

## ***Die KARATE Abteilung in der MTV Info 02-2005***

**Nicht nur die Trainer, auch die Karate-Schüler bilden sich auswärts weiter. Die Karate-Abteilung des MTV-Stuttgart beim Trainermeeting 2005 in Stuttgart und beim Breiten-Sportlehrgang in Schifferstadt (Pfalz).**

### **Das fängt ja gut an !**

Das Jahr 2005 fängt ja gut an. Am 22. Januar nutzten die Trainer Andreas Eger und Michael Jäckle das „absolute Heimspiel“ in Stuttgart - Trainermeeting 2005 des Karate-Verbands Baden-Württemberg e.V. (KVBW) – um sich auf dem neuesten Stand zu halten. Nach Begrüßung durch den KVBW-Präsidenten Roland Hantzsche wurden durch den Bundestrainer Toni Dietl einige Lehrmethoden im Kumite (freier Kampf) dargestellt. Die große Turnhalle der Werner-Siemens-Schule war randvoll mit Schwarzgurten, die alle aufmerksam und konzentriert die angesprochenen Übungsformen direkt mit dem Partner ausprobierten. Dabei war ein wichtiger Aspekt, dass im Kumite nicht einfach wild mit mehreren Aktionen auf den Gegner „eingeschlagen“ wird, sondern, dass durch taktisches Antesten der Deckung mit gezielten Techniken auf die freien Stellen agiert wird, um letztendlich erfolgreich Punkte zu erzielen.

Im zweiten Teil unterrichtete die mehrfache Europameisterin und Vizeweltmeisterin Nadine Ziemer die Einheit „Synchron durch Rhythmus“ mit Hilfe des Sound-Karate. Ein sehr wichtiger Punkt, der hierbei zum Tragen kam, ist das so genannte Taktgefühl beim Ausüben von einer Kata (Bewegungsform nach vorher festgelegten Techniken). Es wurde Wert darauf gelegt, dass am Ende eines Taktes auch die Technik beendet war, und zwar mit maximaler Anspannung und Intensität (Kime). Was versucht wurde mit Musik zu vermitteln, war, dass es bei einer Kata-Übung nicht darum geht, die einzelnen Techniken monoton abzuarbeiten, sondern die zusammengehörigen Technikeile rhythmisch zu betonen. Dadurch erlangt man erst die nötige Ausstrahlung und man kann sich etwas von der breiten Masse absetzen.

In einer weiteren Kata-Trainingseinheit konnte man bestimmte Schwerpunkte wie das Ausweichen oder aber auch das „am Mann bleiben“ in den höheren Goju-Ryu-Katas wie Shisochin, Kururunfa oder Suparimpei vertiefen.

### **Das geht ja gut weiter**

Nach dem „absoluten Heimspiel“ im Januar wurde im Februar ein „absolutes Highlight“ draufgesetzt. Die halbe Abteilung rauschte im Schneegestöber nach Schifferstadt, um unseren „Goju-Ryu-Guru“ Fritz Nöpel (8. Dan) bei einem Breitensportlehrgang zu besuchen. Mit dem Titel „Selbstverteidigung, Kata, Bunkai, Geschichte, Philosophie u. vieles mehr“ standen eine Reihe interessanter Themen auf dem Programm, wozu auch unser Gastgeber Michael Hoffmann vom Rheinland-Pfälzischen Karate Verband viel beitrug. Im Bereich Selbstverteidigung demonstrierte uns Fritz verschiedene Faust-, Greif-, und offene Handtechniken eindrucksvoll am Partner.



Michael Jäckle und Fritz Nöpel mit einer Kake-Uke-Technik (Abwehr)

In einem „Mondo“ d.h. in einem Lehrgespräch zwischen dem Meister und seinen Schülern, konnten wir wieder einiges über technische und philosophische Hintergründe unserer Kampfkunst erfahren. Besonders interessant bei der Vermittlung tieferen Wissens über Karate sind die Bezüge zu den chinesischen Ursprüngen. Hierbei tun sich letztendlich auch die Japaner schwer, die nur ungern diese chinesischen Wurzeln akzeptieren wollen.

Über die erst ab ca. 1957 nach Deutschland gekommene Kampfkunst sagen die Chinesen als Charakterschulung: „werde über die Kampfkunst zum Menschen...“. Wir finden, dass gerade Fritz Nöpel, der viel in seinem Karateleben erreicht und eine Menge für die Verbreitung des Karate in Deutschland getan hat, immer menschlich geblieben ist und sich nie (wie vielleicht manch anderer ?) den Starallüren hingegeben hat.



Vordere Reihe von links:  
Stefanie Jäckle, Simon Schnaube, Regine Jäckle

Zweite Reihe:  
Andreas Eger, Sebastian Haug, Christian Reuter, Michael Jäckle, Conni Allgaier, Christian Haug und Michael Schlowski

Ohne Starallüren und in aller Bescheidenheit weisen wir in diesem Zusammenhang auf unsere (noch auszubauende) Homepage hin, die es sicher auch wert ist, mal einen Blick darauf zu werfen: [www.stuttgart-karate.de](http://www.stuttgart-karate.de)

**Andreas Eger**