



5. Info - Newsletter

des

Shotokan Karate Dojo Deggendorf

des SV Deggendorf



Liebe Karateka, liebe Mitglieder,

im vergangenen Quartal ereigneten sich wieder viele Neuigkeiten rund um unser Dojo, die wir hier nochmal Revue passieren lassen wollen.

Ich wünsche Euch mit den Berichten eine angenehme Zeit und viel Spass beim Lesen.

In diesem Sinne
Euer Siegfried

Aktuelle Neuigkeiten rund um unser Dojo erfahrt Ihr wie gewohnt auf unserer Homepage:

www.shotokan-deggendorf.de

Inhalt:	Seite:	
1	Neue 2. Dan Träger bei der Karateabteilung	2
2	Karate Seminar mit Meister Fritz Nöpel	2
3	Canyoning Tour in den Bergen Österreichs	4
4	Sommerabschlusstraining der Karatekids	4
5	Schnupperkurs Karate an der Theodor-Eckert-Grundschule	5
6	Dojo-Neuigkeiten / Glückwünsche / Infos	5
7	Termine 10-12/2009	6
8	Wissensecke / Fachartikel / japanische Fachausdrücke	6

1. Neue 2. Dan Träger bei der Karateabteilung

Am 11.7.2009 fand in Mühldorf am Inn ein Karatelehrgang mit den Meistern Fritz Oblinger und Lothar Ratschke statt. Am Ende des Lehrgangs fanden Dan-Prüfungen (Meistergradprüfungen) statt. Auch zwei Mitglieder der Karateabteilung des SV Deggenau stellten sich der Prüfung zum 2. Dan.

Während man mit der Erlangung des 1. Dans gezeigt hat, dass man den technischen Ansprüchen eines 1. Dans genügt, steht man hier doch erst am Anfang seiner Entwicklung zum Karatemeister.

Mit Erlangung des 2. Dans wird man vom Suchenden zu jemandem, der schon einen Teil seines Entwicklungsweges in technischer und geistiger Hinsicht gegangen ist.

Anita Stadler und Walter Urban haben in ihrer Prüfung ihr Können eindrucksvoll unter Beweis gestellt und nach 1,5 Stunden hochverdient ihre Dan-Urkunde zum 2. Dan entgegengenommen. Geprüft wurden Grundtechniken (Kihon), Kampf gegen einen imaginären Gegner (Kata) und Freikampf (Kumite). Beide bestätigten einmal mehr das hohe Niveau des Dojos, so dass auch Dojoleiter Stefan Retzer zufrieden mit seiner Vorbereitungsarbeit sein konnte.



2. Karate Seminar mit Meister Fritz Nöpel



Bereits zum vierten Mal veranstaltete das Dojo Deggenau des SV Deggenau einen Karatelehrgang mit Hanshi Fritz Nöpel (9. Dan Goju-Ryu Yuishinkan Karate) in der Turnhalle der Theodor-Eckert/Theodor-Heuss-Schule in Deggenau. Über 50 Karateka aus ganz Bayern ließen sich die Gelegenheit nicht entgehen, den interessanten und lehrreichen Erklärungen des weltweit bekannten Großmeisters zu folgen und zu trainieren.

Der Schwerpunkt dieses Lehrgangs lag diesmal auf einer realistischen Selbstverteidigung. Denn Kampfkunst bedeutet auch, im Gegensatz zum Kampfsport, sich wirkungsvoll gegen einen Angreifer verteidigen zu können.

In diesem Zusammenhang betonte er die 3 Stufen der Trainingslehre: "Shu" beinhaltet die Grundschule, d.h., einfache Abwehr- und Angriffstechniken, auf sichere Stände achten. Kraft und Ausdauer zu bekommen ist in dieser Stufe wichtig, aber auch die Charakterschulung.

"Ha" meint die Formschule: aufbauend auf der Grundschule wird hier der Schwerpunkt auf technische Sauberkeit gelegt. Komplexere Technik-Kombinationen, das Umgehen mit der Atmung, einfache Selbstverteidigung sind hier das Thema.

"Ri" ist die Wegschule: Die Techniken sind perfektioniert, die Vielfalt der Kampfkunst ist verinnerlicht. Ziel in dieser höchsten Stufe ist es, bei der Selbstverteidigung eins mit dem Gegner zu werden.

Die Voraussetzungen für eine realistische Selbstverteidigung ist lt. Fritz die Beherrschung einer Vielfalt von Techniken, aber auch Kraft, Schnelligkeit und vor allem das Gefühl für die richtige Distanz zum Gegner. Der Großmeister berichtete über die Tiere im Karate und machte hier wieder den Ursprung des Karate in den chinesischen Kampfkünsten deutlich. Die chinesischen Kampfkünstler haben aus der genauen Beobachtung des Kampfstyles von Tieren viel in die eigene Kampfkunst und damit in die Selbstverteidigung übernommen. Fritz Nöpel ging auch auf die klassischen Angriffssituationen ein, in denen man sich verteidigen muss: Alt gegen Jung, Frau gegen Mann, Klein gegen Groß. Aber selbst große, kräftige Männer dürften sich nie zu sicher sein, dass sie niemals in eine Verteidigungssituation kommen. Man muss sich seiner körperlichen Gegebenheiten bewußt sein, um die für sich richtigen Techniken zu wählen und sich damit wirkungsvoll verteidigen zu können.

Alles in allem war es mal wieder ein gelungener Lehrgang. Mit Fritz Nöpel hatte das Dojo Degendorf einen Lehrmeister zu Gast, der nicht nur durch sein tiefes Wissen und Verständnis der Kampfkünste zu beeindrucken verstand, sondern auch durch seine Persönlichkeit und seinen Charakter.



3. Canyoning Tour in den Bergen Österreichs

In den Sommerferien machten sich einige Mitglieder der Karateabteilung des SV Deggenau auf zu einer Canyoning-Tour in den Bergen Österreichs.

Nach der Anreise am Freitag gab es eine kurze Einweisung für den nächsten Tag, dann ließ die Gruppe den Abend bei einem gemütlichen Essen ausklingen. Am Samstag ging es dann zunächst zum Einkleiden: Alle wurden mit Neoprenanzügen (damit einem das 6 Grad kalte Wasser nichts anhaben konnte) und Sturzhelmen



ausgestattet. Dann ging es mit dem Bus zur Einstiegsstelle in den Canyon. Bei strahlendem Sonnenschein verbrachten die Teilnehmer 2 1/2 Stunden mit dem Wandern durch Gebirgsflüsse, Abseilen von Felsvorsprüngen, Rutschen auf natürlichen Felsrutschen und Sprüngen von Felsen (teilweise 10-12 Meter hoch) in bis zu 8 Meter tiefe Pools. Allen war die Begeisterung ins Gesicht geschrieben und trotz aller Anstrengung waren alle etwas enttäuscht, als das Ende des Canyons erreicht war. Der Abend endete mit einem zünftigen Barbeque und am Sonntag ging es wieder Richtung Heimat. Alle waren sich einig, diese Aktion nächstes Jahr zu wiederholen.

4. Sommerabschlusstraining der Karatekids



Traditionell trainiert die Jugend der Karateabteilung des SV Deggenau im letzten Training vor der Sommerpause kein Karate, sondern lässt das Schuljahr bei Spiel und Spass ausklingen. Auch dieses Jahr trafen sich die Jungen und Mädchen im Alter zwischen 8 und 18 Jahren im Stadtpark, um bei strahlendem Sonnenschein Beachvolleyball und Baseball zu spielen. Erfrischen konnten sich die Kids zwischendurch mit Getränken und Eis. Zum Schluß wurden sie von ihren Trainern in die wohlverdienten Ferien entlassen.

5. Schnupperkurs Karate an der Theodor-Eckert-Grundschule

Am 1.10.09 wurde vom Shotokan-Karate-Dojo-Deggendorf an der Theodor-Eckert-Grundschule ein Schnupperkurs Karate durchgeführt.

Anschaulich und spielerisch wurden den Schülern der 1.-4. Klassen einige Grundtechniken erklärt, die sie dann auch an Schlagkissen ausprobieren konnten.

Aber auch theoretisches Wissen wurde vermittelt, wie z. B. wo die Ursprünge des Karate liegen oder einige japanische Ausdrücke. Die Trainer erklärten und demonstrierten, dass das Karatetraining aus den Bereichen Grundschule, Kata (Kampf gegen einen unsichtbaren Gegner) und Kumite (Freikampf) besteht. Wichtig sei auch die Einhaltung bestimmter Regeln im Dojo (Übungsraum) und der Respekt vor dem Partner. Insgesamt würden durch Karate Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainiert und konditionelle Fähigkeiten gefördert.



6. Dojo-Neuigkeiten / Glückwünsche / Infos

Besondere Geburtstage:

10 Jahre ***Oraca Adrian***

20 Jahre ***Sieker Alexandra***

– Herzlichen Glückwunsch!

Neuigkeiten:

Wie bereits oben erwähnt, legten Anita Stadler und Walter Urban erfolgreich die Prüfung zum 2. Dan ab. An dieser Stelle nochmal...

– Herzlichen Glückwunsch!

7. Termine 04-06/2009

Oktober 2009

- 17.10.09 Lehrgang mit Helmut Körber in Arnstorf (5 UE)
- 18.10.09 Lehrgang mit Hilmar Fuchs in Hauzenberg (5 UE)



November 2009

- 20./21.11.2009 Shotokan-Ryu Karate Do Seminar mit Lothar Ratschke und Fritz Oblinger in Nürnberg (5 UE)
- 22.11.09 BKB Verbandstag in München

aktualisierte Termine sowie Ausschreibungen findet Ihr auf unserer Homepage unter Termine!

8. Wissenssecke / Fachartikel / japanische Fachausdrücke

Der Vater des Shôtôkan Karate, wer war Gichin Funakoshi und was machte ihn zum Begründer ?

GICHIN FUNAKOSHI - der BEGRÜNDER des SHÔTÔKAN-KARATE-DO / TEIL I

(Zusammenfassung von Frank Pely aus Büchern von Werner Lind; übernommen aus KARATE-DO Thüringen, Jahrgang 2, Ausgabe 4, Information Thüringer Karate-Verband e.V., 4/1994)

Zweifelloos ist GICHIN FUNAKOSHI der Begründer des japanischen KARATE-DO. Durch sein Wirken kam KARATE nach Japan und entwickelte sich von einer tödlichen Kampfkunst zu einer Methode der Persönlichkeitsbildung.

GICHIN FUNAKOSHI wurde 1869 auf OKINAWA im Bezirk YAMAKAWACHO geboren. Er war der einzige Sohn einer einfachen SAMURAI-Familie der damaligen SHIZOKU-Klasse (privilegierte Klasse). Sein Vater war ein Spezialist im Kampf mit dem KON (okinawanischer Stock).

Seine Kindheit verlebte er bei seinem Großvater GIFU, einem bekannten konfuzianischen Gelehrten. Von ihm lernte FUNAKOSHI die vier großen chinesischen Klassiker.

Bereits während seiner Grundschulzeit begegnete GICHIN FUNAKOSHI dem Meister ANKO AZATO, dem inneren Schüler (UCHI.DESHI) des Meisters MATSUMURA und begann bei ihm den Unterricht im KARATE-DO.

Oftmals war Meister ITOSU bei AZATO zu Gast, da beide Meister eng befreundet waren. Während sich die Meister auf der Veranda unterhielten, übte FUNAKOSHI allein im Hof. Stets sparte Meister AZATO mit Lob und tadelte viel. Dabei war ein Ziel seiner Ausbildung, Empfindungen wie Verbitterung und Erniedrigung zu überwinden. Damals wurde KARATE noch im Geheimen geübt. Deshalb ging FUNAKOSHI jeden Abend zum Haus seines Meister AZATO um im Schutz der Dunkelheit zu trainieren. Oft dauerte das Training bis in die Morgenstunden.

Das Training bestand nur aus Wiederholungen der KATA, und nichts konnte Meister AZATO dazu bewegen, auch nur ein einziges Mal davon abzusehen. Getreu dem Grundsatz HITO-KATA SANNEN (mindestens drei Jahre für eine KATA), lehrte ihm der Meister erst dann eine neue Form, wenn er die alte gut genug beherrschte. So mußte FUNAKOSHI zehn Jahre täglich die TEKKI-KATA üben, ehe der Meister mit ihm zufrieden war.

Nebenbei schrieb FUNAKOSHI auch Gedichte, die er mit dem Pseudonym SHOTO kennzeichnete. Im Jahre 1888 bestand er die Prüfung zum Hilfslehrer an der Schule in SHURI und wurde 1891 zum Hauptschullehrer befördert und nach NAHA versetzt. Obwohl er nun bei den Meistern KYUNA, TOONA, NIIGAKI und SOKON MATSUMURA übte, brach die Verbindung zu seinen SHURI-TE Lehrern AZATO und ITOSU nie ab.

Anläßlich eines Besuches des Schulkommissars der japanischen Provinz KAGOSHIMA, SHINTARO OGAWA, leitete er 1901/1902 eine KARATE-Demonstration in der Schule von NAHA: Im Ergebnis dessen veranlaßte der Bericht des Schulkommissars, daß das Kultusministerium in Tokyo KARATE als Teil des Lehrplanes an den okinawanischen Schulen einführte. Dazu wurden von Meister ITOSU im Jahre 1905 die fünf PINAN-(HEIAN-)KATA gegründet, aus denen er Taktik und Methodik des Kämpfens weitgehend entfernte und den gesundheitlichen Aspekt in den Vordergrund stellte. GICHIN FUNAKOSHI spielte in der Folgezeit bei den Kontakten zwischen bekannten japanischen Persönlichkeiten und dem okinawanischen KARATE eine immer bedeutendere Rolle.

Nach dreißig Jahren Schulzeit widmete sich FUNAKOSHI vollständig den Kampfkünsten und bat um seine Entlassung aus dem Schuldienst.

Als Meister FUNAKOSHI 1916 nach Kyoto fuhr um eine KARATE-Demonstration zu geben, hatte Japan zum ersten Mal seit dreihundert Jahren wirklich Kontakt zum okinawanischen KARATE, jener geheimnisumwitterten Kampfkunst TODE, die von den Japanern nie besiegt werden konnte.

Am 06. März 1921 wurde eine erneute KARATE-Demonstration gegeben, zu Ehren des japanischen Erbprinzen HIROHITO, der OKINAWA besuchte. Diese Demonstration beeindruckte den Prinzen derart, daß noch 1921 durch das japanische Kultusministerium eine Einladung an das OKINAWA SHOBUKAI (Vereinigung der Kampfkünste) erging, das

okinawanische KARATE anlässlich einer großen Kampfkunstdemonstration in Tokyo vorzustellen.

Nach langer Beratung der okinawanischen Meister wurde GICHIN FUNAKOSHI, der als Mann von feinen Charakter bekannt war und die Kampfkunst auf einem hohen Niveau gemeistert hatte, für diese Aufgabe ausgewählt.

FUNAKOSHI, der ein Meister der Kalligraphie und der Dichtkunst war und gleichermaßen in der japanischen Sprache wie auch in der okinawanischen Kultur bewandert, erfüllte diese Aufgabe am KODOKAN in Tokyo zusammen mit MAKOTO GIMA, dem heutigen Großmeister des SHÔTÔKAN-RYÛ und Inhaber des 10. Dan.

Niemand konnte damals ahnen, daß diese Reise FUNAKOSHI's im Mai 1922 eine Reise ohne Rückkehr werden sollte. Der damals 53-jährige widmete sich in seinem freiwilligen Asyl den Rest seines Lebens der Verbreitung des KARATE-DO.

Im November 1922 veröffentlichte GICHIN FUNAKOSHI seine erste Arbeit "RYUKYU KEMPO KARATE". Darin bemühte er sich vor allem, die philosophischen Hintergründe des okinawanischen KARATE in den Vordergrund zu stellen. Im wesentlichen beschränkte sich dieses Buch aber auf die Beschreibung der 15 FUNAKOSHI-KATA, die durch recht rauhe Zeichnungen veranschaulicht wurden. Bereits hier stellte er KATA sowohl aus dem SHÔRIN-RYÛ als auch dem SHÔREI-RYÛ dar. Dieses Buch fand in Japan jedoch nicht dem gewünschten Erfolg.

1925 veröffentlichte FUNAKOSHI sein zweites Werk mit dem Titel RENTAN GOSHIN KARATE JITSU", in welchem bereits Photos verwendet wurden. Der Inhalt dieses Buches umfaßt ebenfalls die von ihm ausgewählten 15 KATA.

Bereits nach kurzer Zeit in Japan erregte Meister FUNAKOSHI die Aufmerksamkeit mehrerer prominenter Kreise des japanischen BUDO. Besonders erwähnenswert ist hier wohl seine Bekanntschaft und lebenslange Freundschaft mit dem legendären JUDO-Begründer JIGORO KANO, von dem er 1926 das DAN-System (KYUDAN) ins KARATE übernahm und auch viele Anregungen für die Weglehre erhielt.

Quellenangaben:

<http://www.fh-jena.de/fh/org/sport/karate/funakoshi.html>