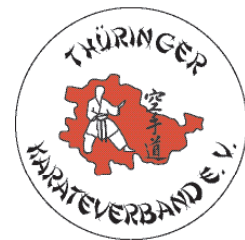




Karate-Do Thüringen



Zeitschrift des Thüringer Karate Verbandes e. V.

Ausgabe 1, 2015

25 Jahre Thüringer Karate
Verband e.V.

KARATE-DO

Information Thüringer Karateverband - Gemeinnütziger Verein im LSB Thüringen - I/1



Auch die Ki-
Tristan Gold-
ger Kata Kind
Weibers zur

KARATE-DO

Information Thüringer Karateverband - Gemeinnütziger Verein im LSB Thüringen - I/1, Jahrgang - Auflage 1000



Die Thüringer Mannschaft mit Betreuer v. F. H. I. Bensen, Ralf Walther, Vera Tröger, Jörn Son-
denhausen, Ralf Eysel, Kuntze - 58 kg, Denis Jedrejak, I. Karateverein Erfurt, Kata-Mann-
schaft, Kuntze - 70 kg, Christian Rode, v. 1990 Gera, Kuntze - 65 kg, Arndt Felt, I. Karateverein
- 70 kg, Sven Sattler, I. Karateverein Uthman, Kata Eysel, Kata -
- 70 kg, Sven Sattler, I. Karateverein Uthman, Kata Eysel, Kata -
- 70 kg, Sven Sattler, I. Karateverein Uthman, Kata Eysel, Kata -
- 70 kg, Sven Sattler, I. Karateverein Uthman, Kata Eysel, Kata -

KARATE-DO

Information Thüringer Karateverband e.V. - Gemeinnütziger Verein im LSB Thüringen - III/2, Jahrgang



DN
in

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道空手道空手道空手道
Einer, der sich über den Titel
„Landesmeister“ freuen kann
空手道空手道空手道空手道



Jahrgang 2 - Ausg

KARATE-DO THÜRINGEN

„Bei diesen Kindern brauchen
wir uns keine Nachwuchssorgen
in Thüringen zu machen.“



KARATE-DO THÜRINGEN

Die erste Deutsche Meisterin
Thüringens



Erster Deutscher Meister Thüringens



空手道空手道空手道空手道

空手道空手道空手道空手道

空手道一人格完成

空手道一血

空手道空手道

Information Thüringer Karate



Liebe Sportfreunde und Leser,

allseits hört man, wie schnell doch die Zeit vergeht. Die unvergessliche Karate WM in Bremen ist noch in aller Munde. Doch schon werfen die nächsten Ereignisse ihre Schatten voraus.

Das DKV Magazin erfährt einige Veränderungen, wozu u.a. die Einführung eines Heftes für Karate Kids zählt, die Auslagerung der Terminveröffentlichungen in den Online-Bereich und eine deutliche Kürzung der Länderseiten.

Auch im Gesundheitssport gibt es Neuerungen. Das Qualitätssiegel „Gesundheitssport Karate“ hat ab April seine Premiere. Die Dojos können sich dann von einer externen Institution aus dem Gesundheitssektor ihr Karateangebot als Gesundheitssport staatlich anerkannt zertifizieren lassen. Selbstverständlich sind hier einige Voraussetzungen und Kosten nötig.

Nach dem Siegel „Haltung und Bewegung“ hat Budomotion nun auch das Siegel „Herz und Kreislauf“ dazu bekommen. Nähere Informationen zu beiden Angeboten findet ihr im DKV Magazin 1/2015 und auf der Homepage des DKV.

Die Vorbereitungen für unser Jubiläum „25 Jahre TKV“ sind angelaufen. Nach der Versendung der Einladungen an die Vereine, hoffen wir auf schnelle Antwort und rege Teilnahme, da der TKV auch Terminvorgaben von der Landessportschule Bad Blankenburg hat. Wer noch Material zur Geschichte des TKV zur Verfügung stellen möchte, kann dies in der Geschäftsstelle des TKV oder direkt bei der Arbeitsgruppe (Olaf Reichelt, Andreas Kolleck, Kai Bickel) tun.

Mit sportlichen Grüßen
Falk Neumann

Inhaltsverzeichnis

• Grußwort des Präsidenten.....	Seite 2
• Europameisterschaften/ World Cup Lodz.....	Seite 3 - 5
• Aktuelles aus dem Verband.....	Seite 6 - 7
• Kids Karate World.....	Seite 8 - 9
• Sportwissenschaftliches aus Theorie und Praxis.....	Seite 10
• Wir stellen uns vor - Karate Do Zeulenroda.....	Seite 11
• Aktuelles „Aus den Vereinen“.....	Seite 12 - 17
• Keiko - Termine.....	Seite 18
• Kontakte zum Präsidium, Referenten & Landestrainer.....	Seite 19
• Impressionen 25 Jahre TKV.....	Seite 20

Ankündigung TKV-Magazin 2/2015

Euer Mitwirken ist gefragt!

Für das Jahr 2015 sind, wie schon im letzten Jahr angekündigt, drei Ausgaben der Verbandszeitschrift für unsere Mitgliedsvereine geplant.

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 eurem Verein zu berichten und der Pressestelle zukommen zu lassen.

Der Einsendeschluß für die zweite Ausgabe ist der **31.07.2015 !!!**

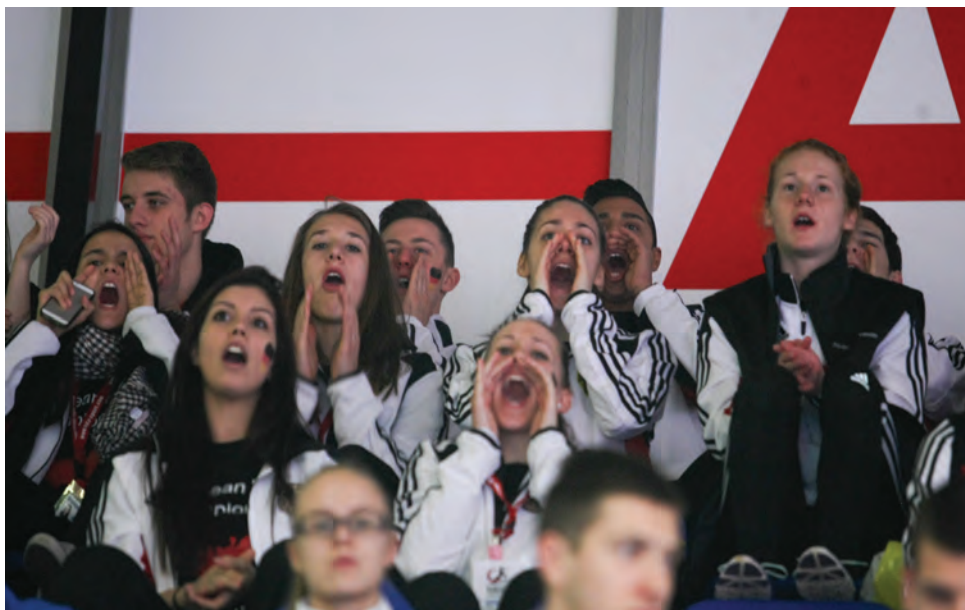
Über eine rege Beteiligung sowie Ideen und Kritiken zu unserer Verbandszeitschrift würde ich mich sehr freuen.

Jugend Europameisterschaft in Zürich

Thüringer Kata Team erkämpft Platz 5

Unsere Kumite Damen mit Sophia Theimer und Madeleine Schröter, sowie das Kata-Team bestehend aus Florian Thissenhusen, Nico Merkel und Moritz Heine haben Thüringen sehr gut bei den Europameisterschaften der Jugend, Junioren und U21 in Zürich vertreten.

Das Kata Team der Jugend konnte sich das Germany Team (Florian, Nico, Moritz) nach Siegen über Croatia sowie Mazedonien jeweils mit 5:0 und in der dritten Runde mit einer Niederlage gegen die Serben mit 1:4 in die Trostrunde begeben. Hier verloren sie leider gegen die Italiener mit 5:0. Damit sicherten sie sich aber einen hervorragenden 5.ten Platz. In der Klasse -54kg startete Sophia. Sie bezwang in den Vorrunden eine Niederländerin mit 1:0, eine Slowenin mit 3:0, die Ukrainerin nach einem 0:0 im Kampfrichterentscheid. Leider unterlag Sophia um den Einzug ins Finale der Französin mit 0:2. In der Trostrunde gewann die Kroatin im Kampfrichterentscheid. Damit ein toller 5.ter Platz und eine hervorragende Vorstellung.



Madeleine startete in der Klasse +54kg. Sie besiegte im ersten Kampf eine Lettin mit 5:0, danach eine Slowakin mit 2:0. Leider konnte in der nächsten Runde die Russin mit 2:6 den Kampf für sich entscheiden. Da die Russin das Halbfinale verlor, hatte Madeleine leider keine Trostrunde. Schade. Trotz allem eine hervorragende Leistung. Jungs und Mädels ihr habt super gekämpft!



Ein Dank gilt den Trainern, Eltern und allen die zu diesem Erfolg beigetragen haben!

Rosa Liebold

Erfolgreicher EM-Auftritt von Team Deutschland

Noah ist Vizeeuropameister

Istanbul. Die Karate-Nationalmannschaft trat vom 19. bis 21. März zu den 50. Europameisterschaften in der türkischen Metropole am Bosphorus an. 495 Sportlerinnen und Sportler aus 47 Ländern nahmen an den Wettkämpfen in Istanbul teil und zeigten während der insgesamt vier Wettkampftage Karate der Extraklasse.

Die sportliche Leitung des DKV und alle Athleten, die für Deutschland an den Start gingen, hatten sich für die Titelkämpfe viel vorgenommen, schließlich galt die Meisterschaft als entscheidendes Kriterium zur Qualifikation für die ersten European Games in Baku. Alle EM-Medaillengewinner sowie die zwei Fünftplatzierten in den jeweiligen Kategorien konnten sich jeweils einen festen Platz im hochklassigen Starterfeld des europäischen Multisportevents in der aserbaidjanischen Hauptstadt sichern.

Jonathan Horne gewann im Kumite Einzel +84kg seine Vorrundenkämpfe klar. Nur im Halbfinale verpasste der Kaiserslauterer gegen den amtierenden Weltmeister Enes Erkan aus der Türkei den Big Point und verlor sehr knapp im Pflichtentscheid. Den Kampf um Platz drei gewann Jonathan dann gegen den Griechen Margaritopoulos

Jasmin Bleul musste sich im Kata-Einzel Damen nur im Halbfinale der spanischen Starterin Sanchez geschlagen geben. Im kleinen Finale besiegte sie die Französin Scordo mit 3:2. Gemeinsam mit ihren Team-Kolleginnen erkämpfte Sie sich den Vize-Europameistertitel in Kata-Team Damen. Ebenfalls Bronze gewann Duygu Bugur, die die Kroatin Berulec in ihrem Bronzematch mit 2:0 bezwang.

Noah Bitsch präsentierte sich im Kumite-Einzel der Herren -75kg in einer sehr starken Form und gewann alle seine Vorrundenbegegnungen klar. Im Finale stand er Rafael Aghayev aus Aserbaidschan gegenüber. Der Waltershäuser unterlag dem Welt- und Europameister, nach einem hochklassigen und spannenden Kampf, denkbar knapp mit 0:1 und erreichte damit die Silbermedaille.



Die deutsche Kumite-Herren-Auswahl verpasste gegen Aserbaidschan nur knapp die Bronzemedaille. Nach dem Vorrundensieg über Kroatien unterlag die Auswahl des Bundestrainers Thomas Nitschmann mit 1:2 gegen Frankreich. Nach dem klaren 3:0 über Polen stand mit Aserbaidschan Jonathan Horne, Noah Bitsch, Heinrich Leistenschneider, Felix Behrendt, Philipp Tepel, Ricardo Giegler und Alexander Heimann der Team-Europameister des Jahres 2014 gegenüber. Nach drei spannenden Kämpfen musste sich Team Deutschland zwar gegen die Osteuropäer geschlagen geben, bestätigte aber mit Rang fünf seine große internationale Klasse.

Ergebnisse:

Vize-Europameister: Kata-Team Damen (J.Bleul, S.Wachter, C.Heinrich)

Vize-Europameister: Noah Bitsch

3.Platz: Jonathan Horne, Kumite Herren +84kg

3.Platz: Jasmin Bleul, Kata Einzel Damen

3.Platz Duygu Bugur, Kumite Einzel Damen -50kg

5.Platz: Kumite-Team Herren mit Jonathan Horne, Noah Bitsch, Heinrich Leistenschneider, Felix Behrendt, Philipp Tepel, Ricardo Giegler und Alexander Heimann

7.Platz: Ricardo Giegler, Kumite Herren -67kg

7.Platz: Linda Hagen, Kumite Damen -55kg

9.Platz: Silvia Sperner, Kumite Damen -68kg

Mit insgesamt fünf Medaillen erreichte die DKV-Delegation bei der EM in Istanbul ein hervorragendes Ergebnis und sicherte auch für die European Games in Baku eine gute Ausgangsposition. Nach den Erfolgen während der WM im eigenen Land haben die Sportler und die Verantwortlichen im gesamten Team damit ihre Leistungen in überzeugender Weise bestätigt. Deutschland belegte im Medaillenspiegel den achten Rang. Den ersten Platz belegte Spanien vor der Türkei und Frankreich.

Herzlichen Glückwunsch an das gesamte Team!

(Text: Frank Miener, Bilder: Christian Grüner)

World Cup in Lodz

Charlotte Grimm weiter auf Erfolgskurs

Am Freitag dem 06.03.15 reiste Charlotte Grimm mit ihrem Coach Jörg Grimm, vom Karate Verein Arnstadt nach Lodz/Polen, um am Samstag an dem 11. Harasuto World Cup teilzunehmen.



vl Charlotte Grimm, Katrine Pedersen, Marzena Zalewska, Jaroslava Banasova

Dieses Turnier mit 1015 Startern aus 14 Ländern, ist das erste Turnier 2015 der World Cups von den ehemaligen Ostblockländern. Die gute Vorbereitung durch den Leistungskadertrainer Christian Baar von Musashi Weimar und dem Bundesleistungszentrum Waltershausen sollte auch hier nicht umsonst sein. Charlotte war in 3 Kategorien gemeldet: U21/ unter 68 kg; Senioren/ unter 68 kg und Senioren Open. Somit stand ihr ein gewaltiges Kampfpensum bevor. Souverän und mit dem Willen zu siegen ging Charlotte auf ihre Kampffläche. Geschickt konterte sie ihre erste Gegnerin ab und punktete, gewann somit ihren ersten Kampf. So ging es dann bis ins erste Finale weiter. Dort traf sie auf eine Kämpferin vom Nationalteam Dänemark. Leider bekam sie hier nicht den verdienten Sieg, der Kampf endete unentschieden und durch Kampfrichterentscheid zu Gunsten der Dänin erlangte Charlotte Platz 2.

Bei den Senioren kämpfte sie sich wieder bis ins Finale vor. Jetzt hieß es nochmal alles geben, in dem Kampf um Platz 1 gegen die Kämpferin des Nationalteams der Slowakei. Charlotte war nicht zu bremsen. Punkt für Punkt erkämpfte sie sich mit einem schnellen Zucki (Fauststoß) und einem gut platzierten Ura Mawashi (Fußstoß) und gewann somit diesen Kampf mit 4:0.

Als letztes an diesem Samstagabend startete Charlotte in der Kategorie Senioren Open (alle Gewichtsklassen). Runde für Runde kämpfte sie entschlossen, beobachtete ihre Gegnerinnen genau, um dann ihre Techniken anzubringen. Im Finale zeigte sie Kampfgeist, doch der Kampf endete unentschieden 1:1 und durch Heimvorteil im Kampfrichterentscheid gewann eine Kämpferin aus Polen. Charlotte holte sich somit die Silbermedaille.

Ein Dank geht an die Heimtrainer und Sponsoren, Stadtwerke Arnstadt, Micro Hybrid Hermsdorf, Fightersfederation Chemnitz sowie den Karate Verein Arnstadt, die ein solches Ereigniss ermöglichen.

Rosa Liebold

Erfolg bei den offenen Karate-Landesmeisterschaften für Menschen mit Handicap in Sachsen

Uwe Jünemann holt Landesmeistertitel

Hoyerswerda, am 15.03.2015 nahmen Uwe Jünemann zusammen mit seinem Trainer Dr. Michael Schorr vom Karateverein Ken Budo Heiligenstadt e.V. den Weg nach Hoyerswerda auf sich. Dort wurden die sächsischen Meisterschaften ausgetragen; für Menschen mit Handicap fanden diese länderübergreifend statt, sodass auch einige Starter aus Thüringen vertreten waren.

Während des Wettkampftages herrschte eine gute Organisation sowie freundliche Atmosphäre in der Halle. Die Wettkämpfe der Menschen mit Behinderung gestalten sich in der Form, dass jeder Athlet eine Kata zeigt, welche anschließend von den Kampfrichtern nach Punkten bewertet wird. Dabei wird auf den korrekten Ablauf, Sauberkeit in der Ausführung der Techniken, Rhythmus und Dynamik geachtet.

Im Finalkampf des Heiligenstädter Kämpfers wurde es dann spannend. Beide Athleten zeigten ihre Kata, Uwe konnte sich am Ende mit 3:2 Punkten durchsetzen. Somit Platz 1 an diesem Tag und damit auch die verdiente Belohnung für die vielen intensiven Trainingseinheiten der letzten Monate. Dr. Michael Schorr freute sich über den Erfolg seines Schützlings, welcher die Anstrengungen der wöchentlichen Gruppen- und zahlreichen Einzeltrainings belohnte.

Ende April wird Uwe erneut bei den Deutschen Meisterschaften für Menschen mit Behinderung, die in Aschaffenburg ausgetragen wird, für unseren Verein antreten. Im vergangenen Jahr erreichte Uwe bei seiner ersten Teilnahme einen hervorragenden dritten Platz.

Herzlichen Glückwunsch an Uwe wünscht der Thüringer Karate Verband sowie der gesamte Verein Ken Budo - wir sind stolz auf Dich und deine Leistung!



Julia Friedensohn, Ken Budo Heiligenstadt e.V.

Außerordentliche Mitgliederversammlung des DOSB

Auf der außerordentlichen Mitgliederversammlung des DOSB in Frankfurt, zur Bewerbung mit der Freien und Hansestadt Hamburg um die Ausrichtung der Olympischen und Paralympischen Spiele im Jahr 2024 oder 2028 beim Internationalen Olympischen Komitee, war zwischendurch auch Zeit für Gespräche und Foto's.



Falk Neumann

Falk Neumann (Präsident TKV und Vizepräsident DKV), Christina Sonnenfeld (Geschäftsführerin & Leiterin Hochschulsport USV Erfurt), Peter Gösel (Präsident LSB), Rolf Beilschmidt (Hauptgeschäftsführer LSB)



Teilnehmerrekord zur Dan - Prüfung in Erfurt am 04. November



Erleichterung in den Gesichtern der Prüflinge nach ihrer bestandenen Prüfung zum 1. und 2. Dan. Die Prüfer waren bestandener Kata Efthimios Karamitsos, 4. Dan (l. v. li.) und Landestrainer Kata (P. v. re.).

空手道 一人格完成に努むる



Ehre, wem Ehre gebührt



空手道 一人格完成に努むる



Thüringer Frauenpower bei der LM der Jugend



Im Mannschafts-Komitee der jungen Damen machten die vier Mannschaften des Bushido Waltershausen die Plätze unter sich aus!

空手道 一人格完成に努むる

空手道 一人格完成に努むる



Sekt für die Deutschen Meister – ein kleiner Lohn für ihre Leistungen.



Constanze Bauer und Sabine Hofmann ließen es sich aus den Siegerpokalen schmecken.

空手道 一人格完成に努むる

空手道 一人格完成に努むる



Albrecht Pflüger, ein Karatepionier der ersten Stunde in Erfurt



Albrecht Pflüger, 6. Dan, demonstrierte beim 4. Winterlager eindrucksvolle Formen der Selbstverteidigung mit Techniken des „*Shime*“.

空手道 一人格完成に努むる



Impressionen der Landesmeisterschaften 1997 in Thüringen



空手道 一人格完成に努むる

空手道 一人格完成に努むる



Die „Medaillienjäger“ des TKV bei den diesjährigen Deutschen Meisterschaften



空手道 一人格完成に努むる

空手道 一人格完成に努むる



Das 4. Länderjugendtreffen in Inzell war für alle ein Erfolg



Unter dem Motto „Jugend 2000“, trafen sich die Nachwuchstalente der Länder Bayern, Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein und Thüringen im Rahmen der Landessportverbände.

空手道 一人格完成に努むる



Reichlicher Lohn für wirklich gute Leistung



Bei der diesjährigen Landesmeisterschaft der Kinder und Schüler verteilten sich die Platzierungen wie noch nie zuvor.

空手道 一人格完成に努むる

空手道 一人格完成に努むる

KIDS KARATE-WORLD

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





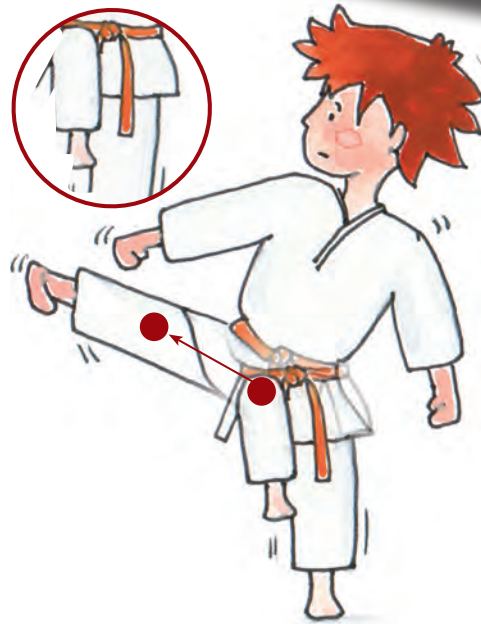
Yoko Geri

Yoko heißt auf Deutsch "seitlich". Folglich wird der Yoko Geri zur eigenen Körperseite getreten. Wir unterscheiden den Yoko Geri Kekomi vom Yoko Geri Keage. Der Unterschied bei beiden Fußtechniken liegt in der Position, die das Knie einnimmt vor der Beinstreckung. Auf den Bildern rechts zeigt der Junge oben die Ausholposition für Yoko Geri Kekomi und der Junge unten für Yoko Geri Keage. Bei Keage zeigt der Oberschenkel schon in die Richtung, die später der Fuß einschlagen soll. Beim Kekomi zeigt das Knie in dieselbe Richtung wie das Knie vom Standbein. Wird der Kekomi getreten, dann muss sich auch noch der Oberschenkel zur Seite bewegen. Beim Keage bewegt sich der Oberschenkel nur noch nach oben, nicht mehr seitlich.

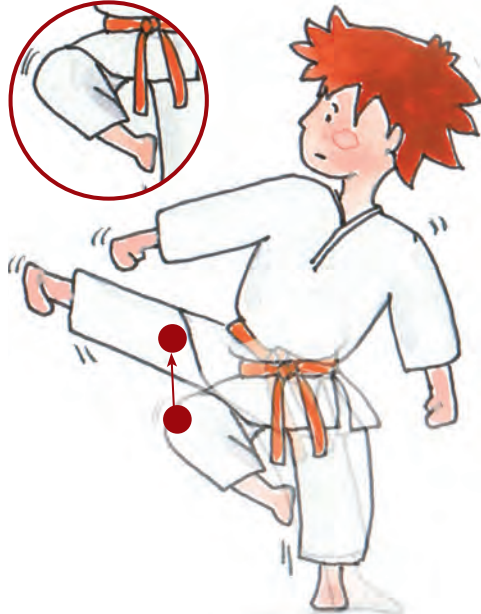


Die Trefferfläche bilden bei beiden Yoko Geris die Außenkanten der Füße. Du musst aufpassen, dass aus dem Yoko Geri nicht ein seitlicher Mae Geri wird. Du kannst es nicht verhindern, dass Dein Oberkörper ein wenig seitlich wegkippt in der Trittphase. Das ist schon o.k.

Den Yoko Geri kannst Du vorwärts im Zenkutsu Dachi ausführen. Aber auch, wenn Du Dich seitlich im Kiba Dachi bewegst. Yoko Geri Keage und Kekomi sind sich sehr ähnlich, sollten aber nie zusammen geübt werden. Das geht meistens schief.



Die Startpositionen für Kekomi und Keage sind unterschiedlich!
Beobachte auch Dein Knie beim Treten: beim Kekomi (oben) siehst du ganz deutlich, wie das Knie sich zum Ziel bewegt! Beim Keage bewegt sich das Knie (unten) nur nach oben und ganz wenig zur Seite.



Sportwissenschaftliches aus Theorie & Praxis

Schneller werden:

Egal, ob im Kumite, Kata oder der Selbstverteidigung, in allen Bereichen streben Karateka danach ihre Bewegungen möglichst schnell (schneller als der Gegner) und ansatzlos auszuführen. Um dies zu erreichen, gibt es verschiedene Vorgehensweisen: Eine Möglichkeit ist, dass man seine physiologischen Voraussetzungen verbessert. Durch gezieltes Schnellkraft- und Maximalkrafttraining wird die Intramuskuläre Koordination gefördert. Der Körper „lernt“ bei jeder willentlich schnell ausgeführten Bewegung möglichst viele Muskelfasern gleichzeitig anzusteuern. Als Folge daraus zieht sich der Muskel schneller zusammen. Ein einzelner Muskel allein reicht jedoch nicht aus, um eine Karatetechnik auszuführen. Es müssen mehrere Muskeln gleichzeitig bzw. in einer klaren Abfolge zusammenarbeiten. Um den Arm zu strecken, sollten demnach auch nur die Muskeln zusammenarbeiten, die das Ellenbogengelenk strecken. Die Beugemuskulatur (Antagonisten) sollte während der Streckbewegung nicht aktiviert sein. Diese Intramuskuläre Koordination trainiert man am Besten durch allgemeines Koordinationstraining und natürlich durch wiederholt schnell ausgeführte Karatetechniken. Denn: „Schnelligkeit trainiert man nur durch Schnelligkeit!“. Entscheidend dabei ist, sich immer wieder zu lockern - auch oder gerade im Kopf.

Aber es gibt noch eine weitere - meines Erachtens nach, eine zu wenig geachtete - Möglichkeit die Endgeschwindigkeit eines Zuki oder Geri zu erhöhen. Man sollte versuchen möglichst viele Gelenke, um die die Bewegung beschleunigt wird, mit einzubeziehen.

Jeder Karateka weiß, dass ein Zuki nicht nur aus dem Arm (Schulter- und Ellbogengelenk) geschlagen werden soll, sondern seine „Kraft“ durch Verkettung von Teilbeschleunigungen aus dem Bein (Sprunggelenk und Kniegelenk), Hüfte, Rumpf (Zwischenwirbelgelenke) und Arm erhält. Die Faust wird demnach um die genannten Gelenke beschleunigt. Jedoch kann bei genauerer Beobachtung festgestellt werden, dass bei vielen Karateka diese Teilbeschleunigungen nacheinander ablaufen. Somit verlängert sich die Gesamtschlagdauer (Zeit zwischen erstem Zucken bis zum Treffen der Faust) und das ganze Geschwindigkeitspotential

kann nicht ausgeschöpft werden.

Es sollte demnach Ziel sein, alle Teilbeschleunigungen annähernd gleichzeitig zu beginnen. Auf diese Weise kann das Verhältnis zwischen Beschleunigungsweg und Zeit optimiert werden. Bei einem Zuki muss demnach die Armstreckung im gleichen Moment beginnen wie der Druck aus dem Bein initiiert wird. Weiterhin sollten beide Hüftgelenke aktiv in die Bewegungsausführung mit eingebunden werden. Das Hüftgelenk des hinteren Beines wird dabei gestreckt, wodurch die hintere Hüftseite in Schlagrichtung geführt wird. Das Eindrehen der Hüfte kann weiter beschleunigt werden, wenn im Moment der Streckung des hinteren Hüftgelenks, im Gelenk des vorderen Beins ein aktiver Zug der Adduktoren sowie eine leichte Beugung stattfinden. Durch eine aktive Verwindung und leichte Beugung des Rumpfes kann weiteres Beschleunigungspotential freigesetzt werden.

Einige der beschriebenen Gelenke verfügen über mehrere Freiheitsgrade, d.h. sie ermöglichen Bewegungen in mehrere Richtungen gleichzeitig. Der Komplex Schulter z.B. erlaubt es, den Arm nach vorn-oben zu führen, aber auch ihn nach innen zu drehen. Durch bewusstes Absenken der Schulter kann der Beschleunigungsweg zusätzlich verlängert werden. Ein positiver Nebeneffekt dabei ist, dass hierdurch der Arm besser im Schultergelenk gesichert wird, wodurch Verletzungen beim Abbremsen verringert werden können. Weiterhin besteht die Möglichkeit die Faust um das Handgelenk in 3 Richtungen (Drehen + 2x Kippen) zu beschleunigen. Im Wettkampf ist dies durch die Schützer nicht mehr möglich. Jedoch im Bereich der Selbstverteidigung, wo auf engstem Raum gekämpft wird, kann durch das Kippen im Handgelenk die Faust eine weitere wichtige Beschleunigung erfahren.

Wenn der gesamte Körper unter Einbeziehung möglichst vieler Gelenke (siehe Bild) und deren Freiheitsgrade an der Technikausführung beteiligt wird, dann verlängert sich der lokale (körpereigene) Beschleunigungsweg und die daraus resultierende höhere globale (von außen betrachtet) Faustgeschwindigkeit. Die Folge daraus ist eine schnellere Technik.



Andre Beck

Wir stellen uns vor

Karate-Do Zeulenroda stellt sich vor

Der Verein „Karate –Do Zeulenroda e.V.“ wurde am 08. August 1995 von vierzehn interessierten Karatekas gegründet.

Es war die Zeit als das Karate noch eine magische Anziehungskraft in den neuen Bundesländern hatte. So wuchs die Mitgliederzahl trotz anderer gleichgelagerter Angebote schnell auf sechzig Mitglieder an.

Da aber viele Mitglieder Kinder und Jugendliche waren, die nach der Schulzeit die Ostthüringer Region aus beruflichen Gründen verließen und der demographische Wandel sein Übriges tat, bestehen wir zurzeit aus 29 Trainierenden. Der Kinder- und Jugendbereich macht ca. zwei Drittel der Mitglieder aus. Das Altersspektrum liegt derzeit zwischen acht und fünfundfünfzig Jahren. Jüngere Kinder sind bei uns herzlich willkommen, ebenso gibt es hinsichtlich des Alters nach oben keine Grenzen.

Seit Gründung des Vereins bis heute verzichten wir in jeder Facette des Karates auf den sportlichen Wettkampf, wohl wissend, dass wir auf ein wichtiges Werbemittel verzichten. Jedes Jahr richten wir einen Lehrgang mit Sensei Lothar J. Ratschke aus, der von regionalen Karatekas und Karatereibende aus anderen Bundesländern gut besucht wird. Die Trainer des Vereins besuchen regelmäßig Weiterbildungen und Karatelehrgänge um sich weiterzubilden und ihr Wissen zu vertiefen.

Karate bedeutet für uns einen aktiven und mentalen Ausgleich zum leistungsorientierten Arbeitsleben zu schaffen. Wir betreiben unser Karate um einen aktiven und mentalen Ausgleich zum leistungsorientierten Arbeitsleben zu schaffen.



Der Karate -Do Zeulenroda e.V. beschäftigt sich hauptsächlich mit traditionellem Shotokan Karate, zum Beispiel mit folgenden Inhalten ...

Gesunderhaltung von Körper und Geist: durch richtige Ausführung von Karatebewegungen, um den passiven und aktiven Bewegungsapparat zu stärken und Vitalpunkte positiv zu stimulieren.

Kihon, Kata, Kata Bunkai (Analyse einer Kata / Selbstverteidigung) sowie unterschiedliche Kumiteformen.

... um unser Angebot zu erweitern bieten wir ebenfalls Qigong an.

Bei uns ist jeder willkommen der in fairer, fordernder und wertschätzender Weise Körper und Geist trainieren möchte.

Frank Robleder, Karate Do Zeulenroda



Aktuelles aus den Vereinen

12 Jahre Gruppierung „Ryûkyû Kobudô“ im TKV

2003 stimmte die TKV-Mitgliederversammlung einstimmig dem Antrag von Frank Pelný zu, „Ryûkyû Kobudô“ als Gruppierung in den TKV aufzunehmen. Aus heutiger Sicht eine absolut richtige Entscheidung, die ihrer Zeit weit voraus war. Immerhin brauchte der DKV bis 2013, um Kobudô in sein Angebot zu integrieren.

Ryûkyû Kobudô - die alte Kunst des kämpferischen Umgangs mit mittelalterlichen Waffen und Arbeitsgeräten von der Insel Okinawa - ist seit jeher eng mit dem waffenlosen Karate verwoben. Es ist mittlerweile recht bekannt, dass Funakoshi Gichin nicht nur ein Meister der waffenlosen Künste war, sondern auch sehr begabt im Umgang mit dem Langstock (Bô) und Metaldreizack (Sai). Einer von Funakoshis ersten Schülern in Tôkyô, der Okinawaner Taira Shinken, sollte für die Waffenkünste Okinawas (Ryûkyû Kobudô) die gleiche Bedeutung erlangen wie Funakoshi selbst für das Karate. Taira Shinken erlernte den Umgang mit den bäuerlichen Waffen der Ryûkyû-Inseln vor allem bei Funakoshi Gichin, Mabuni Kenwa und Yabiku Moden, aber auch noch vielen anderen Okinawa Meistern. Seine Hauptleistung war die Bewahrung und Systematisierung der alten Waffentechniken von Okinawa. Sein Meisterschüler auf Okinawa, Akamine Eisuke, führte diese Arbeit fort und leitete den von Taira gegründeten Verband „Ryûkyû Kobudô Hozon Shinkô Kai“ bis zu seinem Tod.

Einer der höchstgraduierten Schüler Akamines ist Tamayose Hidemi, heute 9. Dan und Hanshi. Im Jahr 1999, noch mit Billigung und Unterstützung seines inzwischen kranken Lehrers Akamine, gründete Tamayose Sensei seinen eigenen Verband, den „Ryûkyû Kobudô Tesshinkan Kyô Kai“, um das Ryûkyû Kobudô in der Tradition der Meister Taira Shinken und Akamine Eisuke unverfälscht zu erhalten. Nur zwei Jahre später kam bereits der Kontakt nach Deutschland zustande. Zu seinen ersten Schülern hier gehört Frank Pelný, der mittlerweile im Auftrag von Tamayose Sensei den Ryûkyû Kobudô Tesshinkan in Europa vorsteht. Frank Pelný, der als Lehrer für Shôtôkan Karate in Deutschland und auch im Ausland bekannt ist, ist der erste Europäer mit dem vierten Dan im Tesshinkan Kobudô.

Unterstützt durch Sebastian Edelmann verbreitet er Kobudô in Deutschland und Europa.

Weltweit in Kobudô-Kreisen bekannt wurde er, nachdem er sein dreibändiges Werk über Ryûkyû Kobudô mit insgesamt über 1.200 Seiten und hunderten von Fotos veröffentlichte. Mehrmals im Jahr reist er auch zu Seminaren nach Nordamerika und Osteuropa.

Hervorzuheben ist noch die von Frank Pelný ins Leben gerufene Lehrgangsserie „Kobudô-Intensiv 6x6“, die nun schon sechsmal seit 2008 stattgefunden hat und Jedermann die Möglichkeit bietet, Basics in Kobudô zu erlernen. Ebenso bemerkenswert sind die Natsu-Gasshuku (Sommer-Lehrgänge), die er mit Tamayose Sensei regelmäßig in Nordhausen stattfinden lässt. Es gab bereits Teilnehmer aus Schweden, Russland, Weißrussland, der Ukraine, Spanien, Italien und Kanada auf diesen Trainingslagern. Genauso regelmäßig reisen die Tesshinkan-Sportler aber auch zum Training und zu Wettkämpfen nach Okinawa.

Technisch legt das Tesshinkan Kobudô großen Wert auf Hüftarbeit und große Bewegungen, was es dem Shôtôkan Karate in den Prinzipien recht ähnlich macht. Unterrichtet werden 7 Waffen, darunter Bô (Langstock), Sai (Metaldreizack), Tunfâ (Schlagholz), Kama (Sichel), Êku (Ruder) sowie Tinbe (Schild) & Rôchin (Kurzspeer).

Tamayose Sensei unterrichtet aber auch Shôrin-Ryû Karate, gleichwohl liegt sein Fokus auf den Waffen. Sein Karate-Stil ähnelt dem Karate Funakoshis der Zwanziger Jahre und geht über Chibana Choshin direkt auf Itosu zurück. Agil und dynamisch im Nahkampf, benutzt sein Stil, wie auch sein Kobudô, eine ausgefeilte Hüftarbeit. Hagen Walter ist der durch Tamayose Sensei autorisierte Vertreter für Shôrin-Ryû Tesshinkan für Europa. Er hat die Kata dieses Shôrin-Ryû Stils in zwei Büchern dokumentiert. Tamayose Sensei lehrt sein Karate auf den Kobudô-Lehrgängen primär als Ergänzung zu den Hausstilen der Teilnehmer bzw. um reinen Kobudôka eine Karate-Basis zu bieten. Gleichwohl gibt es auch eine Reihe Karateka, die den Stil eigenständig gelernt haben. Seit 2013 ist auch das Shôrin-Ryû Tesshinkan als Gruppierung dem TKV angegliedert. Interessenten an diesen alten Okinawa-Kampfkünsten erhalten hier weitere Informationen:

www.kobudo-tesshinkan.eu; www.karate-tesshinkan.eu

Hagen Walter & Frank Pelný



Ein spannendes Jahr 2014 für den Karate Club Schmalkalden e.V.

Das Jahr 2014 war für den Karate Club Schmalkalden e.V. und seine Mitglieder ein durchaus schweißtreibendes und anstrengendes Jahr. Der Umbau des neuen Domizils auf insgesamt 3 Etagen schweißte die Mitglieder in über 15.000 ehrenamtlichen Arbeitsstunden zu einer engen Gemeinschaft zusammen.

Natürlich gab es auch einige Höhen und Tiefen, in denen gemeinsam geschwitzt, gekämpft aber auch gelacht wurde. Das bisherige Ergebnis kann sich durchaus sehen lassen. In der obersten Etage wurden ein großer und ein kleiner Trainingsraum, sowie ein Thekenbereich mit großen Aufenthaltsbereich für die Eltern geschaffen und auch die Umkleidekabinen und Toiletten in der mittleren Etage befinden sich kurz vor der Fertigstellung. Der Umbau der restlichen Etagen soll bis Ende des Jahres abgeschlossen sein.



Trotz aller Anstrengungen feierte der Karate Verein im Dezember vergangenen Jahres ein großes Ereignis. Der alljährliche Weihnachtslehrgang mit Gürtelprüfung fand am letzten Wochenende vor Heiligabend in der Sporthalle am Siechenrasen statt. Über 120 Karatekas nahmen an diesem Lehrgang, aus Thüringen, Bayern und Hessen teil.



Lehrgangsleiter waren unter anderem Harald Strauß 5.Dan und Kai Bickel 3.Dan. Für alle Teilnehmer war der Lehrgang ein Riesenerfolg und die Kinder hatten großen Spaß. Für die Pausen stand eine tolle Hüpfburg, sowie ausreichend Verpflegung bereit. Nach dem erfolgreichen Lehrgang folgte am Abend für alle Mitglieder des Karate Club Schmalkalden e.V. eine große Weihnachtsfeier in ihrem neuem Dojo.

Doch für drei der Mitglieder hieß es „Feiern in Maßen“, denn diese hatten, neben den am nächsten Tag stattfindenden Farbgrüptprüfungen

ihren großen Tag – die Prüfung zum schwarzen Gürtel. Voller Aufregung verfolgten die Prüflinge zum Schwarzen-Gürtel am Sonntagvormittag die Prüfungen ihrer Vereinskameraden und konnten es kaum abwarten bis Sie an der Reihe waren. Über ein Jahr haben sie sich auf diesen großen Tag vorbereitet. Dann war es endlich soweit. In insgesamt über 2 Stunden zeigten die Dan-Anwärter ihr Können und erkämpften sich verdient ihren schwarzen Gürtel.

An dieser Stelle geht ein Herzlicher Glückwunsch an Marco Döll zum 1. Dan, Jan Ulrich zum 1.Dan und Andre Portz zum 2.Dan, sowie an Kai Bickel, der die Prüflinge Woche für Woche auf diesen Moment vorbereitet hat.

Dies war die erste Schwarzgurt-Prüfung die im Karate in Schmalkalden stattgefunden hat, aber auf jeden Fall nicht die letzte!

*Jasmin Stengel,
Karate Club Schmalkalden e.V.*



v.l.: Andre Portz 2.Dan, Peter Kubn 3.Dan (Karate Dojo Hummeltal), Prüfer Gerd Schlögl 4.Dan, Marco Döll 1.Dan, Jan Ulrich 1.Dan, Prüfer Harald Strauß 5.Dan, Trainer Kai Bickel 3.Dan

Wintermeeting in Hirschberg

Christian Baar ist neuer „Go-Teng- Po Weltmeister“

Vom 26.12. bis zum 29.12.2014 fand das Wintermeeting für alle Karate begeisterten in Hirschberg statt. Nun schon zum 23. Mal trafen sich Karate- und Kampfsportbegeisterte, die zwischen den Feiertagen nicht Ruhen konnten oder wollten, um vier erlebnisreiche Tage in Hirschberg zu verbringen. Der Lehrgang wurde von einem tollen Trainerteam geleitet: André Beck, David Ruppert, Jörg Klöpfel, Andre Jäckel, Jens Krüger, Ken Österreich, Markus Werner, Florian Genau, Katharina Jäckel, Martin Röhl, Nico Wojna und Enrico Ahlgrimm.



Die Tage waren sehr abwechslungsreich gestaltet von Kata, Kumite, Selbstverteidigung und Kyusho bis zu Pratzentraining, Capoeira, Physio-Entspannung und Zumba. Natürlich wurde hier nicht nur strikt trainiert sondern die Zeit genossen, gemeinsam ging es in die Therme Bad Steben, es wurden diverse Spiele gespielt und die Abende gemeinsam ausgeklungen. Nicht zu vergessen ist die nun schon zum 3. Mal ausgetragene „Go-Teng- Po Weltmeisterschaft“. Ein Spiel bei dem es um Reaktionsschnelligkeit und Konzentration geht. Der Titel samt Wanderpokal ging dieses Jahr mit dem Gewinner Christian Baar nach Weimar. Es war wie jedes Jahr ein sehr gelungener Lehrgang mit vielen neuen Ideen und schönen Erinnerungen. Daher freuen wir uns schon jetzt auf das nächste Mal vom 26.12.- 29.12. 2015 in Hirschberg.

Rosa Liebold, Musashi Weimar

Töröö - Der KC Schmalkalden bekommt elefantöse Unterstützung

Ein aufregender Tag ereignete sich am 09. April für die Kinder des Karate Club Schmalkalden e.V. Früh am Morgen, trafen sich alle Neugierigen um gemeinsam nach Georgenthal zum ortsansässigen Plüschtierhersteller Steiner zu fahren. Natürlich, freuten sich die Kids auf die vielen bunten Kuscheltiere und der ein oder andere pokerte sicherlich damit, eines mit nach Hause nehmen zu dürfen. Allerdings war der Besuch des Karate Clubs größerer Natur. Nach einer ausgiebigen Führung, in der die Kinder sich zuerst in der Ausstellung umschauen durften, bekamen Sie anschließend die einzelnen Arbeitsschritte, von der ersten Zeichnung bis zum fertigen Kuscheltier von Frau Bier, der Geschäftsführerin gezeigt. Alle schauten ganz gespannt zu, wie die Teddys ganz am Ende mit Airbrush noch die letzten Feinheiten aufgemalt bekommen und „zum Leben erweckt“ werden. „Zum Leben erweckt“, dies war das Stichwort für Wolfgang einem Papa des Karate Club Schmalkalden. Dieser schlich sich unbemerkt aus der großen Halle. Die Führung war gerade zu Ende und die Kinder wollten schon Richtung Ausgang stürmen, als sich plötzlich die Tür öffnete und ein großer Karafant den Raum mit seiner Ausstrahlung erfüllte - große braune Klupschaugen, ein riesen Rüssel und dazu noch einen Karate-Anzug mit schwarzem Gürtel. Allen Kindern war klar, der Elefant muss ein neues Mitglied des Karate Club Schmalkalden sein. Sie stürmten auf ihn zu, stellten ihm viele Fragen und probierten natürlich gleich die ersten Karate Techniken mit ihrem neuen Freund, namens Yuko aus. Überglücklich und mit ihrem neuen Freund im Gepäck fuhren alle mit strahlenden Augen nach Hause.



Kai Bickel, Karate Club Schmalkalden e.V.

Sakura Cup in Schwarzheide

Chikara Erfurt ist erfolgreichster Verein

Am 17.01 fand der Sakura Cup auf dem See Campus in Schwarzheide statt. Auf Kampfflächen wurde der Wettkampf in den Altersklassen der Kinder bis hin zu den Erwachsenen Ü30 in Kata und Kumite ausgetragen. 25 Kampfrichter aus Brandenburg, Berlin, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen und Dänemark sorgten unter Leitung von Jan Geppert für einen reibungslosen Ablauf der Kämpfe.

Beim ersten Turnier des Jahres konnte der Chikara Erfurt, wie bereits im letzten Jahr vor den Landesverbänden Brandenburg und Sachsen Anhalt wieder die Gesamtwertung sichern. Es reisten 351 Sportler aus 40 Vereinen der (Bundes-)Länder Brandenburg, Sachsen, Sachsenanalt, Niedersachsen, Thüringen, Berlin, Hamburg, Rheinlandpfalz und Tschechien an. Aus Thüringen reisten Teams aus Jena, Erfurt, Gotha, und Weimar an.

15. SAKURA Cup - Vereinswertung

	Verein	1. Platz	2. Platz	3. Platz	Gesamtzahl
1	Chikara Erfurt	13	9	9	101
2	KDB	9	11	12	90
3	KVSA	8	10	8	78
4	SEIWAKAI	7	8	9	68
5	Musashi Weimar	4	1	3	26
6	Toruko Berlin	1	5	5	25
7	Bushido Leipzig	2	2	6	22
8	Hoyerswerda	2	3	2	21
9	Ki Dojo e.V.	2	2	1	17
10	Sakura Senftenberg e.V.	1	2	5	16
11	Ken Budo Heiligenstadt	1	2	4	15

Thüringer Ergebnisse - Platz 1:

- Christin Röder Kata Einzel Schüler (Chikara Erfurt)
- Valerie Voß Kumite Einzel w. Schüler -45 kg (Chikara Erfurt)
- Elizabeth Rudolphi Kumite Einzel w. Schüler +45kg(Chikara Erfurt)
- Paul Matkey Kumite Einzel m. Schüler -50kg (Chikara Erfurt)
- Sebastian Blaa Kumite Einzel Junioren m. -76kg (Chikara Erfurt)
- Niclas Spott Kumite Einzel Junioren m. -55kg (Chikara Erfurt)
- Lena Sattler Kumite Einzel Jugend w. +54kg (Chikara Erfurt)
- Paul Merrbach Kumite Einzel m. U16 -52kg (Chikara Erfurt)
- Sidney M. Ott Kumite Einzel w. U11 (Musashi Weimar)
- Kata Team (Chikara Erfurt) w. Schüler(Christin Röder, Valerie Voß, Joline Keuterling)
- Kumite Team (Chikara Erfurt) w. Schüler (Christin Röder, Valerie Voß, Denise Schmitz)
- Kumite Team (Chikara Erfurt) U16 m. (Kevin Ernst, Christoph Anacker, David Moll, Paul Merrbach)

Platz 2:

- Denise Schmitz Kumite Einzel w. Schüler -45kg (Chikara Erfurt)
- Christin Röder Kumite Einzel w. Schüler +45kg (Chikara Erfurt)
- Lisa Fundheller Kumite Einzel w. Schüler -40kg (Chikara Erfurt)
- Vanessa Schenk Kata Einzel w. Junioren U18 (Chikara Erfurt)
- Eric Preuk Kumite Einzel Junioren m. -68kg (Chikara Erfurt)
- David Moll Kumite Einzel U16 m. -63kg (Chikara Erfurt)
- Kumite Team (Chikara Erfurt) m. Schüler (Paul Matkey, Tim England, Fabian Moll, Erik Ruppert)
- Kumite Team (Chikara Erfurt) w. Schüler(Elizabeth Rudolphi, Hannah Riedel, Lisa Anacker)
- Kumite Team w. U9 (Sidney M. Ott, Mellanie Stern aus Meuro) (Musashi Weimar)

Ein Dank gilt den Organisatoren, Kampfrichtern, allen Betreuern und Thomas Henze für die tollen Bilder!

Rosa Liebold

25 Jahre Karate im USV Erfurt

Zirka 150 Sportler/innen beim Lehrgang und 18 neue Dangrade: Der USV Erfurt e.V. feierte sportlich sein 25 jähriges Jubiläum am 29.11.2014.

Unter Leitung von Heimtrainer Andreas Kolleck wurde in mehreren Alters- und Leistungsklassen Kihon, Kata und Bunkai trainiert.

Große Freude herrschte auch am späten Samstagabend. Bei einer mehrstündigen, schweißtreibenden Danprüfung konnten sich elf teilnehmende USV Mitglieder sowie 7 weitere Prüflinge unter den Augen von Landestrainer Andreas Kolleck (Thüringen) und Landestrainer Thomas Holm (Brandenburg) sehr gut präsentieren. Als Anerkennung für ihre starke Leistung erhielten sie das ersehnte Dan-Diplom. Eine kleine Vereinsfeier rundete den gelungen Tag erfolgreich ab.

1.Dan: Dominik Wiesler USV Erfurt e.V., Erik Thiessenhusen USV Erfurt e.V., Sylvia Thiessenhusen USV Erfurt e.V., Kevin Ansorg USV Erfurt e.V., Cedric Klaus Karate Kwai Sondershausen, Christopher Lotze USV Erfurt e.V., Grit Schmitt USV Erfurt e.V., Sophie Schmitt USV Erfurt e.V., Andreas Herr Bushido Trusetal, Alec Lorbeer Banzai Hirschberg Saale e.T.

2.Dan: Thomas Gleisberg USV Erfurt e.V., Mayckel Becker Karate Kwai Sondershausen

3.Dan: Denise Pawlowsky USV Erfurt e.V., Tanja Schwagerus TSG Langprozelten, Stefan Gerlach Bushido Trusetal, Friederike Dinger Seishinkai Jena, Siegfried Schippel USV Erfurt e.V.

4.Dan: Franziska Krieg USV Erfurt e.V.

Ein herzlicher Glückwunsch geht an:

Sabine Gleisberg, USV Erfurt



Nachtrag:

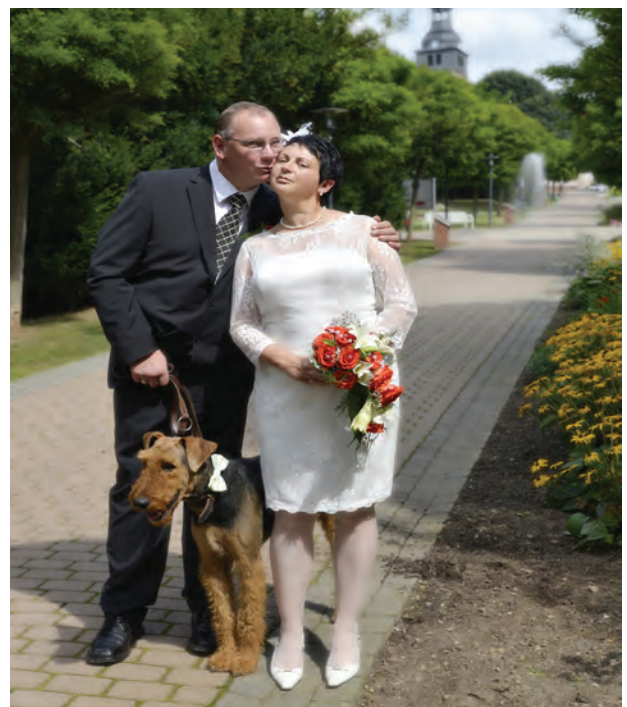
Hochzeit von Andreas und Judith

Anlässlich seines 50.Geburtstages gab Landestrainer Andreas Kolleck die Hochzeit mit seiner Frau Judith bekannt.

Die Trauung fand am 13.8.2014 im engsten Familienkreis in Bad Frankenhausen statt.

Das gesamte Team des USV Erfurt e.V. gratuliert Euch recht herzlich zu diesem überraschenden Ereignis und wünscht Euch für eure gemeinsame Zukunft alles erdenklich Gute!

Sabine Gleisberg, USV Erfurt



20 Jahre Karate in Arnstadt

2014 feiert der Arnstädter Karate Verein 20 jähriges Jubiläum.

20 Jahre sind schon ein beachtlicher Erfolg in einer kleinen Kreisstadt wie Arnstadt. In dieser Zeit haben wir viele Mitglieder kommen und gehen sehen. Aktuell trainieren 137 Mitglieder im Verein. Die Altersgruppe von 4-16 Jahren ist mit gut zwei Dritteln am stärksten vertreten, das älteste Mitglied ist bereits über 70 Jahre alt und mit Spaß dabei.



In unserem Verein wird Karate in seiner sportlich orientierten Form (Shotokan) sowie realistische Selbstverteidigung und hier im besonderen Ryukyu Kempo trainiert. Im Ryukyu Kempo geht es nicht um die sportliche Vergleichbarkeit der Kata sondern um die Anwendung in realistischen Kampf und Verteidigungsszenarien aus den Kata's. Grundlagen sind hier allerdings biomechanische Aspekte, sowie die Kenntnisse über die Vitalpunkte und deren Aktivierung. Weiterhin bieten wir mit Shaolin Qi Gong ein qualifiziertes ganzheitliches Gesundheitssystem an, welches auch die anderen Angebote bereichert. Selbstverständlich wird bei uns auch gefeiert. So gibt es neben Vereinsfesten jährlich einen Tag der offenen Tür, sowie verschiedenste überregionale Seminare.

So finden mehrfach im Jahr Kyusho Jutsu und Ryukyu Kempo Seminare mit den führenden Meistern aus Deutschland wie z.B. Benjamin Cem Gencoglu (5.Dan Kyusho Jutsu und 4.Dan Ryukyu Kempo) statt. Wir konnten in 2014 zweimal Shaolin Mönche und Meister des Shaolin Temple Europe bei uns begrüßen.

Als Höhepunkt 2015 ist wohl am 23. April der Besuch und das Seminar von Großmeister Jim Corn (USA) welcher einer der führenden Kyusho und Ryukyu Kempo Großmeister weltweit ist zu nennen.



Natürlich möchte ich nicht vergessen unser derzeitiges Erfolgssternchen Charlotte Grimm zu erwähnen. Sie hält die Sportkaratefahne für Arnstadt recht hoch. Darauf sind wir natürlich mächtig stolz. Deswegen konnten wir dieses Jahr auch einen Sponsorenvertrag mit den Arnstädter Stadtwerken abschließen, um unsere Charlotte noch besser zu unterstützen.

Zum Schluss möchte ich mich noch bei Ditmar Berger, Frank Sattler und Klaus Bitsch sowie Benjamin Cem Gencoglu vom Okuden Circle bedanken, von denen ich viel gelernt habe und unser Verein nicht so gut auf gestellt wäre.

Carsten Schnieke

Ball des Sports 2015

Klaus Bitsch wird zum "Thüringer Trainer des Jahres 2014" gewählt



Die Gastgeber, Stiftung Thüringer Sporthilfe und Landessportbund Thüringen (LSB), feierten gemeinsam mit den Spitzensportlern des Landes, Gästen aus Politik, Medien und Wirtschaft und insgesamt 900 Gästen eine rauschende Ballnacht in der Messehalle Erfurt. Erstmals im Programm beim Ball des Thüringer Sports war die Auszeichnung der Thüringer Ehrenamtlichen des Jahres. Diese überreichten LSB-Präsident Peter Gösel mit Dr. Birgit Klaubert, der Thüringer Ministerin für Bildung, Jugend und Sport. „Thüringer Trainer des Jahres 2014“ wurde Klaus Bitsch vom Bushido Waltershausen e.V.

Herzlichen Glückwunsch zu diesem Titel!

www.thueringersporthilfe.de

Keiko

18.04- 19.04.2015	Shotokan-Ryu Lehrgang mit L. Ratschke und O. Reichelt	Bad Frankenhausen
25.04.2015	Trainingslager mit Frank Pelný	Jena
26.04.2015	Kobudo mit Frank Pelný	Jena
26.04.2015	Unstrut Pokal	Gräfentonna
09.05.2015	Trainingslager mit Siegfried Gelz	Jena
14.05.2015	U21 Randori	Rimbach, Odenwald
22.05.2015	Karate Pfingst-Event	Waltershausen
30.05.2015	Thuringia Open 2015	Meuselwitz
20.06.2015	Fachforum Sport Pro Gesundheit- Budomotion	Meuselwitz
26.06.2015	23. Gasshuku-Do Kyffhäuser Karate Camp	Kelbra
04.07.2015	TM Schüler und Senioren	Sondershausen
28.08.2015	25 Jahre TKV	Bad Blankenburg
04.09.2015	Kampfrichterlehrgang Teil II	Heilbad Heiligenstadt
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
19.09.2015	Lehrgang mit A. Kollek	Schmalkalden
26.09- 37.09.2015	Ausbildung B-Trainer Leistungssport Teil I	Bad Blankenburg
03.10.2015	Wartburg Pokal	Waltershausen
10.10.- 11.10.2015	Ausbildung B-Trainer Leistungssport Teil II	Bad Blankenburg
17.10.- 18.10.2015	Ausbildung B-Trainer Leistungssport 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
28.11.2015	B-Trainer Leistungssport Ausbildung Prüfung	Erfurt
05.12.2015	Thüringen-Cup	Jena
05.12.2015	Lehrgang mit K. Bitsch und N. Bitsch	Waltershausen
19.12.2015	Lehrgang mit H. Strauß und K. Bickel	Schmalkalden

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



Vizepräsident und Landestrainer Kumite
Klaus Bitsch
Steinbachstraße 18
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753



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



Ehrenpräsident
Frank Sattler



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



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



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



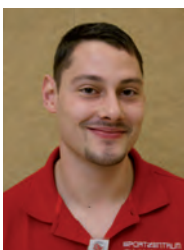
Jugendreferent & Schulsportreferent
Vico Köhler
OT Kostitz
Lange Straße 16
04617 Starkenberg
Tel./Fax: 03448 411826
mobil: 0179 5926730
E-Mail: VicoKoehler@sakura-web.de



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



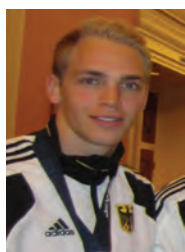
Landestrainer Kata
Andreas Kolleck
Hospitalstraße 33
99706 Sondershausen
mobil: 0174 2037241
E-Mail: AndreasKolleck@gmx.de



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



Frauenreferentin und Landesnachwuchstrainerin Kumite
Bianca Bitsch
Steinbachstraße 18
99880 Waltershausen
Tel.: 03622 67753



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



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



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



Pressereferentin
Rosa Liebold
Lassallestraße 53
99084 Erfurt
mobil: 0176 84712460
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: Kai Bickel, Pressekoordinator TKV - Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autoren verantwortlich.

Reichlicher Lohn für wirklich gute Leistung



Bei der diesjährigen Landesmeisterschaft der Kinder und Schüler verteilten sich die Platzierungen wie noch nie zuvor.

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道 一人格完成に努むるこゝと

Für seinen Gegner war er das Phantom, das aus dem Nebel kam!



Deutscher Meister im Kumite innerhalb von 10 Sekunden Grüner vom SSK Jena

空手道 一、血氣の勇を戒むるこゝと

KARATE-DO THÜRINGEN

Ein Meister der alten Schule zu Gast in Erfurt



血氣の勇を戒むるこゝと

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道 一人格完成に努むるこゝと

Technik vor Rhythmik



Shihan Hiroshi Shirai (9. Dan) und Sensei Carlo Fugazza (7. Dan)

Unter diesem Motto lehrten zwei Meister der Extraklasse beim 6. Winterlager in Thüringen.



Jahrgang 6 • Ausgabe 20 • Information Thüringer Karate-Verband e.

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道 一人格完成に努むるこゝと

Erfolgreich wie noch nie!



Die Auswahl Thüringens bei der Deutschen Meisterschaft in Villingen erstmals auf Platz 4 in der Länderwertung (Junioren).

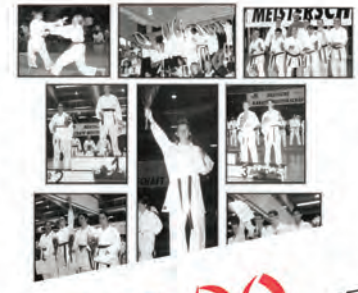
空手道 一、血氣の勇を戒むるこゝと

Jahrgang 6 • Ausgabe 21 • Information Thüringer Karate-Verband

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道 一人格完成に努むるこゝと

„Es geht noch besser – das Wunder von Hanau“



空手道 一、血氣の勇を戒むるこゝと

KARATE-DO THÜRINGEN

KARATE-DO THÜRINGEN

Landesmeisterschaft der Schüler und Jugend



空手道 一人格完成に努むるこゝと

KARATE-DO THÜRINGEN

空手道 一人格完成に努むるこゝと



Größter Kata-Erfolg Thüringens Deutsche Einzelmeisterschaft in Berlin



JAHRGANG 7 • AUSGABE 24 • 2/2000 • INFORMATION THÜRINGER KARATE-VERBAND E.V.

空手道

一人格完成に努むるこゝと



Abschied vom aktiven Leistungssport 24-fache Landesmeisterin Christiane Hempel vom aktiven Leistungssport verabschiedet

Nippon Gotha international erfolgreich Mit neun Athleten bei den 9. Dutch Open in Den Haag

Wir stellen uns vor Diezsch: Aka-Dōjo e.V.

Wartburgpokal Kumite Rekordmeldung zum Pokal in Waltershausen am 3. Oktober

KATA des SHOTOKAN-RYU Herkunft, Bedeutung und Inhalt der Kata

Die Jugendseite Aktivitäten Wintermeeting

JAHRGANG 7 • AUSGABE 25 • 3/2000 • INFORMATION THÜRINGER KARATE-VERBAND E.V.