



DAS WADO MAGAZIN

Karate WADOKAI Dresden e.V.



Der lange Weg

des Shotokan - Lars zum Wadokai - Lehrgang, eine Woche nach Neujahr 2012. Für uns Tradition, für ihn, den Verfasser des folgenden Artikels, Neuland. Doch lassen wir ihn selbst sprechen.

Ich möchte hier nun ein wenig meine Eindrücke vom Neujahr-lehrgang 2012 und meinem Weg zum WadoKai Karate berichten. Wo fängt man da am besten an... Zum Karate kam ich im zarten Alter von 14 Jahren in einer kleinen Stadt in der Lausitz, warum weiß ich heute nicht mehr so genau, was ich aber sicher weiß ist, dass ich zu diesem Zeitpunkt mit einem „Virus“ einer unheilbaren Leidenschaft infiziert wurde. Nach vielen Jahren Training der Stilrichtung Shotokan unter Meister Geppert und Co. ergab sich berufsbedingt eine längere Pause, der Anzug verstaubte allmählich im Schrank. Eines Tages dachte ich beim Blick in den Spiegel: „Man, bist ganz schön schwammig geworden.“, und so ergab sich nach einem Gespräch am Tresen (!) die erste Trainingseinheit im WadoKai-Karate im April 2011. Nun, dachte ich, mal gucken was „die“ so unter Karate verstehen. Positiv überrascht über die freundliche Aufnahme im Dojo folgte das zweite Probetraining, und es reifte die Erkenntnis: die Jungs (und Mädels) sind schwer in Ordnung, genauso verrückt wie du. Also weitermachen und fleissig trainieren, der Schwamm will geformt werden. Nach einigen Anfangsschwierigkeiten kam ich als „Seiteneinsteiger“ mit den kleinen Unterschieden beim „alte-Leute-Karate“ (wer die Story hierzu hören will, kann sich gerne an mich wenden oder ich schreibe diese einfach demnächst.) ganz gut zurecht und begab mich zum ersten Lehrgang

nach Meißen. Fasziniert von den drei Meistern, die bei diesem Lehrgang unterrichteten, beschloß ich, soviel wie möglich von deren Wissen in mich „aufzusaugen“. Gegen Ende des Jahres 2011 kam ich zu der Feststellung, das die Gürtelfarbe sich auch mal wieder ändern könnte und in den Wirren der Zeit setzte ich mir das Ziel, die Prüfung zum Neujahrlehrgang in Bremen abzulegen. Neben den gewohnten Trainingszeiten begab ich mich zu André und Lars bei Hato ins Training, um an meinen Fertigkeiten weiter zu arbeiten und mich mit Stefan auf die Prüfung vorzubereiten.



Mit einer gewissen Aufregung ging es dann gemeinsam mit den Hatori-anern im Bus nach Bremen, eine Fahrt, die mich fürs Leben geprägt hat.. Unterwegs noch schnell im amerikanischen Restaurant zur „Goldenen Möwe“ verpflegt ging es auf zur letzten Etappe in den hohen Norden. Am frühen Nachmittag kamen wir an und es bildete sich auf dem Parkplatz eine Traube aus sächsischen Karateka, die ich mehr oder weniger gut kannte. Nach den

Anmeldeformalitäten ging es dann zu den ersten Trainingseinheiten. Geschafft, aber glücklich ging es dann mit Uwe und Frank in die Unterkunft (die Übernachtung in der Halle hatten wir aus nicht näher zu beschreibenden Gründen vorher ausgeschlossen) und zum gemütlichen Teil des Abends über. Nach einem ausgiebigen Frühstück am Samstagmorgen pilgerten wir dann zur Halle um uns den nächsten Trainingseinheiten und der abschließenden Prüfungsvorbereitung zu widmen.

Dann kam die Stunde der Wahrheit und ich stellte mich der Prüfungskommission, um mein Können im WadoKai zu demonstrieren.

Die Anstrengung während der gut zweistündigen Prüfung forderte ihren Tribut und so konnten die Anwesenden Zeugen des Schauspiels werden, wie ich WadoKai mit Stilelementen des Shotokan bereicherte, Frank und ich finden das heute noch sehr amüsant.



Nichtsdestotrotz wurde die Prüfung aller Karateka von der Kommission für gut befunden und mit den letzten

Kräften schleppte ich mich zu meiner Tasche und aus der Halle. Überraschenderweise wurde mir gleich der blaue Gürtel von einem Hatori-ner vererbt.

Mit den Hochgefühlen nach diesem ereignisreichen Tag ging es dann abends zum bekannten Chinesen, es ist unglaublich, was man alles essen kann (wir waren der Auffassung, dass wir uns dieses leisten können).. In geselliger Runde wurde dann nicht nur der vergangene Tag reflektiert und die Glückwünsche entgegengenommen.

Am darauffolgenden Sonntag begab ich mich zu den letzten Trainingseinheiten mit der Hoffnung, den Muskelkater vom Vortag irgendwie überwinden zu können. Gegen Mittag ging es dann völlig erschöpft, aber glücklich wieder nach Dresden, eine im Vergleich zu Hinfahrt sehr entspannte und ruhige Reise.

Abschließend blicke ich auf einen Lehrgang zurück, bei dem ich sehr viel lernte und vom Wesen des WadoKai-Karate noch mehr überzeugt wurde (der Dank hierfür gilt besonders Elke v. Oehsen, Peter Mixa und Werner Buddrus). Vor allem die „Ausflüge“ ins Kyosho-Jitsu begeisterten mich besonders, vor allem, wie hierbei die Techniken aus der Pinan Shodan interpretiert wurden. Wer sich ein Bild von diesem Lehrgang machen möchte, dem sei der Videobeitrag von Radio Bremen empfohlen.

Nun heißt es fleißig weiter trainieren (der Weg ist ja bekanntlich das Ziel) und die nächsten Lehrgänge (und Prüfungen) kommen bestimmt.



Sieht etwas shotokanisch aus.



(Lars Rickelt)

Nein, Nein, war in Ordnung, deine Prüfung. Das Shotokantraining läßt sich vor allem bei der Kata nicht verleugnen. Frag mal Tobi. Der kann ein Lied davon singen.



PS: Wir wollen mal nicht vergessen, dass auch der Micha und der Felix zur Prüfung angetreten sind. Glückwunsch euch beiden.

Inzwischen ist ja sogar der Osterlehrgang vorbei. Er ist ja eine langjährige Tradition, der Osterlehrgang der WADOKAI - Stilrichtung in Bremen. Darüber haben wir auch schon mehrfach berichtet. Es kostet ein wenig Überwindung, die vier Feiertage in einer Sporthalle zu verbringen.

insgesamt 20 Übungen (für die Danträger) war eine Übungsform, die bei so vielen Teilnehmern eher neu war. Peter Mixa, schon oft für das Thema Selbstverteidigung zuständig, wählte diesmal die Verteidigung gegen mehrere Gegner. Die zentrale Frage lautete: Verteidigung durch Angriff - aber wen zuerst? Dies zu üben machte auch Spaß. Werner Buddrus führte eine Reihe von Karateka in die aktuellen Wettkampfformen ein - auch mit praktischen Übungen und Elke von Oehsen bot ein sogenanntes Center-Line-Training an.

Hierbei wurden die im Sinne von Tai-Sabaki notwendigen Ausweichbewegungen um die eigene Körperachse geübt. Theoretisch klar verständlich - praktisch stellt man schnell fest, dass da noch Trainingsreserven vorhanden sind.



Dieser Lehrgang wurde in bewährter Form durchgeführt, neben dem obligatorischen Tagesbeginn "Grundschule unter physischen Aspekten" ging es dann thematisch zur Sache. Wir Teilnehmer konnten unter vielfältigen Angeboten wählen, wobei diesmal die KATA ein wenig im Vordergrund stand. Ohyo und Kihon Kumite sind Hauptbestandteile des Trainingsprogramms, konsequent mit Partnerwechsel durch die

Es lohnt sich also immer wieder, die Bundeslehrgänge zu besuchen. Steffen fand es auch ganz schön und mit den Freunden von HATO macht es auch immer wieder Spaß - das traditionelle Chinaessen fand auch wieder statt. Inzwischen werden wir wiedererkannt.

Uwe Rennieke (Fotos © by webmaster)