

SÜDKURIER Medienhaus -

URL:

<http://www.suedkurier.de/region/bodenseekreis-oberschwaben/ueberlingen/art372495,1762067,0>

Nichts für Raufbolde: Karate als Lebensweg

24.10.2005 04:51

Dojo Überlingen feiert 30-jähriges Jubiläum - Zwei Drittel der Mitglieder sind Kinder



Beim Karatedo ist der Respekt vor dem Partner oberstes Gebot. So auch für den 13-jährigen Tobias Vogel (links) und den um ein Jahr älteren Lukas Schetter, die hier beim Training zu beobachten sind.

Foto: Bast

Wenn Wolfgang Raichle den Trainingsraum betritt, faltet er die Hände und verneigt sich leicht. Eine Geste der Höflichkeit und des Respekts, die der Karatelehrer nicht nur dem Raum, in dem er trainiert, seinem "Dojo", sondern auch seinen jeweiligen Trainingspartnern entgegenbringt. Beim 30-jährigen Jubiläum des "Karatedojo Überlingen", bei dem die Überlinger den ganzen Tag über mit ihren Kameraden aus den Nachbarvereinen trainieren, erklärt Raichle: "Das Gegenüber ist kein Gegner, sondern ein Partner." Dojoleiter Wolfgang Obert fügt hinzu: "Karate wie wir es begreifen, ist ein Lebensweg. Oberste Maxime ist die Vervollkommnung des Charakters." Es gehe nicht um Kampf oder Sieg sondern um den Weg des Übens. Um Konzentration und Disziplin. Und deshalb nenne man die Art von Kampfsport, die der Überlinger Verein ausübt, nicht nur Karate, was soviel bedeute wie "leere Hand", also auf den "Kampf mit leerer Hand" hindeutet, sondern füge dem Begriff noch das "do" hinzu, welches für "Weg" stehe.

Karate sei lange Zeit als Schlägersportart verschrien gewesen, bedauert Obert. Dies sei gänzlich falsch, das Gegenteil sei der Fall. Karate sei ein spiritueller Weg, eine Selbstfindung über den Körper. Grundphilosophie sei, sich immer weiter zu vervollkommen, im Training ebenso wie im Zwischenmenschlichen. Um sich diese Maxime immer wieder ins Bewusstsein zu rufen, werden vor Trainingsbeginn häufig die Leitsätze, die "Dojo-Kun", vorgelesen. "Sei höflich und bescheiden. Vervollkomme deinen Charakter. Sei gradlinig und beherrscht. Sei gerecht und hilfsbereit. Sei mutig", heißt es da.

Den Kinder, die regelmäßig im Karatedojo trainierten, gingen diese Regeln erstaunlich rasch in Fleisch und Blut über, sagt Trainer Wolfgang Raichle. Überhaupt seien die Kinder, die sich für Karate interessierten, in keiner Weise Raufbolde, im Gegenteil. Eher die schüchternen und zurückhaltenden Charaktere übten diese Sportart aus und fänden in ihr mehr Selbstbewusstsein. Durch das Karatetraining,

besonders durch Soundkarate, also Karate mit Musik, würden Motorik und Rhythmik ebenso geschult wie das Balancegefühl und die Rechts-Links-Koordinantion. "Nach eineinhalb Jahren Training habe ich das Gefühl, ganz andere Kinder vor mir zu haben", sagt Raichle.

Überhaupt sind die Kinder die eigentlichen Zugpferde des Vereins: Doppelt so viele Kinder wie Erwachsene, nämlich 140, trainieren derzeit im "Karatedojo Überlingen". Und oft sind die erwachsenen Mitglieder Eltern, die sich von der Begeisterung ihrer Kinder hätten anstecken lassen. Dass das Training Früchte trägt, beweisen die Erfolge, die die Kinder auf den regionalen Wettkämpfen, den sogenannten "Kara-Games" davontragen. "In der Disziplin "Sound-Karathe" haben wir bisher immer gewonnen", sagt Raichle stolz. Übrigens sei es auch für Erwachsene möglich ins Training einzusteigen, meint Obert. Und unter der Leitung von Wolfgang Raichle wolle das "Karatedojo" am 12. November ab 14 Uhr im Haus der Vereine einen Selbstverteidigungskurs für Frauen abhalten. Denn, so Raichle: "Mit einfachen Dingen kann man bezüglich Selbstverteidigung viel bewirken".

Eva-Maria Bast

Wer Interesse an Karate hat und sich weiter informieren möchte, erreicht das Überlinger Karatedojo unter Telefon 07551/7705.

Alle Rechte vorbehalten.

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