

Vierter Kangeiko des Karate Dojo Überlingen mit Sensei Shinji Aktita

Sechs Tage Karate mit dem Profi

Zum vierten Mal veranstaltet das Karate Dojo Überlingen vom **16. bis 21. Januar** ein sechstägiges Trainingscamp. Geleitet wird es von Sensei Shinji Akita.

Von Reiner Jäckle

Ishiki mu ishiki – so lautet das Motto des vierten Kangeiko in Überlingen. Wer jetzt nichts mehr versteht, dem sei gesagt, es handelt sich um Karate. Ein Kangeiko ist ein mehrtägiges Trainingscamp. Wörtlich übersetzt bedeutet es so viel wie „Trainieren in der kalten Jahreszeit“ – und zwar traditionelles Karate.

Wolfgang Obert

Durch Sensei Akita ist eine unvergessliche Woche bereits garantiert.

Und das Motto „Ishiki mu ishiki“ kann mit den Begriffen Aufmerksamkeit oder Fokus übersetzt werden. Das Ziel des Trainingscamps ist es, dass die Teilnehmer ihre Aufmerksamkeit auf ihre Mitte richten, auch wenn sie sich im Training auf neue Bewegungsabläufe konzentrieren müssen.

Sensei Akita kommt

Geleitet wird das Kangeiko von Sensei Shinji Akita. Er ist in Überlingen kein Unbekannter, denn er ist seit dem ersten Trainingscamp dabei. Mittlerweile gibt es bereits freundschaftliche Kontakte mit ihm und den Überlinger Karateka. „Durch Sensei Akita ist eine unvergessliche Woche bereits garantiert“, sagt Dojoleiter Wolfgang Obert. Und auch der Profi-Karateka freut sich auf Überlingen.

Sensei Shinji Akita

Es ist mein Leben und viel mehr als nur Sport. Mich fasziniert die Verbindung von körperlichem Training und geistiger Konzentration.



Sensei Shinji Akita kommt vom 16. bis 21. Januar nach Überlingen und leitet im dortigen Karate Dojo ein Kangeiko. Mitmachen kann jeder, der Lust hat. Bild: Archiv

Sechs Tage Kangeiko in Überlingen

Vom 16. bis 21. Januar findet im Karate Dojo Überlingen (Langgasse 5) zum vierten Mal ein Kangeiko statt. Als Gasttrainer kommt Sensei Shinji Akita, der den 5. Dan Shokotan hat.

Kinder trainieren am Dienstag, 17. Januar, und Donnerstag, 19. Januar, jeweils von 17.15 bis 18.15 Uhr und am Samstag, 21. Januar, von 9.15 bis 10.15 Uhr.

Die **Unterstufe** trainiert von Montag, 16. Januar, bis Freitag, 20. Januar, jeweils von 18.30 bis 20 Uhr und am Samstag, 21. Januar, von 10.30 bis 12 Uhr und von 14.30 bis 16 Uhr.

Die **Oberstufe** trainiert von Montag, 16. Januar, bis Freitag, 20. Januar, jeweils von 20 bis 21.30 Uhr und am Samstag, 21. Januar, von 12 bis 13.30 Uhr und von 16 bis 17.30 Uhr.

Weitere Informationen, Anmeldekontakte und genaue Trainingszeiten gibt es im Internet unter:

www.karate-dojo-ueberlingen.de

Sensei Shinji Akita ist seit weit über 20 Jahren Profi und auf der ganzen Welt unterwegs. „Ich reise durch ganz Europa und sogar Kanada, gebe Lehrgänge, Seminare und halte Vorträge“, so der 46-Jährige, der den 5. Dan Shotokan besitzt und Karate so beschreibt: „Es ist mein Leben und viel mehr als nur Sport. Mich fasziniert die Verbindung von körperlichem Training und geistiger Konzentration.“

Für Jedermann

Das Kangeiko ist sowohl für Fortgeschrittene als auch für Kinder geeignet. Das gesamte Training findet im Karate Dojo Überlingen statt. Da der Platz im Überlinger Dojo nicht unbegrenzt ist, ist eine Anmeldung zu empfehlen. „Dadurch ist aber auch ein durchaus familiäres und besonderes Flair gegeben“, sagt Obert. Bereits jetzt haben sich Karateka aus dem gesamten Bodenseekreis, aus Konstanz, Illmensee, Ostrach, Singen und sogar aus dem Schwarzwald angemeldet. Zuschauer sind ebenfalls willkommen.

Quergedacht

Es blendet wieder!



Die Tage werden zwar wieder länger, aber es ist dennoch verhältnismäßig lange am Morgen und ziemlich früh am Abend dunkel. Das bedeutet, dass auf den Straßen die Autos länger, beziehungsweise früher, das Licht anschalten. Allerdings hat dies auch teilweise negative Folgen. Vor allem dann, wenn mit dem Licht auch die Nebelscheinwerfer eingeschaltet werden. Wenn dann auch noch die Straßen nass sind, was nicht selten vorkommt, sind diese Autos wahre Blendfahrzeuge. Durch die Spiegelung auf der Straße sind die Fahrer in den entgegenkommenden Wagen stark in der Sicht gestört. Allerdings scheinen sich viele Autofahrer, die mit Nebelscheinwerfern fahren, dessen nicht bewusst zu sein.

Das Ganze kann auf viel befahrenen Straßen, vor allem im Berufsverkehr, richtig unangenehm, ja, sogar gefährlich werden. Offensichtlich kennen eine ganze Reihe von Autofahrern den Unterschied zwischen Abblendlicht, Fernlicht und Nebelscheinwerfer nicht. In der Straßenverkehrsordnung steht im Paragraph 17, dass die Nebelscheinwerfer nur dann eingesetzt werden dürfen, wenn Nebel, Schneefall oder Regen „die Sicht erheblich behindern“.

Manchmal habe ich allerdings das Gefühl, dass es bei einigen prinzipiell neblig ist. Und für eine vernebelte Sicht gibt es entweder Scheibenputztücher oder eine geeignete Brille. In diesem Falle gilt, dass Rücksicht besser ist als Eigensinn.

Reiner Jäckle
SeeWoche Überlingen

Das Fundtier



Wer will mich?

Momo ist Mitte Oktober geboren. Sie ist ein sehr aufgewecktes kleines Kätzchen, das ganz genau weiß, was es will. Sie besteht unter anderem auf ihre regelmäßigen Schmuseeinheiten. Momo wird nur als Wohnungskatze vermittelt. Interessenten wenden sich bitte an Anette Kuhn unter Telefon 07556/931 046. Weitere Infos und ein Video gibt es im Internet unter:

www.tierfreunde-am-bodensee.de

Ankauf Münzen!

GOLD / SILBER + BARREN
Barzahlung zu Top Preisen
Münzhandel Ivan Dubravec
Ladengeschäft Wilhelmstr. 21
78120 Furtwangen · Tel. 01 72/5857993



Elektrische Kaminfeueröfen



2000 Watt
Stark reduziert
jetzt ab **169,- €**

BOMMER
Fachenter
88662 Überlingen
Nußdorfer Straße 101
Telefon 0 75 51/80 05-30
– Kostenlose Parkplätze –

Abb. ähnlich

www.schulergmbh.de - seriös und kompetent

EDELMETALLE An- und Verkauf

IHR Fachmann, seit über 7 Jahren

- GOLD Wir Kaufen Ihr Altgold, Schmuck, Zahngold, Münzen, Barren, Bruchstücke
- SILBER Schmuck, Münzen, Barren, Bestecke (Stempel: 800, 925, 12, 13)
- PLATIN Schmuck, Münzen, Barren
- ZINN Teller, Krüge, usw. - ab 3,50 € / Kg
- ORDEN und EHRENZEICHEN
- Versilbertes Besteck Stempel 90/100

Vertrauen SIE Ihrem Familienunternehmen aus der Region

| | |
|--|---|
| Überlingen Münsterstr. 42 neben Reformhaus Mittwoch & Donnerstag 10.00 bis 13.00 Uhr 14.30 bis 17.30 Uhr | Friedrichshafen Charlottenstr. 51 gegenüber Hugo Müller Mittwoch & Donnerstag 10.00 bis 13.00 Uhr 14.30 bis 17.30 Uhr |
|--|---|

SCHULER GmbH, gebührenfreie Hotline 0800 - 8866889

Sparen Sie Bares!
Wäsche ab Fabrik!

HERMKO Unterwäsche
78604 Rietheim/TUT, Tel. (07424) 2929
auch auf Amazon oder eBay.de

Günstige Gelegenheit?

www.suedkurier.de/anzeigen

SÜDKURIER