

- Gruß- / Familienanzeige
- Kommunion- oder Konfirmation-Anzeige
- Private Immobilienanzeige
- Private Kleinanzeige
- [NK-TV](#)
- [Service](#)
 - Kontakt
 - Mediadaten
 - Impressum & AGB
 - Archiv
- [NK-Blog](#)
- [NK-Immowelt](#)

Navigieren zu ...



Sie sind hier: [Home](#) » [Sport](#) » **Fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders**

Von [Robert Lehr](#) 11. Mai 2016 [0 Kommentare](#) [Weiter lesen](#) →

Fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders

3. Karate-Spezial-Lehrgang mit Gürtelprüfung beim Karate Dojo Ryushinkan im 1. Judo-Club Worms e.V.

Als inzwischen fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders des Rheinland-Pfälzischen Karateverbandes führte das Karate Dojo Ryushinkan, am 7. Mai, im 1. Judo-Club Worms e.V. bereits zum 3. Mal in den Sporthallen der Westend Grundschule Worms einen Karate-Spezial-Lehrgang mit anschließender Gürtel-Prüfung durch.

Er beschäftigte sich wieder mit dem Thema Anwendungen der Karate Kata und stand dementsprechend auch unter dem Titel „Shotokan Kata Bunkai Spezial“.

Fast 60 Teilnehmerinnen und Teilnehmer fanden an diesem Samstagmorgen bei herrlichem Wetter den Weg nach Worms. Die Altersspanne der Karateka lag zwischen 6 und 60 Jahren. Die Lehrgangsleitung übernahmen der Leiter des Karate Dojo Ryushinkan, Christoph Offen, seines Zeichens 4. Dan Shotokan und Selbstverteidigungslehrer des Deutschen Karateverbandes. Als Gasttrainer konnte der Verein den amtierenden Landestrainer Kata von Rheinland-Pfalz, Europa- und Worldcupsieger Marcus Gutzmer, 5. Dan Shotokan und Shito-Ryu, verpflichten.

Nach der Begrüßung aller Teilnehmer durch die beiden Lehrgangstrainer Marcus Gutzmer und Christoph Offen begann der Lehrgang pünktlich um 10 Uhr mit einem anspruchsvollen Aufwärmprogramm.

Zwischen verschiedenen Kata wählen

Danach konnten die Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmer sich bei jeder der folgenden 4 Trainingseinheiten jeweils zwischen zwei verschiedenen Kata sowie deren Anwendung (Bunkai) – und damit auch zwischen den beiden Trainern – entscheiden. Bei beiden gab es selbst für hochgraduierte Teilnehmer viel zu lernen und zu trainieren.

So legte der Landestrainer sehr viel Wert auf die Drehungen, Grundtechniken und Stände in den von ihm unterrichteten Kata. Klar verständlich und für jeden Teilnehmer gut nachvollziehbar, baute Gutzmer auf diese Trainingsinhalte in jeder seiner Trainingseinheiten dann ein sich daraus entwickelndes Bunkai auf. Als ebenso erfahrener wie begeisternder Trainer zeigte er dabei Besonderheiten für alle Karateka, unabhängig von ihrer Graduierung.

Christoph wiederum zog die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ganz besonders mit praxisorientierten wie kompromisslosen Bunkai-Anwendungen in seinen Bann. Wie die alten Meister aus Japan und Okinawa sieht er in jedem Kata ein spezielles, in sich schlüssiges Kampfsystem, dass verschiedene Kampfdistanzen und -situationen zeigt. So betonte er ausdrücklich die realistische Anwendung der Techniken und Kampfprinzipien eines Kata und ergänzte damit das bereits vorhandene Karatewissen bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Beide Trainer sparten nicht mit Tipps und Tricks für die Lehrgangsteilnehmer. Gegen 17.00 Uhr endete der auch dem warmen Wetter geschuldete schweißtreibende und erfolgreiche Lehrgang. Die sich anschließende Kyu-Prüfung wurde von allen mit Bravour gemeistert – herzlichen Glückwunsch.



Es war ein durchaus erfolgreicher Lehrgang der Abteilung Karate mit einem breit gefächerten Teilnehmerfeld.

G+ 0

Geschrieben in: [Sport](#), [Sport-Mix](#)

Profil

[Unterschrieben mit Twitter](#) [Unterschrieben mit Facebook](#)
oder

Kommentar

Name

E-Mail Nicht veröffentlicht

Webseite

Senden

Was suchen Sie?

Suchen!