zu werden, die Kraft optimal einzusetzen. Die Folge: Über Jahrzehntelang geübte, statische Bewegungsmuster wurden hinterfragt.

Ein Beispiel: In vielen Schulen galt und gilt die Lehrmeinung, dass die Ferse beim Vorwärtsgehen nicht angehoben werden darf. „Das behindert uns aber“, so Werner, „und dynamisch ist es auch nicht.“ Schneller werde man, wenn man sich die Mechanik beim Gehen anschaut und den hinteren Fuß wie ein Sprinter beim Start einsetze – dann komme auch die Ferse hoch. Hierzu passt der Spruch, mit dem Werner seine Einheit begann: „Dan-Träger sein, ist die Lizenz zum selbst denken.“

Schnell – und vor allem gesund für die Gelenke sollen die Techniken ausgeführt werden, auch darauf zielte der Lehrgang ab. Werner sagte, er habe

selbst in seiner langen Karate-Geschichte erfahren, manche Anforderungen in den Karate-Ständen könnten je nach individueller Anatomie ungesund sein. Zum Beispiel der Kiba-Dachi, der vorschriftsmäßig ausgeführt, langfristig Probleme in den Sprunggelenken bedeuten könnte. Shiko-Dachi sei, so Werner, für ihn der bessere Stand. Gesünderes Karate sei möglich. Einen Großteil seiner Übungseinheit nahm eine fortgeschrittene Interpretation der Grundtechniken ein: Die Aus-holbewegung einer Blocktechnik kann schon die eigentliche Abwehr sein, der Block wiederum kann Angriff werden.

Peter Sienko ist, wie Werner Höner-Girnstein, von Beruf Ingenieur, vielleicht deshalb interessierter ihn Fragen von Kraftherzeugung (Hüfte) und Reaktionszeit. Ein Versuch zeigt: Eine Spielzeugpistole in

Reichweite schlägt jeder weg, bevor der Abzug gedrückt werden kann. Die Psychologie spielt eine bedeutende Rolle, das zeigt im Lehrgang ein drastischer Versuch Sienkos: Auf eine neutrale Pratze schlägt eigentlich jeder ohne Hemmung, aber wenn das Bild eines Gesichts darauf ist, liegt die Sache gleich ganz anders.

Übersinnliche Ideen und Personenkult lehnen beide als ausgesprochene Praktiker ab. Je mehr man Selbstverteidigung im Karate trainiert, desto mehr spielt auch die Kenntnis der Vitalpunkte eine Rolle. Das ist keine Neuheit, auf Okinawa beschäftigte man sich schon vor über 100 Jahren damit, so Sienko. Ganz einfach gesagt, seien das die Stellen im Körper, auf denen ein Schlag besonders weh tue oder andere unangenehme Körperreaktionen erzeugt würden.

Foto: Ralf Krieger





8. KDNW-SHOTOKAN-TAG BEGEISTERT

200 KARATEKA AM 5. JULI 2025 IN BERGISCH GLADBACH

von Daniel Selbach

Die Stilrichtung Shotokan ist der deutschlandweit verbreitetste Stil im Karate-Do, und wenn der Karate-Dachverband Nordrhein-Westfalen einen ganzen Tag dieser Stilrichtung widmet, sollte man sich das auf keinen Fall entgehen lassen.

So geschehen am Samstag, den 5. Juli 2025, als bei bestem Sommerwetter knapp 200 interessierte Karatekas aus ganz NRW und den umliegenden Landesverbänden am 8. Shotokan-Tag des KDNW teilnahmen. Die Ausrichtung der Großveranstaltung übernahm der Karate-Zanshin Bergisch Gladbach, welcher unter der Leitung von Cheftrainer Hardy Berscheid mit einem kleinen, aber sehr engagierten Helfer:innen-Team den reibungslosen Ablauf in der gut ausgestatteten Dreifach-Sport-

halle der Nelson-Mandela-Gesamtschule in Bergisch Gladbach sicherstellte. Der KDNW übernahm alle Kosten der Veranstaltung, die Lehrgänge waren für die Teilnehmenden kostenlos, der Eintritt für die Zuschauer frei.

Ab 10.00 Uhr morgens boten elf der gefragtesten KDNW-Referent:innen für die Stilrichtung Shotokan in 15 Blocks à 60 Minuten anspruchsvolle und interessante Trainingseinheiten für unterschiedliche Graduierungen. Bernhard Millner (9. Dan), Rainer Katteluhn (8. Dan), Georg Karras (8. Dan), Wolfgang Henkel (7. Dan), Frawi Tönnis (7. Dan), Alexander Kröger (6. Dan), Hardy Berscheid (6. Dan), Eva Mona Altmann (5. Dan), Tahir Servan (5. Dan), Denis Krämer (5. Dan) und Yannick Drescher (3. Dan) freuten sich, ihr Wissen und Können an die Teil-

nehmenden weiterzugeben und begeisterten in den gut besuchten Einheiten. Die Auswahl an Kursen war durchdacht und gut gewählt: Von Kata, Kihon und Kumite, über Selbstverteidigung und Nahkampftechnik, bis hin zu Details und Hintergrundwissen einzelner Techniken war für alle etwas dabei. Es gab viele interessante Aha-Momente, jede:r konnte für sich etwas Neues oder Wissenswertes mit nach Hause nehmen. Es wurden neue Kontakte geknüpft und alte Bekanntschaften gepflegt. Karate lebt in der Gemeinschaft.

Nach gut sieben Stunden endete das Event mit großem Applaus für die Referent:innen, einem herzlichen Dank an den Ausrichter und vielen zufrieden lächelnden Gesichtern unter den Teilnehmenden. Ein großartiger Tag, der allen in guter Erinnerung bleiben wird.



GOJU-RYU-CUP

FRISCHER WIND UND TOLLE ERFOLGE

von Judith Niemann

Der Internationale Deutsche Goju-Ryu Cup hat sich seit vielen Jahren als familiäres, aber hochklassiges Turnier etabliert. Obwohl die Kata-Wettbewerbe stilintern im Goju-Ryu ausgetragen werden, steht das Kumite allen Karateka unabhängig vom Stil offen.

2025 fand das Turnier bei sommerlich-heißen Temperaturen im niedersächsischen Seelze statt – dem größten Goju-Ryu-Dojo im Deutschen Karate Verband. Veranstalter war wie immer der Goju-Ryu Karate-Bund Deutschland e.V. (GKD).

Für frischen Wind sorgte GKD-Wettkampfreferent Christian Krämer mit einer überarbeiteten Ausschreibung: Er führte u.a. die Allkategorie für die U18 und Leistungsklasse wieder ein und ergänzte eine neue „Kata Team mixed“-Kategorie, in der weibliche und männliche Karateka gemeinsam antreten. Diese Neuerungen kamen gut an und führten zu einer deutlich gestiegenen Teilnehmerzahl.

Das Kampfrichterteam stand unter der Leitung von GKD-Kampfrichterreferent und Weltkampfrichter Uwe Portugall, der mit seiner Erfahrung für einen reibungslosen Ablauf sorgte.

Im Medaillenspiegel konnten sich gleich mehrere der 19 angereisten NRW-Dojos in der Top 10 platzieren: Chikai Karate-Do Wettringen ganz vorne, gefolgt vom Hakuda Karate-Do Haan auf Rang drei und dem KD Kempen auf Rang fünf.

Trotz der hohen Zahl von rund 370 Starts an nur einem Tag blieb die Atmosphäre auf und neben der Matte familiär und gelassen. Ein besonderer Dank gilt dem eingespielten Wettkampfleitungsteam Paweł Naliwajko und Artur Hanser, das den eng getakteten Ablauf souverän organisierte und mit seiner positiven Ausstrahlung zum gelungenen Turnier beitrug.

EGKF-CUP

ELF MEDAILLEN UND ZWEI NEUE LIZENZEN IN RUMÄNIEN

von Lara Boeddinghaus

Beim EGKF Cup 2025 im rumänischen Timișoara zeigten die Goju-Ryu-Karateka aus NRW eine starke Mannschaftsleistung und konnte zahlreiche Medaillen holen.

Im Kumite erkämpften sich einige sogar mehrere Platzierungen. Anke Smit holte Silber in der Leistungsklasse Damen sowohl in der Allkategorie als auch +68 kg sowie mit dem Damen-Team und Gold mit dem Mixed-Team. Für Kristina Keller gab es Bronze in der Leistungsklasse Damen in der Allkategorie und -61 kg sowie Silber mit dem Damen-Team. Patrick Olszewski holte Silber in der Leistungsklasse Herren +84 kg und in der Masterklasse Ü45 +1,70 m sowie Gold mit dem Mixed-Team. Mykhailo Shumovych erkämpfte Bronze bei den Junioren -76 kg und im Team Silber. Die jüngste deutsche Starterin, Milana Schuldeis, erlangte in der U12 -45 kg Silber.

In Kata konnte sich Martin Nienaber (Masterklasse Ü55) Bronze sichern und Lara Boeddinghaus (Leistungsklasse Damen) freute sich über einen guten 7. Platz.

Ein besonderer Dank gilt Trainer Christian Krämer, der mit seiner ausdauernden und motivierenden Arbeit als Coach entscheidend zu den Erfolgen beigetragen hat. Ebenso verdienen die eingesetzten Kampfrichter große Anerkennung: Adriatik Sabani, Tobias Zöllner und der Vorsitzende Uwe Portugall sorgten für faire Wettkämpfe. Tobias Zöllner hat beim EGKF Cup außerdem erfolgreich seine EGKF-Lizenzen für Kata und Kumite erlangen können. Stilrichtungsreferent Horst Nehm stand hinter dem gesamten Team und trug dazu bei, dass die Reise nach Timișoara reibungslos verlief und die Athlet:innen sich voll auf ihre Wettkämpfe konzentrieren konnten.



DAS LOS ENTSCHEID FÜR HORST NEHM NEUER GOJU-RYU-STILRICHTUNGSREFERENT AUF BUNDESEBENE

von Judith Niemann

Im Rahmen der Wahl durch die Stilrichtungskommission Goju-Ryu am 19.09.2025 ist Horst Nehm, Stilrichtungsreferent im KDNW, zum neuen Bundesstilrichtungsreferenten gewählt worden.

Bei der kurios verlaufenen Wahl war er gegen Michael Hoffmann, Stilrichtungsreferent im RKV, angetreten. In drei Wahlgängen war es zu einer Pattsituation gekommen, die erst durch ein Losverfahren gelöst werden konnte, das zugunsten von Horst Nehm (auf dem Foto unten vom NRW-Goju-Ryu-Treffen Mitte Juli ganz rechts zu sehen) ausgegangen ist.





AUS UNSEREN DOJOS: INKLUSION IM DOJO LEMGO-LIPPE ERSTER INKLUSIVER VEREINSWETTKAMPF

von Stefan Krause

Zum ersten Mal wurde im Dojo Lemgo-Lippe ein Wettbewerb im Inklusionskarate durchgeführt.

Die Aktiven zeigten eindrucksvoll ihr erarbeitetes Leistungs niveau und zeichneten sich darüber hinaus in puncto Fairness und Respekt vor den sportlichen Kontrahent:innen besonders aus.

Jede Vorführung, auch im direkten Vergleich, wurde entspre-

chend mit Applaus honoriert. Am Ende feierten alle gemeinsam die erbrachten Leistungen und die siegreichen Sportkamerad:innen!

Besonders erwähnenswert ist auch der Einsatz der Kampfrichter:innen. Für den schwierigen Part der Leistungsbewertung stellten sich einige Wettkampfathlet:innen und Trainer:innen als solche freiwillig zur Verfügung.



AUS UNSEREN DOJOS: 160 KARATEKA BEIM SOMMERLEHRGANG VOLLE HALLE, VOLLE ENERGIE BEIM DOJO YUISHINKAN GOJU-RYU KARATE-DO KAMEN/BERGKAMEN

von Marcel Claer

Am 31. Mai 2025 verwandelte das Dojo Yuishinkan Goju-Ryu Karate-Do Kamen/Bergkamen die Turnhalle der örtlichen Gesamtschule in einen pulsierenden Treffpunkt für Karateka aus dem In- und Ausland.

160 Teilnehmende folgten der Einladung zum traditionellen

Sommerlehrgang – und wurden mit einem Tag voll Tiefgang, Technik und Teamgeist belohnt. Der Sommerlehrgang 2025 war ein Ort des Lernens, des Austauschs und gelebter Werte des Karate-Do. Disziplin, Offenheit und Respekt prägten das Miteinander – genau das, was das Goju-Ryu Karate-Do stark macht.

KDNW for KIDS

AUSMALBILD



KONTAKTMÖGLICHKEITEN UND ANSPRECHPARTNER:INNEN

GESCHÄFTSSTELLE DES KDNW

Tel.: 0203/997210 Fax: 0203/997209 info@kdnw.de
Postfach 100750 47007 Duisburg Geschäftzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr
Koord. Breitensport Susanne Nitschmann s.nitschmann@kdnw.de

GESCHÄFTSFÜHRENDES PRÄSIDIUM

Präsident	Rainer Katteluhn	r.katteluhn@kdnw.de
Vizepräsident	Stefan Krause	s.krause@kdnw.de
Geschäftsführer	Ludger Niemann	l.niemann@kdnw.de
Schatzmeister	Dr. Fritz-Peter Schlüter	fp.schlüter@kdnw.de

ERWEITERTES PRÄSIDIUM

Ausbildung/Breitensp.	Michael Bolder	m.bolder@kdnw.de
Frauen	Christiane Vogel	c.vogel@kdnw.de
Jugend	Dennis Dreimann	d.dreimann@kdnw.de
Kampfrichterwesen	Uwe Portugall	u.portugall@kdnw.de
Leistungssport	Hardy Berscheid	h.berscheid@kdnw.de
Sportdirektor	Christian Krämer	c.kraemer@kdnw.de
Öffentlichkeitsarbeit	Steffen Voigtländer	s.voigtlaender@kdnw.de
Presse	Dr. Eva Mona Altmann	e.m.altmann@kdnw.de
Schulsport	Alexandra Höner	a.hoener@kdnw.de
Stilr. Shotokan	Bernhard Milner	b.milner@kdnw.de
Prüferref. Shotokan	Georg Karras	g.karras@kdnw.de
Stilr. Goju-Ryu	Horst Nehm	h.nehm@kdnw.de
Prüferref. Goju-Ryu	Holger Keßling	h.kessling@kdnw.de
Stilr. Wado-Ryu	Peter Meuren	p.meuren@kdnw.de
SOK-Koordinator	Ludwig Binder	l.binder@kdnw.de

STILRICHTUNGSREFERENT:INNEN

Goju-Kan	Kiyoshi Ogawa	Tel. 0211 4982729
Jishinkan	Detlef Tolksdorf	taiko@hotmail.de
JKA Shokukai	Thomas Prediger	thomas-prediger@web.de
Kempo	Joachim Hölscher	j.hoelscher@kdnw.de
Koshinkan	Peter Falk	p.falk@kdnw.de
Shito-Ryu	Michael Stenke	m.stenke@kdnw.de
Shoto-Ryu	Dr. René Peisert	ct.psv.karate@t-online.de
Yoshukai	Otto Rumann	yoshukan.dortmund@arcor.de

WETTKAMPFLEITUNG

Martina Schmutzler-Jahn und Paul Naliwajko (Kontakt über die Geschäftsstelle)

LANDESTRAINER:INNEN

Schahrzad Mansouri	LT Kata ab u16	s.mansouri@kdnw.de
Roman Lux	LT Kata u8-u14	r.lux@kdnw.de
Yannick Drescher	LT Kata u8-u14 Assistent	y.drescher@kdnw.de
Susanne Nitschmann	LT Kumite ab u16	s.nitschmann@kdnw.de
Alexander Heimann	LT Kumite bis u12-u14	a.heimann@kdnw.de
Detlef Tolksdorf	LT Scouting u8-u12	d.tolksdorf@kdnw.de
Dr. Denis Krämer	Mentalcoach ab u16	
Dennis Dreimann	Athletiktrainer	
Shara Hubrich	Teamtrainerin Kumite	
Anna Woltering	Teamtrainerin Kumite	
Ivona Heimann	Teamtrainerin Kumite	
Luca Weingötz	Teamtrainer Kumite	
Ümüt Demir	Teamtrainer Kumite	

REDAKTION & LAYOUT KARATE AKTUELL

Dr. Eva Mona Altmann e.m.altmann@kdnw.de Tel.: 0221/4695711

BANKVERBINDUNG

Sparkasse Hamm, BIC: WELADED1HAM, IBAN: DE 41 05 0095 0000 1585 35

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, E-Mail: info@kdnw.de

Redaktion, Satz und Layout: Eva Mona Altmann
V.i.S.d.P.: Dr. Eva Mona Altmann, Amselstr. 23, 51069 Köln
Auflage: 4.000 Exemplare; Erscheinungsweise: 1 Ausgabe pro Jahr; Redaktionsschluss kommende Ausgabe: 30.11.2026.

Druck: Sattler Media GmbH,
Carl-Zeiss-Str. 4, 32549 Bad Oeynhausen
Verteilung an die Mitgliedsvereine nach Stärkemeldung. Der Bezugspreis ist im Mitgliedspreis enthalten. Privates Einzelabonnement möglich (2 Euro/Heft).

Textautor:innen dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: Eva Mona Altmann, Lara Boeddinghaus, Michael Bolder, Marcel Claer, Armin Gudat, Michelle Hertner, Katja Jansen, Rainer Katteluhn, KDNW-Ausbildungsteam, Stefan Krause, Ralf Krieger, Alexander Kröger, Kira Lagmöller, Roman Lux, Judith Niemann, Susanne Nitschmann, Oliver Rüther, Daniel Selbach, Steffen Voigtländer.

Bildautor:innen dieser Ausgabe in alphabetischer Reihenfolge: 1. Karate Ag Kölner Schulen, Eva Mona Altmann, canva.de, Marcel Claer, Armin Gudat, Michelle Hertner, Lars Horffmann, Katja Jansen, Stephan Junker, KD Gelsenkirchen-Buer, KDNW, Dieter Koch, Stefan Krause, Brigitte Kraußner (DKV), Martin Kremser, Ralf Krieger, Alexander Kröger, Roman Lux, Judith Niemann, Susanne Nitschmann, Okinawa-Te Geldern, pixabay.de, Dr. Hans-Peter Schaub, Martina Schmutzler-Jahn, Daniel Selbach, Katharina Sundermann, Taiko Dojo Oberhausen, Team D, Christiane Vogel, Ralf Wolbers.

Für nicht angeforderte Manuskripte, Fotos, Zeichnungen 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 einsendende Person versichert, dass das Einverständnis aller genannten und/oder abgebildeten Personen sowie des Text- und/oder Bildautors des jeweiligen Beitrages mit der Veröffentlichung vorliegt.

Für die Veröffentlichung neuer Dan-Grade diese bitte zeitnah und am besten gruppenweise pro Prüfungstermin übermitteln. Der Einsender (Prüfer, Ausrichter, Prüfling o.ä.) muss sicherstellen, dass die genannten Personen mit der Veröffentlichung der Daten (und ggf. Abbildung) einverstanden sind. Bitte nur neue Dane aus NRW melden!

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 hier aufgeföhrter Webseiten.

2026 EUROPEAN KARATE CHAMPIONSHIPS FRANKFURT AM MAIN



20.-24. Mai 2026 #mainkarate26
Eissporthalle Frankfurt Jetzt Ticket sichern!



KARATE VERBAND
DEUTSCHER KARATE VERBAND



EUROPEAN
KARATE
FEDERATION



Sportland.de



Hayashi



RHEIN-MAIN-VERKEHRSVERBUND



SPORTLAND
HESSEN



SPORTSTADT
FRANKFURT AM MAIN

Gefördert durch:

