

1. Brandenburgischer Shotokan-Tag - Ein schöner Tag!

Schön war´s, das muss man schon sagen! Einmal das traditionelle Shotokan-Karate rauf und runter, Vielfalt vom Allerfeinsten, so lässt es sich ziemlich treffend zusammenfassen.

Tiefgang in den Techniken, Hinterfragen der anatomischen Hintergründe, richtige Atmung und Technikausführung mit Geist, dazu ein gelungenes Catering und ein tolles Gastgeber-Dojo – das war der erste im Bundesland Brandenburg stattfindende Shotokan-Tag!

Diese detailgenaue Korrektur und Beleuchtung der Hintergründe einer Shotokan-Technik, im Rahmen einer dazu harmonisierenden Gruppenstärke, die das erst möglich machte, so empfanden die knapp über 40 Teilnehmer die angebotenen Trainingseinheiten an diesem Tag, dem 25. August 2018.

Uwe Waskow, Thomas Holm, Ronald Dorau und Elke Kuntzsch ist es vortrefflich gelungen, die ganze Palette des Shotokan-Karate abzudecken: Mit zwei Kata-Einheiten, einer Kata für die Unter- und einer für die Oberstufe, zwei unterschiedlichen Kumite-Einheiten, die auch von verschiedenen Referenten geleitet wurden und einmal Kihon-Varianten und einmal Jiyu-Varianten zum Thema hatten, mit zwei Kihon-Einheiten, in denen einmal Tsukis und einmal Keris unterrichtet wurden, einer Einheit rund um die richtige Atmung und einer Einheit, die sich mit der mentalen Ebene einer Dan-Prüfung beschäftigt – da war wirklich buchstäblich für jeden etwas dabei!

Das Ausrichter-Dojo Karateverein-Lübbenau, welches sich auch für die Fotos verantwortlich zeichnet, hat mit zwei mehr als ausreichend großen Trainingsräumen, die beide mit Matten ausgelegt waren, super Trainingsbedingungen geschaffen. In dem dem Verein gehörenden Gebäude war mit Seminarraum, Essensraum inklusive Theke und einem in diesem Jahr noch ungenutzten dritten Trainingsraum mit Spiegelwand alles vorhanden, was das Trainingsherz begehrt! Für frisch Gegrilltes, kühle Getränke, fantastisch schmeckenden Kuchen und weiteren Leckereien war ohnehin gesorgt – ein riesen Dankeschön an dieser Stelle stellvertretend für alle Helferinnen und Helfer an André Wobith mit seinem Team!

Es wurde intensiv trainiert, vier einstündige Einheiten hintereinander weg, nur unterbrochen von zehnminütigen Pausen – da wusste jeder am Tagesende, was sie oder er getan hatte! Deshalb war es besonders wohltuend, danach im schön

hergerichteten Ambiente noch ein wenig zu verweilen, alte Kontakte aufzufrischen, neue entstehen zu lassen und mit einer gehörigen Portion Motivation und neu entfachte Lust auf Karate wieder den Heimweg anzutreten, voller Vorfreude auf die nächste Trainingseinheit, um dort die Flamme des Karate weiter hell lodern zu lassen!

So bleibt am Ende die Aussicht auf das nächste Jahr, wenn die erste Neuauflage des brandenburgischen Shotokan-Tages ansteht, wobei terminlich sich das erste oder eines der ersten Wochenenden nach den großen Sommerferien erneut anbieten wird. Auch der 24. November 2018 macht neugierig, wenn eines der beiden Dan-Shakais, welche in der Stilrichtung Shotokan auf Bundesebene jährlich angeboten werden, in diesem Jahr im Bundesland Brandenburg, und zwar in Potsdam, stattfinden wird. Da wird uns brandenburgischen Dan-Trägern im Shotokan von Bernd Milner (9. Dan) ein weiteres Schmankerl geboten!

In diesem Sinne, verbleibe ich mit besten Grüßen,

Stanley Schulze

Stilrichtungsreferent Shotokan KDB e.V.