

SÜDKURIER Medienhaus -

URL:

<http://www.suedkurier.de/region/bodenseekreis-oberschwaben/ueberlingen/art372495,2502492,0>

Die Körper-Kunst mit der leeren Hand

16.03.2007 05:15

Beim Aktionstag des Karate Dojo zeigen die Kinder den Erwachsenen, wo es lang geht



Katharina Schorpp

Foto: Swyter

Ich würde niemals zuschlagen", überlegt Katharina Schorpp: "Ich hätte viel zu viel Angst, dass ich jemanden verletzen könnte." Um "zuschlagen" geht es im Karatesport auch nicht. Karate bedeutet leere Hand. Leere Hand deshalb, weil es im Karate keine Waffen gibt. Und eigentlich wird auch gar nicht gekämpft, sondern eine Kunst ausgeübt - Kampfkunst.

Die Kunst besteht vor allem darin, den Gegner nicht zu treffen - trotzdem fühlt sich die zwölfjährige Katharina sicherer, seitdem sie Karate macht. Sie gehört zu den 120 Kindern, die im Karate Dojo Überlingen Mitglied sind. Um Interessierten zu zeigen, was Karate überhaupt bedeutet und was da eigentlich trainiert wird, geben die Karateka einen Einblick in eine Übungseinheit. Bundesweit beteiligen sich diverse Karatevereine an diesem Aktionstag, der vom Karateverband gemeinsam mit der Barmer Ersatzkasse initiiert wurde.



Antonia Raichle beim Training.

Foto: Swyter

Was die Kinder zeigen, versetzt die Zuschauer in Staunen. Alle Karateka sind mit dem traditionellen weißen Karate-Gi gekleidet - das unterstreicht die eindrucksvolle Vorstellung. Zu Beginn der Einheit knien die Kinder aufrecht in einer Reihe und schließen die Augen, um zu meditieren.

Karate erfordert eben viel Disziplin - trotzdem sind die Kinder von der Sportart begeistert. "Gerade die Disziplin kommt bei denen gut an", weiß Wolfgang Raichle, der als Trainer im Karate Dojo in Überlingen tätig ist.

Bevor Raichle neue Regeln einführt oder auf bestimmte Disziplinen pocht, erklärt er den Kindern den Hintergrund. Die japanische Kampfkunst ist sehr traditionell. "Wir versuchen, diese Tradition zu wahren", erklärt Raichle: "Die Kinder nehmen das sehr gut an."

Beim Aktionstag werden einige Katas vorgeführt. Ein Kata ist ein Kampf gegen mehrere imaginäre Gegner, in dem die Bewegungsabläufe in einer bestimmten Reihenfolge festgelegt sind. Die Kinder müssen sich die Namen der Katas merken. Die japanischen Befehle schallen durch den Raum, die Zuschauer verstehen nichts - die Kinder alles. "Wenn man öfter zum Training geht, kann man sich das merken", ist sich Christine Pedolzky (10) sicher. Sie muss es ja wissen, schließlich klappt bei ihr alles auf Anhieb. Auch die achtjährige Antonia Raichle ist nicht sonderlich beeindruckt von den Befehlen. Die schwierigste Übung für sie ist die, "wo man seitwärts mit dem Fuß, aber mit der Fußfläche nach oben tritt." Joan Steidle (10) pflichtet ihr bei: "Da fällt man schon mal um."



Joan Steidle
Foto: Swyter

Karate Dojo (Dojo bedeutet frei übersetzt "Der Ort des Trainings") ist ein familienfreundlicher Verein, was erst recht deutlich wird, wenn man die Mitgliederstrukturen studiert: auf 80 Erwachsene kommen 120 Kinder. Um Ältere für den Sport zu begeistern, ist seit Mitte März ein Schnupperkurs für Erwachsene ab 40 Jahren im Angebot. Immer freitags um 18.30 Uhr, also auch heute Abend, leitet der Mediziner Albrecht Schneider den Kurs: "Das Herz-Kreislauf-System wird gestärkt, die Grundbeweglichkeit verbessert und die Konzentration gefördert."

Den Kindern tut der Sport zumindest gut, das zeigten sie den Zuschauern im Laufe des Tages. Vielleicht überwinden sich ja auch einige von ihnen zum Mitmachen.

Informationen im Internet: <http://karate.vip-offshore.com>



Christine Pedolz
Foto: Swyter



Trainer Wolfgang Raichle
Foto: Swyter

VON RAGNA SWYTER
Alle Rechte vorbehalten.

Copyright © 2008 SÜDKURIER GmbH Medienhaus - Alle Rechte vorbehalten.
Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung durch das SÜDKURIER Medienhaus