



Karate-Do Thüringen



Zeitschrift des Thüringer Karate Verbandes e.V.

Ausgabe 1, 2011

Deutsche Meisterschaft
für Menschen mit Behinderungen



TKV-Tag 2011

Am 29. Januar fanden rund 250 Teilnehmer den Weg zum diesjährigen Tag des Thüringer Karate Verbandes. Bei zahlreichen Trainingsangeboten aus den Bereichen Kata, Kumite, Selbstverteidigung, Kindertraining, Kobudo, Shiatsu und Workshops zu verschiedenen Themen war für jeden etwas dabei. Ein herzliches Dankeschön an alle Trainer und den USV Erfurt für die Ausrichtung. *mb*



Thüringer Landesmeisterschaft



Thüringer Landesmeisterschaft

Jugend

Kata Einzel weiblich

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1. Julia Warkentin | KV Arnstadt |
| 2. Sophia Günzel | USV Erfurt |
| 3. Bianca Mayer | KT Lobenstein |
| 3. Jennifer Wolf | Chikara Erfurt |

Kata Einzel männlich

- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1. Kevin Ansong | USV Erfurt |
| 2. Erik Thiessenhusen | USV Erfurt |
| 3. Tilman Hinnerichs | USV Erfurt |
| 3. Alec Lorbeer | KT Lobenstein |

Kumite Einzel männlich -63, -70, +70 kg

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1. Martin Kühlborn | Bushido Waltershausen |
| 2. Aaron Lachmund | Bushido Waltershausen |
| 3. Jan Jashir | Bushido Waltershausen |
| 3. Max Schellbach | KDK Nordhausen |

Kumite Team männlich

- Chikara Erfurt
- Kenbudo Heiligenstadt
- Bushido Waltershausen

Kumite Einzel weiblich -47, -54, +54 kg

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. Helena Hamann | Bushido Waltershausen |
| 2. Samira Michalek | Ken Budo Heiligenstadt |
| 3. Luise Schleyer | Musashi Weimar |
| 3. Karoline Schleyer | Musashi Weimar |

Kumite Einzel männlich -45, -52, -57 kg

- | | |
|----------------|------------------------|
| 1. Tom Bössel | Bushido Waltershausen |
| 2. Lucas Klink | Chikara Erfurt |
| 3. Noah Gumpel | Ken Budo Heiligenstadt |
| 3. Martin Kier | Ken Budo Heiligenstadt |

Junioren

Kata Einzel männlich/weiblich

- | | |
|-------------------|----------------|
| 1. Max Eck | USV Erfurt |
| 2. Sophie Schmitt | USV Erfurt |
| 3. Chris Zedler | Chikara Erfurt |
| 3. Kevin Gajek | Chikara Erfurt |

Kata Team männlich/weiblich

- USV Erfurt 1
- USV Erfurt 3
- USV Erfurt 2
- Chikara Erfurt

Kumite Einzel männlich -76, +76 kg

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1. Ludwig Schwerdt | Bushido Waltershausen |
| 2. Hans Streit | SSK Jena |
| 3. Marvin Rockstroh | Bushido Waltershausen |

Kumite Einzel weiblich -48, -53, -59, +59 kg

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1. Jessy Neumann | Budokan Altenburg |
| 2. Antje Mager | Bushido Waltershausen |
| 3. Katja Kormann | SSK Jena |
| 3. Lisa-Marie Graf | Bushido Waltershausen |

Kumite Einzel männlich -55, -61, -68 kg

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. Steve Podrasil | Banzai Hirschberg |
| 2. Moritz Huber | Chikara Erfurt |
| 3. Dani Jashir | Bushido Waltershausen |
| 3. Kevin Gajek | Chikara Erfurt |

Senioren

Kata Einzel weiblich

- | | |
|-----------------------|------------|
| 1. Nicole Schulz | USV Erfurt |
| 2. Sylvia Mischke | USV Erfurt |
| 3. Elisabeth Bachmann | USV Erfurt |
| 3. Nancy Tornow | USV Erfurt |

Kata Einzel männlich

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1. Florian Genau | Bushido Waltershausen |
| 2. Max Auffenbauer | USV Erfurt |
| 3. Robin Wenzel | Sakura Meuselwitz |
| 3. Nico Wojna | Kyffhäuser KD |

Kumite Einzel weiblich -68, +68 kg

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1. Linda Schmidt | Bushido Waltershausen |
| 2. Claudia Leffler | Bushido Waltershausen |
| 3. Diana Hopf | Bushido Waltershausen |
| 3. Lisa Hessemüller | Bushido Trusetal |

Kumite Einzel männlich -84, +84 kg

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. Peter Friedensohn | Ken Budo Heiligenstadt |
| 2. Nico Wojna | Kyffhäuser KD |
| 3. Tobias Ackermann | Nippon Gotha |
| 3. Florian Schleyer | Musashi Weimar |





Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse

Am 25./26. März fand in Schwenningen in Baden-Württemberg die Deutsche Meisterschaft der Leistungsklasse statt. Über 400 Karateka aus ganz Deutschland sorgten für spannende Begegnungen.

Das Kata-Team des USV Erfurt Sabine Schneider, Franziska Krieg und Denise Pawlowsky ging als Favorit in den Wettkampf und sicherte sich souverän die Finalteilnahme, in diesem Jahr gegen das Team des SC Judokan Frankfurt. Mit einer Gojushiho Dai und überzeugender Bunkai standen die Erfurterinnen einmal mehr ganz oben auf dem Treppchen. Das Herrenteam des USV Max Auffenbauer, Florian Genau und Max Eck unterlagen in der ersten Runde den Herren des KD Lich, konnten sich aber in der Trostrunde über einen Sieg über die SpVgg Höhenkirchen und damit Bronze freuen.

Auch im Kata-Einzel spielten die Erfurterinnen ganz vorn mit. Sabine Schneider zog ins Finale ein und ließ dabei Teamkollegin Denise Pawlowsky hinter sich. Denise verlor leider in der Trostrunde den Kampf um Platz 3 und wurde am Ende Fünfte. Franziska Krieg verpasste den Finaleinzug und musste Jasmin Bleul den Vortritt lassen. Am Ende gab es Bronze für Franziska. Das Finale bot einige Überraschungen. Jasmin Bleul, das erste Mal als Starterin in der Leistungsklasse zeigte wie auch Sabine Schneider die Kata Unsu im Finale. Spannender hätte es nicht sein können, am Ende entschieden die Kampfrichter knapp für die Frankfurterin und überließen Sabine damit die Silbermedaille.

Die Thüringer Kumite-Kämpfer standen Kata-Startern in nichts nach. Rosa Liebold (+68kg) vom Karate Kampfsport Hohenleuben gewann ihre ersten beiden Kämpfe, musste sich aber dann der späteren Deutschen Meisterin Rebecca Niggel geschlagen geben und belegte nach der Trostrunde Platz 5. Die Waltershäuserin Jana Bitsch (-55kg) siegte souverän und besiegte im Finale Katharine Beidler vom Karate Verein Limburg. Noah Bitsch (-75kg) tat es seiner Schwester gleich und sicherte die dritte Thüringer Finalbeteiligung. Seinem Gegner Matthias Tausch vom Bushido Rügen überließ Noah die Silbermedaille. Christoph Genau (-67kg) traf im Finale auf den Berliner Ricardo Giegler, dem er leider unterlag, den Thüringer Athleten aber eine weitere Silbermedaille sicherte. Fabian Kunze, ebenfalls in der Klasse -67kg, erkämpfte sich einen 5. Platz.

Im Teamwettbewerb Kumite unterlag das Damenteam der KG Waltershausen (Bitsch, Grundmann, Leffler, Liebold, Schmidt) in der ersten Runden den Damen der KG Kirchheim Ludwigsburg, aber ließen dann in der Trostrunde Gegner um Gegner hinter sich und konnten sich über Bronze freuen.

Klaus Bitsch nahm die Ehrung des erfolgreichsten Dojos für den Bushido Waltershausen entgegen. Außerdem wurden mit Christian Grüner und André Beck zwei verdiente Kader-Athleten aus ihrer aktiven Laufbahn verabschiedet. Thüringen lag in der Länderwertung mit drei Mal Gold, zwei Mal Silber und drei dritten Plätzen an vierter Stelle. Allen Platzierten herzlichen Glückwunsch! mb





Vom Hörsaal auf die Tatami - Erfurter Karateka erfolgreich bei DHM

Am 14.05.2011 fanden in Mannheim die Deutschen Hochschulmeisterschaften statt. Franziska Krieg und Denise Pawlowsky gingen hierbei ebenfalls an den Start. Ihre Teamkollegin und Grundschullehrerin vom USV Erfurt Sabine Schneider konnte leider nicht teilnehmen, da bei dieser Meisterschaft nur Studenten startberechtigt sind. Mit rund 200 Teilnehmern von 56 Hochschulen war der Wettkampf, welcher vom ADH (Allgemeiner Deutscher Hochschulsportverband) in Zusammenarbeit mit Christian Grüner organisiert wurde, gut besucht.

Denise Pawlowsky (iba Erfurt) gewann ihre zwei Vorrunden klar und musste sich um den Einzug ins Finale nur Christine Heinrich (Uni Stuttgart) geschlagen geben. In der Trostrunde erkämpfte sie dann jedoch die Bronzemedaille. Franziska Krieg (Uni Erfurt) konnte sich hingegen bis ins Finale nach einem Freilos und der gewonnenen Vorrunde durchsetzen. Am Abend stand sie ihrer bekannten Rivalin Heinrich gegenüber. Beide Damen zeigten die Kata Unsu. Franziska war jedoch konstant sauberer mit schnellen und kräftigen Techniken und konnte somit mit 3:2 Kampfrichterstimmen als Siegerin aus dem finalen Kampf hervorgehen.

Denise Pawlowsky

In eigener Sache

Wir möchten die TKV-Zeitung so gestalten, dass möglichst für jeden etwas dabei ist. Dabei brauchen wir einfach eure Hilfe. Wir freuen uns über alle Anregungen, Berichte und Bilder. Schließlich können wir über etwas, was wir nicht wissen, auch nicht berichten. Da die TKV-Zeitung EURE Zeitung ist, könnt ihr aktiv dazu beitragen. Berichte müssen nicht „druckfertig“ ausformuliert werden. Wir überarbeiten das Material für den Druck noch einmal und müssen auch manchmal kürzen oder Texte ein bisschen umschreiben. Wenn ihr Bilder habt, die mitgedruckt werden sollen, schickt sie einfach separat mit. Am schnellsten geht es per E-Mail an presse@karate-tkv.de.

Wir freuen uns über alle Zuschriften! *Mandy Biskup*

Rollstuhl-Karatemeister vom 1. Karateverein Erfurt e. V.

Am Samstag den 26.03.2011, haben die „Rolli-Fahrer“ vom 1. KVE an der Deutschen Meisterschaft für Menschen mit Behinderungen erneut mit sensationellem Erfolg teilgenommen. Die Meisterschaft des Deutschen Karate Verbandes für Menschen mit körperlichen Einschränkungen fand bereits zum vierten Mal statt.

Nachdem in 2009 schon einmal der 1. Platz an den 1. KVE ging und im vergangenen Jahr der 2. sowie der 3. Platz belegt wurde, räumten die Erfurter diesmal richtig ab und belegten Platz 1 und Platz 2.

Selbst die 500 Kilometer Anfahrt mit dem Bus des Thüringer Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbands e. V. konnten die „jungen Wilden“ aus Erfurt nicht bremsen.

Die beiden Athleten vom 1. Karate Verein Erfurt, Sven Baum und Daniel Langer, begleitet von Lothar J. Ratschke Shihan, zeigten jeder eine andere Kata.

Die gezeigten Katas werden in ihrer ursprünglichen Form bereits seit mehreren Hundert Jahren in China, Japan und auch seit Langem in Deutschland praktiziert.

Die Katas wurden allerdings von Lothar J. Ratschke nicht nur zur Präsentation bei Meisterschaften im Rollstuhl-Karate, sondern ebenfalls hinsichtlich deren Anwendung im Selbstverteidigungsfall geändert. Dabei sind allerdings auch die jeweils persönlichen Möglichkeiten der behinderten Athleten zu berücksichtigen.

Alle Heian-Kata, sowie auch die Sente-Kata sind bereits vom Meister auf das Roll-Karate „umgebaut“ oder in Arbeit. Auch eine eigene Prüfungsordnung besteht bereits im 1. KV Erfurt.



Lothar J. Ratschke ist Karate-Shihan (Großmeister) und Inhaber des 6. Dan sowie anderer hoher Grade in den Kampfkünsten. Er beschäftigt sich bereits seit über 10 Jahren mit dem Rollstuhl-Karate und ist selber schon fast ein halbes Jahrhundert aktiv in der Karate-Kampfkunst. Durch seinen inzwischen verstorbenen Meister Seiko Shihan Prof. Taiji Kase hat er bereits viele Jahre die Kampfkunst mit nur einem Arm kennengelernt und ausgiebig studiert. Somit waren bereits perfekte Voraussetzungen gegeben, als er sich mit Rolli-Karate zu beschäftigen begann.

Die Kampfrichter sahen in Schwenningen erstmals zwei Katas des Shotokan-Stiles perfekt auf die Anwendung im Rollstuhl umgebaut. Auch die Fahrtechni-

ken der Rolli-Kämpfer waren von großer Harmonie und Präzision gekennzeichnet. Aus diesem Grund konnten die Erfurter Rolli-Karateka brillieren.

Von allen Seiten kam großes Lob für die sehr hohe Qualität dieser Darbietung. Die Kampfrichter, Landes- und Bundestrainer (Fußgänger) des DKV lobten die gelungene „Umbauarbeit“.

Bereits vor diesem Erfolg standen schon mehrere Platzierungen auf Deutschen und internationalen Meisterschaften.

Aber durch diesen erneuten Erfolg beflügelt, haben sich die „Rolli-Meister“ vorgenommen, noch fleißiger zu trainieren, um an der internationalen offenen Bayerischen Meisterschaft im September 2011 in Ingolstadt wieder mit maximalem Erfolg teilzunehmen. *Lothar Ratschke*



Deutsch-Französischer Jugendaustausch

Insgesamt 31 junge Karateka aus ganz Thüringen inklusive ihrer Betreuer starteten am Morgen des 20. April, nach einem Jahr akribischer Vorbereitung, mit einem kleinen Konvoi das fünftägige Vorhaben nach Besançon, welches als eine Bildungsmaßnahme der Thüringer Sportjugend, mit Unterstützung des Deutsch-Französischen Jugendwerkes, gedacht war. Demzufolge waren Sportsachen Nebensache, obwohl die Karateka doch gespannt darauf waren, was ihre französischen Gastgeber vom IKS IPPON Karate Shotokan in der französischen Metropole Besançon an Trainingsmöglichkeiten präsentieren würden. Was sie dann vorfanden, übertraf die Erwartungen.

Besançon ist eine Hochburg des Karatesports. Zahlreiche Nationalkader Frankreichs und internationale Titelträger haben hier ihre Heimtrainingsstätte, wo sich die mitgereisten Thüringer Trainer einige Anregungen holten.

Dass die Region Franche-Comté und die Stadt Besançon eine wechselvolle Geschichte besitzen und das bereits Julius Caesar hier seine Spuren hinterlassen hat, das war den Mitgereisten auch bekannt. Schließlich hatten sich ja die Jugendlichen in der Vorbereitung der Fahrt mit der Thematik beschäftigt. Auch mit der Sprache hatte sich so manch einer auseinandergesetzt, doch waren alle froh darüber, dass mit dem französischen Karatetrainer Fabian Fevre auch ein Deutschexperte dabei war.

Mit vormittäglichen interaktiven

Veranstaltungen zur französischen Sprache und durch die Begegnungen mit den französischen Jugendlichen wurden Hemmschwellen schnell abgebaut. Die Nachmittage gehörten u. a. der Kultur, der Besichtigung der Stadt und ihrer Umgebung. Shopping mit den französischen Jugendlichen, flanieren auf dem historischen Marktplatz mit dem griechischen Museum und natürlich auch ein Besuch auf dem Wahrzeichen der Stadt, der Zitadelle als Weltkulturerbe der UNESCO, aber auch einfach nur einmal miteinander bowlen, ließen keine Langeweile aufkommen.

In ihren Dank an die französischen Gastgeber war in Allen die Verpflichtung eingepflanzt, im Jahr 2012 beim Gegenbesuch in Thüringen genauso gute Gastgeber zu sein. *vk*



Nachwuchsarbeit – der Schlüssel zum Erfolg

Neue Trainer im Thüringer Karateverband

Bad Blankenburg. An sechs Wochenenden haben Thüringer Karatekas die Schulbänke der Landessportschule in Bad Blankenburg gedrückt. Ob Vereinsrecht, Soundkarate oder Ernährung – die Bandbreite der Themen war groß und verursachte bei so manchem Teilnehmer Kopfschmerzen. Das zentrale Thema der Ausbildung war die Trainingslehre. So referierte Bundesjugendtrainer Klaus Bitsch an zwei Wochenenden über Trainingsprinzipien und die Erstellung von Trainingsplänen; legte den Schwerpunkt hier vor allem auf die leichte Anwendbarkeit in der Praxis.

Besondere Bedeutung sollte im Verlauf des Lehrgangs das Thema Kinder- und Jugendarbeit in Karatevereinen erlangen. Nicht nur, weil die Zunahme aufgedeckter Missbrauchsfälle mittlerweile auch den Deutschen Karateverband ereilt hat. Denn: hier kann es einfach nicht genügend Aufklärung geben. Sondern auch, weil zahlreiche Studien belegen, dass Thüringer Kinder mehr Sport, Bewegung und Selbstvertrauen benötigen. Und gerade die Sportart Karate fördert die Ausbildung sowohl koordinativer Fähigkeiten als auch sozialer Kompetenzen bei Kindern – das sollten sich alle Thüringer Karatevereine zunutze machen. Und dass behinderte Kinder nicht vom Karatetraining ausgeschlossen werden sollten, haben die Hausarbeit und die Lehrprobe des Teilnehmers Stefan Gerlach (Bushido Trusetal) eindrücklich bewiesen. So war am Ende ein Appell mehr als deutlich: ohne die intensive Förderung des Kinderkarate, vor allem auf Breitensportlicher Ebene, fehlen dem Thüringer Karateverband in Zukunft wichtige Funktions- und Leistungsträger.



Trotz Anlaufschwierigkeiten haben alle Prüflinge die Anforderungen für die C- und B-Trainer-Lizenz in diesem Jahr erfüllt. Auch TKV-Stilrichtungsreferent Frank Pely war zufrieden: „Ich denke, dass alles in allem gute Leistungen bei den Prüfungen gezeigt wurden“, sagt er. Auch wenn es einigen Nachwuchstrainern noch an einem ansprechenden Auftreten und der korrekten Verwendung japanischer Fachtermini mangle, sei das letztendlich nur noch eine Frage der Praxis.

Bedauerlich ist der Rücktritt der TKV-Ausbildungsreferentin Sabine Hornschuh zum Ende des Jahres, hat sie doch mit viel Geduld allen Teilnehmern hilfreich beiseite gestanden und zu einem reibungslosen Ablauf des Trainerseminars beigetragen. *Katja Schubach*





Ushiro Tatami

Liebe Freunde des Thüringer Karatesports, einige von euch haben schon seit geraumer Zeit gehört, dass es unserer Rebecca gesundheitlich sehr schlecht geht. Da viele nicht genau wissen, was passiert ist, möchten wir euch auf diesem Wege informieren. Wir haben immer gedacht, dass unser Leben in guten Bahnen läuft und uns mental gestärkt durch den Karatesport nichts umhauen kann. Leider wurde uns dann, nach dem 20. Februar dieses Jahres schmerzlich bewusst, wie kostbar das Leben und die Gesundheit sind und das kein Kampf auf irgendeiner Tatami so schwer ist wie der gegen eine heimtückische Erkrankung. Was wir alle nicht wussten: in Rebecca schlummerte eine sehr seltene angeborene Fehlbildung der knöchernen Strukturen im Bereich der hinteren Schädelgrube, die Arnold-Chiari-Malformation. Dadurch bedingt kommt es zu einer Verlagerung der Kleinhirntonsillen in Richtung Spinalkanal, die zu einer Kompression auf das Rückenmark führt. Erschwerend zu diesem Befund hat sie eine riesige Höhlenbildung im zentralen Rückenmark der oberen Halswirbelsäule, die mittlerweile auf die neuralen Fasern desselben gedrückt hat. Im Februar dann fing alles ganz harmlos mit Kopfschmerzen an. Doch der Zustand verschlechterte sich rapide. Rebecca hatte zunehmend neurologische Ausfälle bekommen und konnte nicht mehr laufen, richtig sehen und schlucken. In der Uniklinik Jena wurden wir dann über die niederschmetternde Diagnose und deren akuter Bedrohung auf Rebeccas Leben aufgeklärt. Eine siebenstündige Operation am 1. März sollte ihr die Gesundheit wieder geben, aber leider blieb es nicht dabei. Seither haben sich einige Komplikationen eingestellt, die immer wieder zu einem Abbruch der Reha-Maßnahme



und folgenden Operationen am Kopf und der Halswirbelsäule geführt haben. Seitdem sitzt Rebecca im Rollstuhl, weil ihre Beine durch schwere Koordinationsstörungen, bedingt durch die Operationen am Rückenmark und dem Kleinhirn, ihren Dienst versagen. Im Moment liegt sie schon wieder in der Zentralklinik Bad Berka und hat hier ihren vierten und fünften operativen Eingriff

hinter sich. Wir hoffen, dass jetzt endlich Licht am Ende des Tunnels erscheint, denn die nervlichen Reserven sind bei allen Beteiligten erschöpft. Der Weg zurück ins Leben wird ein sehr harter und schwerer Kampf werden, denn Rebecca möchte unbedingt wieder laufen lernen. Karate ist ihr Leben und hat ihr in dieser schlimmen Zeit mental geholfen, die ganzen Operationen mit Schmerzen und anderen Beschwerden tapfer zu ertragen. Auf diesem Wege möchten wir uns bei all unseren Freunden, die uns in den vergangenen Wochen beigestanden und Rebecca mit Genesungswünschen, Präsenten und Besuchen unterstützt haben, bedanken. Besonders Michela Queck und Familie haben uns so oft (egal ob Reha-Klinik oder Krankenhaus) besucht und für unsere Ablenkung und kulinarisches Wohlbefinden gesorgt. Auch möchten wir uns bei der Kumite-Mädchen-Mannschaft (Michaela Queck, Josephine Röhl, Madeleine Schröter und Anna-Lena Raabe) für die Rebecca gewidmeten Pokale, recht herzlich bedanken. *André Jücker*

und folgenden Operationen am Kopf und der Halswirbelsäule geführt haben. Seitdem sitzt Rebecca im Rollstuhl, weil ihre Beine durch schwere Koordinationsstörungen, bedingt durch die Operationen am Rückenmark und dem Kleinhirn, ihren Dienst versagen. Im Moment liegt sie schon wieder in der Zentralklinik Bad Berka und hat hier ihren vierten und fünften operativen Eingriff hinter sich. Wir hoffen, dass jetzt endlich Licht am Ende des Tunnels erscheint, denn die nervlichen Reserven sind bei allen Beteiligten erschöpft. Der Weg zurück ins Leben wird ein sehr harter und schwerer Kampf werden, denn Rebecca möchte unbedingt wieder laufen lernen. Karate ist ihr Leben und hat ihr in dieser schlimmen Zeit mental geholfen, die ganzen Operationen mit Schmerzen und anderen Beschwerden tapfer zu ertragen. Auf diesem Wege möchten wir uns bei all unseren Freunden, die uns in den vergangenen Wochen beigestanden und Rebecca mit Genesungswünschen, Präsenten und Besuchen unterstützt haben, bedanken. Besonders Michela Queck und Familie haben uns so oft (egal ob Reha-Klinik oder Krankenhaus) besucht und für unsere Ablenkung und kulinarisches Wohlbefinden gesorgt. Auch möchten wir uns bei der Kumite-Mädchen-Mannschaft (Michaela Queck, Josephine Röhl, Madeleine Schröter und Anna-Lena Raabe) für die Rebecca gewidmeten Pokale, recht herzlich bedanken. *André Jücker*

Rebecca freut sich über jeden Eintrag ins Gästebuch auf der Internetseite des Banzai-Karate E.T. Hirschberg/Saale e. V.

<http://www.banzaikarate.com/home/rebecca/>

Karate-Kreismeisterschaften der Schulen und Kindertagesstätten im Altenburger Land

Kürzlich fanden in Meuselwitz die Kreismeisterschaften der Schulen und Kindertagesstätten in der Sportart Karate unter der Schirmherrschaft des Jugend- und Sportreferenten des Thüringer Karate Verbandes, Vico Köhler, statt. Eingeladen hatte der Verein SKD „Sakura“ Meuselwitz e. V., welcher wie gewohnt für einen würdigen Rahmen sorgte. Die Jüngsten an diesem Turnier, wie z. B. Sando Worg von der Kindertagesstätte „Spatzennest“ in Altenburg, waren fünf Jahre alt und entsprechend aufgeregt und manchmal etwas



wegen der vielen Zuschauer verunsichert. Dennoch schafften es die „Minis“, das Publikum sogar in zwei Disziplinen zu begeistern. Das beste Ergebnis bei den ganz Kleinen erkämpften sich dabei die Meuselwitzer Tabea Brühl und Mika Lenk, welche sich beide bei den „Minis“ als „Dienstälteste“ ihren Trainingsvorsprung zu Nutzen machen konnten und insgesamt mit zweimal Gold belohnt wurden.

Bei den größeren Kids ging u. a. der Meuselwitzer Grundschüler Nils Keller an den Start. Bei seinem zweiten Turnier konnte er einmal Silber und zweimal Bronze erkämpfen.

Aber auch die fortgeschrittenen Kids zeigten, was sie gelernt hatten.

Die erfolgreichste Starterin bei den Kindern wurde hier die Schülerin der Grundschule Lucka, Hannah Bothe-Harabath. Sie ging am Ende mit fünf Medaillen nach Hause.

In der Altersklasse der Schüler wurde die Meuselwitzer Regelschülerin Lea Schmeil die erfolgreichste Starterin. Auch sie konnte sich an diesem Tag fünfmal platzieren.

Platz 1 in der Tagesgesamtwertung der Kindertagesstätten belegte letztlich die Kita „Sonnenkäfer“ aus Meuselwitz, gefolgt von der Kita „Pustebblume“ aus Kriebitzsch, der Kita „Liselotte Herrmann“ Meuselwitz, den „Spielmäusen“ aus Spora und dem „Spatzennest“ aus Altenburg. In der Gesamtwertung der Schulen siegte das Team der Regelschule Meuselwitz, vor der Grundschule Meuselwitz, der Grundschule Posa, der Grundschule Lucka, und dem Gymnasium Meuselwitz. *vk*

Internationaler Neko-Cup in Hanau

Am 18. Juni fand in Hanau der große Wettkampf für die Kleinen, der Internationale Neko-Cup statt. Über 450 Karateka gingen in den Kategorien U9 bis U16 in Kata und Kumite an den Start. Die Thüringer Athleten waren ganz vorn mit dabei. Im Kata Einzel holten Moritz Heine (Schüler U14) und Kevin Ansorg (Schüler U16) jeweils Bronze. Auch bei den Teamwettkämpfen konnte der USV Erfurt punkten. Kevin Ansorg, Tilman Hinnerichs und Alec Lorbeer (Kata Team Jugend U 16 mixed) standen ganz oben auf dem Treppchen. Ebenso Florian Thiessenhusen, Nico Merkel und Moritz Heine beim Kata Team Schüler U 14 männlich. Die Mädchen des USV Mascha Ginzburg, Maria-Magdalena Meyer und Linnea Seifert (Kata Team Schüler U 14 weiblich) konnten sich über Bronze freuen.

Im Kumite setzten die Thüringer die Erfolgsgeschichte fort. Rebecca Töffels (Kumite Jugend U 16 weiblich +54kg) vom Ken Budo Heiligenstadt holte die Goldmedaille ebenso wie Vereinskameradin Sarah Hunold bei den Kumite Kindern A weiblich +1,40m. Die dritte Heiligenstädterin Anna-Lena Raabe (Kumite Schüler U 14 weiblich +50kg) gewann Silber. Die Kumite-Kämpfer von Musashi

Weimar konnten sich über einen Medaillenregen freuen. Madeleine Schröter (Kumite Schüler U 14 weiblich +50kg) und Josephine Röhl (Kumite Schüler U 14 weiblich -50kg) standen ganz oben auf dem Treppchen. Das Kumite-Team Schüler U14 weiblich (Hammon, Röhl, Schröter) und Lara Hammon im Einzel (Kumite Kinder A weiblich +1,40m) gewannen Silber. Celine Mallee (Kumite Schüler U 14 weiblich -35kg) belegte den dritten Platz und sicherte dem Weimarer Verein den vierten Platz in der Gesamtwertung. Die Waltershäuser Lennard Nicolai (Kumite Schüler U 14 männlich -38kg) und Sophia Theimer (Kumite Schüler U 14 weiblich -45kg) konnten sich auch über Gold freuen. Ebenso wie Talina Titz (Kumite Kinder B weiblich) vom SKD Sakura Meuselwitz. Vereinskameradin Hannah Bothe-Harabath (Kumite Kinder A weiblich -1,40m) holte die Silbermedaille.

Mit vier Vereinen unter den Top Ten der Gesamtwertung zeigten die Thüringer, dass sie ganz vorn mit dabei sind. Herzlichen Glückwunsch! *mb*





Deutsche Meisterschaft der Jugend/Junioren 2011

Am 21. und 22. Mai gab es für die Thüringer Karate-Jugend ein Heimspiel. Die Deutsche Meisterschaft der Jugend und Junioren wurde in der Leichtathletikhalle in Erfurt ausgetragen. Der USV Erfurt hatte einmal mehr die Ausrichtung übernommen und die Halle dem Anlass entsprechend vorbereitet. Auf sechs Kampfplätzen kämpften am Samstag die 16- bis 17-Jährigen um die deutschen Meistertitel bei den Kata- und Kumitebegegnungen im Einzel und im Team.

Die Kata-Junioren waren die Ersten auf der Tatami. Sophie Schmitt vom USV Erfurt konnte mit einem siebten Platz die einzige Einzel-Platzierung bei den Thüringer Kata-Junioren erkämpfen. Im Team verpassten die Jungs des USV Kevin Ansorg, Cedric Klaus und Max Eck den Finaleinzug nur knapp und erkämpften sich die Bronzemedaille.

Beim Kumite sicherte Marvin Rockstroh vom Bushido Waltershausen in der Klasse +76kg das zweite Thüringer Bronze. Ludwig Schwerdt, auch Waltershäuser belegte den fünften Platz bei den Jungen -76kg. Vereinskameradin Antje Mager (-48kg) zog ins Finale ein, unterlag dort allerdings Johanna Fuchs aus Baden-Württemberg. Im zweiten Finale mit Thüringer Beteiligung siegte Jessy Neumann (-53kg) vom Budokan Altenburg e. V. und sicherte damit die einzige Goldmedaille für die Karateka des Freistaates. Das Jungsteam 2 Kumite des Bushido Waltershausen Maximilian

lian Kellner, Franz-Albrecht Streitz, Hans-Adalbert Streitz und Chris Zedler belegte einen fünften Platz. Team 1 mit Marvin Rockstroh, Gurdan Jashir, Christoph Genau und Ludwig Schwerdt unterlag im Finale dem Team des Banzai Berlin und holte Silber. Ebenfalls Silber gegen Finalgegner Banzai Berlin holte das Mädchenteam Katja Kormann, Rosa Liebold, Antje Mager und Jessy Neumann vom Bushido Waltershausen. Damit ging ein spannender erster Wettkampftag zu Ende. Am Sonntag fand dann die Deutsche Meisterschaft der Jugend statt. Die einzige Thüringer Finalteilnehmerin Charlotte Grimm (-47kg) vom Shotokan Karate Verein Arnstadt unterlag leider ihrer Gegnerin aus Bayern. Karoline Schleyer (-54kg) vom Musashi Weimar erkämpfte einen fünften Platz und Tobias Kirchhoff vom Banzai-Karate E.T. Hirschberg-Saale belegte bei den Jungen (-52kg) den siebten Platz.

Eine tolle Stimmung begleitete die Meisterschaft über das ganze Wochenende. Dazu trugen vor allem die vielen begeisterten Zuschauer bei. Die Sportler wurden lautstark und mit Transparenten unterstützt.

Der USV Erfurt unter der Leitung von Torsten Wolf und Andreas Kolleck sorgte als Ausrichter für den reibungslosen Ablauf und das „Drumherum“. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an alle fleißigen Helfer und herzlichen Glückwunsch an alle Platzierenden. *mb*



SV-Spezial in der Kampfsportschule Jena

Am Samstag, dem 20. November 2010 fand in der Kampfsportschule Jena ein offener Selbstverteidigungslehrgang statt. Sensei Andreas Maudrich 4. Dan Karate versammelte hierzu eine kleine Runde hochmotivierter Kampfsportler aus verschiedenen Thüringer Fachverbänden, mit denen er sich in drei Trainingseinheiten der Abwehr von unbewaffneten und bewaffneten Angriffen widmete.

Zusätzlich zu den praktischen Übungen, stand an diesem Tag auch eine Lektion in Waffenkunde sowie ein kurzer Blick auf das Notwehrgesetz auf dem Plan. Hierbei beschäftigten sich die Teilnehmer u.a. mit Fragen danach, wann ein einfaches Messer zur Waffe wird und welche Art von Verteidigung bei einem Angriff auf der Straße rechtlich zulässig ist.

Bei der Abwehr von unbewaffneten Angriffen übten die Anwesenden mit ihren Partnern zunächst, sich bei Griffen in die Jacke, Schwingern und Rempelen zu behaupten.

Für die Verteidigung gegen bewaffnete Überfälle wurden dann noch einmal Angriffe mit Messer bzw. mit Pistole unterteilt. Bei der Erarbeitung sinnvoller Verteidigungstechniken wurden die Teilnehmer hierbei auch auf wichtige Eigenschaften und Gefahren der jeweiligen Waffen hingewiesen.

Besonderen Gefallen hatten die Anwesenden am Realitätsbezug des Trainings:

Das Training sollte die Verteidiger in die Lage versetzen, eine gefährliche Situation schnell unter Kontrolle zu bringen. Daher wurden ausschließlich Techniken und Bewegungen geübt, die im Ernstfall einfach anwendbar und effektiv sind. Auch äußere Einflussgrößen in realen Situationen, welche im Dojo nicht gegeben sind, wurden angesprochen: So ist das Einüben einer guten Verteidigung im Training die eine Sache, diese auf glatter Straße und nach einem Bier noch anzuwenden jedoch eine ganz andere.

Natürlich kam trotz gewissenhaftem Training der Spaßfaktor an diesem Tag nicht zu kurz. Nachdem alle Trainingseinheiten absolviert waren, sah man dann auch alle Teilnehmer, die gerade noch mit dem (Plastik)-Messer aufeinander losgegangen waren, wieder vergnüglich miteinander plaudern.

Im März des kommenden Jahres ist ein zweiter Selbstverteidigungslehrgang geplant, der auf dem bereits Gelernten aufbauen soll. Die Vorfreude darauf war den Teilnehmern des SV-Spezial am Abend des 20. Novembers jedenfalls schon deutlich anzumerken ...

Steffi, Pressetante der Kampfsportschule Jena e.V.

Selbstverteidigung Spezial

Hallo liebe Anhänger der Selbstverteidigung, in den vergangenen Jahren haben wir viele Selbstverteidigungs-Lehrgänge der Stufe 1 - 3 durchgeführt und haben damit Voraussetzungen geschaffen, dass viele Vereine heute selbstständig Selbstverteidigung in den Vereinen oder bei Lehrgängen durchführen können. Nach Anfragen von Karateka ob nicht Aufbaulehrgänge möglich sind, haben wir uns

entschlossen auf dieser Basis neue Lehrgänge anzubieten (Frühjahr und Herbst). In Februar 2011 fand ein erster Lehrgang dieser Art in unseren Dojo in Erfurt statt. Wir haben in der Vergangenheit festgestellt, dass viele Karateka nur Grundschultechniken üben. Das Ziel, im Ernstfall mit der größtmöglichen Energie (Kime) mit der kleinsten Trefferfläche auf einen Vitalpunkt zu schlagen, kann damit nicht erreicht werden. Deshalb wurde aufgezeigt, wie man Ura Tsuki, Tate Tsuki oder Empi ansatzlos in verschiedenen Distanzen unter Einsatz der Hüfte auf Vitalpunkte schlagen kann.

Der anwachsenden Brutalität gegenüber „Jedermann und Jederfrau“ versuchen wir mit unseren Lehrgängen etwas entgegenzusetzen. Die Kombination zwischen Selbstschutz und Selbstverteidigung hat sich dabei nach Meinung der Teilnehmer bestens bewährt.

Auch die Lehrgänge im sogenannten Teil 3, wo unter natürlichen Bedingungen Selbstverteidigungssituationen geübt werden, zeigen so manchen Teilnehmer seine eigenen Grenzen auf. Interessante Aspekte gab es auch bei der Vermittlung von Kata – Elementen oder Kumite-Kombinationen, welche in der Selbstverteidigung anwendbar sind werden ebenfalls Themen unserer Serie Selbstverteidigung Spezial sein. Darüber hinaus wurden den Teilnehmern Hinweise gegeben, wie man Selbstverteidigung für Kinder realisieren kann. Spezielles Training in Selbstverteidigung für Kindertrainer wird am 22.10.2011 in Erfurt stattfinden.

Viele Grüße aus der Blumenstadt Erfurt, und ein kräftiges Uss mit auf dem Weg,

Dietmar u. Frank

Mehr Informationen unter www.chikara-club-erfurt.de d.berger-sv@web.de oder frank-sattler@arcor.de



DO Seite

SHU – HA – RI - Die asiatische Lernmethode - von Frank Pelny

SHU-HA-RI ist der oft zitierte asiatische Weg des Lernens. Doch was bedeutet das eigentlich?

守

SHU = beschützen, verteidigen, einhalten, befolgen
☞ DAS LERNEN DER FORM / **KOPIEREN**

破

HA = zerreißen, durchbrechen
☞ DAS ÜBERSCHREITEN DER FORM / **ABWEICHEN**

離

RI = sich entfernen, sich trennen, abschneiden
☞ EIGENE WEGE FINDEN / **FREIE VERWENDUNG**

Die Strukturierung in diese drei Lernstufen soll auf KAWAKAMI FUHAKU (1719-1807) zurückgehen. Die drei Lernstufen SHU-HA-RI in der Kampfkunst sind durchaus mit dem menschlichen Lebenszyklus vergleichbar: Kindheit und Jugend → das mittlere Alter → hin zum erfahrenen Alter. Doch auch im täglichen Training der westlichen Sportler findet diese asiatische Lernstruktur unbewusst ihre Anwendung: Erlernen → Üben → Anwenden. Allerdings würde der westliche Sportwissenschaftler es wohl so formulieren:

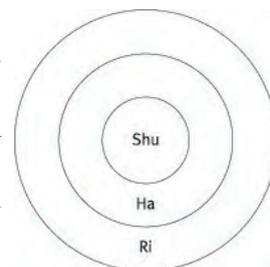
Erlernen der Grobstruktur der Bewegung (Grobkoordination) →

Erlernen der Feinstruktur der Bewegung (Feinkoordination) →

Stabilisierung und variable Verwendung der Bewegungsmuster.

SHU-HA-RI funktioniert wie ein Ringsystem:

Ohne die Basis SHU ist kein HA möglich und nur über HA gelangt man zu RI. Oder: RI beinhaltet HA und SHU, HA beinhaltet SHU und in der Mitte schließlich ist die Stufe SHU selbst. Dabei ist die Entwicklung von der ersten zur letzten Lernstufe fließend. Der Mensch lernt sein ganzes Leben lang immer dazu. Man wird nie fertig, sondern arbeitet immer an sich weiter. Es gibt so viele Dinge im Leben. Im Idealfall übertrifft der Schüler den Lehrer in Wissen und Geschicklichkeit. Dadurch kann die Kampfkunst weiter wachsen.



SHU - Stufe

SHU ist die Stufe des Anfängers, in der sich ein sicheres Fundament angeeignet werden soll. Dazu gehört, das Gezeigte und Erklärte genau nachzumachen (zu imitieren/kopieren) und zu befolgen sowie sich ständig zu bemühen. Ziel der SHU-Stufe ist das Erlernen gleicher Formen und Techniken, die bei allen Schülern die gleichen Voraussetzungen schaffen sollen, unabhängig vom Charakter, Körper oder anderer individueller Unterschiede. Diese Formen und Techniken sind die Grundlage für alle zukünftigen Aktivitäten. Durch das in dieser Stufe noch nicht vorhandene Hintergrundwissen erschließt sich dem Schüler der Hintergrund und Sinn der Übungen aber noch nicht. In der Regel umfasst diese Stufe die Schülergrade (KYŪ) bis etwa zum Rang des 2. Meistergrades (DAN).

HA - Stufe

HA bedeutet, dass der Schüler die Techniken beherrscht und nun beginnt, die Hintergründe der Techniken und Formen zu hinterfragen und zu verstehen. Der Schüler entwickelt seine eigene Individualität in dieser Kampfkunst. Indem er die Prinzipien des Systems bewusst in seinen Techniken verwirklicht, finden individuelle Abwandlungen statt, die Essenz bleibt jedoch erhalten. Der Schüler beginnt die eigenen Ketten zu durchbrechen, um seinen eigenen Weg zu suchen. Leider schätzen sich die meisten Schüler falsch ein und beginnen viel zu früh damit. In dieser zweiten Stufe ist das Verhältnis von KŌHAI zum SENSEI ähnlich dem zwischen Kind und Eltern. Der Schüler ist jetzt gleichzeitig auch Lehrer aber weiterhin auch Schüler. In der Tradition gesehen ist diese Stufe „OMOTE“ (= die äußere Lehre) / SOTO-DESHI (= äußerer Schüler) und der Beginn von „OKUDEN“ (= die innere Lehre) / UCHI-DESHI (= innerer Schüler). Hier beginnt der eigentlich Weg im BUDŌ. In der Regel umfasst diese Stufe die YŪDANSHA Ränge (1.-4. DAN).

wird fortgesetzt



Bronze in Zürich und Ankara

Mit jeweils der Bronzemedaille im Gepäck kehrten Sabine Schneider, Franziska Krieg und Denise Pawlowsky vom USV Erfurt sowohl aus der Schweiz von der Europameisterschaft der Senioren als auch von der Europameisterschaft der Regionen aus der Türkei nach Erfurt zurück. In Zürich (6. - 8. Mai) traf das Team zuerst auf Montenegro und konnte mit 4:1 gewinnen. Gegen die Italienerinnen in der zweiten Runde unterlag die Erfurterinnen mit 1:4 aber konnten sich in der Trostrunde gegen Serbien behaupten und die EM als Drittplatzierte beenden.

Hochmotiviert ging es dann am 3. Juni in die Türkei nach Ankara. Nach Siegen über Attika/Griechenland und Galizien/Spanien trafen Sabine, Franziska und Denise auf das Team aus Belgrad/Serbien. Trotz einer starken Unsu reichte es für die Erfurterinnen leider nicht für den Einzug ins Finale. In der Trostrunde gegen Madrid/Spanien überzeugte das Team von Andreas Kolleck mit der Gojushiho Dai konnte sich über Bronze freuen. *Sabine Schneider*



Der Thüringer Karate Verband e.V.



Präsident
Falk Neumann
Backhausstraße 29
99706 Sondershausen
Tel./Fax: 03632 703580
mobil: 0174 2893014
E-Mail: ipponman.sdh@t-online.de



Kampfrichterreferent
Mitja Suck
Rotdornweg 2
07751 Jena
Tel.: 03641 4983653
mobil: 0176 80155104



Landessportwart
Uwe Pffor
Stadtweg 24
99706 Sondershausen
mobil: 0162 4217995
E-Mail: pforzi@web.de



Geschäftsstelle
Uwe Bach
KoWo Haus der Vereine
Johannesstraße 2
99084 Erfurt
Tel.: 0361 5624192
Fax: 0361 7891440
E-Mail: tkv@freenet.de



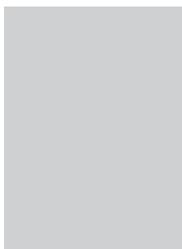
Jugendreferent & Schulsportreferent
Vico Köhler
OT Kostitz
Lange Straße 16
04617 Starkenberg
Tel./Fax: 03448 411826
mobil: 0179 5926730
E-Mail: VicoKoehler@sakura-web.de



Stilrichtungs- und Prüfungskommission
Stilrichtungsreferent
Frank Pelný
Bergstraße 1
99734 Nordhausen
Tel.: 03631 604736
Fax: 03631 478683



Vizepräsident und Landestrainer Kumite
Klaus Bitsch
Ohrdrufer Straße 10
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753



Ausbildungsreferent
Peter Friedensohn
Steingraben 13
37308 Heiligenstadt
mobil.: 0151 50231042
E-Mail: ausbildung@karate-tkv.de



Prüfungsreferent
Olaf Reichelt
Am Teichfeld 76
06567 Bad Frankenhausen
Tel.: 034671 64421
E-Mail: olaf.reichelt@onlinehome.de



Landestrainer Kata
Andreas Kolleck
Hospitalstraße 33
99706 Sondershausen
mobil: 0174 2037241
E-Mail: AndreasKolleck@web.de



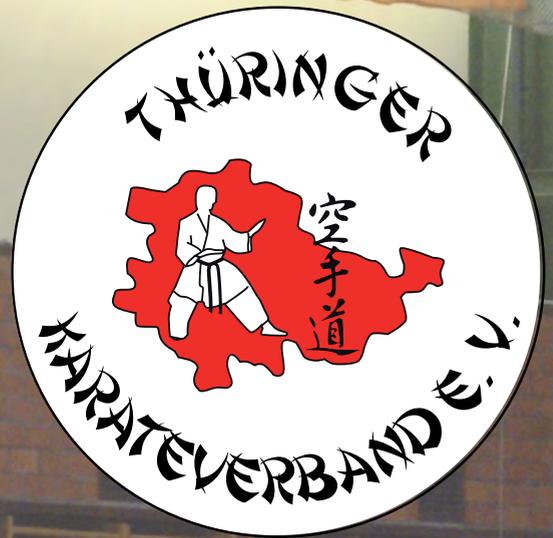
Frauenreferentin und Landesnachwuchstrainerin Kumite
Bianca Bitsch
Ohrdrufer Straße 10
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753



Pressereferentin
Mandy Biskup
Löberwallgraben 13
99096 Erfurt
mobil: 0171 4861242
E-Mail: presse@karate-tkv.de

Impressum

Herausgeber: Thüringer Karate Verband e. V. - KoWo Haus der Vereine, Johannesstraße 2 - 99084 Erfurt - Tel. 0361 5624192
Verantwortlich/Layout: Mandy Biskup, Pressereferentin TKV - Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autoren verantwortlich.
Druck: Citydruck Druckerei und Verlag GmbH Erfurt - <http://www.citydruck-erfurt.de>



**Der TKV-Tag 2012 findet
am Samstag, dem 28. Januar 2012 statt.**