Karate-Do Thüringen

Zeitschrift des Thüringer Karate Verbandes e. V.

Ausgabe 2, 2014

WM Bremen: 4x Edelmetall für Thüringer Athleten

Liebe Sportfreunde,

das Sportjahr 2014 neigt sich dem Ende. Der sportliche Höhepunkt war natürlich die Karate - Weltmeisterschaft in Bremen. Schon zu Beginn des Jahres warf dieses Event seine Schatten voraus.
Die Landesmeisterschaft wurde für die Altersklassen Schüler bis Senioren an einem Wochenende in Meuselwitz durchgeführt.
Die Deutsche Meisterschaft Schüler/Jugend/Junioren fand ebenfalls an einem Wochenende in Erfurt statt. Für diese logistischen Leistungen gilt allen Beteiligten Respekt und Anerkennung.
Der Millenniumslehrgang wurde von vielen Thüringer Karateka besucht, um bei über 80 Top Trainern - auch aus Thüringen – zu trainieren. Als Zuschauer der WM sorgten dann alle für eine einmalige Atmosphäre in der Arena und unterstützten frenetisch unsere Athleten.
Die Thüringer WM - Starter überzeugten mit super Leistungen und mit ihren Medaillengewinnen haben auch sie zum Erfolg dieser WM beigetragen. Dieses Sportereignis werden alle Beteiligten in ewiger Erinnerung behalten.

Doch bereits das nächste Jahr bringt einen neuen Höhepunkt in unserer Verbandsgeschichte.
Der Thüringer Karate Verband begeht sein 25 - jähriges Bestehen Ende August in Bad Blankenburg.

Aus technischen Gründen findet der TKV Tag 2015 in der Zweifelderhalle in Bad Tennstedt statt.
Trotz kurzfristigem Ortswechsel hoffen wir auf rege Teilnahme.

Ich danke allen Mitgliedern des TKV für ihre engagierte Arbeit, wünsche allen ein besinnliches Weihnachtsfest und ein gesundes und erfolgreiches Sportjahr 2015.

Mit sportlichen Grüßen
Falk Neumann

Inhaltsverzeichnis

- **Grußwort des Präsidenten..... Seite 2**
- **Karate Weltmeisterschaft in Bremen/Milleniumslehrgang..... Seite 3 - 5**
- **Aktuelles aus den Verband..... Seite 6 - 7**
- **Kids Karate World..... Seite 8 - 9**
- **Sportwissentschaftliches aus Theorie und Praxis..... Seite 10**
- **Wir stellen uns vor - Asahi Dojo Königssee & Bushido Ilmenau..... Seite 11 - 12**
- **Aktuelles “Aus den Vereinen”..... Seite 13 - 17**
- **Keiko - Termine..... Seite 18**
- **Kontake zum Präsidium, Referenten & Landestrainer..... Seite 19**
- **TKV Tag 2015..... Seite 20**

Ankündigung TKV-Magazin 2015
Euer Mitwirken ist gefragt!

Für das kommende Jahr planen wir drei Ausgaben der Verbandszeitschrift für unsere Mitgliedsvereine herauszugeben.
Somit können die Leserinnen und Leser über aktuelle und erst stattgefundene Ereignisse informiert werden.
Diese 3 Ausgaben müssen allerdings auch sinnvoll gefüllt werden, daher bitte ich alle Verantwortlichen aus den Vereinen, Eltern und Aktive über besondere Ereignisse in euren Verein zuberichten und der Pressestelle zukommen zulassen.
Der Einsendeschluß für die erste Ausgabe ist der 10.04.2015 !!!
Über eine rege Beteiligung sowie Ideen und Kritiken zu unserer Verbandszeitschrift würde ich mich sehr freuen.

Kai Bickel

Thüringer erkämpften bei der Weltmeisterschaft

3x Bronze und 1x Silber für Deutschland

Für Thüringen starteten zur WM in Bremen:
Jana Bitsch, Noah Bitsch, Mandy Wimker, Florian Genau und Sven Baum.

An den ersten Tagen (5.-.7. Nov.) der WM wurden die Vorkämpfe in allen Kategorien ausgetragen. Freitagabend fand die Eröffnungszeremonie mit dem Einmarsch der Nationen statt und bildete den Übergang zu den großen und kleinen Finals am Wochenende.

Noah begann am Mittwoch als erster Thüringer die Vorrunden in der Klasse -75 kg. Von Beginn an zeigte er seine Klasse und den Willen zum Sieg. Souverän siegt er in allen Vorrunden ohne Gegenpunkte. Erst gegen Charles Reounodji (Chad) 8:0, dann Zoltan Kohegyi (Ungarn) 6:0 und Davy Donna (Frankreich) 3:0. Das Poolfinale gegen Oualid Bouabaoub (Algerien) endete 0:0, durch einen klaren Kampfrichterentscheid zog Noah in den Kampf ums Finale, gegen Luigi Busa (Italien), ein. In diesem musste er sich dem späteren Viezeweltmeister 0:1 geschlagen geben. Damit hat er sich für das kleine Finale am Samstag gegen Serkan Yagci (Türkei) qualifiziert. Dieser Kampf war unglaublich spannend, für die Zuschauer gab es allerhand Gründe zu Jubeln, Noah gewann nach ständiger Führung mit 14:7 Punkten und erreichte so die Bronzemedaille.

Donnerstag startete Jana in der Klasse -55 kg. Sie kämpfte sich klar durch die Vorrunden. Erst gegen Samantha Capos de Leon (Mexico) 2:1, Yassmin Attia (Ägypten) 0:1 und im Poolfinale gegen Alessandra Vinrola (Persien) 1:0. Dann musste sie sich der späteren Weltmeistern Sara Cardian (Italien) mit 4:0 geschlagen geben. Somit hatte auch Jana die Chance im kleinen Finale um Platz 3 zu kämpfen. Dieses gewann sie nach einem 1:1 gegen Zhanna Melnyk im Kampfrichterentscheid!

Am selben Tag fanden auch die Kata Team Wettkämpfe der Männer statt. Das Deutsche Team bestehend aus Florian Genau, Philipp Jüttner und Jan Urke trat in ihrer ersten Begegnung gegen das Team aus Marocco an und konnten die Kampfrichter nicht von sich überzeugen. Die Maroccaner schieden im Poolfinale gegen die späteren Weltmeister aus Spanien aus. Daher hatten sie keine weitere Chance auf eine Platzierung.

Freitag fanden die Kumite Team Wettkämpfe statt. Das Herren Team bestand aus Noah Bitsch, Mehmet Bolat, Nikolasz Tsurtsumia, Jonathan Horne, Heinlich Leistenschneider, Oliver Henning und Andreas Bachmann. Mit Teamgeist und Stärke kämpften sich die 7 durch die Vorrunden gegen Polen 3:1, Kasachstan 3:1, Russland 3:1 und im Poolfinale gegen Ägypten 3:0. Nur noch der Kampf gegen das Türkische Team lag nun vor dem Finale. Dieser wurde mit 3:2 für das deutsche Team entschieden. Damit stand das Team im Finale gegen Iran. Die Mannschaft trat mit Mehmet Bolat, Noah Bitsch, Nikolosz „Nika“ Tsurtsumia, Jonathan Horne und Heinrich Leistenschneider gegen die starken Iraner an. Bereits im ersten Kampf zeigten aber beide Teams einen extrem starken Kampf- und Siegeswillen und schenkten sich gegenseitig wenig. So sammelten die Karateka Wertungen in Serie, wobei sehr häufig Wertungen mit drei Punkten erzielt wurden, die für Fußtritte zum Kopf oder Würfe mit Folgetechnik gegeben werden. Besonders Noah Bitsch konnte auf diese Weise punkten: Er setze gleich zwei dieser Treffer durch. Auch Jonathan Horne dominierte seinen Gegner mit allen möglichen Fuß- und Fausttechniken. Allerdings konnten sich auch die Iraner immer wieder durchsetzen und am Ende mit nur einem Punkt triumphieren. Daher hat das deutsche Team mit einer hervorragenden Leistung zwar den ersten Mannschafts-Titel verpasst, dennoch aber die außerordentliche Klasse des DKV belegt.

In der Klasse Herren Kata im Rollstuhl konnte Sven Baum einen hervorragenden 3. Platz belegen.
Er legte eine deutsche Doppelpremiere hin, es war sein erster WM Auftritt in der erstmalig ausgetragenen Klasse. Insgesamt hatte die Klasse 6 Starter, hat aber großes Wachstumspotenzial. Er präsentierte seine Kata vor tausenden Zuschauern und unterlag den Zweitplatzierten um 1/10 Punkten. Der 34 Jährige lebt in Erfurt und Trainiert unter Sensei Lothar Ratschke.

Das Deutsche Kumite Damenteam startete auch am Freitag. Es bestand aus Jana Bitsch, Duygu Bugur, Silvia Sperner, Maria Weiß und Mandy Wimker. Die erste Runde konnten sie gegen Südafrika für sich entscheiden (2:0). Gegen die Dominikanische Republik mussten sie sich mit 1:2 geschlagen geben. Diese wiederum schieden im Poolfinale aus. Somit war die Medaillenchance fürs Damenteam leider vertan.

Auflistung aller WM Platzierten:
Leistungsklasse:

GOLD	Kata Team Damen mit Jasmin Bleul, Sophie Wachter und Christine Heinrich
SILBER	Duygu Bugur, Kumite Damen -50kg
SILBER	Ilja Smorguner, Kata Einzel Herren
SILBER	Kumite-Team Herren mit Jonathan Horne, Mehmet Bolat, Noah Bitsch, Heinrich Leistenschneider, Nika Tsurtsumia, Oliver Henning und Andreas Bachmann
BRONZE	Jana Bitsch, Kumite Damen, -55kg
BRONZE	Noah Bitsch, Kumite Herren -75kg
BRONZE	Jasmin Bleul, Kata Einzel Damen
5.PLATZ	Silvia Sperner, Kumite Damen -61kg
5.PLATZ	Mehmet Bolat, Kumite Herren -84kg
7.PLATZ	Maria Weiß, Kumite Damen -68kg

Menschen mit Behinderungen:

GOLD	Helga Balkie, Kata Einzel (Menschen mit Sehbehinderung)
GOLD	Marvin Nöltge, Kata Einzel (Menschen mit Lernbehinderungen)
SILBER	Michael Lesic, Kata Einzel (Menschen mit Lernbehinderungen)
BRONZE	Sven Baum, Kata Einzel (Menschen im Rollstuhl)
4.PLATZ	Nina Fell (Menschen mit Lernbehinderungen)
5.PLATZ	Andrea Nowak (Menschen mit Lernbehinderungen)
5.PLATZ	Albert Singer (Menschen mit Lernbehinderungen)

Die Thüringer Starter haben im WM- Team ihr Bestes gegeben! Wir Gratulieren zu den großartigen Leistungen!

Ein Großer Dank gilt natürlich dem Trainerteam, aber auch den tollen Zuschauern die die Halle zum Beben gebracht haben.
Wir bedanken uns bei den zahlreichen Freiwilligen, die diese Meisterschaft am Laufen gehalten haben. Viele haben Urlaub genommen und bis zu 10 Tagen im Bremen verbracht. Sie haben unentgeltlich Überstunden geschoben, Verantwortung übernommen und die Initiative ergriffen, um diese WM zu einem einmaligen Erlebnis zu machen. Danke!

Rosa Liebold

Landesmeisterschaften der Thüringer Schulen und Kita's

Bad Frankenhausen. Kürzlich fanden die Landesmeisterschaften der Schulen und Kindestagesstätten Thüringens in der Sportart Karate, anlässlich der Verbandsjugendspiele des Thüringer Karate Verbandes, in Bad Frankenhausen, statt.
Als Veranstalter fungierte Vico Köhler, als Jugend- und Schulsportreferent im Thüringer Karate Verband, der Ausrichter in diesem Jahr war der Verein „Kyffhäuser Karate Dojo e. V." um Olaf Reichelt, welcher an diesem Tage über 250 Mädchen und Jungen aus 57 Schulen und Kitas Thüringen*s begrüßen konnte.*

Mit über 420 gemeldeten Starts ging es Punkt 09:00 Uhr los. Unter den zahlreichen Zuschauern, waren auch einige eingeladene LeiterInnen von Kindertagesstätten und Schulen anwesend. Bevor der Bürgermeister der Stadt Bad Frankenhausen, Matthias Strejc, der Präsident des Thüringer Karate Verbandes, Falk Neumann, sowie Präsident des KSB Kyffhäuserkreis, Dr. Andreas Räuber, die Meisterschaft eröffneten, wurden zwei Ehrenamtliche des Kyffhäuser Karate Dojo von Marcus Pröhl, dem stellvertretenden Jugendvorsitzenden der Thüringer Karatejugend, für ihre jahrelange engagierte Arbeit mit der Ehrennadel der Thüringer Karatejugend ausgezeichnet. Die Ehrung erhielten Mandy Wangemann und Jens Schreiber, die sich als Mitglied des Vereins besonders in ihrer Freizeit seit über mehreren Jahren für den Karatesport engagieren.

Durch eine hervorragende Organisation und durch viele ehrenamtliche Helfer konnten die Verbandsjugendspiele des Thüringer Karate Verbandes erfolgreich durchgeführt werden. Manche Schul- und KindergartenleiterInnen erlebten eine Sportsveranstaltung in dieser Größenordnung mit disziplinierten Kindern und Jugendlichen bisher noch nie.
Nach Abrechnung der Schulen belegten diese die nachfolgenden Plätze:

Schule	Platzierung
Danz-Schule-Schmalkalden	Platz 1
Grundschule Königsee-Rottenbach	Platz 2
Regelschule Breitungen	Platz 3
Gymnasium Bad Lobenstein	Rang 4
Grundschule Fambach	Rang 5
Grundschule Wernshausen	Rang 6
Gymnasium Neudietendorf	Rang 6
Kyffhäuser-Gymnasium Bad Frankenhausen	Rang 7
Freie Grundschule Milda	Rang 7
Grundschule Heldrungen	Rang 8
Veit-Ludwig-von-S.-Gymnasium Meuselwitz	Rang 9
Gymnasium Schmalkalden	Rang 9
Grundschule Gefell	Rang 10
Grundschule Bad Frankenhausen	Rang 11
Westschule Jena	Rang 12
Gymnasium Greiz	Rang 12
Gymnasium Schleiz	Rang 12
Grundschule Rottleben	Rang 12
Christliches Spalatingymnasium Altenburg	Rang 13
Regelschule Bad Frankenhausen	Rang 13
Gemeinschaftsschule Altenburg	Rang 14
Regelschule Triebes	Rang 14
Abbe-Gymnasium Jena	Rang 14
Rautalschule Jena	Rang 15
Regelschule Bad Blankenburg	Rang 15

Vico Köhler

Landesmeisterschaften der Kinder 2014 in Meuselwitz

Am 22.11.2014 fand in Meuselwitzt die Landesmeisterschaft der Kinder A und B statt.
Insgesammt waren 160 Kinder am Start, die 290 Begegnungen austrugen.
Erfolgreichster Verein wurde Bushido Waltershausen, Platz 2 USV Erfurt und Platz 3 der Gesamtwertung belegt Nippon Gotha.

Kata Einzel männl. B 1

1.Kevin Andree	Kyffhäuser Dojo
2.William M. Dahm	Musashi Weimar
3.Lennox Pursch	Sakura Meuselwitz
3.Osman Mehmedovic	Karate Kwai Sondersh.

Kata Einzel weibl. B 1

1.Geraldine Mallee	Musashi Weimar
2.Esra Sel	USV Erfurt
3.Mathilda Nestler	Chikara Erfurt
3.Lenja Nitschke	Banzai Hirschberg E.T.

Kata Einzel männl. B 2

1.Manuel Schettler	Karate Kwai Sondersh.
2.Kolya Quednau	USV Erfurt
3.Georg Daleck	USV Erfurt
3.Timo Hennig	USV Erfurt

Kata Einzel weibl. B 2

1.Käthe Kuhnert	USV Erfurt
2.Jacky Martin	USV Erfurt
3.Miriam Hainke	Asahi Dojo Königsee
3. ./.	

Kata Team B

1.USV Erfurt 2
2.USV Erfurt 1
3.Kyffhäuser Dojo
3.KC Schmalkalden

Kumite weibl. B 1

1.Sarah Staufenberg	Bushido Waltershausen
2.Sara Zoe Werner	Tao Te Weimarer Land
3.Liliana Reising	Bushido Waltershausen
3.Geraldine Mallee	Musashi Weimar

Kumite männl. B 1

1.David Plörer	Nippon Gotha
2.Leo Bäumer	Tao Te Weimarer Land
3.Filip Zimmermann	Bushido Waltershausen
3.William M. Dahm	Musashi Weimar

Kumite weibl. B 2

1.Julia Jakowlew	Bushido Waltershausen
2.Fiona Matthie	Bushido Waltershausen
3.Denise Hutmann	Musashi Weimar
3.Melissa Reis	Nippon Gotha

Kumite männl. B 2

1.Felix Gottwald	Chikara Erfurt
2.Florian Obitz	Nippon Gotha
3.Eric Klein	Nippon Gotha
3.Gregor Wagner	Bushido Waltershausen

Kumite Team B weibl.

1.Bushido Waltershausen 1
2.Musashi Weimar 1
3.Kenbudo Heiligenstadt
3.Nippon Gotha 8

Kumite Team B männl

1.Nippon Gotha 3
2.Chikara Erfurt 6
3.Musashi Weimar 2
4.Nippon Gotha 4

Kata weibl. A 1

1.Janika Nitschke	Banzai Hirschberg E.T.
2.Selma Sel	USV Erfurt
3.Fabiola Döhler	USV Erfurt
3.Emma Kozazyk	USV Erfurt

Kata männl. A 1

1.Paul Georg Burger	Banzai Hirschberg E.T.
2.Adrian Wicke	KC Schmalkalden
3.Marvin Werner	Kyffhäuser Dojo
3.Fynn Quentin Ritter	KDK Nordhausen

Kata weibl. A 2

1.Frauke Kuhnert	USV Erfurt
2.Zoe Scholz	USV Erfurt
3.Mia Bitsch	Bushido Waltershausen
3.Lisa Fundheller	Chikara Erfurt

Kata männl. A 2

1.Leon Schneider	KDK Nordhausen
2.Marek Mohr	Banzai Hirschberg E.T.
3.Friedrich Urbich	Chikara Erfurt
3.Max Vogel	KC Schmalkalden

Kata Team A

1.USV Erfurt 3
2.USV Erfurt 4
3.Banzai Hirschberg E.T. 2
3.Chikara Erfurt 3

Kumite weibl. A 1

1.Sidney-Michelle Ott	Musashi Weimar
2.Anouk Zeidler	Chikara Erfurt
3.Luisa Geis	Nippon Gotha
3.Julia Dillinger	Kyffhäuser Dojo

Kumite männl. A 1

1.Collin Schulz	Nippon Gotha
2.Tu Xuan	Nippon Gotha
3.Nick Hengstwerth	Chikara Erfurt
3.Paul Georg Burger	Banzai Hirschberg E.T.

Kumite weibl. A 2

1.Mia Bitsch	Bushido Waltershausen
2.Denise Schmitz	Chikara Erfurt
3.Hannah Riedel	Chikara Erfurt
3.Renée Stein	Bushido Waltershausen

Kumite männl. A 2

1.Marlin Suck	SSK Jena
2.Alexander Löbel	Bushido Waltershausen
3.Phillip Beil	Chikara Erfurt
3.Friedrich Urbich	Chikara Erfurt

Kumite Team A weibl.

1.Chikara Erfurt 13
2.Musashi Weimar 3
3.Bushido Waltershausen 7
3.Kenbudo Heiligenstadt 1

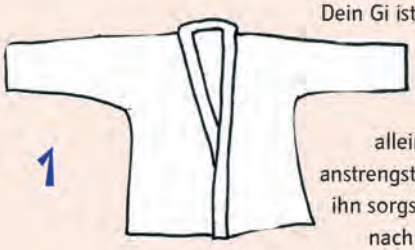
Kumite Team A männl.

1.Bushido Waltershausen 4
2.Chikara Erfurt 10
3.Chikara Erfurt 7
3.Nippon Gotha 1

KIDS KARATE-WORLD

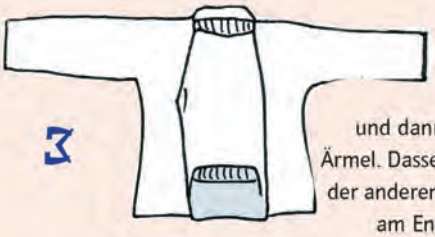
Buchauszüge mit freundlicher Genehmigung des Samurai-Verlag (www.samurai-verlag.de)

Karate Gi Falten

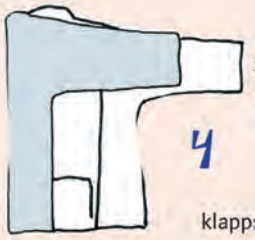


Dein Gi ist etwas Besonderes, er begleitet Dich zu jedem Training und weiß ganz allein, wie sehr Du Dich anstrengst. Deshalb musst Du ihn sorgsam behandeln und nach dem Training auch ordentlich zusammenlegen.

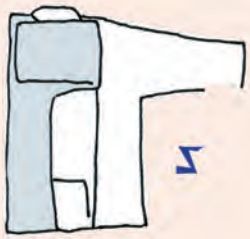
Zunächst legst Du Dein Oberteil auf einen sauberen Untergrund wie auf Bild 1. Dann die Hose schon halb gefaltet darüber. Der Hosenbund schließt mit dem Kragen ab. Die unten überstehende Hose schlägst Du nach innen um.



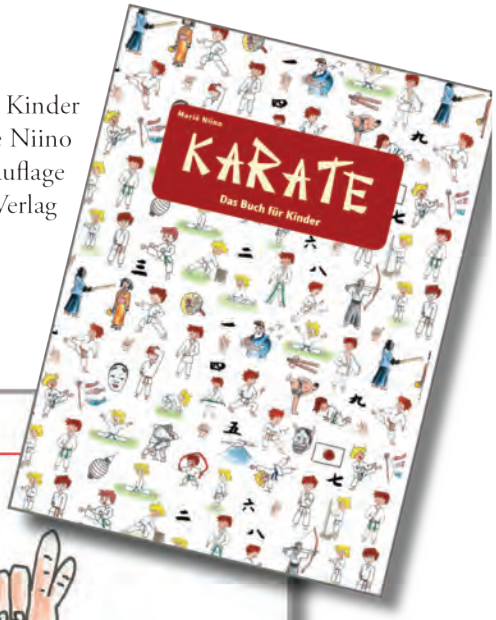
Nun faltest Du die rechte Oberteilseite nach innen und dann halbierst Du den Ärmel. Dasselbe machst Du mit der anderen Seite und erhältst am Ende ein ordentliches Rechteck.

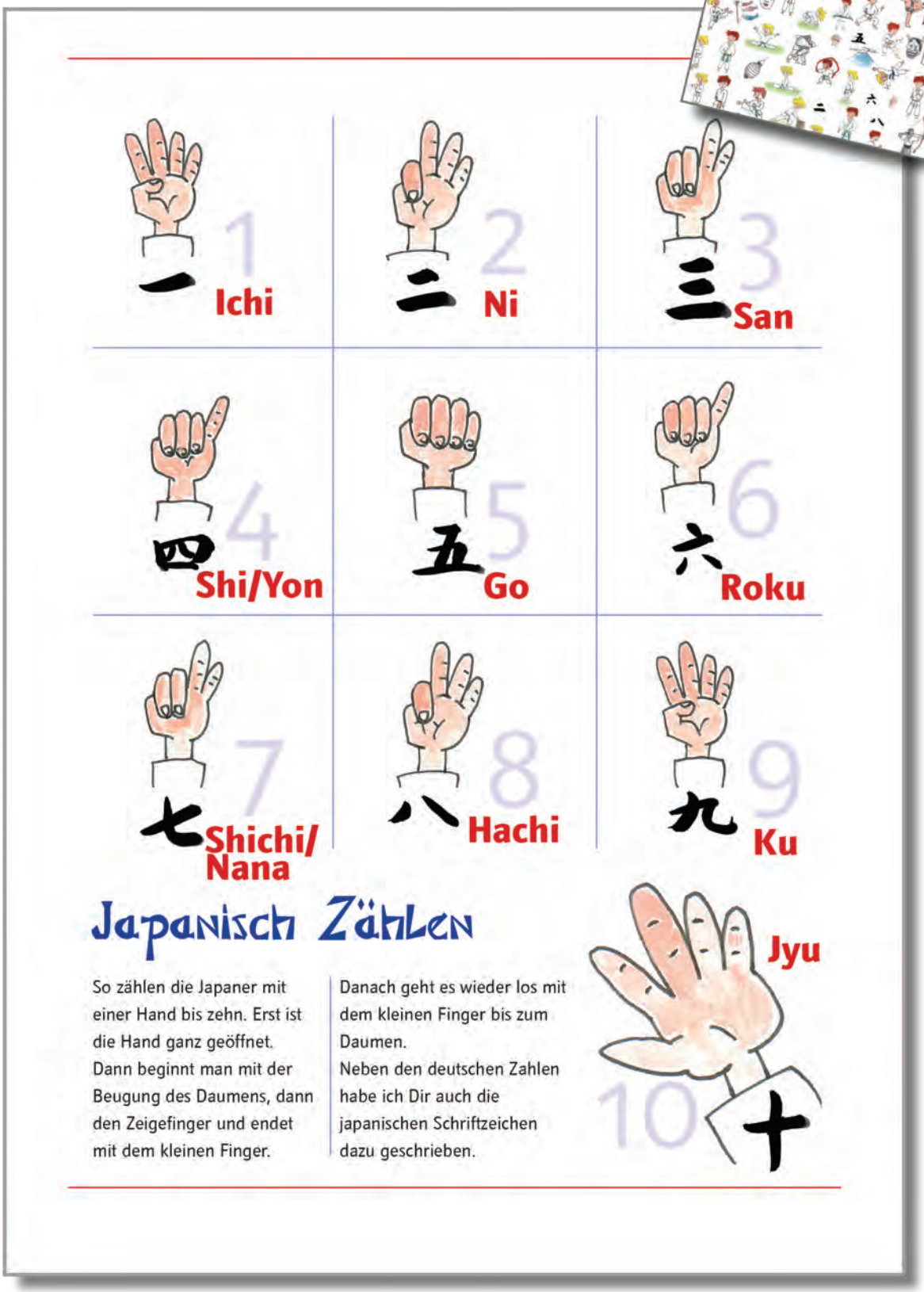


Du schlägst jetzt das obere Teil so nach unten ein und das untere nach oben, dass in der Mitte ungefähr ein Spalt von 5 cm bleibt. In diesen Spalt legst Du Deinen gefalteten Gürtel und klappst alles noch einmal zusammen.



KARATE - Das Buch für Kinder
Autor: Marié Niino
3. Auflage
Samurai-Verlag





Japanisch Zählen

So zählen die Japaner mit einer Hand bis zehn. Erst ist die Hand ganz geöffnet. Dann beginnt man mit der Beugung des Daumens, dann den Zeigefinger und endet mit dem kleinen Finger.

Danach geht es wieder los mit dem kleinen Finger bis zum Daumen.
Neben den deutschen Zahlen habe ich Dir auch die japanischen Schriftzeichen dazu geschrieben.

Sportwissenschaftliches aus Theorie & Praxis

Abbremsen – Belastung für den Körper

Vergleicht man Wettkämpfe der vergangenen Jahre miteinander, so wird man feststellen, dass Explosivität und Geschwindigkeit der Techniken ein immer wichtigeres Wertungskriterium darstellen. Durch gezieltes Training ist es den Athleten gelungen sehr schnelle und gleichzeitig lange Schläge und Tritte auszuführen. Das Paradebeispiel war die diesjährige Weltmeisterschaft. Es war beeindruckend zu sehen, mit welcher Dynamik die Kämpfer sowohl im Kata als auch im Kumite ihre Techniken ausführten.

Es ist anzunehmen, dass die Schlag- und Trittgeschwindigkeiten, auf Grund des immer besseren allgemeinen Verständnisses von biomechanischen Wirkungsketten und der Umsetzung neuer Trainingswissenschaftlicher Erkenntnisse, weiter zunehmen werden.

Bei all dem Streben nach schnelleren Techniken, muss jedoch bedacht werden, dass im Wettkampfsport jede Technik auch wieder aus eigener Kraft abgestoppt werden muss. Beim Abbremsen - der negativen Beschleunigung - von Techniken wirken extrem hohe Kräfte auf den Körper. Die Faust erreicht bei etwa 80% Armstreckung ihre höchste Geschwindigkeit (Pfeifer, 2006; eigene Messungen). Bei einem Kämpfer mit einer Armlänge von 52cm heißt das, die Faust kann über 52cm auf eine Geschwindigkeit von bis zu 12m/s beschleunigt werden. Allerdings muss die Technik auf den verbleibenden 20% bis zur vollständigen Armstreckung wieder auf 0m/s abgebremst werden um Verletzungen zu vermeiden. Bei dem Beispielkämpfer sind das lediglich 13cm.

Nehmen wir an, der Beispielkämpfer hat eine Körpermasse von 75kg. Laut Willimczik (1998) entfallen von dieser Gesamtmasse 1% auf die Hand, 2% auf den Unterarm und 3% auf den Oberarm. Da bei den meisten Athleten beim Tsuki die Hand keine gesonderte Beschleunigung um das Handgelenk erfährt, sondern die letzte beschleunigende Instanz die ellenbogenüberspannende Muskulatur ist und Faust und Unterarm sich annähernd auf einer Geraden bewegen (Bild 1), können für Unterarm und Faust die gleichen Geschwindigkeiten angenommen werden. Die Betrachtung für den Oberarm hingegen ist etwas schwieriger. Die Masse des Oberarmes wird als Punktmasse im Massenschwerpunkt (ca. Mitte Oberarm) angenommen. Der Massenschwerpunkt rotiert mit einem Radius von 0,16m um die Drehachse im Schultergelenk (Bild 1). Es wirkt eine Zentrifugalkraft. Um die Schlagbewegung abzubremsen muss den Trägheitskräften der Teilmassen entgegengewirkt werden. Die Ellenbogenumspannende Muskulatur sowie der Kapselbandapparat des Gelenkes müssen bei Spitzenathleten eine Gegenkraft von 810N aufbringen um die Streckbewegung zu stoppen und das Gelenk vor Verletzungen zu schützen. Die Muskulatur rund um das Schultergelenk muss zusätzlich noch der wirkenden Trägheit vom Oberarm entgegen wirken. Summa summarum muss die Schultermuskulatur eine Kraft von 958N (entspricht ca. 97,7kg) erzeugen um das Schultergelenk vor einer Luxation (Auskugeln) zu schützen (Bild2).

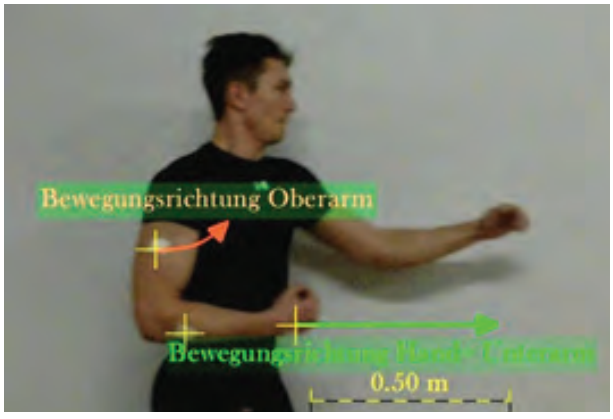


Abbildung 1: Bewegungsrichtungen

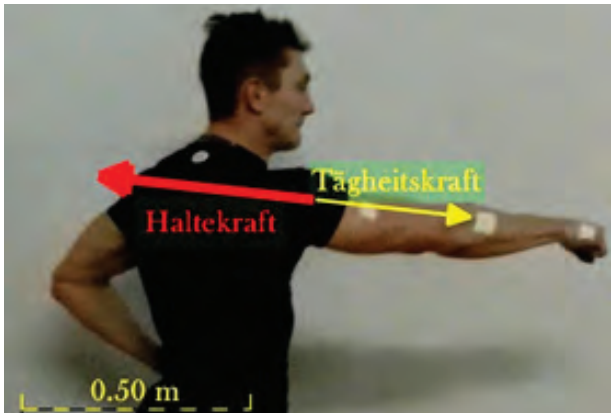


Abbildung 2: Kräfteverhältnis

In Anbetracht dieser extrem hohen Kraftwerte sollte im Training darauf geachtet werden, dass die Muskulatur zum Abbremsen einer jeweiligen Technik in ausreichendem Maße mittrainiert werden. Denn jeder schnell ausgeführte Schlag oder Tritt stellt für die Haltemuskulatur eine Maximalkraftbelastung dar. Ins Besondere die Rücken- und Schultermuskulatur muss optimal austrainiert sein um Fehlhaltung und frühzeitigen (unnötigen) Verschleiß vorzubeugen.

Andre Beck

bewegungsanalysen beck

Wir stellen uns vor

Der „Asahi Dojo e.V. Königsee“ stellt sich vor

Unser Karatesportverein ging aus dem Oberweißbacher Karateverein hervor, der seinerseits als zweiter Karateverein in Thüringen nach der politischen Wende 1990 gegründet wurde.
Im Jahr 2001 erfolgte eine Reorganisation und Umbenennung zum heutigen Asahi Dojo e.V. mit Sitz in Königsee. Der Verein setzt sich aus drei Abteilungen, aktiv in Königsee, Neuhaus am Rennweg und Bad Blankenburg, zusammen.
Hier trainieren aktuell ca. 150 Mitglieder aller Altersklassen Karate. Angeboten werden alle Facetten der Stilrichtung Shotokan. Zwar hat die Förderung ausgewählter Talente schon einige Trophäen nach Königsee gebracht, außerdem stellen wir einen Bundeskampfrichter, doch der Großteil der Mitglieder betreibt Karate als Breitensport. Ihnen geht es um die Ausbildung und Erhaltung ihrer körperlichen und geistigen Fitness sowie um Karate als Mittel zur Charakterbildung. Auch der Nachwuchs als tragende Säule eines jeden Vereins kommt natürlich nicht zu kurz. Die Kids werden spielerisch an den Sport herangeführt und meist die gesamte Familie schnell in das Vereinsleben integriert. Insgesamt herrscht ein gesundes familiäres Miteinander.
Regelmäßig werden auch Trainer von außerhalb eingeladen, um konstant neue Ideen in das Training mit einzubringen. Zum wiederholten Male wurden zusätzlich auch Tageslehrgänge für Nichtmitglieder angeboten. In diesen Speziallehrgängen können z.B. interessierte Frauen und Kinder erlernen, sich gegen sexueller Übergriffe zu wehren und solchen vorzubeugen.
Unser Vereinsleben beschränkt sich allerdings nicht nur auf die reine Trainingsdurchführung. Es finden viele darüber hinausgehende Aktivitäten statt. Hierzu gehören z.B. unser jährliches Sommercamp am Hohenwartestausee, Teambildungsmaßnahmen in Form gemeinsamer Lehrgangsbesuche oder Kletterausflüge für unsere Trainer, Weihnachtsfeiern u. ä. .

Selbstverständlich gehört zu einem funktionierenden Verein eine maßvolle Öffentlichkeitsarbeit. So waren wir des Öfteren bei Vorführungen auf Dorf- und Stadtfesten vertreten, aber auch zur Sportlergala des Landkreises Saalfeld-Rudolstadt haben wir nicht gefehlt. Gelegentliche Presseartikel zur Vereinsarbeit und errungenen Erfolgen erregen und erhalten die Aufmerksamkeit für Karate in der Bevölkerung. Ein weiteres Highlight unserer Vereinsgeschichte war 2003 die Ausrichtung der Thüringer Kindermeisterschaften in Königsee. Seit 2007 veranstalten wir jährlich den Asahi-Cup für Nachwuchskarateka. Dieser wurde in der Vergangenheit regelmäßig für seinen strukturierten Ablauf gelobt. Auch in der Auswahl der Pokale zeigen unsere Organisatoren immer wieder ein geschicktes Händchen. Aufgrund der positiven Erfahrungen durften wir dann 2010 die Landesmeisterschaften der Schulen ausrichten.

Melanie Müller-Schwefel, Asahi Dojo e.V. Königsee

Der „Bushido Ilmenau e.v." stellt sich vor

Gegründet wurde unser Verein 1997 unter dem Namen „Verein SC Budokan Ilmenau". Die Gründung erfolgte als „Kampfsportschule Bushido Ilmenau" unter der Leitung von Stefan Kunnert und Torsten Wolf mit den Sportarten Karate, Ki Tai Jutsu und Kickboxen.

Im Jahr 1999 wurde durch die Mitglieder für den Verein der neue und heute noch bestehende Name Bushido Ilmenau e. V. gewählt. „Bushido" ist japanisch und heißt übersetzt „Weg des Ritters".

Im Jahr 2010 spalteten sich die Sparten Ki Tai Jutsu und Kickboxen ab. Dies bedeutete zugleich eine starke Abnahme der Mitgliederzahl – auf weit unter 100.

Im Dezember 2011 wurde ein komplett neuer Vorstand von der Mitgliederversammlung gewählt. Dieser besteht seit 2011 aus fünf Vorstandsmitgliedern; der Vereinsvorsitzenden Gabi Mager, dem Stellvertreter Dirk Ullrich, dem Kassenwart Michael Klöppel (ab 2013 Dörthe Moll), dem Jugendwart Kati Seidel und dem Schriftführer Katrin Rose.

Seit 2011 gestaltet sich der Verein um zum „Sportcentrum Bushido Ilmenau" mit Angeboten aus dem Gesundheitssport: Karate, Karate-Aerobic, Taijiquan (Tai Chi), Pump (Kraftsport) und Selbstverteidigung.

Im Mittelpunkt der Vereinstätigkeit stehen die Kinder (ab ca. 5 Jahre) und die Jugendlichen (bis 18 Jahre). Diese haben einen Anteil von ca. 60 % an der Gesamtmitgliederzahl. Unser Verein hatte 2011 ca. 100 Mitglieder (davon 58 Kinder und Jugendliche). Mit Stichtag Januar 2014 sind ca. 156 Mitglieder (davon 89 Kinder und Jugendliche) im Verein.

Der Schwerpunkt der Vereinstätigkeit liegt im Gesundheitssport Karate verbunden mit wichtigen gesellschaftlichen Werten wie Respekt und Achtung, Selbstbewusstsein, sowie Spaß und Anerkennung in der Gemeinschaft.

In den Jahren 2011 und 2012 stand zur Absicherung eines interessanten, abwechslungsreichen und niveauvollen Trainings die Gewinnung, sowie die Aus- und Weiterbildung von Übungsleitern an erster Stelle. Der Verein hatte zunächst nur noch einen lizenzierten Übungsleiter. Heute sind 4 Übungsleiter mit C-Lizenz (Breitensport – Kinder und Jugendliche), und eine pensionierte Sportlehrerin im Verein tätig. Drei Karate-Übungsleiter haben zudem die Ausbildung für das Sound-Karate des DKV erfolgreich absolviert. 2013 konnten weitere drei junge Karatekas den Übungsleitergrundkurs erfolgreich ablegen. Sie werden als Übungsleiterassistenten eingesetzt.

Der Verein ist ein Breitensportverein. Einzelne Karatekas beteiligen sich aber auch am Wettkampfbetrieb.

Antje Mager wurde 2011 zweifache Vize-Deutsche Meisterin im Kumite Einzel und Mannschaft. Sie gehört seit mehreren Jahren dem Landeskader Thüringen im Kumite (Freikampf) an und war 2012 im Bundeskader des DKV (Deutschen Karate Verbandes). Seit 2014 nehmen 4 Sportlerinnen und Sportler des Vereins am Landeskadertraining Kumite in Waltershausen beim Bundesjugendtrainer Klaus Bitsch teil.

Der Bushido Ilmenau e. V. bietet den jungen Karatekas vom Anfänger bis zur Mittelstufe die Möglichkeit, sich im sportlichen Wettkampf zu messen. Dazu wurde im Jahr 2013 die Tradition des vereinsinternen Wettkampfs durch die Ausrichtung des Drachen-Cups begründet.

Die Karatekas unseres Vereins im Alter von 5 bis über 60 Jahre nehmen regelmäßig an den Lehrgängen insbesondere in Waltershausen teil. Aber auch den TKV-Tag in Erfurt und andere Lehrgänge, wie z. B. mit Efthimios Karamitsos in Coburg nutzen wir für den Karate-Do. Weitere Vereinsangebote sind die Ausgestaltung eines jährlichen Sommer-Camps (meist als Zeltwochenende) oder die Durchführung von Karatelehrgängen (z. B. in Zusammenarbeit mit dem Uni-Sportverein Ilmenau ein Lehrgang mit Bernd Hartlieb (6. Dan) aus Berlin).

Das 7. Sommer-Camp in Manebach stand unter dem Motto „Kinder stark machen" mit Unterstützung der BZgA.

Auch verschiedene öffentliche Veranstaltungen, wie z. B. den Kinder- und Jugendtag in Ilmenau, das Stadtfest in Ilmenau 2013, den Frauen- und Mädchensporttag des KSB Ilm-Kreis und das Sportfest der Kindertagesstätten in Ilmenau der Sportjugend des Ilm-Kreises haben wir mit Auftritten, Stationen oder Helfern gestaltet und unterstützt.

Vereinsintern gab und gibt es durch unseren Jugendwart Kati Seidel viele Aktivitäten außerhalb des eigentlichen Trainingsbetriebes. Dazu zählen ein Mal- und ein Foto-Wettbewerb, sowie verschiedene Bastelwettbewerbe (Drachen, Ostereier und jüngst Osterhasen).

Unser Slogan: „Bushido Ilmenau e. V. …. was sonst"

Gabi Marger, Bushido Ilmenau e.V.

Aktuelles aus den Vereinen

Workshop „Multimedia-Sound-Karate“ in Niederzimmern

Im Rahmen einer geplanten Projektwoche zum Thema „Vielfalt erleben-Wartenbergschule-Kunst-Kultur und Bewegung“ vom 11.06.2014 bis zum 13.06.2014 in der Wartenbergschule, sollten sich Schüler für einen Workshop (Töpfern, Schnitzen, Graffiti, Wing Tsung, Capoeira oder anderes) entscheiden. Der Schulförderverein lud dazu unter anderem auch den Chikara Club Erfurt e.V. mit seinem seit Jahren erfolgreich bestehenden Trainingskonzept im Multimedia-Sound-Karate ein. Durch die Organisatoren dieses Events war ebenso geplant, dass eine ausgesuchte Zielgruppe von Schülern sich nicht nur künstlerisch und auf kreativer Ebene betätigen sollte, sondern, dass die jeweils Interessierten auch Willenskraft, einen gewissen Ehrgeiz und Durchhaltevermögen zeigen. Nach den drei Tagen konnte festgestellt werden, dass die Gruppe der Interessierten für das Sound-Karate, die stärkste Gruppe zum Abschluss des Schulprojektes war.

Alle 14 Schüler blieben bis zum Schluss der drei Trainingstage und äußerten weiteres Interesse für den Karatesport. Rund um waren sie begeistert von dem, was sie hauptsächlich über das Sound-Karate und für sich persönlich erfahren haben. Selbst einige Lehrer schauten manchmal leise und gespannt in den Unterrichtsraum. Zu Beginn des Workshops wurde den Schülern in zwei Theorie-Stunden etwas geschichtliches über das Karate erzählt. Ebenso woher das Sound-Karate stammt und warum sich italienische Professoren und Karatekas zusammensetzten, um ein gemeinsames Konzept für Kinder im Alter von 4 bis 13 Jahre zu finden. Da am ersten Tag des Workshops das Wetter durch Regen und Gewitter ein Training außerhalb des Klassenraumes verhinderte, musste schnellst möglich umgeplant und organisiert werden. Somit lernten die Schüler schon im Klassenraum einige und vielfältige Übungen kennen, zum Beispiel mit einer Koordinationsleiter und die ersten Übungen zu den Viererblöcken aus dem Sound-Karate. Ihnen wurde erläutert wieso diese Art des Trainings für Grob- und Feinmotorik sehr wichtig ist, auch die Lehrer lauschten interessiert. Ebenso lernten sie die ersten Bewegungsabläufe einer Kata. In den zwei Folgetagen konnte das Training auf dem angrenzenden Sportplatz der Schule fortgesetzt werden. Unter anderem wurde auch trainiert auf Handpratzen zu schlagen, zu treten oder diesen durch körperliche Bewegung auszuweichen. Als es dann aber hieß, dass sie eine Vorführung vor der gesamten Schule und den anderen Workshops abhalten sollten, war erstmal Stopp in allen persönlichen und auch geforderten Belangen.
Plötzlich machten sie für einen den Eindruck, dass Selbstständigkeit und Selbstbewusstheit nicht ihr Ding zu scheinen sei. Doch gemeinsam ging es dann am Ende doch zur Sache. Alle Schüler zeigten eine hervorragende Leistung zu dem, was sie in den drei Tagen gelernt hatten. Ihr persönliches Engagement wurde mit viel Beifall auch von den anderen Workshops und der gesamten Schulleitung belohnt. Den Schülern viel sprichwörtlich ein Stein vom Herzen, als die anderen Teilnehmer verkündeten: „Oh, dass möchte ich auch können!“ .
An dieser Stelle möchte ich mich als Durchführender des Workshop Sound-Karate nochmals und wie immer, in erster Linie bei den Schülern, bei den Organisatoren und der gesamten Schulleitung bedanken.

Klaus Peter Pieles, Chikara Club Erfurt e.V.

Ilmenauer Karatekas vom Bushido und der TU Ilmenau gemeinsam auf dem Karate-Do

DKV-Karatelehrer Bernd Hartlieb (6. Dan) gibt seine Erfahrung aus 47 Jahren Karate weiter
Der Berliner Karatelehrer Bernd Hartlieb (6. Dan) begab sich am vergangenen Wochenende, anlässlich des 60-jährigen Bestehens des Sportvereins der TU Ilmenau, auf Einladung von Stefan Schramm, von der Abteilung Karate, gemeinsam mit ca. 25 Karatekas der TU Ilmenau und vom Bushido Ilmenau auf den Karate-Do (Weg der leeren Hand).
Die ersten beiden Trainingseinheiten fanden am Freitagabend, den 09. Mai 2014 im Bushido Ilmenau in der Weimarer Straße 28 statt.

Zuerst vermittelte Bernd Hartlieb Grundschultechniken wie zum Beispiel Gedan Barrai, Oi Zuki, Age Uke und Shuto Uke auf immer neue Art, in neuen Kombinationen. Besonderen Wert legte er auf den Hüfteinsatz im Karate bei den einzelnen Techniken, sowie auf die schnelle Ausführung einzelner Techniken.

In der zweiten Einheit erarbeitete er mit den Karatekas die Heian Nidan. Dabei bot er vielfältige Trainingsmöglichkeiten an und erläuterte mögliche Anwendungen dazu (Bunkai). Bernd Hartlieb forderte die Teilnehmer auf, sich auch selbst Anwendungen für die einzelnen Techniken zu erarbeiten.

Weitere vier Lehrgangseinheiten fanden am Samstag, den 10. Mai 2014, in der Zeit von 10:00 bis 17:00 Uhr im Budoraum der Turnhalle der TU Ilmenau auf dem Campusgelände statt. Im Mittelpunkt standen nochmals Grundschultechniken, die Katas Heian Nidan und Bassai Dai, sowie ein ausgiebiges Pratzen-Training (Schläge bzw. Tritte auf ein Schlagpolster). In der Abschlusseinheit brachte Bernd Hartlieb alle Teilnehmer nochmal richtig zum Schwitzen. Er vermittelte grundlegende Techniken für die Beinarbeit im Kumite (Freikampf) und Grundlagen für das Üben von Aktion, Reaktion und Antizipation (Vorwegnahme der geplanten Aktion des Partners) im Kumite. Am Ende waren sich alle Teilnehmer einig: „Das war ein kurzweiliges- und abwechslungsreiches Training!“

Gabi Mager, Bushido Ilmenau e.V.

Ein durchaus gelungenes Schulfest 2014 in Vieselbach

Während die Wettkämpfer des Chikara Club Erfurt um die vordersten Plätze bei der Deutschen Karatemeisterschaft am 28. und 29.06.2014 in Erfurt kämpften, nahmen weitere Vereinsmitglieder am 7. Schulfest der Staatlichen Grundschule in Vieselbach teil.
Bereits schon in der Vorbereitungsphase hatten die Teilnehmer und die die hauptsächlich in der Außenstelle Vieselbach trainieren, sehr viel Spaß. Ebenso zeigten alle ein hohes Interesse am bevorstehenden Gelingen für eine Vorführung. Auf Grund der vorangegangen Jahre, bei denen ausschließlich das Sound-Karate für Kinder im Vorschulalter und Schüler bis ca. 13 Jahre oder darüber hinaus im Vordergrund gestanden hatte, zeigte die gemachte Erfahrung, dass etwas neues her muss. Damit stand auch der Entschluss fest, nicht nur die hauptsächlichen Elemente des Sound-Karate wie Parcours, Viererblöcke oder das Kumite am Ball zu zeigen. Denn bei dem diesjährigen Schulfest und wie bei allen anderen zuvor auch, saßen nicht nur Kinder in der ersten Reihe, sondern schauten auch Jugendliche und Erwachsene zu. Und man muss auch enorme Unterschiede zwischen dem ländlichen und städtischen Interesse an sportlichen Aktivitäten machen. Es ist nicht nur schwer als eingefleischter Städter auf dem Lande Fuß zu fassen. Sondern es ist auch schwer, dass Interesse für eingeschlafenes wieder zu entwickeln.
Oft genug haben wir Trainer sicherlich schon die Äußerung gehört: “Ich habe auch mal Karate gemacht. Als ich dann aber aufs Dorf gezogen bin, gab es dort so etwas nicht und ich habe aufgehört“! Um das persönliche Interesse auch auf dem Lande und auch für alle dortigen Altersstufen noch mehr und wieder wirken zu lassen bzw. für Neulinge zu entwickeln, funktionierte das geplante Konzept der diesjährigen Vorführung.

Zumal auch Antenne Thüringen für das Schulfest geworben hatte und solche Äußerungen immer wieder zum Nachdenken und für den Karatesport animieren sollten.
Im Anschluss musste und konnten viele Fragen zu Trainingszeiten, weiteren Trainingsmöglichkeiten oder auch für andere sportliche oder für die Gesundheit betreffende Aktivitäten für Jung und Alt beantwortet werden. Außer den vier hauptsächlichen Säulen im Sound Karate führten die Kleinsten der Gruppe in spaßiger Form, eine dem Kindesalter gerechte Selbstverteidigungsform vor.
Die Zuschauer waren begeistert. Denn hier mimte ich als Trainer und Verantwortlicher für die Außenstelle Vieselbach mal den Bösewicht, gegen den sich ein 5 und 8 Jahre alter Junge, Phillipp und Hans und ein 8jähriges Mädchen Loreia, verteidigen mussten. Die Jugendlichen, wie Jasmin, Alexandra und Sasha, zeigten ein paar hervorragende und anspruchsvolle Elemente entsprechend ihres Alters und ihrer Graduierung. Und selbst nicht sonderlich gelungenen Varianten wurden dennoch mit einem wohltuenden Beifall belohnt. Da wie immer auch Erwachsene zuschauten, sollte auch ihr Interesse geweckt werden. Daher wurden bei dem diesjährigen Schulfest ebenso und mögliche Elemente der Waffenlosen Selbstverteidigung gezeigt. Aus eigentlich geplanten 20 Minuten wurden rasend schnell fasst 45 unbemerkte Minuten. Auch diese Form kam bei allen an. Umso mehr erfreute es mich danach, als die Schulleiterin persönlich auf mich zukam und meinte „Sie wissen aber schon, dass sie im nächsten Jahr wieder dabei sein müssen!“ Ein kurzer Blick zu allen Beteiligten zeigte schon jetzt die versprochene Teilnahme für 2015. Ein persönlicher Dank gilt allen Teilnehmern. Ihr wart super!

Klaus-Peter Pieles, Chikara Club Erfurt e.V.

Sommercamp im Karate Club Suhl e.V.

Einmal im Jahr treffen sich die Schüler des Karate Club Suhl und Karateschüler verschiedener Schulen aus Suhl und Umgebung, um gemeinsam zu trainieren, die Kunst des Karate zu praktizieren und in schweißtreibenden Trainingseinheiten ein Wochenende lang ihre Fertigkeiten zu verbessern. Auch vom 28. zum 29.06. war es wieder so weit. Das Lager wurde geleitet von Ronald Schmidt (5. Dan), Bernd Geisler (2. Dan) und Vitaly Krel (1. Dan). 70 kleine und große Karateka nahmen daran teil.

Das Training begann am Samstagvormittag mit einer Trainingseinheit der besonderen Art. Bernd Geisler ließ diesmal nicht nur die Jüngeren schwitzen, sondern auch deren Eltern. Diese waren einmal nicht nur Zuschauer, sondern sie mussten mit ihren Kindern verschiedene Karateübungen machen, was von den kleinen Karateka lautstark befürwortet wurde. So konnten auch die Eltern erfahren, wie schwer oder leicht das Erlernen des Karate ist. Das fand auch bei ihnen selbst viel Anklang. Ronald Schmidt zeigte dem Karatenachwuchs, was über 30 Jahre Karateerfahrung bedeuten. Er verstand es ausgezeichnet, den Angriff auf Nervenpunkte (Kempo Kyoshin Jitsu) zu erläutern und diese den etwas älteren Karateka näher zu bringen. Vitaly Krel veranschaulichte in seinem Training die Grundlagen des Karate und ließ die Karateka viele Facetten der Grundtechniken festigen und verbessern.

Am Nachmittag stellten sich dann die Schüler und Schülerinnen den Prüfungen zum nächst höheren Schülergrad. Unter den strengen Augen von Ronald und Bernd mussten sie ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen. Letztlich konnten sich alle Prüflinge über ihre nächste Graduierung freuen. Am Ende des ersten Tages gab es für die Karateschüler, -lehrer sowie einige Eltern einen gemütlichen Grillabend, der mit Filmen und Musik endete. Geplant war, die Nacht draußen in Zelten zu verbringen, doch aufgrund der schlechten Witterungsverhältnisse schlugen die Karatefreunde ihre Lager in der Sporthalle auf. Am darauffolgenden Tag ließen die Trainer das Sommercamp mit einem gemeinsamen Frühstück und einer abschließenden Soundkarateeinheit langsam ausklingen.
Wir hoffen, dass das Camp den Teilnehmern viel Spaß gemacht hat und ihnen einige neue Erkenntnisse über das Karate verschafft hat. Unser Dank gilt vor allem den freiwilligen Helfern, also den Eltern und einigen Schülern, die sich liebevoll um das leibliche Wohl aller Teilnehmer kümmerten und so dafür sorgten, dass neben dem Karate das Essen nicht zu kurz kam. Ebenfalls danken wir allen, die die Organisation vor und während des Sommercamps übernommen hatten.

Wir sehen uns wieder im nächsten Jahr.

Sarah Geisler, Karate Club Suhl e.V.

der KAMPFSPORT ausrüster
FIGHTERS-FEDERATION.com

Banzai on Tour- Karate Weltmeisterschaften 2014

Karateweltmeister hautnah erleben und mit dem Deutschen Nationalkader zusammen in einer Halle trainieren, wer möchte das nicht mal erleben, wenn man ein kampfkunstbegeisteter Karateka ist?
Karatekinder des Banzai-Karate E.T. Hirschberg/Saale e.V. hatten in den Tagen vom 31.10.2014 bis zum 09. November diese einmalige Gelegenheit, denn in Bremen standen die 22.Karateweltmeisterschaften auf dem Programm.
Dank der guten Unterstützung unserer Kooperationspartner Grundschule Gefell und Gymnasium Schleiz, die unsere Kämpfer vom Unterricht befreiten, konnten wir das Unternehmen Karate WM 2014 starten.

Zum ersten Mal in der Geschichte des Weltsports haben über 1000 Karateka aus aller Welt gemeinsam drei Tage bei 82 Deutschen Toptrainern bis zu 10 Stunden am Tag trainiert. Janika Nitschke, Nelly Reichel, Lucia Rietsch, Vanessa Themel, Paul-Georg Burger, Marek Mohr, Hannes Bahner und Joey Kowalke vom Banzai-Karate E.T. waren 8 dieser 1000 Teilnehmer bei diesen Lehrgang und nahmen in 3 Tagen an ca. 17 Trainingsstunden teil. Sie haben sehr viel dazugelernt, ob im Karate in der persönlichen Entwicklung oder in der Teamarbeit

Damit wurde auch erstmals bewiesen, dass das traditionelle Karate sehr wohl mit dem sogenannten "Sportkarate" eine Einheit bilden kann.

Alle Teilnehmer stellten sich auch der Prüfung zum nächsten Kyugrad und konnten diese bestehen. Die Übergabe der Obi (Gürtel) erfolgte am Freitag dem 7.11.2014 in der WM Halle, ein toller Moment für die Kid´s der auch von den ausländischen Fans sehr aufmerksam verfolgt wurde.

Natürlich wurde auch die Stadt erkundet. So begleiteten die Kinder unter anderem den Bremer Nachtwächter bei seinem Rundgang und haben so viel Wissenswertes über Bremen erfahren.

Am 05.11.2014 war es dann so weit, die 22. Karateweltmeisterschaft wurde mit den Vorkämpfen gestartet. Unsere Karate-Kid´s studierten sehr genau den Zeitplan um zu wissen, wann ihre Vorbilder auf der Tatami (Matte) sind.

Die Idole waren auch zum anfassen, so wurde kurzerhand das eigens für diese Tour angeschaffte WM-Sweetshirt zum Autogrammpulover umgewandelt und eifrig Unterschriften gesammelt.
Topathleten aus Deutschland, Japan oder Basilian und auch die Menschen mit Behinderung mussten sich für die Kleinen Zeit nehmen und unterschreiben.

Unsere Kid´s konnten sich ganz auf Training, zuschauen und Unterschriften sammeln konzentrieren, nicht zuletzt Dank der Helfer Heidi Schäfer und Denis Nitschke die sich im wahrsten Sinne des Wortes die Hacken wundgelaufen haben, um die Kid´s rundum zu versorgen.
Für alle steht fest, das war schon etwas ganz besonderes und wir waren dabei.

Danke an alle die für das Gelingen dieser Banzai on Tour... beigetragen haben.

André Jäkel, Banzai Hirschberg e.V.

Keiko

06.12.2014	Thüringen Cup 2014	Jena
13.12.2014	Weihnachtslehrgang mit V.Neblung und O.Reichelt	Bad Frankenhausen
20.12.2014	Lehrgang mit Harald Strauß	Schmalkaden
21.12.2014	Stiloffene Dan-Prüfung mit H.Strauß / G. Schlögl	Schmalkaden
09.01.-11.01.2015	Kari Lehrgang Teil I	Erfurt
10.01.2015	Karate Lehrgang mit K. Bitsch & W. Otto	Waltershausen
30.01.2015	Dan-Prüfung 1.-3. Dan (Stiloffen)	Jena
31.01.2015	TKV Tag 2015	Bad Tennstedt
21.02.2015	Mitteldeutsche Meisterschaft in Waltershausen	Waltershausen
28.02.-01.03.2015	Lizenzverlängerung Trainer C / B	Waltershausen
06.03.2015	Trainer B / Übungsleiter - Prävention "Haltung und Bewegung" Teil I	Meuselwitz
20.03.2015	Trainer B / Übungsleiter - Prävention "Haltung und Bewegung" Teil II	Meuselwitz
22.03.2015	Upgrade Budomotion	Meuselwitz
18.04-19.04.2015	Shotokan-Ryu Lehrgang mit L. Ratschke und O. Reichelt	Bad Frankenhausen
26.04.2015	Unstrut Pokal	Bad Tennstedt
14.05.2015	U21 Randori	Rimbach, Odenwald
22.05.2015	Karate Pfingst-Event	Waltershausen
30.05.2015	Thuringia Open 2015	Meuselwitz
04.07.2015	TM Schüler und Senioren	Sondershausen
29.08.2015	25 Jahre TKV	Bad Blankenburg
05.09.2015	3. Eichsfeld Open	Heilbad Heiligenstadt
12.09.2014	LM Schulen	Schleiz
17.09.2015	Lehrgang mit K.Bitsch und P. Friedensohn	Waltershausen
26.09-37.09.2015	Ausbildung B-Trainer Leistensport Teil I	Bad Blankenburg
03.10.2015	Wartburg Pokal	Waltershausen
10.10.-11.10.2015	Ausbildung B-Trainer Leistensport Teil II	Bad Blankenburg
17.10.-18.10.2015	Ausbildung B-Trainer Leistensport Teil III	Bad Blankenburg
24.10.2015	Asahi-Cup	Königsee
21.11.2015	TM Kinder / Jugend / Junioren	Meuselwitz
28.11-29.11.2015	Lizenzverlängerung Trainer C / B	Erfurt
05.12.2015	Thüringen-Cup	Jena
05.12.2015	Lehrgang mit K.Bitsch und N.Bitsch	Waltershausen

Der Thüringer Karate Verband e. V.

Präsident
Falk Neumann
Backhausstraße 29
99706 Sondershausen
Tel. 03632 703580
mobil: 0174 2893014
E-Mail: falk.neumann1@gmx.de

Kampfrichterreferent
Mitja Suck
Hinter Malzens Garten 14
07751 Milda
mobil: 0176 80155104

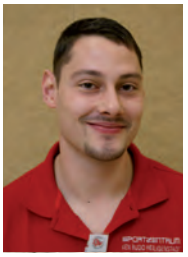
Landessportwart
Uwe Pforr
Stadtweg 24
99706 Sondershausen
mobil: 0162 4217995
E-Mail: pforzi@web.de

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 Pelny
Bergstraße 1
99734 Nordhausen
Tel.: 03631 604736
Fax: 03631 478683

Vizepräsident und
Landestrainer Kumite
Klaus Bitsch
Steinbachstraße 18
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@gmx.de

Frauenreferentin und
Landesnachwuchstrai-
nerin Kumite
Bianca Bitsch
Steinbachstraße 18
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753

Perspektivkader
Noah Bitsch
Steinbachstraße 18
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753

Pressereferentin
Rosa Liebold
Lassallestraße 53
99084 Erfurt
mobil: 0176 84712460
E-Mail: presse@karate-tkv.de

Pressekoordinator
Kai Bickel
Am Neuen Teich 23a
98574 Schmalkalden
mobil: 017647767235
E-Mail: pressekoordinator@karate-tkv.de

Webmaster
Thomas Budich
An der Weidigsmühle 13
07743 Jena
Tel.: 03641 628138
E-Mail: webmaster@karate-tkv.de

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

TKV Tag 31.01.2015

Veranstaltungsort : Zweifelderhalle

Bad Tennstedt/Am Schwimmbad/99955 Bad Tennstedt

Informationen : Geschäftsstelle des TKV/ Tel. 0361-5624192

Teilnehmerbeitrag : 10 € ***Beginn: 10.00 Uhr***

Zeiten	Halle 1	Halle 2	Versammlungen
10.00 – 11.00 Uhr	**Kumite** auch Kinder **Klaus Bitsch**	**Kata + Bunkai** ab 3. Kyu **Lothar Ratschke**	
11.30 – 12.30 Uhr	**Bianca Bitsch** **Athletik**	**Shotokan** Stilrichtungstraining **Frank Pelny**	**Landesjugendtag TKV** **Vico Köhler**
13.00 – 14.00 Uhr	**Selbstverteidigung** 5. Kyu - Dan ab 14 Jahre **Frank Sattler**	**Sound Karate** **Swen Sattler**	
14.30 – 15.30 Uhr	**Kata** bis 4. Kyu Kinder/Jugend/ Erwachsene **Andreas Kolleck**	**Kumite** **Noah Bitsch**	Stilrichtungs - und Prüferversammlung

Ab 16.00 Uhr Mitgliederversammlung

Gaststätte ***Zum Anker"/ Langensalzaer Str. 1/ 99955 Bad Tennstedt***