

Magazin des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.



# DKKB

HEFT 01/2020

獨逸国 日本空手協会

Fachverband für traditionelles Karate



# HIDEO OCHIS 80. GEBURTSTAGS- LEHRGANG

- NACHRUF AUF KLAUS WIEGAND • KARATE IN KRISENZEITEN •
- GICHINS FAUST • INTERVIEW MIT HIDEO OCHI IM TSCHJECHISCHEN FERNSEHEN •
- PRÜFUNGSANGST • KATA-KUMITE-TAG • NACHRUF •



## AKTUELLES

### MITGLIEDERMELDUNG 2020

Die Anmeldung findet ihr unter:  
[www.djkb.com/Formulare](http://www.djkb.com/Formulare)  
Dojos können ihre Mitglieder für 2020 wie folgt online melden:

#### 1. Möglichkeit

Übernahme der Ist-Daten aus 2019, dann einzelne Mitglieder löschen oder auf inaktiv setzen. Neue Mitglieder können später wieder manuell ergänzt werden.

#### 2. Möglichkeit

In die „leere Tabelle“ eine aktuelle Excel-Liste hochladen.

### LEHRGÄNGE VON JKA INSTRUCTOREN

Für die Freigabe von Lehrgängen ausländischer Instructoren, z.B. der JKA, bitten wir die Dojos, **sämtliche Anfragen nur noch über die Geschäftsstelle des DJKB zu tätigen. Die Freigabe wird mit Chefausbilder Ochi Sensei** abgestimmt und die Termine können somit zeitlich und regional besser koordiniert werden.

### PRÜFUNGLISTEN ONLINE EINSCHICKEN

Im Januar 2020 ist die neu überarbeitete Homepage des DJKB online gegangen. Dort besteht die Möglichkeit, unter dem Menüpunkt „Mitgliederservice“ die **Prüfungslisten online** (mit entsprechendem Sicherheitszertifikat) **an den Prüferreferenten** zu senden.

## SCHWIERIGE ZEITEN FÜR DIE KAMPFKÜNSTE

Monatelang kein gewohntes Training, keine Wettkämpfe, kein Gasshuku oder Kata Special, keine Lehrgänge. Die Dojos mussten kreativ werden, um ihre Mitglieder während der Pandemie fit zu halten. Einige Beispiele, welche Einfälle es in unseren Dojos gegeben hat, sind im Artikel in diesem Heft beschrieben. Wir haben keine repräsentative Umfrage gestartet und wollen auch für die aufgeführten Dojos keine Werbung machen. Alle Dojoleiter hatten in den letzten Monaten schwer zu kämpfen, um unsere Karategemeinschaft zusammen zu halten. Wir wollen in dem Artikel lediglich Anregungen geben und Mut machen für das, was vielleicht noch kommt.

Zumindest Lehrgänge finden wieder statt. Entgegen unseren Gewohnheiten sind sie nicht am Ende des Heftes aufgeführt. Die Auflagen in den Bundesländern sind sehr unterschiedlich, informiert euch bitte über unsere Webseite [www.djkb.com](http://www.djkb.com), dort findet ihr aktuelle Angaben über Lehrgänge und über deren Auflagen zur Durchführung.

**Sensei Ochi** gibt in diesem Jahr keine Lehrgänge, reist aber durch die Lande und **nimmt Dan-Prüfungen ab. Auch dazu alles Weitere auf der Webseite des DJKB.**

Als wäre der schlechten Meldungen nicht genug: In den letzten Monaten sind wichtige Karate-Persönlichkeiten von uns gegangen. Zusätzlich zur aktuellen Krise ist es für den DJKB auch ein trauriges Jahr, denn viele wichtige und verdiente Karate-Persönlichkeiten sind von uns gegangen, deren Nachrufe sich auf Seite 04 und 32 zu finden. Der langjährige Präsident **Fritz Wendland** – zu Zeiten des DKB – ist verstorben. Es war sein Wunsch, dass kein Nachruf auf ihn veröffentlicht wird. Diesen letzten Wunsch respektieren wir.

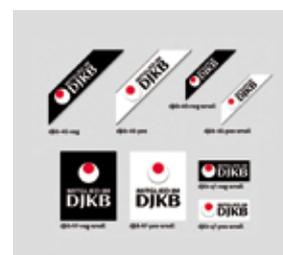
Wir wünschen euch allen motivierte Trainingsstunden, möge sich euer Karate weiterentwickeln. Zum Lesen haben wir mit freundlicher Genehmigung des Verlages Schlatt Books Auszüge aus dem Roman von Konno Bin zu den Gründungsjahren des Shotokan Karate veröffentlicht.

Viel Spaß beim Lesen und bleibt gesund.

**Das Präsidium des DJKB**

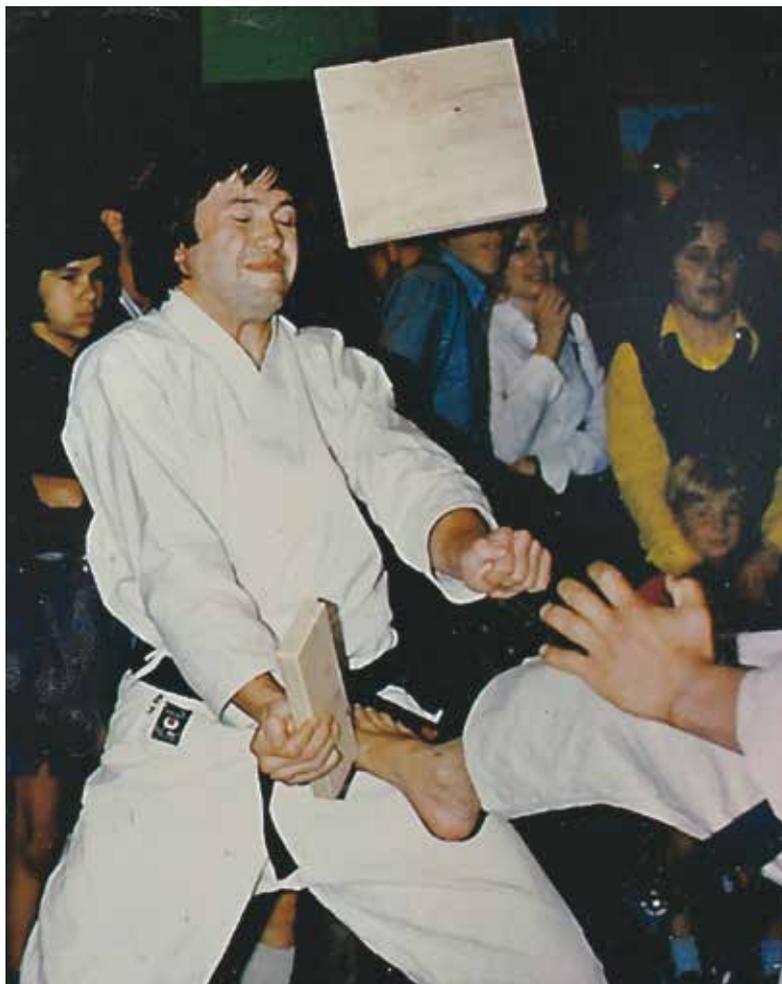
#### DJKB-Logo

Der DJKB bittet alle Mitglieds-Dojos darum, ihre Zugehörigkeit zum DJKB durch Platzierung eines kleinen Icons mit Link zum DJKB ([www.djkb.com](http://www.djkb.com)) auf ihrer Homepage zu zeigen. Dafür wurden unterschiedliche Logo-Varianten vorbereitet, die unter dem Menüpunkt „Downloads“ der DJKB Homepage heruntergeladen werden können.





- 03 IMPRESSUM**
- 04 NACHRUF AUF KLAUS WIEGAND**
- 06 KARATE IN KRISENZEITEN**
- 12 GICHINS FAUST**  
Ein Buch zu den Gründerjahren des Shotokan Karate
- 22 HIDEO OCHIS GEBURTSTAGSFEIER**
- 25 INTERVIEW MIT HIDEO OCHI**  
im Tschechischen Fernsehen
- 27 VERMISCHTES**
- 28 PRÜFUNGSANGST**  
Oder: Wie wichtig ist eine Graduierung?
- 31 KATA-KUMITE-TAG**
- 32 MANFRED GRICHIK 85. GEBURTSTAG**
- 32 NACHRUF**  
Koichi Sugimura, Hirokazu Kanazawa & C.W. Nicol
- 40 PRÄSIDIUM**  
Referenten & Geschäftsstelle, Adressen und Bankverbindung
- 41 ORDENTLICHE MITGLIEDERVERSAMMLUNG**
- 42 DJKB-TRAINER**
- 43 ABO & BESTELLUNGEN**
- 44 TERMINE DJKB**



Am 10. September 1973 führt Manfred Grichnik durch die erste Karate-Demonstration in einem Gladbecker Kaufhaus – Diese Veranstaltung ist der Beginn eines regelrechten Karate-Booms in Deutschland. „Durch die Wucht des Fußstoßes von Ochi wirbelt eine Hälfte des Brettes zu den Zuschauern, die gebannt der Show folgen – Norbert Dalkmann und Hideo Ochi“

## IMPRESSUM

Geschäftsstelle des Deutschen  
JKA-Karate Bundes e.V.  
Schwarzwaldstraße 64 • 66482 Zweibrücken  
Tel.: 06337 / 6765 • Fax: 06337 / 993130  
E-Mail: info@djkb.com

Bankverbindung: DJKB e.V. | Volksbank Saarpfalz  
BLZ 592 912 00 | Kto.-Nr.: 20 50 23 0000  
IBAN: DE98 5929 1200 2050 2300 00  
BIC: GENODE51BEX

Internet: [www.djkb.com](http://www.djkb.com)

Redaktion: DJKB-Präsidium, Harald Fette  
Layout: Max-Otto Kraus ([www.demaex.com](http://www.demaex.com))

V.i.S.d.P.: DJKB-Präsidium

Jegliche Vervielfältigung oder Weiterverbreitung in jedem Medium als Ganzes oder in Teilen bedarf der Zustimmung des Präsidiums. Für unverlangt eingesandte Manuskripte kann keine Haftung übernommen werden.



## Nachruf **Klaus Wiegand**

Liebe Karateka, liebe Freunde, wir müssen Abschied nehmen. Abschied von Klaus. Die richtigen Worte dafür zu finden, ist unendlich schwer – Klaus Wiegand war unser Sensei, unser Trainer, unser Mentor, unser Freund. Ein starker, großzügiger und geradliniger Mensch, der uns den Weg gezeigt hat. Klaus war immer für uns da. Der Gedanke, dass er nie wieder sein Dojo betreten wird, tut weh.

Im Jahr 1975 hat Klaus Wiegand mit sechs weiteren Freunden in Wattenscheid den Verein Karate Dojo Okinawa-te Wattenscheid gegründet. Bereits ein Jahr später trainierten 70 Aktive unter der Leitung des Cheftrainers Klaus Wiegand. Bis zu 320 Mitglieder haben zeitgleich im Verein innerhalb der einzelnen Leistungsgruppen trainiert. Anfänglich wurden vor allem Junioren und Senioren von diesem Sport angesprochen, ab 1980 wurde allerdings mit Gründung der Kindergruppe auch für den eigenen Sport-Nachwuchs gesorgt. Und das sehr erfolgreich.

Im Kinderbereich wurde früh ein Augenmerk darauf gelegt, mit einer „sauberen“ Grundschule die Kinder spielerisch an den Turniersport heran zu führen. Seit 1982 startet die Kindergruppe des Karate Dojo Wattenscheid durchgängig bei Vergleichswettkämpfen, Landes- und Deutschen Meisterschaften. Unzählige Pokale und Medaillen hat der Nachwuchs seit dieser Zeit gesammelt und zählt auch aktuell zur Spitzengruppe in Deutschland.

1985/86 wurde mit dem Gewinn der Deutschen Meisterschaft der Grundstein für eines der erfolgreichsten Dojos in Deutschland gelegt. Der Verein gewann Anfang der 90er gleich mit Beginn der Karate-Bundesliga drei Jahre hintereinander den 1. Platz. Gleichzeitig wurden 10 Kämpfer aus Wattenscheid in den Bundeskader berufen; insgesamt haben bis heute 16 Wattenscheider für die Nationalmannschaft gekämpft. Seit 25 Jahren ist der Verein im Spitzensport erfolgreich; aktuell haben Wattenscheider seit 1995 durchgängig an den Finals bei nationalen Meisterschaften teilgenommen.

Aus dem eigenen Nachwuchs sind seit der Gründung vor 45 Jahren über 130 Aktive zum 1. Dan (Meistergraduierung) im Karate geführt worden, ein bemerkenswerter Rekord! Die überwiegende Mehrzahl der Dan-Träger nimmt auch aktiv am Training teil, auch wenn bei einigen die Zeit des aktiven Wettkampfsports schon einige Zeit zu-

rück liegt. Ein Grund hierfür sind sicherlich die Freundschaften, die sich über die Jahre gebildet haben.

Aber nicht nur mit den sportlichen Erfolgen nimmt das Karate-Dojo Wattenscheid seit Jahrzehnten eine Spitzenstellung in Deutschland ein. Klaus Wiegand hat sich mit seinen Karatekas auch als Ausrichter von Sportveranstaltungen ein mittlerweile internationales Renommee erworben. Neben den jährlichen regionalen Wettkämpfen wurden etwa 30 Landesmeisterschaften, 10 Deutsche Meisterschaften, etliche Länderkämpfe, eine Europameisterschaft und eine Weltmeisterschaft mit 68 teilnehmenden Nationen ausgerichtet. Seit über 40 Jahren unterstützt Klaus Wiegand mit seinem Team den jährlichen JKA-Cup in Bottrop.

Klaus Wiegand stand bis zum Ausbruch seiner schweren Krankheit fast jeden Tag in der Halle und leitete das Training. Er kontrollierte das Kindertraining genauso wie das Erwachsenen- und Leistungstraining und gab seine Erfahrung als Trainer an die Übungsleiter weiter. Darüber hinaus engagierte er sich als Gründungsmitglied im Landesverband Karate NW als 1. Vorsitzender und als Sportdirektor im DJKB.

Seine Erfahrung als langjähriger Kampfrichter zollten ihn selbst die hitzigsten Kämpfer in den Finalkämpfen, wenn es hoch herging, mit Respekt und Anerkennung. Mit seiner Hilfe wurde in Bottrop eines der modernsten Bundesleistungsstützpunkte in Europa aufgebaut.

Viele von uns kannten Klaus schon ihr ganzes Leben. Es entstanden tiefe Freundschaften, in der Blicke Worte ersetzen konnten. Er hat schüchterne Kinder zu stolzen Dan-Trägern gemacht. Jedem von uns hat er sein Vertrauen entgegengebracht und sich auf seinem Weg, traditionelles Karate zu lehren, nicht beirren lassen. Er hat für seinen Verein gebrannt, Karate geliebt und war stolz auf jeden seiner Schützlinge. Und wir waren stolz auf ihn.

Seiner Frau, seinem Sohn und seiner Familie wünschen wir alle Kraft dieser Welt. Seid euch sicher, wir werden für euch da sein. Lieber Klaus, Worte können nicht beschreiben, wie dankbar wir dir sind. Schön, dass du da warst. Wir verbeugen uns ein allerletztes Mal.

Oss, Deine Schüler





# KARATE IN KRISENZEITEN

**Von einem Tag auf den anderen nicht mehr gemeinsam im Dojo trainieren können – ein harter Schlag für uns alle. Aber Not macht erfinderisch. Mit kreativen Ideen, selbstgebastelten Hilfsmitteln und neuen Trainingsmethoden haben wir die letzten Monate überstanden. In diesem Artikel berichten vier Dojos von ihren Erfahrungen und geben so Anregungen, weitere Übungsformen zu entwickeln. Damit wollen wir aber nicht diese Dojos in den Vordergrund stellen. Die Pandemie hat alle getroffen, kreative Lösungen sind im ganzen Land erdacht worden. Die Beispiele stehen exemplarisch für unsere Bemühungen und machen hoffentlich Mut, auch die kommenden Monate zu überstehen.**

Text: Harald Fette

Als Mitte März bundesweit Schulen, Kindergärten und Sportstätten die Türen schließen, müssen auch die Dojos im ganzen Land ihren Trainingsbetrieb einstellen. Kein Training? Keine Zukis, Mae geris? Stattdessen zuschauen, wie sich die eigene Muskulatur zurückbildet und das Reaktionsvermögen abnimmt?

In dieser Zeit nehmen Trainingsfilme im Internet enorm zu. Viele Dojos stellen Sequenzen ins Web, die auf engem Raum auch in der eigenen Wohnung nachgeahmt werden können. Sensei Akita filmt komplette Trainingseinheiten im Flur seiner Wohnung und stellt das als Anregung frei zur Verfügung.



In den Dojos verbreitet sich aber auch die Furcht, Mitglieder könnten abspringen, wenn keine direkte Ansprache zum Training motiviert. Entsprechend reagiert auch Markus Rues vom Karate Fitness Dojo in Konstanz. „Was ich nicht machen wollte“, sagt er rückblickend, „Filme ins Netz zu stellen, die andere vom Sofa aus anschauen aber nicht mitmachen“.

Stattdessen wird ein Computerprogramm ausgesucht, das ein Live-Training für Dojo-Mitglieder ermöglicht. Die Mädels und Jungs aus der Leistungsgruppe verausgaben sich vor laufender Kamera, die Stimme des Trainers kommt aus dem Off. Zeitgleich üben vor dem Bildschirm des PC die Karateka Grundtechniken und kurze Schrittfolgen, kommen durch koordinative Übungen ins Schwitzen und gelegentlich auch ins Straucheln.

Für Kinder gibt es wöchentlich ein eigenes Training. Pro Woche nehmen um die 80 Kinder teil. In der Erwachsenen-Gruppe sind es 300 bis 400 Zugriffe pro Woche, die sich einloggen und hoffentlich die ganze Stunde durchhalten. Die Resonanz ist positiv, Eltern schicken Fotos ihrer trainierenden Kinder auf die Webseite des Dojos.

## Erste Phase der Lockerung

So geht das bis Mitte Mai. Dann erlaubt die Landesregierung von Baden-Württemberg, dass Sportlerinnen und Sportler im Freien wieder zusammenkommen dürfen. Die Räume bleiben vorerst noch gesperrt. Am 17. Mai wandern die Konstanzer Karateka von ihren PC-Bildschirmen ins Bodenseestadion, das Markus Rues angemietet hat.

Zwei Wochen lang findet nun ein Training auf dem Rasen und der Tartan-Bahn statt. Die Freude ist spürbar, wenn sich Teilnehmerinnen und Teilnehmer zwar mit Abstand begrüßen, aber doch wieder gemeinsam im Training stehen.

Die Auflagen der Behörden indes sind auch in dieser Phase hoch gesteckt: Im Stadion müssen für jeden Karateka 200 qm reserviert sein. Entsprechend ist die Rasenfläche markiert und die Abstände groß. Partnertraining ist in dieser Phase noch nicht möglich. Die Situation in Deutschland ist dabei völlig unterschiedlich: In Nordrhein-Westfalen beispielsweise sind zu diesem Zeitpunkt die Dojos wieder geöffnet, in Bayern hingegen dauert der Lockdown noch länger.

## Endlich wieder ins Dojo

Im Juni kommt dann die nächste Lockerung: Die Dojos dürfen auch in Baden-Württemberg unter Auflagen öffnen.

Allerdings schreibt die Landesregierung Dinge vor, die einem kompletten Umbau der Räume mit sich bringt. Schon der Treppenaufgang ist mit Sicherheitsband beklebt, gibt Gassen mit Richtungspfeilen an. Im Dojo das gleiche Bild, Pfeile auf dem Boden, Folie von der Decke trennt die Laufwege und Bereiche der Umkleide voneinander, Duschen bleiben gesperrt, im Dojo sind Quadrate abgesteckt, somit hat jeder Karateka seinen eigenen Bereich.

Die Trainingsgruppe darf das Dojo erst betreten, wenn die vorherige den Weg frei gemacht hat und wartet so lange auf der Straße vor dem Dojo. Partnertraining ist nicht erlaubt, was Markus Rues zu ausgiebigen Bastelnachmittagen anspricht: Mit Stangen und Faustschützern baut er einen unkonventionellen Bo für den Angreifer. Somit bleiben die beiden Kontrahenten auf Distanz, mit dem Bo simulierte Zukis werden abgewehrt und dann auf Distanz gekontert. Auch Schaumstoffröhren und Bälle sind in dieser Phase willkommene Hilfsmittel. Desinfektionsmittel für Hände und Geräte sind selbstverständlich verfügbar.

Da über den Räumen des Karate Fitness Dojo Konstanz ein Stockwerk vorübergehend leer steht, mietet Markus Rues zwei weitere Räume an. In gemeinsamer Großputzaktion der Jugendgruppe werden die eingerichtet. Nun können trotz strenger Auflagen 38 Karateka parallel trainieren, was in jeder Stunde vier Trainer beschäftigt.

## Partnertraining mit Vorschriften

Ein Monat später, ab Juli dann wieder die nächste Lockerung: Partnertraining ist in den Kampfsportarten wieder erlaubt, allerdings mit festen Partnern während einer Trainingseinheit. Bei guter Durchlüftung dürfen nun wieder 20 Personen im Dojo trainieren – das ist abhängig von der Grundfläche des Raumes.

Seit März 2020 beschäftigt uns die Pandemie und verlangt nach kreativen Lösungen. Glücklicherweise bleibt uns die große Austrittswelle erspart. Immer wieder fragen Dojoleiter beim Verband nach, wie sie sich in diesen Zeiten verhalten sollen.

Doch die unterschiedlichen Regeln in den verschiedenen Bundesländern lassen keine allgemeingültige Antwort zu. Mit jeder Vorschrift der Landesregierungen ändert sich das Training. Das könnte noch einige Monate so bleiben. Markus Rues meint: „Djoleiter und Trainer müssen sich selber Gedanken machen, wie sie in ihren Räumen ein sinnvolles Training gestalten.“



# Magdeburg | BKC Magdeburg e.V.



Für uns Magdeburger Karateka im Budo Karate Club stand die sofortige Betreuung unserer Mitglieder auch während der Schließung des Sportbetriebs an erster Stelle. Trainingspläne wurden per E-Mail verschickt. Zahlreiche aufwendige Home-Training-Videos wurden produziert und auf der Webseite angeboten. In mehreren Rubriken wie „Kids-Spezial“, „Athletik und Anti Stress Fitness“, „Kata Videos“ und „Kihon Tutorials“ konnten unsere Mitglieder täglich neue Videos zum Eigen-Training nutzen. Die Resonanz war so groß, dass wir den Bereich auch heute noch, wo das Training wieder läuft, als zusätzlichen Service anbieten.

Ab Anfang April führten wir unser „Live-Training“ über ZOOM ein und erreichten so alle Trainingsgruppen mit mehrtägigem Training pro Woche. Mit klaren „Online-Trainings-Regeln“ wie „nur im Gi“, „allein im Raum“ und „nur mit Kamerafunktion“ stellten unsere Senseis sich persönlich im Dojo vor die Kamera und „ackerten“ mit ihren Schülern im „digitalen Dojo“. Der Zusammenhalt und das Feedback waren in den knapp zwei Monaten „Zoom-Training“ großartig. Die Mitglieder schickten nach jedem Training Fotos über WhatsApp und erhielten ihre Trainingsstempel.

Wir unterstützen mit diesem Training auch Dojos und Karateka, die selbst kein Training anbieten konnten. Befreundete Trainer aus verschiedenen Dojos trainierten gemeinsam über „Zoom“. Nach zwei Monaten organisierten wir einen großen „Abschluss-Trainingslehrgang“ via Zoom, um unseren Mitgliedern für die Loyalität und den Zusammenhalt in dieser Zeit zu danken.

Ab Mai gingen wir nach einer erneuten Verordnung der Regierung in eine etwa dreiwöchige „Outdoor-Trainingsphase“ über, auf einem Tartan-Sportplatz direkt neben unserem Dojo. Das Outdoor Training war eine erste gute Möglichkeit, die Mitglieder im „Präsenztraining“ an die „Abstände“ zu gewöhnen und die Hygieneauflagen für das spätere Indoor Training zu üben. Das MDR-Fernsehen wurde auf uns Karateka aufmerksam und berichtete landesweit über die Versuche der Kontaktsportarten, möglichst schnell wieder ihr Gruppentraining aufzunehmen.

Am 2. Juni kam die Öffnung des Indoor Sports im Norden und Osten Deutschlands. Ab sofort hieß es für die Mitglieder, sich über „Doodle-Listen“ online zum Training anzumelden, umgezogen zum Training zu kommen und ohne Dusche wieder zu verschwinden. Die Trainer verwalteten



die geforderten Teilnehmerlisten, sorgten für eine gerechte Verteilung der „beschränkten Trainingsplätze im Dojo“ und bewaffneten sich mit Desinfektionsspendern. Aber treu dem Dojokun, „sei geduldig und beherrscht“ nahmen die Karateka alles in Kauf um ihr geliebtes Dojo-Training wieder zu besuchen.

Mittlerweile ist Kontaktsport auch im Indoor Bereich wieder erlaubt. Wir haben die Sommerferien durchtrainiert und „Ferienkurse“ für Anfänger angeboten um die durch den Lockdown verpassten Zugänge wieder aufzuholen. Mit dem Herbstlehrgang mit Thomas Schulze Anfang September in Magdeburg wurde ein erster öffentlicher Lehrgang mit 100 Karateka möglich. Dieses positive Signal, auch unter strengen Hygieneauflagen sollte Anstoß und Motivation sein, auch künftig bald wieder in großer und gewohnter Atmosphäre gemeinsam zu trainieren.

Kumite Training mit ständigem Partnerwechsel oder Bunkai mit Partner in einem überfüllten Trainingsraum mit Kondensat vom Schwitzen am Spiegel dürfte für alle Karateka seit Monaten aus den Köpfen sein. Hilfsmittel im Training wie Abstandhalter oder alternative Zielübungen können das Training Kumite-orientiert ergänzen. Ein Partnertraining auf Distanz

schult Reaktion und bietet die Möglichkeit, auch mit weniger erfahrenen Karateka Techniken kraftvoll auszuführen.

Das Kihon und Kata Training steht im Fokus. Mit optischen Hilfsmitteln wie zwei Wettkampffahnen oder einer Trillerpfeife lässt sich auch im Kihon-Training Abwechslung ins Training bringen. Mit einer Stoppuhr kann es als „Intervall-Training“ statt der üblich gezählten Abfolge erfolgen. Unterschiedliche Schrittformen wie „Kiri Kaeshi“ bringen Abwechslung ins Kata Training. Im Kindertraining stellen die etablierten „Fitnessgeräte“ wie Hürden, Reifen, Parcoursstangen, Matten ein sinnvolles Athletik-Training dar. Im Erwachsenenbereich können neben dem „Functional Training“ Gummibänder, Schaumstoffstangen, Medizinbälle und Pratzten das Training ergänzen.

Ein Feedback unserer Mitglieder zeigte, dass unser angebotenes „Tabata Training mit Kraft und Karateübungen“ besonders gut ankommt. Dabei werden Übungsblöcke nach Zeit in kurzen Intervallen trainiert. Dies verbindet für Erwachsene die Möglichkeit, Karate-Elemente mit Fitnesstraining zu verbinden, den Kopf frei zu bekommen und Stress abzubauen.

Text: Tobias Prüfert

## Bühlertal | Budo-Kai Bühlertal e. V.



Als wir unser Dojo schließen mussten, hatten wir ein Ziel: Sicheres Karate-Training garantieren. Wie? Draußen, in Kleingruppen. Wie soll das funktionieren? Wie beim Kumite: Einzelne Techniken (Schritte) nacheinander lernen (Gruppeneinteilung), verbessern (grober Ablauf), justieren (Hygienekonzept), und ausbauen (Trainingskonzept im Freien, ohne Körperkontakt), dann Doppeltechniken (Training mit Hilfsmittel für Kumite Varianten), aus-

probieren (Probetraining mit Trainern), dann ab auf die Tatami (Sportplatz im Tal).

Die Gemeinde Bühlertal hat uns einen tollen Trainingsplatz in idyllischer Hanglage zur Verfügung gestellt. So haben wir dann mit den ersten Erwachsenen begonnen, anschließend wurden die Jugendlichen wieder eingebunden, die Kinder einbestellt und dann konnten auch unsere



Bonsaigruppen wieder die ersten kraftvollen Tsukis schlagen. Schritt für Schritt, Stück für Stück, alles in getrennten Einheiten, an unterschiedlichen Tagen mit motivierten und engagierten Trainern.

Eigentlich ist das ja auch unser Ding, uns genau an die Form zu halten und mit stoischer Disziplin und der entsprechenden Genauigkeit dauerhaft zu trainieren. Ich war überrascht, wie gerne unsere Bühlertäler Karateka wieder zum Training kamen. Auch der Zugang mit dem Mundschutz, die markierten Pausenplätze und Trainingspositionen, die verkürzte Trainingszeit und die äußeren Umstände (teilweise +30 Grad, Dunkelheit), ließen die Motivation unserer freudenstrahlenden Karateka nicht schwinden. Alle, die sich entschließen zu kommen, sind mit Feuereifer und ganzem Herzen dabei.

Es ist eine Freude Training zu geben und die Schüler in den Kleingruppen mit Abstand, nur verbal zu verbessern und eine technische Steigerung zu sehen. Wir alle stehen in unseren strahlend weißen (zumindest vor dem Training) Karategis im Schatten der Tannen und verbreiten eine positive Aura im Tal. Wir stehen wortwörtlich zusammen und die geliebte Gewohnheit eines schweißtreibenden Trainings im schönen Schwarzwald macht uns alle glücklich. Endlich wieder einen schmetternden Kiai bei der fünften Technik rauslassen, das Kime spüren, den kühlenden Lufthauch und den ein oder anderen staunenden Blick vereinzelter Spaziergänger im Nacken zu spüren.

Dieser Esprit in der schwierigen Zeit und sprühende Elan beim Training beschert uns nun sogar einige Neumitglie-



der. Angedacht war ein Training, um den Mitgliedern wieder „Sicherheit und Kontinuität“ zu geben, doch auch das Do rückt wieder sehr viel stärker in den Vordergrund.

Nicht der sportliche Aspekt, der Wettkampfgedanke, sondern kreative Ideen, ein Training erfüllend zu gestalten bereichern unser aller Horizont. Mal eine herausfordernde Standübung, den detaillierten Kata Ablauf als Schwerpunkt, die Kata (als Koordinationsübung) gegenüberstehend, alle im Kreis(wir bewegen uns alle parallel, sieht klasse aus und fühlt sich toll an), oder auch mal als Mixed Team mit Abstand.

Auch das Kihon ist mit einem durch das Tal hämmernden Kiai ein echtes Highlight. Kumite? Na klar, mit drei Meter Abstand, als Gohon-Variante oder für die Danträger mit Ab-

standshaltern im 90-Grad Winkel um den fliegenden Schweiß-tropfen fern zu sein. Zum krönenden Abschluss dann auch mal wieder mit aller Kraft auf die Pratzten hauen um jegliche Überenergie und angestauten Frust los zu werden. Ganz egal wie, es ist ein großartiges Gefühl wieder zu trainieren.

Unser Karate ist so vielfältig und bietet so viele Möglichkeiten, um ein tolles Training anzubieten und selbst in dieser steinigen und nicht sehr leichten Pandemie-Zeit das Do zu leben. So reifen und wachsen wir. Und immer stark bleiben, weiter trainieren, dann schaffen wir es.

P.S.: Kumite ist und bleibt genau mein Ding, das kann man im Leben immer gebrauchen

Text: Britt Großmann

## Kaltenkirchen | Turnerschaft 1894 e.V. Abteilung Karate

Die erste Reaktion auf die Zwangspause im März in der Abteilung Karate der Kaltenkirchener Turnerschaft kommt prompt: Sofort werden Trainingspläne mit Bewegungsaufgaben für die Kindergruppen verschickt, gewissermaßen für die Grundversorgung. Gleichzeitig organisiert die Dojo-Leitung ein Videotraining, das nach nur einer Woche Zwangspause startet. Die Resonanz darauf ist so gut, dass das Angebot auf drei Gruppen erweitert wird- für Weißgurte, Gelb- bis Grüngurte und ab Violettgurt.

Am Online-Training nehmen auch ehemalige Schülerinnen und Schüler teil, die inzwischen 200 km entfernt leben. Was das Zusammengehörigkeitsgefühl in dieser Phase ebenso stärkt wie die Online-Stammtische. Ab Mitte Juni steigt dann nach einem sehr langen Genehmigungsprozess in der Stadtverwaltung das Training auf dem Sportplatz; mit Abstandsregelung.

Im Online-Training wurden die Trainingsinhalte angepasst: Zu Kihon, Kata und Kumite kommen zahlreiche Übungen zur Balance und Körperspannung. Etwa auf einem Bein stehen und ein Paar Socken um das freie Bein, das Standbein und den Körper von Hand zu Hand übergeben, ohne abzusetzen. Katas werden mit Schrittwechsel und auf der Stelle ausgeübt, um auch auf engem Raum trainieren zu können. Kumite findet mit virtuellem Partner statt. am Ende jeder Trainingseinheit haben wir etwas vorgelesen, etwa von Funakoshi, Geschichten von Terence Webster-Doyle, von Werner Lind.

Aller widrigen Umstände zum Trotz haben wir auch gute Erfahrungen gemacht, was den Zusammenhalt im Dojo betrifft. Die Teilnehmer waren sehr motiviert und nahmen das Angebot dankbar an. Wir konnten auch feststellen, dass sich die Online-Übungen zur Balance und Körperspannung sich auf dem Rasen ausgezahlt haben.



Und entgegen aller Befürchtungen konnten wir sogar neue Mitglieder hinzu gewinnen, die über das Online-Training auf uns aufmerksam wurden. Unsere Anfängerkurse haben guten Zulauf. Der Einsatz hat sich auf jeden Fall gelohnt.

Text: Yvonne Sievert-Möhle



# GICHIN'S FAUST

Ein Buch zu den Gründerjahren des Shotokan Karate.





**Der japanische Schriftsteller Konno Bin hat bislang schon zahlreiche, mit Preisen ausgezeichnete, Bücher verfasst: Krimis, Abenteuerromane, Kampfkunstgeschichten. Er erlernte Shito-ryu-Karate und gründete 1999 eine Schule, in der Karate und Kobudo der okinawischen Shorin-Linie (Shuri-te) trainiert werden. Für den Roman „Gichins Faust“ hat er intensiv in Okinawa recherchiert, historische Quellen aufgetan und Zeitzeugen interviewt, die Sensei Funakoshi kannten.**

Herausgekommen ist kein Sachbuch, keine Biografie im herkömmlichen Sinn, sondern ein geschichtlich fundierter Roman. So benutzt Konno Bin das Stilmittel des Dialogs, um die Geschichte lebendig zu halten. Was für meinen Geschmack hervorragend gelingt. Das Buch liest sich leicht, ist vom Anfang aus den Jugendtagen bis zum Schluss mit dem 88sten Lebensjahr 1957 von Funakoshi spannend.

Während der Lektüre eröffnet sich ein wahrer Schatz an detailreichen Anekdoten aus dem Leben Funakoshis, an Ereignissen der Zeitgeschichte und insbesondere der Entwicklung des Shotokan Karate. Der Einfluss auf das Karate durch die beiden Lehrmeister Asato Anko und Itosu Anko wird ebenso deutlich wie die Genese der Kampfkunst und

die internen Konflikte während der Verbreitung des Karate – zuerst auf der japanischen Hauptinsel Hondo, dann über die USA auf den Rest der Welt.

Das allein wäre schon lesenswert. Umso wertvoller aber war mir die Lektüre, weil die Vielseitigkeit und die geistige Komponente des Karate-do ununterbrochen mitschwingt. Auf unaufdringliche Art, so dass jede Leserin und jeder Leser für sich das mitnimmt, was auf ihrem/seinem eigenen Weg von Bedeutung ist.

Fachkundig und stilistisch sicher übersetzt wurde das Buch von Dr. Wolfgang Herbert, der auch schon mit der Übersetzung der Autobiografie von Sensei Kanazawa eine hervorragende Arbeit abgeliefert hat. Mit freundlicher Genehmigung des Verlags Schlatt Books veröffentlichen wir zwei Auszüge aus dem Buch.

Rezension von Harald Fette

**Konno Bin: Gichins Faust**

Schlatt Books, 294 Seiten, 24,90 Euro

[www.schlatt-books.de](http://www.schlatt-books.de)



## Textauszug 1

Gichin gingen die Augen über. Itosu Anko, den er nur vom Hörensagen kannte, war in jeder Hinsicht das gerade Gegenteil von Asato Anko. Asato Anko war schlank und in allem wirkte er behände. Tatsächlich waren die Kata Asatos von einer Schnelligkeit, die an scharfe Klingen denken ließen. Er hatte einen scharfen Blick und eine Noblesse, so, als würde sie keinen an sich heranlassen.

Andererseits hatte Itosu Anko, der jetzt direkt vor seinen Augen war, einen Körperbau geradewegs wie ein Fass. Er war nicht groß, sein Brustkorb war breit, Kopf, Arme

und Finger waren dick. Als er seine Handrücken sah, erschrak er. Bei beiden Händen waren die Knöchel der Zeige- und Mittelfinger zerstört. Er hatte hervorstehende Schwielen, die den gesamten Handrücken so bedeckten, dass es aussah, als seien sie zu einem Stück verschmolzen. Asato Anko hatte auch Hornhäute an den Händen. Sie sahen hingegen viel eher wie die Hände gewöhnlicher Menschen aus. Noch nie hatte Gichin derart gewaltige Schwielen auf der Faust zu Gesicht bekommen. Zudem trug Itosu Anko einen langen Kinnbart. Seit Haupthaar war kurz geschoren. Körperbau und Schwielen



### **Bodhisvattva:**

Im Buddhismus ein Wesen (sattva), das allen zur Erleuchtung (bodhi) verhilft. Manifestationen der Selbstlosigkeit, des Mitgefühls und der Weisheit, die zur Erlösung aller leidenden Wesen wirken.

auf der Faust waren furchterregend, aber sein Gesichtsausdruck war erstaunlich sanftmütig. Die Krähenfüße an seinen Augen waren beeindruckend. Als er Gichin sah lächelte er breit und sein Gesicht sah ganz wie das eines **Bodhisattva** aus.

„Du bist Funakoshi-kun, nicht wahr?“, sprach ihn Itosu Anko an. Seine Sprechweise war mild, fast wie die einer Frau. „Ja...“ antwortete Gichin leicht verwirrt.

„Ich habe von Asato-san schon von dir gehört. Du sollst ja sehr eifrig Training machen!“

„Hmm... Ich befolge einfach nur die Anleitungen von Asato-sensei.“ Itosu Anko nickte ruhig. „Komm doch mal hierher!“ Gichin den Rücken kehrend, ging er voran.

Gichin sah zu Asato Anko, der in der Nähe stand. Der sagte: „Nur zu, bitte geh' nur!“

Auf den Rücken Itosus blickend, setzte Gichin zum Gehen an. Es war ein mächtiger Rücken. Dann fiel ihm etwas Merkwürdiges auf. Der Körper Itosus schwankte beim Gehen überhaupt nicht. Er schwankte weder nach links noch nach rechts, nicht nach oben und nicht nach unten. Er bewegt sich fort, als würde er gleiten.

„Wohlan, hier sind wir!“ Hineingeführt wurde er in das Zimmer mit dem Hausaltar. Es war ein prächtiger buddhistischer Altar. Itosu sagte: „Da du fortan bei mir Training machen wirst, musst du mir schwören, dass du Todi nie und nimmer bei privaten Streitigkeiten einsetzen wirst.“ „Ja.“

„Sehr gut. Entbiete also meinen Ahnen einen Gruß und dann lege deinen Eid ab!“ Gichin ließ sich vor dem buddhistischen Altar nieder und entzündete ein Räucherstäbchen. Dasselbe war ihm ja aufgetragen worden zu tun, als er Schüler von Asato geworden war. Als er fertig war, bemerkte Itosu: „Gut, von jetzt an bist du mein Schüler. Also, wie soll ich dich denn rufen?“ Es sah so aus als würde Itosu ernsthaft nachdenken. In dieser Pose wirkte er ganz wie ein Kind. „Wie wurdest du denn von Asato-san gerufen?“

„Kami hat...“

„Kami?“

„Ja, weil Kami mein Kindheitsname war.“

„Kami also. Alles klar. Ist gut. Gehr es in Ordnung, wenn ich dich auch Kami rufe?“

„Hmm...“ Er war ein erwachsener Mann, war Lehrer und hatte geheiratet und dachte, dass er nicht mehr der Kami war, aber in Wirklichkeit riefen ihn Asato und seine Verwandten alle immer noch Kami. „Das ist mir recht.“

„Nun gut, Kami, da du extra hergekommen bist, wollen wir ein Training machen?“

„Ja.“

„Dann lass uns in den Garten gehen.“ Unterwegs kamen sie am Zimmer vorbei, in dem Asato war und er rief hinein: „Asato-san, Kamiwird von jetzt an trainieren.“

Asato schien genau zu wissen, was sich abgespielt hatte. Er nickte zustimmend. „Fein, ich werde mich dann verabschieden. Alles Weitere überlasse ich Ihnen!“

Asato ging alleine nach Hause. Gichin bekam irgendwie das Gefühl, dass es Asato gegenüber unverzeihlich sei. War-



um er so empfand, verstand er hingegen nicht. War es unverzeihlich, dass der Meister, der Gichin Itosu vorgestellt hatte, alleine nach Hause geschickt wurde oder war es unverzeihlich, dass er dabei war, mit dem Training unter Itosu zu beginnen, obwohl Asato noch anwesend war. Möglicherweise war es beides.

„Nun wohl, lass mich mal die Kata sehen, die du gelernt hast“, sagte Itosu, während sie in den Garten schritten. Wie Asato hielt er sich auf der Veranda auf. Während Asato jedoch stets den formellen Fersensitz einnahm, setzte sich Itosu einfach auf die Veranda hin. Er wirkte ziemlich ungezwungen. Gichin machte vorerst die Naihanchi. Er konzentrierte sich fest und achtete darauf, keinesfalls auf und ab zu wippen. Bei jeder einzelnen Technik setzte er **muchimi** ein und legte Augenmerk darauf, dass es eine scharfe und schnittige Kata werde. Als er die Kata beendet hatte, bemerkte Itosu: „Nun, das war eine gute Kata! Ich sehe, das ist die Kata von Asato-san. Die Naihanchi, die ich praktiziere, schaut ein wenig anders aus, aber es ist gut so, wie du es machst. Mach so weiter!“

Itosu trat in den Garten und erläuterte: „Asato-san drückt die Knie so nach außen. Ich hingegen stehe so.“ Er zeigte es ihm vor. Itosu ging im Gegensatz so in Stellung, dass die Knie nach innen gebogen waren. Und auch die Fußspitzen waren nach innen gerichtet.

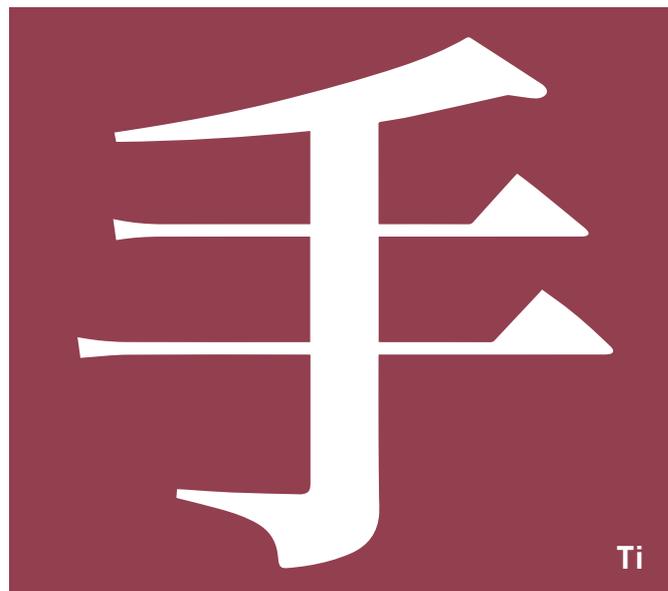
„Das ist die Naihanchi von Itosu. Nach hergebrachter Façon machte man die Naihanchi wie Asato-san, indem man die Fußspitzen gerade nach vor richtete und die Knie nach außen spannte. Es entspricht genau der Positur, als würde man rittlings auf einem Pferde sitzen. Aber ich habe mir ein bisschen etwas anderes ausgedacht. Bei dieser Stellung hier habe ich Anleihe genommen daran, wie man in Naha steht.“

„In Naha, sagen Sie?“

„So ist es. In Naha gibt es ein Todi, das sich vom Todi, das die Samurai machen, unterscheidet. In diesem Todi wird die Kata Sanchin ausgiebig geübt. Für diese Stellung habe ich mir die Sanchin zum Vorbild genommen.“

„Sanchin ...?“

„Ursprünglich gab es zwei Strömungen im Todi: Shorin-ryu und Shorei-ryu. Man sagt, dass in Shuri Shorin-ryu und in Naha Shorei-ryu praktiziert wird. Im Shorin-Stil aus Shuri führt man die Techniken scharf und lang gestreckt aus. Er eignet sich gut für Leute mit einem leichten Körper. Im Shorei-Stil aus Naha wird Kraft trainiert und er passt gut zu Leuten mit einem stämmigen und großen Körper. Da beide ihre Stärken haben, ist es wichtig, sie zu lernen ohne sie zu vermischen.“



#### Gamaku:

Hüfte und Hüftgelenke als Drehscheibe.

#### Ti:

Ist gleichbedeutend mit Te und war der alte Name von Karate.

#### Muchimi:

Körper geschmeidig wie eine Peitsche, zäh wie Klebreiskuchen.

Es war zum ersten Mal, dass Gichin bezüglich Todi so detaillierte Erläuterungen erhielt. Asato hatte immer nur das für das Training Allernotwendigste erklärt. Gichin war total überrascht. Itosus Instruktionen gingen noch weiter: „Also die Sanchin ist eine gute Kata, die man recht gut anwenden kann. Daher habe ich mir irgendwie überlegt, dass es gut sei, sie bei mir zu integrieren. Und da kam ich auf den Gedanken, die entsprechende Stellung für die Naihanchi zu benutzen. Daher wurde diese Stellung daraus.“

Gichin war von den Erklärungen Itosus nach und nach fasziniert. „Kennst du die Sesan?“

„Ja.“

„Dann versuche sie mal zu machen!“

Gichin begann mit der Kata Sesan. Er passte auf, dass er die Spannung in der Hüftbewegung nicht lockerte, wie ihm das von Asato angewiesen worden war. Und **gamaku** einzu-



## Awamori:

Ein rund 40%iger Schnaps aus Okinawa, der traditionell aus entsprechend aufbereitetem thailändischem Reis destilliert wird.

setzen, war ihm beigebracht worden. Als er die Kata zu Ende gebracht hatte, begann Itosu wieder mit seinen Erklärungen: „Was bei Sesan wichtig ist, ist der erste Teil. Da wird alles bedächtig mit der Atmung synchronisiert. Rasch einatmen und während dem langsamen Ausatmen stoßen, dann beibehalten. Kami, du stehst normalerweise so, aber eigentlich sollte man eher die Fußspitzen nach innen richten und die Knie nach innen pressen.“

„Kommt das auch vom **Ti** aus Naha?“

Itosu lächelte breit mit einer Miene wie der eines Kindes.

„Genau. Ursprünglich kam die Sesan aus der Traditionslinie der Shorei-Ryu. Es ist eine gute Kata, um den Körper zu härten, daher kam es dazu, dass sie auch in Shuri beliebt war und häufig geübt wurde.“

„Ist es dann also besser so zu stehen wie im **Ti** aus Naha?“

„Hmm, nein. Mach' es wie gehabt. Die Kata nach Asato-Facon ist gut so.“

„Jawohl!“

„Oh, es ist schon ganz schön dämmrig geworden. Was meinst du, gehen wir zur Feier deiner Aufnahme als Schüler aus? Nach Tsuji oder so?“

Gichin war bestürzt. Tsuji, das war ein Vergnügungsviertel, in dem ein Bordell neben dem anderen stand. Freilich gab es dort Schenken und Restaurants, dennoch war dies eine Einladung, die nach dem Training bei Asato undenkbar gewesen wäre. Im Kopf von Gichin gingen die Übung des Todi und Tsuji nicht zusammen. „Ich trinke keinen Alkohol...“

„Na, dann isst du halt einfach was. Heute ist eine schöne Mondnacht!“ Eine Einladung des Meisters konnte selbstverständlich nicht ausgeschlagen werden. Gichin gab noch etwas verwirrt zurück: „Klar, ich gehe mit!“ Wieder lasse ich mich im Strom treiben, empfand Gichin.

Obgleich wenn sie nach Tsuji gingen, besuchten sie kein Bordell. In einem kleinen Restaurant speiste Gichin und Itosu trank **Awamori**.



Auch wenn Itosu trank, verlor er nicht an Haltung. Sein Rückgrat stets gerade aufgerichtet, leerte er den Becher, da war seine Statur in der Tat die eines berühmten Samurai. „Hab ich es nicht gesagt? Ein schöner Mond!“ Itosu sah aus dem Fenster hinaus. Es war fast Vollmond. Der Sommer kam näher und es war schon die Jahreszeit, in der man leicht ins Schwitzen kam. „Nun, wirst du wohl den Mond betrachtend nach Hause gehen?“

Itosu stand auf. Als sie nach draußen gingen, empfanden sie die abendliche Meeresbrise als angenehm. Gichin hielt eine Laterne und ging los, während er die Stellen vor Itosus Füßen ausleuchtete. In Tsuji und in der Nähe davon war es hell, da Licht aus den Lokalen nach außen drang und Lampions an den Frontseiten der Restaurants hingen. Bis mitten in die Nacht gab es ein Kommen und Gehen von Leuten, aber kaum entfernte man sich ein wenig, war da keine Menschenseele mehr und die Gegend war unsicher. Glücklicherweise war heute der Mond hell. Itosu machte auch den Eindruck, in guter Laune zu sein. Als er fragte, ob er ein Taxi rufen sollte, bemerkte Itosu: „Was, das ist gut, um den Schwips loszuwerden!“ Somit gingen sie bis Yamakawa in Shuri zu Fuß.

## Textauszug 2

Am 3. Juni 1953 wurde in der kommunalen Halle von Kanda gleichzeitig mit der Gedenkfeier an dreißig Jahre der Verbreitung des Karate durch Gichin eine Abschiedsfeier für die Delegation abgehalten, die dazu bestimmt war, japanische Kampfkunst in Amerika vorzustellen. In der Tat war es schon 31 Jahre her, dass Gichin nach Tokyo gekommen war, aber in Abstimmung mit der Verabschiedung der Delegation hatten sie das Jubiläum der schönen geraden Zahl zuliebe auf dreißig Jahre festgelegt. In diesen 31 Jahren hatte sich Karate auf Hondo weit verbreitet. Die Organisation des Japanischen Karate-Verbandes war auch geschaffen worden. Mit den Universitäten als Zentrum nahm die Zahl der neuen Schüler unentwegt zu. Je größer die Organisation jedoch wurde, desto mehr empfand Gichin, dass sie ihm aus den Händen glitt.

Am 10. Juni machte sich die Budo-Delegation nach Amerika auf. Sechs Repräsentanten kamen vom Judo und halb so viele, nämlich drei, vom Karate. Die drei, die zur Reise aufbrachen, waren Obata Isao, Watanabe Toshio und Nishiyama Hidetaka. Sie werden Karate auf dem amerikanischen Kontinent vorstellen. Das war ein bahnbrechendes Ereignis. Karate würde sich nicht nur in Japan, sondern auch in Amerika verbreiten. Gichin fiel dabei auf, dass er dieses Geschehen mit einem

Gefühl beobachtete, als ginge es ihn nicht mehr wirklich an. Obata und die anderen kamen im September zurück und Gichin erhielt von ihnen einen Bericht. Die Vorführungen in Amerika waren ein großer Erfolg, hieß es und, dass Fragen gekommen waren, wo man vor Ort Karate erlernen könnte. „Sensei, wäre es nicht angebracht, in Bälde Instrukturen nach Amerika zu entsenden!“ Obata setzte in erregter Stimmung nach: „Ja, genau!“

Aus Okinawa war er auf sich gestellt auf die Hauptinsel nach Tokyo gekommen und hatte aus Leibeskräften Karate vermittelt. Und das war nun dabei, sich nicht nur in Japan sondern auch in Übersee zu verbreiten. Es gab wohl kaum etwas Erfreulicheres. Aber irgendwie konnte er sich nicht voll dafür begeistern. Je mehr der Verbandsvorstand die Absicht zeigte, ins Ausland expandieren zu wollen, desto reservierter sah sich Gichin werden. Um für Unterricht nach Amerika zu gehen, waren Leute unabdingbar, die den wahren Kern des Karate gründlich verstanden hatten. Durch das Lehren der Studenten auf Hondo allein hatte sich das Karate verändert. Wenn es nun den jungen Leuten in Amerika vermittelt werden sollte, könnte es sich auf noch viel unvorhersehbare Weise entwickeln. Das war sein Eindruck. Wie dem auch sei, die Entsendung von Instrukturen nach Amerika war eine Angelegenheit der Leitung des Verbandes. Gichin folgte seinem Grundsatz, sich nicht in die Verbandsführung einzumischen.

Wichtiger war, dass ich noch zu Lebzeiten das wahre Wesen des Karate weitervermittele. Da fühlte er sich gedrängt. Das Prosperieren des Verbandes lass mal getrost dem Vorstand über. Gichins Aufgabe war die Technik und die Essenz des Karate weiterzugeben. Dass die Studenten auf den Universitäten und ihre Alumni das Karate verbreiteten, das sie von Yoshitaka gelernt hatten, war unvermeidlich. Für Gichin war wünschenswert, dass unter diesen so viele wie möglich austraten, die das wahre Wesen des Karate erfassen mochten, das Gichin in Okinawa erlernt hatte. Von Tag zu Tag lebte Gichin mit diesem Gedanken. Eines Tages im Dezember bekam Gichin Besuch von Hironishi Genshin, der aus der Waseda-Universität stammte. Er kam im Gefolge von zwei jungen Leuten in Studentenuniform. Das waren wohl Mitglieder des Waseda-Karate-Klubs. In letzter Zeit war es so weit gekommen, dass er auch nicht mehr zum Unterricht auf die Universitäten ging, weshalb er die Gesichter der Mitglieder nicht mehr kannte. Hironishi Genshin war ein sehr ernsthafter Mann. Für den Verband leistete er gewissenhafte Arbeit. Gichin hatte aber immer das Gefühl, dass seine allzu große Ernsthaftigkeit bis zum Überdruß ging. Er ritt in kleinlicher Weise auf Regeln und Prinzipien herum. Dieser Hironishi zeigte nun einen gequälten Gesichtsausdruck. Da ging es



nicht um eine Bagatelle, dachte Gichin und forderte ihn auf: „Nun, komm herein!“

Als Gichin ihn in sein Schlaf- und Wohnzimmer im zweiten Stock geleiten wollte, blieb Hironishi im formellen Fersensitz und mit geballten Fäusten sitzen. Die Studenten hinter ihm, saßen gleichfalls im Fersensitz und hatten angespannte Mienen.

„Was zum Teufel ist denn los?“ Gichin erkundigte sich in einer möglichst sanften Stimmlage. Hironishi rührte den Tee, der ihm offeriert wurde, nicht an und hatte die längste Zeit seinen Blick gesenkt, bis er endlich sein Antlitz erhob, das nun Züge der Entschlossenheit aufwies. „Aus dem Lehrsystem des Verbandes werden die Kata ‚Taikyoku‘ und ‚Ten no Kata‘ ausgeschlossen. Bedeutet das nicht, dass gegen die Anweisungen von Sensei verstoßen wird?“

Gichin war vorerst verblüfft. „Ich denke nicht, dass dies ein großes Problem darstellt...“ „Nein, wir sind gewillt, die orthodoxe Lehre unseres Sensei zu behüten.“ „Die ‚Taikyoku no Kata‘ hatte sich ursprünglich Yoshitaka ausgedacht. Er hatte gemeint, es bräuchte eine Kata, die für Anfänger konzipiert und noch einfacher war als die ‚Heian‘ und ‚Tekki‘. Auch die ‚Ten no Kata‘ beruht auf einer Idee Yoshitakas. Er hatte sie probenhalber entworfen mit dem Gedanken an eine Kata, die auch partnerweise geübt werden könnte und ich habe sie übernommen. Ich meine daher, dass man sich da nicht zu sehr darauf versteifen braucht...“ Sowohl die „Taikyoku no Kata“ als auch die Kumite-Kata „Ten no Kata“ waren 1939 kodifiziert worden. Unter den Vorstandsmitgliedern des Verbandes waren viele, die vor diesem Jahr die Universität abgeschlossen hatten. Zudem war Krieg. Nur der ganz kleine Anteil derer, die der Einberufung ins Heer entkommen waren, hatte die Gelegenheit diese zwei neu geschaffenen Kata zu lernen. Auch dieser Umstand dürfte dabei eine Rolle spielen, dass der Vorstand des Verbandes diese zwei neu geschaffenen Kata aus dem Lehrsystem herausgenommen hatte.

Diese Kleinlichkeit war typisch für Hironishi, fand Gichin. Er hatte den festen Glauben, dass alles bis ins Letzte, das er von Gichin gelernt hatte, von Bedeutung war. Für das Erlernen des Karate war diese Folgsamkeit wichtig. Hironishis Unmut schien nicht darauf beschränkt zu sein. „Wie steht es nun aber um den Freikampf? Der Verband hat mit Freikampf in Wettkampfmanier angefangen. Ich weiß, dass Sensei heftig gegen die Versportlichung des Karate opponiert. Der Verband handelt nun ofenkundig den Lehren von Sensei zuwider. Das ist meine Meinung.“

Gichin nickte. „Das verhält sich allerdings so. Ich glaube, Karate braucht keinen Wettkampfsport. Die Essenz des Budo liegt woanders als im Wettkampf.“ Hironishi, der sich bestätigt fühlte, rutschte ein klein wenig auf seinen Knien nach vorn. „Darum liegt doch der Verband in seiner gegenwärtigen Linie falsch. Auf diese Weise wird es dazu kommen, dass das Karate von Sensei der Nachwelt nicht vermittelt wird.“

Diese Redeweise war wieder typisch für Hironishi, kam es Gichin in den Sinn. Was auch immer es betreffen mochte, immer dachte er in Extremen. Gichin bekam das Gefühl durch Hironishis Tatkraft gedrängt zu werden. „In Wahrheit habe ich mir in diesem Punkt auch schon Sorgen gemacht. Es hat den Anschein, dass der Verband immer mehr in die Richtung tendiert, Freikampf als sportlichen Wettbewerb abzuhalten.“

Hironishi hakte ein: „Wenn vom Studenten-Karate-Bund Freikampf als Wettkampfdisziplin anerkannt wird, was dann? Es gibt ein gegenseitiges Rivalitätsdenken unter den Universitäten. Die Kommilitonen, die bisher unter demselben Lehrers Training gemacht haben, werden aufeinander losgehen, um des Sieges willen zu kämpfen. Wenn es zum Wettkampf kommt, denken sie nur noch ans Gewinnen. Auf den Universitäten wird dann nur noch Karate für den Wettkampf trainiert.“ „Wenn es soweit kommt, dann ist Karate kein Budo mehr. Um Sieg und Niederlage zu kämpfen ist Sport. Sollte diese Zeit anbrechen, habe ich damit nichts mehr zu schaffen. Wie auch immer, vom Siegen in Wettkämpfen habe ich keine Ahnung...“ „Wenn Kumite-Wettkämpfe zu florieren beginnen, dann werden die Studenten den bedeutsamen Lehren von Sensei kein Gehör mehr schenken.“

Es dürfte sich wahrlich so verhalten, wie Hironishi sagte. Auch wenn ein Lehrgang abgehalten wurde, übten die Studenten da ihre Kata, kaum waren sie hingegen auf die Universitäten zurückgekehrt, schwitzten sie wieder in einem Training, das auf das Gewinnen von Wettkämpfen ausgerichtet war. Letztlich würde Gichins Karate zu einer Fata Morgana werden. Die jungen Leute würden sich von den naheliegenden Techniken vereinnahmen lassen und durch Sieg und Niederlage im Wettkampf einmal froh und einmal traurig sein.

„Nun aber,“ merkte Gichin an, „tatsächlich gibt es da ja auch Schüler wie euch! Und die mögen mein Karate behüten und weitergeben. Solange sie in den Karate-Klubs auf den Universitäten sind, können sie ja einfach als Leibesübung ihre Körper abhärten, nachdem sie dann graduiert haben, können sie mit euch auf die nächste Stufe des Karate weitersteigen.“ „Mit dem Verband funktioniert das so nicht.“ Gichin erstaunte



ob dieser Äußerung. Endlich schien ihm aufzugehen, warum Hironishi ein derart bekümmertes Gesicht geschnitten hatte. „Du möchtest aus dem Verband austreten?“

„Einfach aufhören hat keinen Sinn. Es ist nicht so, dass ich Karate nicht mehr mag. Ich bin gegen die Richtlinien des Verbandes. Ich möchte loyal zu den ursprünglichen Lehren von Sensei stehen.“ Gichin war verwirrt. „Was willst du, dass wir tun?“ „Ich denke, wir sollten uns als Shoto-Hauptquartier vom Verband trennen.“

Das war eine schockierende Aussage. Der wahre Stand der Dinge war von einer Art, wie ihn Gichin noch nie erlebt hatte. Als Gichin in Okinawa mit dem Karate begonnen hatte, war die Art des Trainings noch viel gelöster. Als Gichin jung war, war es eher selten, dass man nur von einem Lehrer gelernt hatte. Des Weiteren wurde einem in früheren Zeiten von den Sensei von sich aus gesagt: „Da gibt es jemanden an diesem gewissen Ort, der die Techniken des Stockes ausgezeichnet beherrscht, geh' mal hin und lerne was!“ oder: „Und da ist jemand, dessen Basai hervorragend ist, geh' sie bei ihm lernen!“ oder desgleichen und auch Itosu Anko hat Entsprechendes geäußert. Daher hatte Gichin während er bei

Asato Anko studierte auch unter Itosu Anko lernen können. Gichin hatte zum ersten Mal erfahren, dass unter den Vorstandsmitgliedern innerhalb des Verbandes gegensätzliche Positionen bestanden. Die Gründe lagen bei Gichin selbst. Als der Verband gegründet wurde, hatte er die Absicht, sich nicht in dessen Leitung einzumischen und nur für die für das Karate fundamentale technische Seite Verantwortung zu tragen. Er hatte gedacht, dass damit alles harmonisch ablaufen würde. Eine Karate-Vereinigung als Organisation



### Tengu:

Japanische Fabelwesen, Bergkobolde mit langer Nase, die in Kampfkünsten, notabene dem Schwertfechten, meisterlich versiert sind, ursprünglich als Unheilsbringer gefürchtet. Inzwischen insbesondere durch die Manga-Kultur auch als Schabernack treibende magische Kobolde dargestellt.

zu führen hieß allerdings auch, Karate-Veranstaltungen zu planen. Dies wiederum übte bis ins System des Trainings seinen Einfluss aus. Gichin bereute, dass er sich nicht ausreichend bewusst gewesen war, was eine Organisation des Karate implizierte. Stets war die Vorstellung der Lehrmeister in Okinawa in seinem Kopf. Da gab es nur das Verhältnis zwischen Meister und Schüler und das Konzept einer Organisation existierte nicht. Die Schüler unter sich waren alle Kameraden.



„Wir wollen nichts überstürzen“, sagte Gichin, „der Krieg ging zu Ende und das Karate in Japan hat zu guter letzt einen neuen Start gemacht. Ich glaube, dass der Verband dafür das Fundament legen möchte.“

„Die Sachlage ist nicht so simpel. Ohne Zweifel nimmt die Zahl der Mitglieder dank der Anstrengungen des Verbandes laufend zu. Die Zahl der Instrukoren hält da nicht mit. Der Verband ist dabei, ein Programm für die Ausbildung von Instrukoren zu erstellen.“ „Instruktoren ausbilden...?“ „Richtig! Unter den Absolventen der Universitäten werden Auszubildende angeworben und nach etwa einem Jahr der Schulung zu Instrukoren gemacht.“

Über diese Aussage konnte sich Gichin nur wundern. „Jemand, der gerade mal das Training im Karate-Klub der Uni absolviert hat, was soll der groß Karate lehren können?“ Gichin war seit Kindesbeinen täglich, selbst bei Sturm und Unwetter nicht pausierend, unentwegt zu Asato Anko und Itosu Anko gegangen. Für eine Kata hatte er etliche Jahre investiert. Als er schlussendlich mit dem Karate-Unterricht in der regulären Grundschule betraut wurde, war er schon über dreißig Jahre alt.

„Ich bin derselben Meinung“, warf Hironishi ein, „und genau deshalb bin ich der Ansicht, dass wir uns als das Shoto Hauptquartier vom Verband unabhängig machen sollten!“

„Was bedeutet hier das ‚wir‘?“

„Wir zwei hier sind im Vorstand des Karate-Klubs der Waseda-Universität. Die Waseda wird unter dem Shoto-Hauptquartier weitertrainieren, nachdem es aus dem Verband ausgetreten ist.“

Apropos Waseda, ihr Karate-Klub existiert seit der Anfangszeit, als Gichin in Tokyo begonnen hatte, Karate zu unterrichten. Und diese Karate-Abteilung der Waseda-Universität sprach davon, aus dem Verband auszutreten. Was hatte das zu bedeuten? Wie konnte es nur dazu kommen? Erneut lasteten Sorgen auf Gichins Schultern.

Hironishi fuhr fort: „Wir haben Sie hier aufgesucht, weil wir Sensei darum bitten wollten, weiterhin im Shoto-Hauptquartier Unterricht zu erteilen.“ „Wartet!“ erwiderte Gichin, „ich werde unter allen Umständen die Stelle eines technischen Beraters des Verbandes behalten.“

„Aber als das Shotokan in Zoshigaya errichtet war, waren Sie gleichzeitig Präsident des Shoto-Hauptquartiers.“ Wieder einmal ritt Hironishi auf Prinzipien herum. In der Tat hatte er, als das Dojo in Zoshigaya etabliert war, aus Gründen der Bequemlichkeit diesen Posten angenommen. Das war hingegen bevor sich seine Schüler im Japanischen Karate-Verband neu gruppiert hatten. Gichin dachte, dass über die Neufor-

mierung nach dem Krieg das Shotokan in der Gestalt des Japanischen Karate-Verbandes wiedergeboren war. Hironishi verschanzte sich dahinter, dass keine formelle Deklaration der Auflösung des Shotokan ergangen war.

Gichin zerbrach sich den Kopf. „Bislang habe ich ohne Unterschied jeden unterrichtet, der Karate lernen wollte. Ich habe mit Freude Konishi-kun, der die Kunst des Schwertführens ausübte oder Ötsuka-kun, der im Jujutsu bewandert ist, Karate gelehrt. Aber diesmal schaut die Lage etwas anders aus. Dass sich Mitschüler um den Lehrer raufen, geschieht zum ersten Mal. Ich kann darauf nicht leichtfertig antworten.“

„Was in Zukunft die technische Unterweisung im Verband angeht, wird wohl Nakayama Masatoshi eine zentrale Rolle spielen und sie durchführen. Ich bin mir bewusst, dass dies nun unhöflich ist, aber heißt das nicht, dass der Unterricht von Sensei im Verband nicht mehr benötigt wird?“

„Nakayama-kun macht das hervorragend.“ In der Tat war Nakayama Masatoshi herausragend. Man dürfte füglich von Genie sprechen. Er hatte das kühne Karate von Yoshitaka übernommen und seine Technik war exzellent. Aufgrund intensiven Trainings waren seine physischen Fähigkeiten vortrefflich, regelrecht wie die eines **Tengu**. Und er war beliebt. Als Instruktor war er wie geschaffen. Und dennoch gab es noch so viel, das er Nakayama beibringen wollte. Er dachte, dass er gerade eben auf die Stufe gelangt war, auf der ihm der tiefere Sinn des Karate aufging.

„Wir haben auch fortan den Unterricht von Sensei nötig!“

„Könnt ihr es euch vielleicht nicht noch einmal überlegen“, meinte Gichin, „seht euch bitte den Fortgang des Karate auf lange Sicht an. Eine Trennung geht gewiss nicht ganz friedvoll ab. Das ist alles, was ich jetzt dazu sagen kann.“ Die Unterredung an diesem Tag ging bis dahin. Nachdem Hironishi und die zwei Mitglieder des Karate-Klubs der Waseda-Universität weggegangen waren, blieb Gichin mit verschränkten Armen sitzen und reflektierte. Es kam ihm die Zeit, als er sich im Karate in Okinawa schulte, in den Sinn. Es war eine Periode, in der er ohne viel nachzudenken, sich einfach ausschließlich dem Karate widmen konnte. In seinem Alltagsleben waren ihm die Lehren von Asato Anko und Itosu Anko präsent. Wenn sie gemeinsam einen Weg entlang gingen, konnte er aus jeder einzelnen Bewegung seiner beiden Lehrmeister etwas für das Karate lernen. Diese Zeit und dieser Ort sind die Heimat meines Karate. Das waren Gichins Gedanken. Er wollte zurückkehren. In seine Heimat Okinawa. Und in diese alte Zeit. Wenn sich eine Schwäche breitzumachen suchte, übte er sich in Selbstdisziplin. Aber seine Erinnerungen an die Heimat konnte er nicht so einfach wegwischen.

# KAITEN

## KARATE GI

Deine Marke für Anzüge und Ausrüstung im traditionellen Karate.



Schlag richtig zu und hol Dir den Ippon! Die passenden Faustschützer und Gis findest Du bei uns!



回天

[www.KAITEN.de](http://www.KAITEN.de)

Kamikaze Sportartikelvertriebs GmbH  
 Am Butterhügel 6 - 66450 Bexbach  
 E-Mail: [mail@kaiten.de](mailto:mail@kaiten.de)  
 Telefon: +49 (0)6826 / 9335-0  
 Fax: +49 (0)6826 / 9335-50

# GEBURTSTAGSFEIER VON CHIEFINSTRUP



# FEIER ZUM 80STEN DOCTOR HIDEO OCHI

Text: Joschka Heinemann, Bilder: Alexander Raitz von Frenzt



**Samstag, der 29. Februar 2020 gegen 14 Uhr: Hideo Ochi wagt einen Blick durch die Tür der Rundsporthalle in Bochum. Ein stolzes Lächeln schimmert durch seinen Rauschebart, als er sieht, wer alles gekommen ist.**

Über 400 Karatekas aus ganz Deutschland: Schwarz- und Braungurte. Die Halle, in der locker zwei Linienflugmaschinen Platz gefunden hätten, ist bis zum Anschlag gefüllt mit Athleten in blütenweißen Gis. Vorhin haben sie noch Zukis in die Luft gestoßen, jetzt blicken sie alle gemeinsam auf das Geburtstagskind, dem sie ihre Karate-Karriere zu verdanken haben. Ochi betritt die Halle und beugt seinen Oberkörper zu einem Gruß, was dazu führt, dass ein enthusiastischer, minutenlang und donnernder Applaus losbricht. Die Euphorie ist ansteckend; Hideo Ochi bedankt sich mit einem Lachen, das in der ganzen Halle zu hören ist. Es war sein Geburtstags-Wunsch, dass all seine Schüler das machen können, was ihm schon sein Leben lang am Herzen liegt: Karate studieren und dabei Spaß haben.



## SENSEI OCHIS 80ER

Für Shihan Ochis Lehrgang ist extra ein Mann aus Tokio angereist. Tatsuya Naka, JKA-Instructor und einer der populärsten Karatekas der Welt. Über 9.000 Kilometer Weg hat er auf sich genommen, vom legendären JKA-Hauptquartier bis nach Bochum. Naka ist unglaublich beliebt, nicht zuletzt wegen seiner Turnier-Erfolge, Spielfilme und Karate-Dokumentationen. Den ganzen Tag trainiert er Ochis Schützlinge und ruft sie immer wieder in einem Kreis um sich zusammen: „Die Gravitation ist die stärkste Kraft der Erde – und die wollen wir nutzen!“ ruft er in die Runde, um dann mit einem explodierenden Zenkutsu Dachi nach vorne zu preschen. Naka nickt in die Runde, lächelt und ermutigt die verblüfften Karatekas um ihn herum, es auch zu probieren. Nicht abstoßen, sondern sich von der Schwerkraft leiten lassen. Es klappt und Naka applaudiert: „Sehr gut – Das ist Budo-Karate!“ Nach nur wenigen Minuten steht fest: Tatsuya Nakas Charisma ist genauso mitreißend wie seine technische Brillanz. Zwei Einheiten unterrichtet Naka, danach entfalten die Zukis der DJKB-Athleten eine Kraft von Pflasterstein, die mit einer Kanone abgeschossen wurden. Also zumindest fühlt es sich so an... Ein ganz kleines bisschen.

Wenige Stunden später hat Naka seinen Gi gegen einen schwarz-grauen Maßanzug getauscht. Er sitzt mit Hideo Ochi und dessen Frau Tomie an einem gedeckten Tisch in der Henrichshütte in Hattingen. Hunderte Gäste sind mit ihnen in der Eventlocation. Violettes Scheinwerferlicht strahlt über die Tanzfläche, fein mariniertes Fisch dampft auf Tellern, kühles Bier läuft stundenlang und im Sekundentakt durch die Zapfanlage. Der weltberühmte Zauberer Ryan Hayashi begeistert mit seinen Samurai-Schwert-Illusionen. Ochis Schüler Klaus Wiegand hat die Party und den Lehrgang monatelang geplant. Zusammen mit seinem Schüler Marcus Haack. Sepp Kröll, der Präsident des DJKB, erwähnt das mit großer Anerkennung in seiner Rede. Alle hier bedauern, das Klaus aus gesundheitlichen Gründen selbst nicht dabei sein kann. Kröll begrüßt alle Ehrengäste und verliert berührende Worte über Shihan Ochi. „Er ist ein unglaublich großzügiger Mensch“ erzählt Kröll. Er habe Karate in die ganze Welt getragen, oft auch ohne Honorar, gerade in die ärmeren Regionen dieses Planeten. Eine unglaublich große Dankbarkeit erfüllt den Raum. Alte Weggefährten, Trainer und Instrukturen des DJKB, Tatsuya Naka und die vielen anderen Karatekas heben ihr Glas.

Alles Liebe zum Geburtstag Shihan Ochi.  
Oss!



Bernd Hirschberger (Hintergrund links), Frau Tomie Ochi, JKA Europa: BURA Sensei aus Dänemark und JKA Europa: GNEO Sensei aus Belgien



Hideo Ochi auf der Geburtstagsfeier



JKA-Instructor Tatsuya Naka



Marcus Haack, Risto Kiiskilä und Sepp Kroell



# INTERVIEW MIT DJKB-CHIEF-INSTRUCTOR HIDEO OCHI IM TSCHECHISCHEN FERNSEHEN

**TV-PRAG:** Guten Tag. Ich muss zugeben, dass es Gäste gibt, bei denen ich ein bisschen Angst habe, dass die Sendezeit nicht ausreicht und mit denen ich mich viel länger unterhalten könnte. Einer von diesen Gästen ist ein Mann, der tatsächlich Europa Karate gelehrt hat- Meister Hideo Ochi. Guten Tag. Ich bin froh, dass ich Sie wieder in dieser Sendung begrüßen darf.

**SENSEI OCHI:** Danke für die Einladung

**TV-PRAG:** In ein paar Tagen feiern Sie Ihren 80. Geburtstag, obwohl es in Ihrem Fall eigentlich der 20. Geburtstag ist, da Sie Ihren Geburtstag an einem Schalttag feiern, jedenfalls alles Gute.

**SENSEI OCHI:** Ich danke Ihnen.

**TV-PRAG:** Wie hat sich Karate eigentlich verändert, seitdem Sie nach Europa gekommen sind und in Deutschland und dann auch in der Tschechischen Republik angefangen haben zu unterrichten?

**SENSEI OCHI:** Von dem Moment an, als ich nach Europa gekommen bin, waren im Grunde die Standards gleich wie heute. Die Wettkämpfe starteten, Karate als Wettkampfsport ist bekannt geworden. Das Punktesystem war schon eingefügt in der gleichen Form wie heute, daher ist aus meiner Sicht keine grundlegende Änderung eingetreten.

**TV-PRAG:** Karate ist auf Traditionen gegründet. Es ist wirklich eine traditionelle japanische Kunst, nicht nur Sport. Dennoch, hat Karate diese internationale Erfahrung, diese Globalisierung, irgendwie bereichert?

**SENSEI OCHI:** Karate ist auch zu Sport geworden, der in Schulen unterrichtet wird. Angefangen bei Grundschulen, und das ist definitiv großartig. Bisher waren es nur Universitäten. Jetzt fängt man wirklich bei kleinen Kindern an und es ist sicherlich das Verdienst eines internationalen Renommès.

**TV-PRAG:** Hat es zum Beispiel Ihnen geholfen, dass Sie nach Europa gekommen sind, dass Sie plötzlich in einer etwas anderen Kultur unterrichtet haben, eine andere Perspektive auf Karate zu bekommen, denn Karate ist wirklich Ihr Leben.

**SENSEI OCHI:** Seit meiner Ankunft in Europa versuche ich,

Karate so zu unterrichten, wie ich es immer in Japan unterrichtet habe. Nein, es geht nicht nur ums Gewinnen. Dies ist in Japan kein traditioneller Ansatz. Ja, wenn es ums Kämpfen geht, will man gewinnen. Aber das Wichtigste ist der Prozess, sich selbst kennenzulernen und zu lernen.

**TV-PRAG:** Hat Sie vielleicht etwas überrascht, als Sie in Deutschland angefangen haben und dann auch in die Tschechische Republik gekommen sind? Hatten die tschechischen Karatestudenten etwas Spezifisches an sich?

**SENSEI OCHI:** Für mich sind Leute, die Karate machen, im Grunde genommen, wie Japaner. Ich dachte, sie wären anders, sie würden mehr wie Fremde aussehen. Aber ich nehme sie als Karateka wahr, und deshalb gibt es keinen Unterschied zwischen Fremden

und Japanern. Auch gerade deswegen, wenn wir zusammen Karate machen, statt dass ich sie unterrichte, fühle ich mich wirklich zu Hause und fühle keinen Unterschied.

**TV-PRAG:** Sie haben wirklich viele Erfolge im Karate erzielt, einschließlich eines absoluten Titels, als Sie die japanische Meisterschaft gewonnen haben. Wenn Sie sich die letzten 80 Jahre ansehen, gibt es einen Moment, auf den Sie besonders stolz oder mit dem Sie besonders zufrieden sind?

**SENSEI OCHI:** Es gab Zeiten, in denen ich dachte, es sei wichtig zu gewinnen. Aber in letzter Zeit herrscht bei mir eine klare Erkenntnis vor, dass, wenn man Karate wirklich ernsthaft betreibt, das Leben reicher ist und in Dimensionen stattfindet, in denen es stattfinden soll.

**TV-PRAG:** Ganz ehrlich. Sie sind eine sehr positive Werbung für Karate. Denn natürlich ist es nicht nur die sportliche Seite, sondern der ganze Weg, auf dem Sie in den achtzig Jahren gegangen sind. Erstens würde Ihnen niemand die 80 Jahre ansehen, und zweitens kenne ich nur wenige Menschen, die so optimistisch sind wie Sie. Liegt das vielleicht am Karateweg, den Sie gegangen sind?

**SENSEI OCHI:** Ich denke schon. Ich denke, wenn man Karate macht, dann ist eines der ersten Dinge, die man lernt, dass man im Gesicht keine Empörung oder Wut zeigen darf.

„MEISTER NAKAYMA LEHRTE,  
DASS DAS GESICHT AM MEISTEN  
ÜBER DEN KARATEKA ERZÄHLT  
UND DASS ER AN SEIN TRAINING  
MIT EINEM LÄCHELN  
HERANTRETEN SOLLTE ...“



## INTERVIEW HIDEO OCHI

Meister Nakayma lehrte, dass das Gesicht am meisten über den Karateka erzählt und dass er an sein Training mit einem Lächeln herantreten sollte, obwohl das Training hart ist und man die Grenze seiner Möglichkeiten sucht.

**TV-PRAG:** Und mit dem gleichen Lächeln tritt er an das Leben heran.

**SENSEI OCHI:** Auch das ist natürlich immer mein Ziel und mein Wunsch. Wenn ich im Gesicht immer Besorgnis zeigen würde, habe ich das Gefühl, dass die ganze Welt um mich herum irgendwann auseinanderfallen könnte. Ich denke, das Gesicht trägt dazu bei, dass die Welt zusammengehalten wird und die Menschen sich den gleichen Optimismus aneignen.

**TV-PRAG:** Karate-Dó ist ein Weg. Welche Winkel (Ecken) auf diesem Weg würden sie noch erkunden wollen?

**SENSEI OCHI:** Das ist eine schwierige Frage. Im Karate macht man immer wieder „okeiko“. Das bedeutet, dass man immer wieder lernt. Und wenn man nicht immer wieder lernt, setzt man diesen Weg nicht fort. Das heißt, wenn Sie aufhören zu lernen, hören Sie auf, den Weg zu gehen, und ich bin weit davon entfernt den Weg aufzugeben.

**TV-PRAG:** Das ist nur gut und ich bin mir sicher, dass vor Ihnen noch ein langer Weg liegt, denn Karate ist wirklich ein Weg, der einen Menschen durch das Leben führen kann. Und selbst der größte Meister wird niemals sein Ende erreichen.

**SENSEI OCHI:** Ja, dies erreicht er bestimmt nicht, denn das Ziel ist immer einen Schritt voraus. Egal wo Sie ankommen, Sie wissen immer, wohin der Weg weiterführt. Wenn er nicht weiterführen würde, wäre es kein Weg. Und natürlich ist gerade dieser Blick in die Zukunft etwas, was aus Karate einen Lebensweg macht.

**TV-PRAG:** Als wir uns das letzte Mal trafen, haben Sie dem Karate gewünscht, dass es Olympiasport wird. Dieser Wunsch wurde wahr. Was würden Sie dem Karate jetzt wünschen.

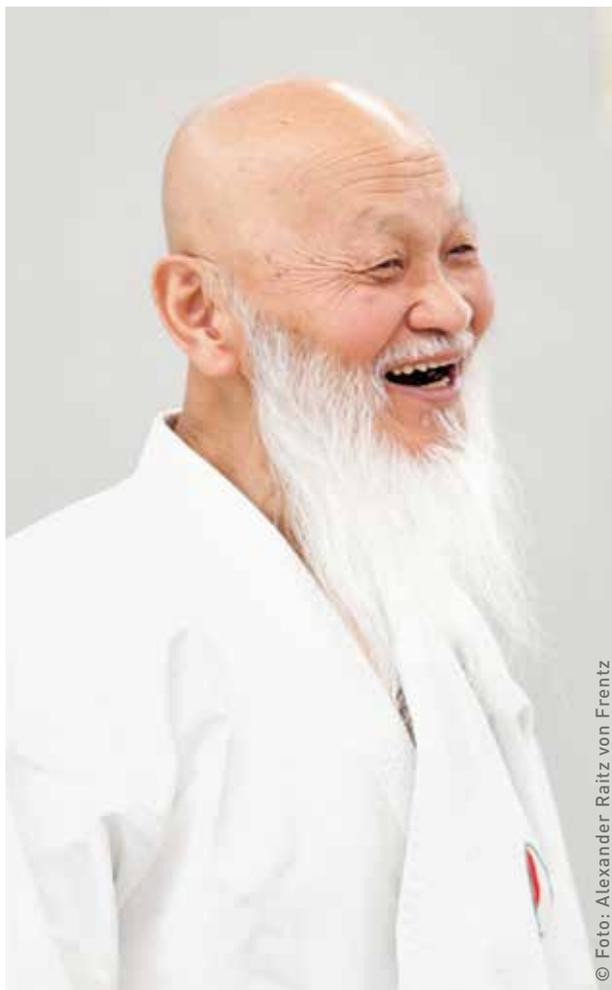
**SENSEI OCHI:** Wenn das Karate zu einem olympischen Sport

geworden ist, werden Menschen aus verschiedenen Ländern, die, wie gesagt, noch nicht die wirtschaftlichen Möglichkeiten hatten, Karate zu betreiben, diese Möglichkeit haben. Das ist auf jeden Fall großartig. Ich sehe jetzt das große Potenzial in jenen armen Ländern, in denen Karate dank der Unter-

stützung als olympischer Sport Wurzeln schlagen kann und ich glaube, dass Karate diesen Menschen eine Bereicherung in ihrem Leben bringen wird.

**TV-PRAG:** Und glauben Sie, dass Karate vielleicht nicht nur eine Sportart für Menschen sein wird. Dass nicht passiert, was in einigen Sportarten passierte, dass durch das Erreichen der Olympischen Spiele nur der sportliche Teil erheblich gestärkt wird? Im Karate ist der Sport wirklich nur ein winziger Teil der großen reichen Welt.

**SENSEI OCHI:** Ich denke nicht, dass, wenn aus Karate eine olympische Sportart wird, es bedeuten würde, dass es kein Weg mehr sein wird. Es ist im Gegenteil eine Gelegenheit, damit mehr Menschen erkennen können, dass es nicht nur eine Sportart ist und immer mehr Menschen ihren Lebensstil im Karate finden, was schließlich auch der Wunsch unserer Organisation ist.



© Foto: Alexander Raitz von Frenitz

**TV-PRAG:** Ich denke, wenn die Leute solche Meister wie Sie haben werden, wenn sie solche Vorbilder wie Sie haben werden, dann stellen sie definitiv fest, dass Karate wirklich mehr ist als Sport, dass Karate ein Weg ist, der sie vielleicht auch zu dieser schönen und positiven Lebenseinstellung bringen kann, die Sie haben.

**SENSEI OCHI:** Ich bin dankbar für die Einladung und danke für Ihre Aufmerksamkeit.

**TV-PRAG: (ZU DEN ZUSCHAUERN):** Ich danke auch Ihnen für die Aufmerksamkeit. Schlagen sie ihren Lebensweg ein, auch wenn es nicht der Weg des Karate ist, möge er sie zu einem solchen Lebensoptimismus führen, wie dem des Herrn Ochi. Schönen Tag.

Aus dem tschechischen übersetzt von Ladislav Dolezal



DAS DJKB-PRÄSIDIUM GRATULIERT:



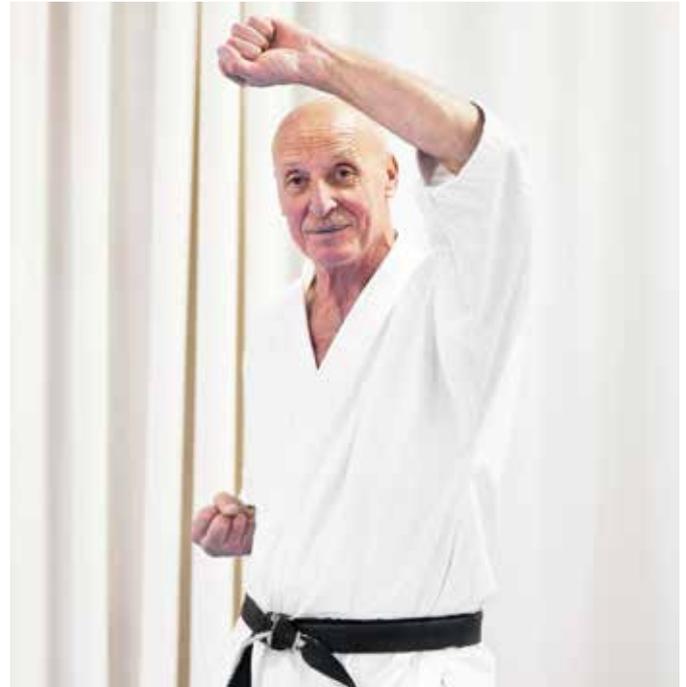
# 50- Jähriges Karatejubiläum: Sensei **Erwin Querl**

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge blicken die Schüler des Karate Dojo Nakayama in Krefeld auf ein sich anbahnendes Ereignis: Erwin Querl, geboren am 22.6.1951, Gründer des an der Mevissenstraße 62b in Krefeld ansässigen Vereines Karate Dojo Nakayama Krefeld e.V., beging am 1.10.2019 sein 50-jähriges Jubiläum als Karateka und reduzierte damit gleichzeitig ab Januar 2020 seine Tätigkeit als Cheftrainer auf ein spezielles Oberstufen-Training in der Woche.

Die anderen Trainingseinheiten übernahm Günter Riemann, 5. Dan. Er und die anderen Trainer des Vereins werden ihr Bestes geben, die traditionelle Ausübung der Kampfkunst Karate im Sinne der großen Vorbilder Funakoshi, Nakayama, Ochi und Erwin Querl weiterzuführen.

Ein kurzer Rückblick auf die Laufbahn des Shotokan-Karate praktizierenden Kampfkünstlers: Nachdem er einige Jahre Schwimmsport und Judo betrieben hatte, begann Erwin Querl vor 50 Jahren, sich für Karate zu interessieren. Die ersten Erfahrungen in dieser Kampfkunst machte er bei der Bundeswehr und zahlreichen Lehrgängen. Sein erster Trainer, Frank Nowak, Schüler von Hirokazu Kanazawa, bestand als einer der wenigen Europäer die Instruktor- Ausbildung im Honbu Dojo in Tokio unter Nakayama und Kanazawa. Sein Trainingspartner während der Ausbildung war Mikio Yahara. Sensei Erwin betont immer wieder, dass er während der leider viel zu kurzen Zeit mit Frank Nowak die Liebe zum Detail der Bewegungen und die Zielstrebigkeit, diese exakt auszuführen, verinnerlicht hat. Nachdem Nowak als Instruktor nach Australien ausgewandert war, bildete sich Erwin in unzähligen Lehrgängen bei Meistern wie Nakayama, Kanazawa, Ochi, Kase, Shirai, Naka und vielen anderen in der Kampfkunst Karate weiter. Regelmäßig besuchte er auch das reguläre Training von Shihan Hideo Ochi in Bottrop.

Schon als Braungurt übernahm er die Leitung der Karateabteilung des Polizeisportvereins Krefeld erfolgreich als Trainer. In seiner sportlichen Karriere hat der Träger des sechsten Dan und ehemaliges Kader-Mitglied zahlreiche Erfolge vorzuweisen. Ebenso hat er jahrzehntelang als Kampfrichter fungiert, unzählige Lehrgänge gegeben und Gürtelprüfungen abgenommen. Darüber hinaus hat er sich selber immer in der Kampfkunst Karate weiterentwickelt, indem



er die Anregungen der großen Meister, deren Lehrgänge er noch immer besucht, aufgreift und in sein Karate integriert.

1988 folgte dann die Gründung des Karate Dojo Nakayama Krefeld e.V.. Während seiner Trainerlaufbahn half Sensei Erwin im eigenen Dojo weit über vierzig Schülern, die Dan-Prüfung zu bestehen. Seine Prüfungsvorbereitungen waren, speziell in den 90er Jahren, berüchtigt. Wer diese überstanden hatte, brauchte sich um die Prüfung selbst keine Sorgen mehr zu machen.

Die ehrliche Art, seine aufrichtige Meinung zu äußern, hat Sensei Erwin nicht immer nur Freunde gemacht. Sein Ding ist es noch nie gewesen, sich zu verbiegen und Kompromisse einzugehen, um die Vereinsmitglieder bei der Stange zu halten. Sein Bestreben ist es seit je her, das Karate in der traditionellen Form weiter zu vermitteln und sich in der Kampfkunst weiter zu entwickeln. Bei seinen alten Weggefährten wird er aufgrund seiner Haltung auch oft als „Samurai“ bezeichnet.

Ich zumindest bin sehr dankbar dafür, seit nunmehr dreißig Jahren „die Liebe eines Sensei“ zu erfahren, sei es auch oft mit Schmerzen und Verzweiflung verbunden. Möge Sensei Erwin Querl uns noch lange auf dem Weg des Karate weiterführen.

Günter Riemann



# **PRÜFUNGSANGST – ODER: WIE WICHTIG IST EINE GRADUIERUNG?**

Prüfungen sind Tests,  
die dem Prüfling zeigen sollen,  
wo er leistungsmäßig steht.

Text: Manfred Grichnik



**Der Schüler möchte wissen, ob sein Können nach langem, beharrlichem Training der Kritik standhält, ob er den nächsthöheren Grad verdient. Wesentlich für eine solche Prüfung ist die Freiwilligkeit und dass der Prüfling keinem belastenden „Muss“ unterliegen sollte.**

Gleichwohl ist immer wieder zu hören, dass die Schüler starken seelischen Belastungen ausgesetzt seien, dass der psychische Druck manchen sogar zu Beruhigungstabletten greifen lässt. Dazu passen auch Anmerkungen, dass ein Durchfallen bei der Prüfung nur zu häufig die Folge einer zu großen Aufregung wäre. Das wirft zwangsläufig die Frage auf, inwieweit eine Prüfung zu unzumutbaren nervlichen Belastungen führen kann.

## Reaktionen ohne Fehlzündungen

Ein Karateka wird in der Praxis relativ häufig vor Situationen gestellt, die von der nervlichen Anspannung her einer Examenssituation entsprechen. So muss man beispielsweise im freien Kampf und bei der Selbstverteidigung in der Lage sein, seine Technik korrekt und spontan anzubringen. Die Reaktionen müssen auf Anhieb funktionieren, ohne Fehlzündung.

Insofern scheint es doch notwendig zu sein, dass ein exakter Leistungsnachweis vom Karateka verlangt wird, zu dem auch die nervliche Belastung als wesentliches Merkmal der nachgewiesenen Leistung gehört.

## Verschiedene Ängste

Jeder Mensch hat Ängste. Entscheidend sind die Ausprägung und der Umgang mit der Angst. Ein Prüfling kann trotz wiederkehrender Prüfungsangst (die er oft bis zum Schwarzgurt behält) im Sportkampf wie im Ernstfall durchaus kaltblütig, mutig und draufgängerisch sein, ohne jede Anzeichen von Angst. Andererseits kann es passieren, dass ein cool auftretender Prüfling im freien Kampf oder bei der tätlichen Auseinandersetzung völlig versagt. Prüfungsängste können, um einmal drei exemplarisch zu nennen, folgende Ursachen haben:

1. Die Hemmungen gegenüber dem unbekanntem, autoritären Prüfer.
2. Die Angst sich vor dem Prüfer, den Kameraden und den Freunden zu blamieren.
3. Die Nervosität, die von einer Prüfung oft sogar auf den Magen oder auf die Blase schlägt.

Sicherlich gibt es noch weitere Ursachen. Im Grunde genommen können nur Psychologen Ursache und Grad der Störung beurteilen. Der Laie, also auch der Prüfer, ist kaum in der Lage, auf jeden Prüfling psychologisch einzugehen, ihm Mut zu machen, ihn aufzurichten, bei der Prüfung zu beurteilen, was wirklich gekonnt und was lediglich durch die Angst verzerrt geboten wird.

## Seelisch abhärten

Eine gewisse Nervosität bei der Prüfung ist hingegen ganz natürlich. Die moderne Verhaltenstherapie hat Techniken entwickelt, mit deren Hilfe sich Prüfungsängste kurieren oder zumindest mildern lassen. Eine dieser Methoden ist das Rollenspiel, das auf dem Prinzip der Gewöhnung an angstausslösende Erlebnisse beruht. Das Meiste, was wir tun, ist von der Gewohnheit bestimmt. Man gewöhnt sich an bestimmte Handlungen und Zustände und lernt, Gefühle der Unlust zu ertragen: Man härtet sich ab. Die technisch-physischen Übungen setzen eine gewisse körperliche Abhärtung voraus. Doch sie sind nur ein Teil der Kampfkunst. Und da man ohne jene seelische Abhärtung das Ziel nie erreichen wird, darf man das eine auch nicht auf Kosten des anderen bevorzugen. An dem folgenden Beispiel aus einer Prüfungsordnung lässt sich dies veranschaulichen: Beim Kihon-Ippon-Kumite steht Uke (der Abwehrende) im Shizentai, ohne zu schwanken, ohne sich zu bewegen. Diese Stellung, dieses abwarten können, fördert die psychische Stabilität. Am Anfang wird es nicht einfach sein, dem psychischen Druck bis in die Endphase des Angriffs standzuhalten. Doch durch ständiges Training wird sich die eigene Psyche stabilisieren, weil man trotz ungünstiger Situation gelernt hat, gut abzuwehren oder sich angemessen zu verteidigen.

## „Auf-sich-allein-Angewiesen-sein“ ist trainierbar

Doch kommen wir zurück zum Rollenspiel. Wenn man seine Techniken – in der Grundschule wie in den Formen – lange und oft vor dem Lehrer und vor den Kameraden vorführt und auch gleichermaßen übt, bis alle Bewegungen Routinecharakter bekommen haben, wird es einem mit der Zeit nichts mehr ausmachen, einer Prüfung unbeschwerter entgegenzusehen.

Rezepte gegen die Prüfungsangst sind von Fall zu Fall verschieden. Kein Prüfer ist in der Lage, auf jeden einzelnen Prüfling einzugehen und ihn psychologisch einzustufen. Er überprüft nur das bedingte Gerüst von Techniken, Formen und das Kampfpotential.



Ideal wäre, wenn der Prüfer dem jeweiligen Schüler beim Training zusehen könnte, wenn dieser ganz unbefangen und konzentriert allein oder mit einem Partner übt. Da würde er vor allem erkennen, welche großen oder kleinen Fehler gemacht werden, wie es mit dem Krafteinsatz oder der Atmung steht. Er könnte dann eingreifen und sagen: „Zeig mir doch einmal, wie du diese oder jene Technik ausführst.“ Doch leider lassen die Begleitumstände, vor allem die zur Verfügung stehende Zeit, keine derartigen Prüfungsformen zu. Der Prüfer geht korrekt nach seinem Programm vor und kann nur das tatsächlich Gezeigte beurteilen. Fehlerteile sind dabei nicht ausgeschlossen. Oft zu Ungunsten des Prüflings, selbst wenn er sich lange und gut vorbereitet hat.

### Neue Prüfungsformen

Bei sensiblen Menschen tritt die Prüfungsangst am häufigsten auf. Man sollte sich deshalb ernstlich fragen, ob man bei Prüfungen nicht feinfühler vorgehen könnte. Auf eins aber sollte man nie verzichten: Auf den Menschen einzugehen und dem Prüfer den Charakter als Roboter zu nehmen.

Auch einen Verzicht auf den meist feierlichen Rahmen bei einer Prüfung sollte man erwägen. Er heizt die Prüfungsangst nämlich noch an. Wichtig wäre auch, dass sich der Prüfer vor dem Examen den Prüflingen zwanglos vorstellt, mit ihnen spricht, ihnen Mut macht, womöglich ein wenig Humor zeigt. Ist das Eis gebrochen, schwindet auch ein großer Teil der Angst.

### Wie bewertet der Prüfer?

Der Prüfer kennt den Ablauf der Techniken in den einzelnen Phasen genau. Er verfügt über eine entsprechende Bewegungserfahrung und besitzt ein gutes Vorstellungsvermögen. Er überträgt den „geistig gegenwärtigen idealen“ Bewegungsablauf in die gerade vor ihm ablaufende Bewegung und kann dadurch die fehlerhaften Abweichungen sehen, beurteilen und korrigieren. Kurzum, er vergleicht bei jedem Grad. Die Leistungen beurteilt er nach vorgegebenen Wertnoten. Einfach ist es gewiss nicht, den Wert der Vorführung immer auf einen Zehntelpunkt richtig einzustufen. Dazu gehört eine gewisse Begabung und eine lange Erfahrung. Einer Bewertung liegt stets ein subjektiver Maßstab zugrunde. Aber ohne jenen subjektiven Maßstab anzulegen, könnten wir gar nicht bewerten.

### Gürtelgrade und ihre Berechtigung

Mit der Gurt-Verleihung darf und muss der Karateka den neuen Gürtel zum Anzug (Gi) tragen. Die Gürtelfarben zeigen dem Partner und dem Lehrer, was sie bei dem Karateka an Können voraussetzen und ihm zumuten dürfen.

Für den Karateka selbst ist die Gürtelfarbe eine ständige Verpflichtung, das erworbene Wissen zu behalten und zu festigen, um dem „Gürtel“ gerecht zu werden.

Was Grade für den Betreffenden bedeuten, muss der Einzelne für sich entscheiden. Wenn sie das äußere Zeichen für eine wirkliche Leistung sind, haben sie ihre Berechtigung – sonst nicht.

WERBUNG

**KAITEN**  
KARATE GI

**EVOLUTION**

Jetzt in unserem Online-Shop  
**[www.kaiten.de](http://www.kaiten.de)**



**Im Februar startete in Bottrop zum ersten Mal das Konzept des Kata- und Kumitetages. Die Idee ist, neben dem aktuellen Jugend-, Junioren- und Erwachsenenkader, auch Nachwuchsathleten aus den Stützpunkten einzuladen, um einen Tag lang zusammen zu trainieren.**

Das Training bestand beim Kumite ausschließlich aus Freikampf, teilweise unter Kampfrichterleitung in den entsprechenden Altersklassen. Für die Kata-Athleten wurden in vielen Wiederholungen die Wettkampf-Katas trainiert, zum Teil mit Hanteln, Gummibändern und mehr.

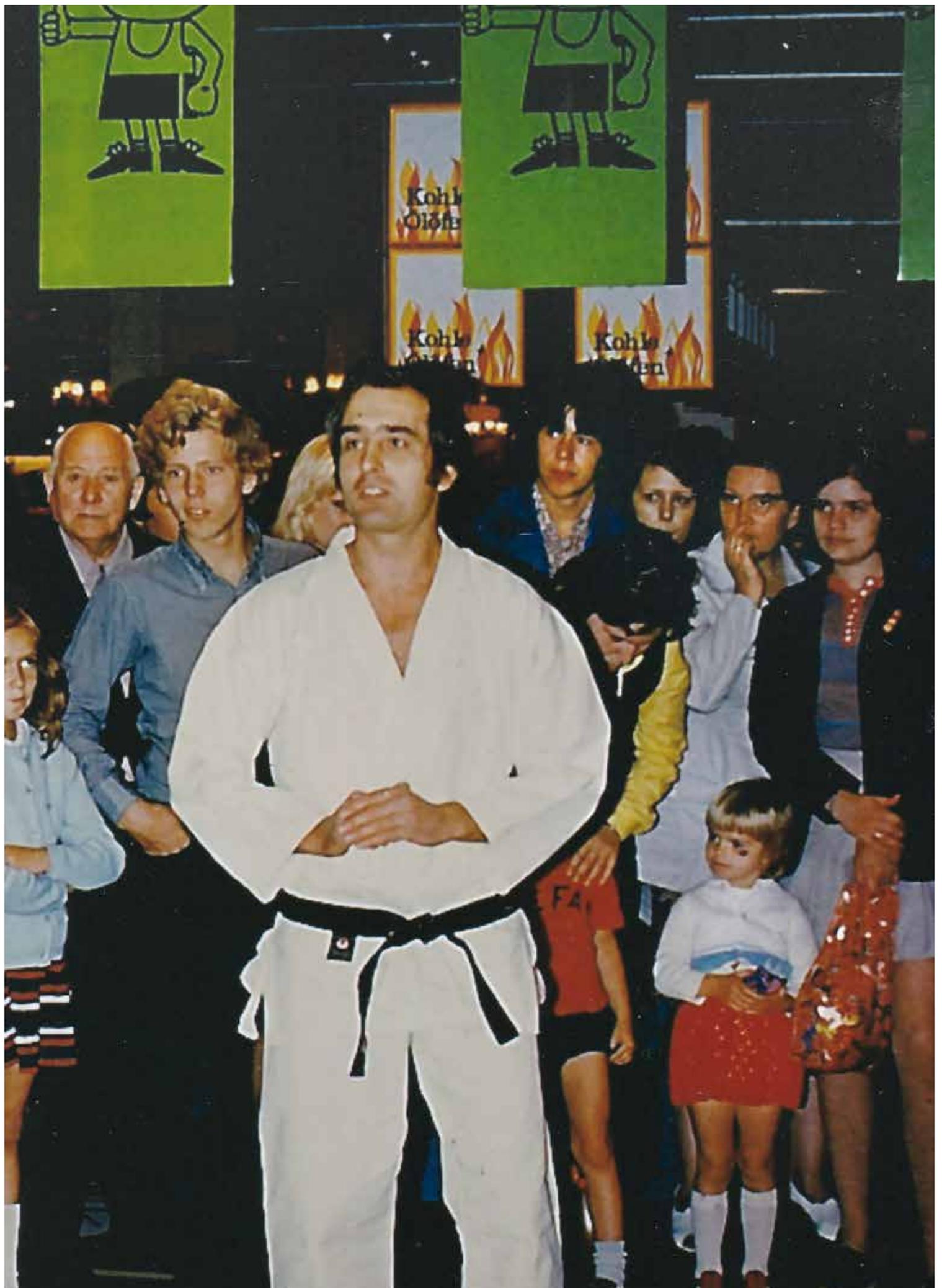
Insgesamt fanden sich etwa 120 Athleten ein, welche nach einem kurzen Aufwärm- und Grundschulprogramm vom Nationalcoach Thomas Schulze eingestimmt wurden.

Anschließend wurde zwischen Jugend und Athleten ab 18 Jahre unterteilt. Den Jugendbereich übernahm Bundesjugendtrainer Markus Rues.

In mehreren Stunden Training mit einigen Pausen, waren alle Teilnehmer sehr stark gefordert und kamen an ihre Grenzen. Gerade dieser Punkt ist sehr wichtig, um sich zu einem starken Karateka zu entwickeln. Die jungen Teilnehmer hinterließen bei Thomas Schulze und Markus Rues den positiven Eindruck, dieser Herausforderung gewachsen zu sein.

Sobald die Situation wegen der Pandemie es erlaubt, ist zukünftig geplant, mit diesem Konzept fortzufahren.

Thomas Schulze



Am 10. September 1973 eröffnete Karstadt Gladbeck seine Sportabteilung mit einer Karate-Demo, die viele, nicht nur sportbegeisterte Besucher in das Kaufhaus lockte. Die fesselnde Show mit Hideo Ochi Sensei (33), Norbert Dalkmann (26) und Manfred Grichnik (38) war gleichfalls eine bedeutsame Werbung für die Kampfkunst Karate-Do. **Hier begrüßt Manfred Grichnik die Besucher und führt sie durch die Veranstaltung.** (Siehe auch das Foto im Inhaltsverzeichnis Seite 03)



# MANFRED GRICHNIK 85. GEBURTSTAG

**Sportlich ist er schon immer gewesen, der gebürtige Gelsenkirchener: Manfred Grichnik ist in jungen Jahren aktiver Fußballer, er fährt Radrennen, ist Rettungsschwimmer im DLRG, fährt Ski und übt sich als Bergsteiger, legt das Reiterabzeichen in Bronze ab, lernt Jui Jitsu, beginnt 1954 mit Judo und gründet die Judo-Abteilung im Polizeisportverein Gladbeck, seiner Wahlheimat. Als Judo-Bundestrainer Koichi Nagaoka 1958 in Köln eine Karate-Kata vorführt (Tekki Shodan), entflammt in Manfred eine neue Leidenschaft, die ihn bis heute nicht mehr losgelassen hat.**

1959 besucht er einen Karate-Lehrgang bei Jürgen Seydel in Bad Homburg und gründet 1960 die Karate-Abteilung im PSV Gladbeck. Somit gehört Manfred Grichnik zu den Pionieren des Karate in Deutschland – und er betreibt heute noch Karate. Wenn jemand über eine lebensbegleitende Kampfkunst reden kann, dann Manfred.

Sportliche Erfolge feiert er bei Deutschen Meisterschaften 1964 (5. Platz) und 1965 als Deutscher Kata-Meister. Besonders beeindruckend ist aber auch die lange Liste an ehrenamtlichen Tätigkeiten für die Entwicklung des Karate in Deutschland, die hier nur unvollständig wiedergegeben werden kann. Er ist Mitglied der Deutschen Karate-Akademie unter Jürgen Seydel, Mitbegründer des Deutschen Karate Bundes (DKB) 1961, deren Vizepräsident bis 1963 und deren Geschäftsführer bis 1970. 1961 und 1962 reist er im Auftrag des DKB nach Paris, um an der Gründung der „Federation Europeenne de Karate“ unter Beteiligung von Tetsuji Murakami mitzuwirken.

1968 ist er Mitbegründer der „All Europe Karate Federation“ (AEKF). Weitere Stationen sind die Leitung der Prüfungskommission im DKB, Bundeskampfrichter, Bundesprüfer, Finanz-

referent in NRW, er beteiligt sich an der Organisation des 1. Europäischen Budo-Symposium 1998 in Moers und vieles mehr. Er leitet Kurse in Judo und Karate an der Volkshochschule Gladbeck, ist Ausbilder der „Schichtarbeiter-Karate-Gruppe“ in Bottrop, Mitbegründer des Karate Do Gladbeck 2010. Wie gesagt, diese Auflistung ist unvollständig. Ebenso unvollständig wie die Auflistung seiner sportlichen Vielseitigkeit und deren Erfolge zu Beginn des Artikels.

Meister des Karate sind im Hause von Manfred Grichnik und seiner Frau Helga zu Gast – Sensei Kanazawa und Sensei Nakayama beispielsweise. Der Flughafen Düsseldorf ist Drehscheibe für Karateka aus Japan und Manfred holt die Gäste vom Flughafen ab und betreut sie während ihres Aufenthalts. Das Karate von Manfred Grichnik wird geprägt von Jürgen Seydel, Tetsui Murakami, Taiji Kase, Hiroshi Shirai, Koichi Sugimura, Masatoshi Nakayama, besonders aber von Hirokazu Kanazawa und Hideo Ochi im Shotokan-Stil sowie Fritz Nöpel und Tomoharu Kisaki (1993 in Japan) im Goju-Ryu-Stil. Bei allem Engagement findet Manfred Zeit für seinen Beruf und weitere Hobbies, etwa der Musik. Er spielt Akkordeon und schreibt als freier Mitarbeiter für die Zeitschrift Intermusik, die allerdings 2010 eingestellt wird. Als Publizist hat er zahlreiche Artikel im Bereich des Budosports in Fachzeitungen und -magazinen veröffentlicht. In diesem Heft veröffentlichen wir seinen Artikel zum Thema Prüfungsangst. Wir freuen uns auf kommende Anregungen, die aus seiner Feder stammen.

Sein fast lebenslanges Wirken für den Aufbau des heute flächendeckend bestehenden Netzwerks Karate und der zugehörigen Kultur ist zu einem unverzichtbaren Teil der Zeitgeschichte geworden. Wir wünschen ihm Gesundheit und dass er noch mit uns auf dem Weg des Karate Do geht.



## Koichi Sugimura (1940-2020)

Ein Text, gebildet aus den Reden der SKI zur bewegenden Gedenkfeier von Koichi Sugimura.



**«Ein Mensch, der wenig lernt, trottet wie ein Ochse durchs Leben; an Fleisch nimmt er zu, an Geist nicht.»**

Dieser buddhistische Spruch könnte von Sugi-Sensei selbst stammen, denn er war es, der sich stets weiterbildete, der Bestehendes hinterfragte und Neues zu tun getraute, der nach seiner Vision lebte und von uns verlangte, selber zu denken und mit Leidenschaft den eigenen Weg zu gehen. Eigeninitiative war ihm wichtig! Und das wollte er uns mitgeben.

Koichi Sugimura wurde als viertes und letztes Kind am 24. März 1940 im heutigen Südkorea geboren. Die ersten

Lebensjahre bezeichnet er selber als unbeschwert, meistens am Strand verbringend organisiert er seinen Tagesablauf schon sehr früh selbst. Nach Kriegsende zieht die Familie wieder nach Japan auf die südlich gelegene Insel Kyushu. Mit 17 Jahren schließt Sugi das Gymnasium mit der Matur ab und zieht sofort nach Tokyo, um die Aufnahme an der angesehenen Keio-Universität für Jura zu versuchen.

An den Universitäten Japans findet die hauptsächliche Selektion nicht während des Studiums, sondern bei den Aufnahmeprüfungen statt. Sugi arbeitet hart, muss jedoch zwei Reifejahre einlegen, bis er das Studium beginnen kann. Das ist die Zeit, in der Karate einen wesentli-



chen Teil seines Lebens einzunehmen beginnt. Er hat zwar bereits in Fukuoka mit Karate begonnen, im Alter von 16 Jahren also, aber nicht ernsthaft, wie er später sagt. In Tokyo jedoch lernt er Meister Michihara Shinji kennen, einen anerkannten Karatelehrer für Shotokan und Wado-Ryu. „Ich war schwach und wollte stark werden ...“ – sagt’s und tut’s. Er trainiert motiviert und legt nach nur zwei Jahren seinen Schwarzgurt ab. Fast gleichzeitig (1958) tritt er das Studium an, behält jedoch das intensive Training außerhalb des Unibetriebs unter Sensei Michihara bei.

Sugi-Sensei hatte den Abschluss des Rechtsstudiums an einer Elite-Universität Japans in der Tasche – was Sicherheit und sozialen Status garantiert hätte. Dennoch wählt er schon sehr bald einen anderen, ungewissen Weg: Er verlässt Japan. Er reist mit der transsibirischen Eisenbahn durch die damalige Sowjetunion nach Europa mit der Idee „später vielleicht eine Krabbenfarm in Kanada zu gründen“, wie er sagte.

Ende 1965 trifft Sugi-Sensei in Deutschland ein, lebt zuerst in Düsseldorf, zieht dann nach Süddeutschland und lernt Eugen Müller und Wolfgang Hagedorn kennen. Auf deren Bitte hin bleibt er und unterrichtet Karate in Freiburg i.B. Seine Art, Techniken zu vermitteln und den Geist des Karate zu leben, beeindruckt die deutschen Karate-Pioniere und es entwickeln sich allmählich Freundschaften. Sein Ruf erreicht auch bald die Schweiz, denn einzelne Vertreter der sich erst bildenden Schweizer Karateszene wagen sich in die Freiburger Hallen und staunen, was dieser Japaner weiterzugeben hat.

Sugi-Sensei pflegt gerne Kontakt zu diversen JKA-Instruktoren, die in Europa unterrichten. Als Nakayama-Sensei, Begründer und damaliger Chef-Instruktor der JKA, Karate in Europa vorführt, wird Sugi-Sensei zu dessen offiziellen Übersetzer bestimmt. Der 1970 von der JKA eingesetzte Cheftrainer Deutschlands, Ochi-Sensei, erkennt ebenfalls sofort die besonderen Fähigkeiten von Sugi-Sensei. Ochi-Sensei und Sugi-Sensei bleiben sich ein Leben lang verbunden. Die Karate-Welt darf diese beiden Meister regelmäßig in Gasshukus sowohl in Deutschland wie in der Schweiz genießen.

1969 wird Sugi-Sensei als offizieller Vertreter der JKA für die Schweiz eingesetzt. Im selben Jahr zieht er nach Schaffhausen, unterrichtet aber schon seit 1967 in Winterthur, wo er auch zeitweise wohnt. Bald kommt Lenzburg dazu und Sugi-Sensei gründet mit den Personen dieser drei Vereine den SKR. Kurz danach kommt Basel dazu, wenig später

Arbon. Sugi-Sensei gründet in der Folge eigene Dojos in Zürich (an der Hohlstrasse), unterrichtet regelmäßig gesamtschweizerische Zusammenzüge im KVZ am Escher-Wyss-Platz, ein weiteres am Letzigraben, an der Uni Zürich (ASVZ). Danach baut er die großen Dojos in Dürnten, Rümlang, Volketswil und Rüti, wobei die beiden letzten Standorte den Namen «Shuyukan» tragen. Er betreibt diese Schulen nicht gleichzeitig, sondern engagiert sich dort, wo es ihm nötig scheint. Sein Wunsch, allen Trainierenden ein echtes Hombu Dojo zu geben, eine Karate-Heimat für alle, treibt ihn von einem Ort zum andern.

Er hat die Schweizer und die Deutsche Karateszene wie kein anderer geprägt, nicht nur im Sport, sondern in allen Bereichen. Es sind ihm stets alle wichtig, die Karate trainieren wollen. Warum hat Sugi-Sensei eigentlich den Weg des Karate-Lehrens gewählt und nicht den des Juristen? Er hätte mit Leichtigkeit eine berufliche Zulassung als Jurist in seiner neuen Heimat erwirken können. Er sagte selbst einmal sinngemäß: «Karate fordert täglich den Körper und den Geist, nicht nur eines von beidem. Das ist attraktiv, denn es ist ein endloser Prozess, ein lebenslanges Training mit stetem kleinen Fortschritt. Eine spirituelle Suche nach Freiheit.»

Was hat uns Sugi-Sensei hinterlassen? Sugi-Sensei hat stets einen ausgeprägten Sinn für Gerechtigkeit vorgelebt. Er ist immer offen für alle gewesen und lehnte jede Form einer Zweiklassengesellschaft ab. Herkunft, Rang und Status geben folglich keine Sonderrechte. Aus diesem Grund akzeptiere er keine Untersektionen im SKR, weil jeder, der Karate trainieren wollte, mit gleichen Rechten willkommen sein sollte. Er wünschte sich, dass wir eine freundschaftlich verbundene Gruppe von Karate-Enthusiasten sind. Begeisterung und Leidenschaft sind Eigenschaften, die uns Sugi-Sensei ganz besonders vorlebte: Mit Motivation intensiv trainieren, aus Eigeninitiative aktiv werden und nicht warten bis uns Befehle dazu auffordern.

Sugi-Sensei bleibt uns in unseren Herzen erhalten als freundlicher, bescheidener Mensch, der mit viel Humor dem sogenannten Ernst des Lebens begegnete, der immer wieder eine erfrischend andere Sicht auf Dinge werfen konnte und uns so heute noch zum Denken und zur Formung unseres eigenen Weges anregt.

Sugi-Sensei ist als innerlich freier Mensch von uns gegangen. So wie er uns immer unterstützt hat, selber zu entscheiden und innerlich frei zu sein. Sein Wunsch ist sicher, dass wir weiterhin in Freundschaft unsere Karatekultur pflegen und die Kernwerte als Tradition weiterleben lassen.



# Hirokazu Kanazawa-sôke (1931-2019)

## Ein persönlicher Nachruf

**Am 8. Dezember 2019 verstarb Kanazawa Hirokazu, "peacefully", wie es in der offiziellen Verlautbarung hieß.**

Als ich einmal mit ihm über den Tod sprach, sag-

te er: "Wenn man ein ganz gewöhnliches Training macht, einen ganz normalen Lebensstil pflegt, dann bleibt auch die Entfaltungsmöglichkeit eine ganz gewöhnliche. Wenn man allerdings ein Training in der Weise des Übersteigens, des Transzendierens der natürlichen Kräfte macht, heißt das nach meiner Ansicht in allen, auch den kleinsten Dingen, mit vollem Ernst dabei zu sein, ein wenig übertrieben gesagt, alles so zu machen, als ginge es um Leben oder Tod. Mit vollem Ernst bei der Sache zu sein, ist der wahre und endgültige Sinn des Bushidô (Kriegerethos). Wenn man alles unter Einsatz seines Lebens macht, dann gibt es nichts, auf das man mit Bedauern zurückblicken müsste und wenn die Zeit des Sterbens kommt, kann man in Seelenruhe sterben. Ich glaube, die Art und Weise des Sterbens ist ein Barometer dafür, wie man gelebt hat. Auch darin besteht der Weg des Kriegers (Bushidô)." Kanazawa-sôke hat zweifelsfrei wie ein Krieger gelebt und ist wie einer von dannen gegangen.

Kanazawa Hirokazu wurde 1931 in der Präfektur Iwate, im Nordosten Japans an einer rauen Meeresküste mit schroffen Klippen und Kieferhainen als sechstes von acht



Kindern geboren. Der Großfamilienverband, der Fischerei- und Handelsbetrieb seines Vaters und die mütterliche Obhut schufen ein soziales Umfeld, in dem er sich Rücksichtnahme,

Kooperation und gegenseitiges Wohlwollen als Umgangsform einverlebte. "Harmonie" sollte dann ja die zentrale Säule seiner Karate-Philosophie werden. In seiner Jugend betrieb Hirokazu - neben dem Herumtollen in der Natur und am Meer - Sumô, Judô, Rugby und Boxen. Sein Körper war somit bestens präpariert, als er mit 18 Jahren in der Karate-Abteilung der Takushoku-Universität ernsthaft mit dem Karate begann. Nach Abschluß der Universität wurde er mit Mikami Takayuki der erste Absolvent des Instructor-Kurses der 1949 gegründeten JKA (Japan Karate Association). 1957 war er der Gewinner der ersten gesamtjapanischen Meisterschaft der JKA. Diesen Sieg sollte er in Folge noch zwei Mal erringen.

1960 wurde er als Karatelehrer der JKA nach Hawaii geschickt. Damit begann sein beispielloser Weg in die Welt. Wohl kein anderer japanischer Karatelehrer ist so viel und oft auf dem gesamten Globus herumgereist wie Kanazawa Hirokazu. Die meisten von der JKA entsandten Instructoren ließen sich ja vor Ort nieder und bauten ihre Landesorganisationen auf. Sôke verweilte zwar länger in England und Deutschland, war aber Auslandsbeauftragter in der JKA und



als solcher viel unterwegs. Besonders nach der Gründung seiner eigenen Organisation (1978) war Sôke praktisch ständig auf Visite in aller Herren Länder. Das machte ihn zu einem der weltweit bekanntesten Karateka überhaupt. Der Bruch mit der JKA war von Sôke weder intiiert noch gewollt worden, in meinen Augen darf er letztlich als Glücksfall angesehen werden. Er bot ihm die Möglichkeit, ungehindert sein Karate-dô zu entwickeln und weiterzugeben. Das "International" (jap. kokusai) (Shotokan Karate-dô International Federation SKIF) in seinem Organisationsnamen hatte er in der japanischen Version bewusst an den Anfang gestellt (Kokusai Shôtôkan Karate-dô renmei), um zu demonstrieren, dass es sich bei Karate heute um ein kulturelles Welterbe handelt. Sôkes Reputation beruhte aber nicht nur auf seiner Internationalität, sondern auf seinem Ausnahmekönnen, seiner technischen Brillanz und vor allem seiner Persönlichkeit, seinem Charisma und seinem Charme. Was ihn auch auszeichnete war, dass er auf Großveranstaltungen oder Lehrgängen umstandslos perfekte und atemberaubende Demonstrationen sowohl in Kumite wie Kata liefern konnte.

Kanazawa verstand Karate in seinen drei Aspekten, als Leibeseziehung, als Kampfkunst und als Wettkampfsport zur Entfaltung und Verbreitung. Auch hier zeigte sich die Breite seines Ansatzes: sein Karate-dô war für jede(n) gedacht, für Jung und Alt, Hobby-Sportler und Spitzenathleten, ja selbst für körperlich Gehandikappte. Die Weite von Sôkes Horizont zeigte sich auch darin, dass er anderen Stilarten und Kampfkünsten gegenüber Offenheit und eine stete Lernbereitschaft entgegenbrachte. Alte Kata (z.B. Koryû Gankaku, Nijû Hachi Ho) die das Bewegungsspektrum über das orthodoxe Shôtôkan hinaus erweitern sollen, wurden von ihm in seinen Syllabus übernommen. Daneben war er für seine meisterliche Beherrschung der Waffen Stock (bô) und Nunchaku bekannt, die er auch in den Unterricht integrierte. Mit Lehrern anderer Stilrichtungen, aber auch der JKA, verbanden ihn lebenslange Freundschaften und reger Austausch.

Daraus resultiert ein Charakteristikum seines Karate-dô: seine Betonung der Wichtigkeit einer korrekten Atmung mittels derer die Zirkulation des Ki 3 ("Universalenergie") gesteuert wird und die psychophysische Konzentration auf das Körperzentrum im Unterbauch (seika tanden), in dem das Ki akkumuliert und von dem das Ki hinausgeschickt werden kann. Ki ist ein zentrales Konzept der chinesischen Kosmologie und Medizin und wird gerne mit "innerer Energie" oder "Vitalkraft" wiedergegeben. Mit

"Energie" verbindet man im Westen eher physikalische Phänomene und versteht es als Quantum. Beim Ki geht es mehr um eine Qualität, eine Form der Bewusstheit. Es hat zugleich materielle wie immaterielle Aspekte. Ki wird über den Willen mobilisiert. Jede Art der Konzentration lässt Ki in deren Objekt fließen. Kanazawa-sôke konnte bei Bruchtests aus mehrfach geschichteten Brettern nur dasjenige zerbersten lassen, das ihm angewiesen worden war. Er erläuterte es damit, dass er sein Ki willentlich kontrollieren konnte. Auch wenn nur ganz wenige auf dieses Niveau kommen, war für Kanazawa-sôke die Regulierung des Ki ein zentrales Element des Karate. Und darauf beruht auch dessen gesundheitlicher Effekt. Nach chinesischer Anschauung bedeutet ein blockadenfreier Fluss des Ki im Körper Gesundheit.

Sôke verstand Karate immer als Zen in Bewegung. Einen egofreien Zustand heller Wachheit, frei flottierender allumfassender Aufmerksamkeit und innerer Ruhe zu erreichen, war sein Ideal. Dafür verwendete er Ausdrücke aus dem Zen-Buddhismus und der von ihm beeinflussten Schwertkunst. Mushin (Nicht-Geistherz) oder muga (Nicht-Ich) waren solche Chiffren. Wenn man Sôke erlebte, hatte man immer wieder den Eindruck, dass er diese Zustände verkörperte. Er hatte eine Aura, die jeden mit Frieden und Gelassenheit umhüllte.

Als junger Athlet war ich sehr ernährungsbewusst. Ich wollte daher von Sôke wissen, was er als gesunde und gut balancierte Ernährung ansah. Er erwiderte sinngemäß: "Ich bin sehr viel auf Reisen und mit entsprechend vielen diversen Landesküchen konfrontiert. Meist werde ich eingeladen, da kann ich aufgetischte Speisen nicht ausschlagen. Es ist so: während ich die Gerichte zu mir nehme, denke ich innerlich: 'Das ist gut für meinen Körper, liefert mir feine Energie und kräftigt mich!' Damit wird jede Nahrung zielgerecht aufgenommen und verwertet!"

1982 wurde der erste SKI-Verband in Österreich gegründet. Ich wurde eines der ersten Mitglieder und war bis Ende der 1980er Jahre im Vorstand und als Dôjôleiter in Wien tätig. In der Bezeichnung haben wir bewusst den Namen des Gründers an den Kopf gestellt: Kanazawa Shotokan Kokusai Karate-dô Österreich (KSKKÖ). Dem selbstlosen Engagement und Einsatz der Pädagogin Rosemarie Osirnigg war es zu verdanken, dass Sôke in dieser Zeit jährlich nach Vorarlberg kam und mehrtätige Lehrgänge abhielt. Zudem wurden Videos gedreht, die als Lehrmaterial geplant waren. Sie sind heute über VP-Masberg im Handel erhältlich und

# SCHERENSCHNITT- KALENDER 2021

von Alexander Raitz von Frenzt

## THEMA „JION“



Mitwirkende:  
Melanie Teeuwen, Günter Riemann, Georgos Roumeliotis,  
Rene van Overbrüggen, Jörg Kalinowski

Fotos und Bearbeitung:  
Alexander Raitz von Frenzt

## WAND- UND TISCH- KALENDER

Erhältlich bei:

**WWW.SCHLATT-BOOKS.DE**



**NACHRUF**

zeigen Kanazawa Hirokazu auf der Höhe seines Könnens. Auch Bundestrainer Kawasoe Norio (1951-2013) ist darin mit seiner exzellenten Technik verewigt. Ich durfte oftmals als Sôkes Dolmetscher fungieren, was mir auch Einblick in sein didaktisches Geschick und seinen systematischen Zugang zum Karate schenkte. Der KSKKÖ wurde Anfang der 1990er Jahre aufgrund diverser Querelen aufgelöst.

In meinen Zwanzigern hatte ich von Sôke ein wenig Taijiquan gelernt. Daran erinnerte ich mich und begann wieder, Taijiquan im Yang-Stil zu lernen. Als ich ihm davon berichtete, war er hochofreut: "Taijiquan und Karate sind wie Yin und Yang, weich und hart, fließend-rund und rasant-direkt. Sie sind komplementär und synergetisch. Es ist gut beides zu praktizieren, vor allem im Alter ist es empfehlenswert mehr auf die weiche Seite zu gehen und sich - weg von der Muskelkraft - auf die Kultivierung des Ki zu konzentrieren." Sôke sagte dies zu einer Zeit, als er selbst nicht mehr praktizieren konnte. Und hier komme ich auf etwas zu sprechen, was mir meine restlose Bewunderung abgerungen hat: die große Würde im Alles-Lassen-Können. Sôke fuhr sein Leben lang gerne Schi und hatte ein Schilehrerdiplom aus Davos. Mit Ende siebzig hatte er einen Schiunfall in Oberitalien und zog sich mehrere Wirbelbrüche zu. Seither verschlechterte sich seine körperliche Konstitution. Nach längerer Rehabilitation kehrte er dennoch ins Dôjô zurück. Als Sôke die achtzig überschritt, brach eine Krankheit aus, die bis zu seinem Ableben medikamentös gebändigt wurde: Parkinson. Sie machte ihm zunehmend das Gehen, dann das Sprechen und zuletzt die Nahrungsaufnahme schwer. Dieser unvergleichliche Kampfkunstmeister, der jede Zelle seines Körpers im Griff gehabt hatte, musste zusehen, wie ihm die Kontrolle über diesen entglitt.

Sôke sagte einmal zu mir, dass er mit zunehmendem Alter die Überzeugung gewann, von einer höheren Macht beschützt zu sein. Der 8. Dezember ist Bodhi-Tag, der Tag, an dem das Erwachen des historischen Buddha Shakyamuni memoriert und gefeiert wird. Er ist der Höhepunkt einer achttägigen intensiven Meditationsperiode (rôhatsu) in Zen-Klöstern. Kanazawa Hirokazu ist im Lichte des Buddha an das andere Ufer gegangen und nun mit den höheren Mächten vereint. Mit Sôke als Schutzmacht und Behüter des Karate-dô wird sein Lebenswerk auch weiterhin ausstrahlen und nachwirken.

Ewig Dank, Sôke! Ossu!

Wolfgang Herbert



## C.W. Nicol (1940-2020) verstorben

Am 3. April 2020 verstarb der Karatemeister Clive W. Nicol, Autor des internationalen Kampfkunsthits, im Alter von 79 Jahren in Japan an seinem Krebsleiden. Er war Träger des 7. Dan im Weltverband von Hirokazu Kanazawa, der SKI (Shotokan Karate International).

Tragisch für uns in Deutschland, wollten doch Klaus Schäfer und ich ihn noch zum Kata-Spezial 2020 nach Magdeburg einladen, was er aber aufgrund seiner fortgeschrittenen Krankheit ablehnen musste.

Der renommierte Naturschützer und Schriftsteller war in Kampfkunstkreisen vor allem bekannt für seine Schilderung der zweieinhalb Jahre, die er Anfang der 1960er Jahre in Tokyo verbrachte, um dort mit einigen der berühmtesten Ausbilder der Welt im Shotokan-Karate (unter unserem Chef Hideo Ochi) zu trainieren. Diese Memoiren veröffentlichte er in „Moving Zen as A Way to Gentleness“ und in seiner deutschen Version „**Moving Zen - Zen in der Bewegung**“. Eine packende Lebensgeschichte aus den Gründerjahren des JKA, gesehen mit den Augen eines Europäers.

C.W. Nicol war bis zum Schluss ein großer Freund des kürzlich in Australien verstorbenen Südafrikaners Stan Schmidt. „Nic“ war ein wilder und abenteuerlustiger Jugendlicher und einer der jüngsten Profi-Ringer Großbritanniens, bevor er 1958 zu einer Forschungsexpedition in die Arktis aufbrach. In der Hoffnung, sein Temperament zu zügeln und Selbstdisziplin zu entwickeln, zog er schließlich nach Japan, wo er sowohl Karate als auch Judo und Waffen trainierte. Er bezeichnete sein Studium der Kampfkünste als einen persönlichen Kampf und nicht als etwas, aus dem er Karriere machen wollte.



© Foto: New York Times

Von 1967 bis 1969 wurde er als Naturschützer für die Einrichtung eines Nationalparks und Tierreservats in Äthiopien angeworben. Dort gab es viele gewalttätige Vorfälle, in die auch Nicol verwickelt wurde, die sich aber als notwendig erwiesen, um den Park einzurichten. Eine Begegnung berührte ihn zutiefst: Als er von einem örtlichen Stammesangehörigen angegriffen wurde, endete dies für den Angreifer tödlich.

Nicol blieb zwiespältig in seinen Bemühungen um den Naturschutz in Afrika - erkannte er die Notwendigkeit, bedrohte

Tierarten zu erhalten, hatte er doch gleichzeitig Mitgefühl mit den lokalen Stammesvölkern, deren alte Lebensweise durch die gesellschaftlichen Veränderungen beeinträchtigt wurde.

Nach seiner Rückkehr nach Japan wurde Nicol zu einer wichtigen Figur in der japanischen Umweltbewegung. Sein besonderes Interesse galt der Wiederherstellung der ausgedehnten Waldgebiete Japans. Das C. W. Nicol Afan Woodland in Kurohime, Shinanomachi, Präfektur Nagano, wurde 1986 gegründet, was ihm landesweite Anerkennung brachte und sogar mit einem Besuch des japanischen Kaiserpaars geehrt wurde. Im Jahr 2005 wurde ihm von Königin Elizabeth II. der Orden des Britischen Empires verliehen. Nachdem er als in Wales geborener Brite gleichzeitig Kanadier wurde, legte er beide Staatsbürgerschaften ab, um Japaner zu werden.

Er schrieb noch weitere Bücher, aber für uns Karatekämpfer wird er immer unvergessen sein mit seinem Werk „Moving Zen - Zen in der Bewegung“, welches Dr. Anton Salat für uns ins Deutsche übersetzte.

Schlatt



# PRÄSIDIUM, REFERENTEN & GESCHÄFTSSTELLE DES DEUTSCHEN JKA-KARATE BUNDES E.V.

## PRÄSIDENT

**Josef Kröll**  
Konradstr. 4  
85737 Ismaning  
Tel.: 0170 / 732 30 59  
E-Mail: kroell@djkb.com



## SPORTWART

**Klaus Wiegand**



## KAMPFRICHTERREFERENTEN

**Ronald Repp**  
Tel.: 06403 / 921 91  
E-Mail:  
Ronald.Repp@Schaum-net.de



## VIZEPRÄSIDENT

**Thomas Schulze**  
Aschaffburger Str. 10  
28215 Bremen  
Tel.: 0421 / 378 12 16  
E-Mail: schulze@djkb.com



## JUGENDWART

**Tobias Prüfert**  
Weitlingstr. 15  
39104 Magdeburg  
Tel.: 0177 / 250 06 28  
Tel./ Fax: 0391 / 541 45 45  
E-Mail: pruefert@djkb.com



## Jürgen Breitinger

Tel.: 0171 / 623 61 58  
E-Mail:  
breitinger@djkb.com



## VIZEPRÄSIDENT

**Markus Rues**  
Otto-Adam-Str. 4  
78467 Konstanz  
Tel.: 07531 / 507 07  
E-Mail: rues@djkb.com



## CHIEFINSTRUCTOR

**Hideo Ochi**  
Middeweg 65  
46240 Bottrop  
Tel.: 02041 / 209 93  
Fax: 02041 / 97 57 26



## WEBMASTER

**Pascal Senn**  
E-Mail:  
senn@djkb.com



## SCHATZMEISTER

**Horst Gallenschütz**  
Radolfzeller Str. 36  
78467 Konstanz  
Tel.: 0171 / 815 01 84  
Fax: 07531 / 711 40  
E-Mail: gallenschuetz@djkb.com



## REFERENT FÜR PRÜFUNGSWESEN

**Marcus Haack**  
Elsa Brändström Weg 3  
58089 Hagen  
Tel.: 02331 / 697 09 92  
Mobil: 0177 / 216 21 16  
E-Mail: marcus-haack@gmx.de



## GESCHÄFTSSTELLE DES DEUTSCHEN JKA-KARATE BUNDES E.V.

**Petra Hirschberger**  
Schwarzwaldstr. 64  
66482 Zweibrücken  
Tel.: 06337 / 67 65  
Fax: 06337 / 993 130  
E-Mail: info@djkb.com



## BANKVERBINDUNG:

Volksbank Saarpfalz,  
Deutscher JKA-Karate Bund e.V. (DJKB)  
Kto.-Nr.: 20 50 23 0000 | BLZ 592 912 00  
IBAN: DE98 5929 1200 2050 2300 00  
BIC: GENODE51BEX

## Japanisches Kulturinstitut

Universitätsstr. 98 • 50674 Köln • Tel.: 02 21 / 9 40 55 80 • Fax: 02 21 / 9 40 55 89  
Internet und E-Mail Adressen:  
Homepage: www.jki.de • E-Mail: jfco@jki.de • Sprachkurse: kurse@jki.de



# EINLADUNG ZUR ORDENTLICHEN MITGLIEDERVERSAMMLUNG (MV) DES DJKB

WANN: **FREITAG 13.11.2020** | BEGINN: **19.00 UHR** | EINLASS: **AB 18.30 UHR**  
ORT: **Hotel Ramada by Wyndham Bottrop, Paßstraße 6, 46236 Bottrop**

**Aus organisatorischen Gründen ist gemäß § 8,12 der DJKB-Satzung die schriftliche Anmeldung zur Teilnahme an der Versammlung per Fax, E-Mail oder Post an die DJKB-Geschäftsstelle bis 06.11.2020 erforderlich!**

**Geschäftsstelle des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.:**

Schwarzwaldstr. 64 | 66482 Zweibrücken | Fax: 06337 / 99 31 30 | E-Mail: info@djkb.com

## TAGESORDNUNG DER MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2020:

- |   |   |
|---|---|
| <b>TOP 01:</b> Feststellung der Anwesenheit und der Stimmberechtigung *           | <b>TOP 06:</b> Beschlussfassung über den Haushaltsplanentwurf 2020/2021 |
| <b>TOP 02:</b> Wahl eines/einer Protokollführer/s/in                              | <b>TOP 07:</b> Beschlussfassung über vorliegende Anträge **             |
| <b>TOP 03:</b> Entgegennahme der Berichte der Präsidiumsmitglieder und Referenten | <b>TOP 08:</b> Neuwahl der DJKB-Präsidiumsmitglieder                    |
| <b>TOP 04:</b> Entgegennahme von Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer       | <b>TOP 09:</b> Neuwahl von 2 Kassenprüfern                              |
| <b>TOP 05:</b> Entlastung des Präsidiums  | <b>TOP 10:</b> Verschiedenes  |

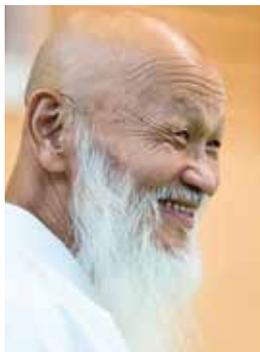
\* Nach § 8, 12. der DJKB-Satzung hat jedes DJKB-Mitglied, das mindestens 16 Jahre alt ist, in der Mitgliederversammlung als jeweiliges Einzelmitglied 1 Stimme. Hierzu ist gemäß den Bestimmungen des § 4, eingangs der Versammlung der Nachweis mittels eines DJKB-Ausweises mit gültiger Jahres-sichtmarke 2020 zu führen.

Die erschienenen Mitglieder müssen bereits in Form einer Jahresmeldung der DJKB-Geschäftsstelle namentlich gemeldet sein. Es findet vor Ort eine entsprechende Überprüfung ab 18.30 Uhr bei Einlass statt.

\*\* Anträge sind gemäß der Satzungsregelungen einer ordentlichen MV spätestens

eine Woche vor der Versammlung der DJKB-Geschäftsstelle schriftlich per POST, FAX, oder E-MAIL einzureichen. Der im Original unterschriebene Antrag ist spätestens zur Versammlung vor Beginn der/dem Versammlungsleiter/in vorzulegen.

Gezeichnet:  
Sepp Kröll  
DJKB-Präsident



Hideo Ochi 

## DJKB-CHIEF-INSTRUCTOR

Hideo Ochi  
Middeweg 65  
46240 Bottrop  
Tel.: 02041 / 209 93  
Fax: 02041 / 975 726



Risto Kiiskilä 

## DJKB-INSTRUCTOR

Risto Kiiskilä  
Alt Sossenheim 74  
65936 Frankfurt  
Tel.: 0152 / 289 937 70  
rist-do@gmx.de



Toribio Osterkamp 

## DJKB-INSTRUCTOR

Toribio Osterkamp  
Grasweg 34  
22299 Hamburg  
Tel.: 040 / 460 45 18  
toribio.osterkamp@web.de



Hans Körner 

## DJKB-INSTRUCTOR

Hans Körner  
Bachusstr. 11  
75223 Niefern-Öschelbronn  
Tel.: 0170 / 805 04 69  
koerner-niefern@t-online.de



Ronald Repp 

## DJKB-INSTRUCTOR

Ronald Repp  
Neckarstr. 9  
35625 Hüttenberg  
Tel.: 06403 / 921 91  
Ronald.Repp@Schaum-net.de



Julian Pursen Chees 

## DJKB-INSTRUCTOR

Julian Pursen Chees  
Gothaer Str. 21  
90522 Oberasbach  
Tel.: 0911 / 969 38 48  
chees@shoshin-wuerzburg.de



Thomas Schulze

## NATIONAL-COACH

Thomas Schulze  
Aschaffener Str. 10  
28215 Bremen  
Tel.: 0421 / 378 12 16  
thomas.schulze@online.de



Markus Rues

## BUNDESJUGENDTRAINER

Markus Rues  
Otto-Adam-Str. 4  
78467 Konstanz  
Tel.: 07531 / 507 07  
markus.rues@t-online.de



**BESTELLSCHHEIN**

DOJO-NR

**Absender:**

Verein / Dojo

Name / Vorname

Straße / Hausnummer

PLZ / Wohnort

Datum / Unterschrift

An die  
Geschäftsstelle  
**Deutscher JKA-Karate Bund e.V.**

Schwarzwaldstraße 64  
66482 Zweibrücken

Hiermit möchten wir folgenden Artikel anfordern:

Bezeichnung	Einzelpreis / Staffelung	Stückzahl	Gesamtpreis
Prüfungsmarken (inkl. Urkunden)	10,00 €		
Prüfer- und Ausbilderhandbuch	2,60 €		
Broschüren (Willkommen im DJKB)	10 Stück 3,00 € / 20 Stück 5,00 €		
DJKB-Aufnäher (JKA-Karate)	1,60 €	25 Stück 30,00 € / 50 Stück 50,00 €	
DJKB-Aufnäher (JKA-Karate Deutschland)	1,60 €	25 Stück 30,00 € / 50 Stück 50,00 €	
DJKB-Aufkleber Alt & Neu	0,50 €	30 Stück 10,00 € / 50 Stück 15,00 €	
Wettkampfurkunden	0,80 €		
Wettkampfflächenklebeband (rot)	6,00 €		
Wettkampfflächenklebeband (gelb)	6,00 €		
Plakate DIN A2	0,40 €		
Faustschutz ( M ) pro Paar	12,00 €		
Porto	3,50 €	<b>! Portokosten fallen nur an bei Bestellung von Plakaten und/oder Klebeband !</b>	<b>3,50 €</b>
<b>Summe</b>			

Der Gesamtbetrag der Bestellung wurde  auf das Konto des DJKB e.V. überwiesen |  als Verrechnungs- / Euroscheck beigelegt.

**ABONNEMENT**

Hiermit abonniere ich die nächsten 4 Ausgaben des Informations-Magazins "DJKB" des Deutschen JKA-Karate Bundes e.V.: ab Ausgabe: \_\_\_\_\_ |

Den Betrag von EURO 13,00 für 4 Ausgaben habe ich  auf das Konto des DJKB e.V. überwiesen |  als Scheck beigelegt.



**DIE BROSCHÜRE**

**"Willkommen im DJKB"**  
Die Broschüre „Willkommen im DJKB“ ist aktualisiert und kann wieder bestellt werden!!



**DAS PLAKAT**

erhältlich im Format DIN A3 + DIN A2  
Vorlage zur Selbstbeschriftung.

**Bankverbindung:**

**Volksbank Saarpfalz, Deutscher JKA-Karate Bund e.V. (DJKB)**  
**IBAN: DE98 5929 1200 2050 2300 00 | BIC: GENODE51BEX**

# TERMINE DJKB

獨逸国 日本空手協会

**Es finden wieder Lehrgänge statt.** Entgegen unseren Gewohnheiten sind sie nicht hier am Ende des Heftes aufgeführt. Die Auflagen in den Bundesländern sind sehr unterschiedlich, informiert euch bitte über unsere Webseite [www.djkb.com](http://www.djkb.com), dort findet ihr aktuelle Angaben über Lehrgänge und über deren aktuellen Auflagen zur Durchführung.

**Sensei Ochi** gibt in diesem Jahr keine Lehrgänge, reist aber durch die Lande und **nimmt Dan-Prüfungen ab.** Auch dazu **alles weitere auf der Webseite des DJKB.**