Unterfranken Karate Tag begeistert knapp 150 Karatekas!

Beim diesjährigen Unterfranken-Karate-Tag wurden den Teilnehmern Leckerbissen aus den Bereichen Kata, Kumite, Selbstverteidigung sowie Leistungs- und Breitensport geboten.

So fanden sich an einem grauen Novembertag am 24.11.2018 rund 150 Karatekas aus ganz Bayern in der Georg-Wichtermann-Halle in Schweinfurt ein, um gemeinsam einen ganzen Tag dem Karate zu widmen – Neues kennenzulernen, Bekanntes zu intensiveren und vielleicht auch einmal in einen bisher unbekannten Teilbereich dieser faszinierenden Kampfkunst hinein zu schnuppern.

Als Referenten gastierten die Landestrainer Mohammed Abu Wahib (Kata), Gerhard Weitmann (Kumite), Bernhard Frankl (Shotokan), Fabienne Dyroff (Kata), Lukas Grimm (Goju-Ryu), Thomas Zatloukal (Kumite Bezirkskader) und Martin Schleyer (Selbstverteidigung). Unter den Gästen waren außerdem David Terbeck, Landestrainer der Kata-Schüler und Savas Gönenler, Landestrainer der Kumite-Junioren sowie Maria Weiß, die Landesfrauenwartin im Bayerischen Karate-Bund.

Der Ausrichter der Veranstaltung, das Team der Karate-Abteilung der Turngemeinde Schweinfurt 1848 e.V. um Abteilungsleiter Karl Heine, hatte sich bei den Vorbereitungen auch mächtig ins Zeug gelegt. Die Dreifachturnhalle in der Paul-Gerhardt-Straße bot Sportlern und Zuschauern genug Raum, um aktiv an den einzelnen Einheiten teilzunehmen oder auch während einer Pause anderen Karatekas beim Schwitzen von der Tribüne aus zuzuschauen. In einer der drei Hallen wurde mit 200m² Wettkampfmatten eine ideale Trainingsgrundlage für die Kumite-Einheiten gelegt. Darüber hinaus wurde dafür gesorgt, dass das leibliche Wohl nicht zu kurz kam. Zu sehr fairen Preisen wurden, neben kalten und warmen Getränken, auch diverse Kuchen, belegte Brötchen und Obst angeboten.

Die stets gut gefüllten Einheiten zeigten, dass das Interesse an Kata nach wie vor groß ist und die drei Referenten mit ihrer offenen und sympathischen Art die Sportler begeistern und mitreißen konnten. So standen neben der Heian Sandan und Yondan unter anderem auch die Gojushiho Sho und die Kururunfa auf dem Programm. Durch diese Auswahl war sowohl für den Kata-Einsteiger ein interessantes und anspruchsvolles Programm geboten als auch für die Athleten des Bezirks- und Landeskaders. Diese hatten, wie auch ihre Kumite-Kollegen, zahlreich den Weg nach Schweinfurt auf sich genommen.

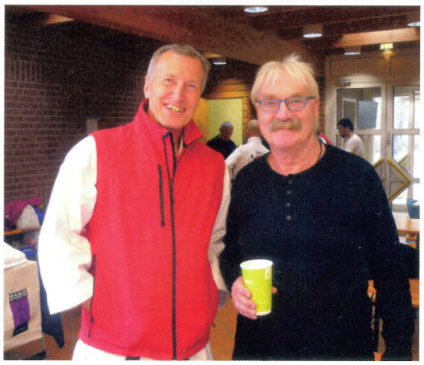
Um alle Kumite-Begeisterten kümmerten sich Leistungssportreferent und Landeskadertrainer Gerhard Weitmann mit seinem Stab und Bezirkskadertrainer Thomas Zatloukal von der Turngemeinde Schweinfurt. Die Schwerpunkte der einzelnen Einheiten lagen auf Grundlagentraining, speziellen Trainingsformen und Kontertechniken.

Gerade Gerhard verlangte den Teilnehmern konditionell einiges ab, was man an den vielen Schweißperlen und roten Gesichtern erkennen konnte. Der Motivation und dem Spaß tat dies aber offensichtlich keinen Abbruch. Alle Teilnehmer gaben ihr Bestes und wirkten am Ende zwar erschöpft aber auch sehr zufrieden.

Jenseits des Leistungssports vermittelte Bernhard Frankl vom Grafenrheinfelder Dojo Haragei in zwei Übungseinheiten einen Auszug aus seinem großen Wissensschatz. Hier standen vor allem Grundlagen, die

Arbeit aus dem Hara heraus und technische Feinheiten im Fokus. Der Träger des 7. DAN und damit der höchstgraduierte Karateka Unterfrankens, wurde im Rahmen des Lehrgangs für 40 Jahre Karate und Engagement mit der Ehrennadel in Gold geehrt. Die Ehrenurkunde überreichte Bezirksvorstand Mohammed Abu Wahib.

In einer Selbstverteidigungseinheit ging Martin Schleyer, ebenfalls von der Turngemeinde Schweinfurt, auf die Abwehr von Angriffen in der Mittel- und Nahdistanz ein und vermittelte schnell erlernbare und instinktiv einsetzbare Abwehrtechniken. Am Ende der Einheit machten die Anwesenden noch einen kleinen Ausflug ins Stresstraining.



In der Einheit „Teach the Trainer" gaben die Landestrainer ihr Wissen an ihre Trainerkollegen in den Vereinen weiter und gaben hilfreiche Tipps und Ratschläge. Der Bezirkskampfrichterreferent Karl Heine bot parallel dazu für Dan-Anwärter und Kamprichteraspiranten einen Kampfrichterlehrgang an, der ebenfalls sehr gut angenommen wurde. Am Ende des Lehrgangs konnten Zuschauer und die verbliebenen Lehrgangsteilnehmer, die noch nicht die Heimreise angetreten hatten, einer Sondertrainingseinheit des Kata- und Kumite-Kaders beiwohnen. Die Kadertrainer nutzen die Gelegenheit ihren Schützlingen noch einmal alles abzuverlangen. Dieses Training zeigte einen interessanten Einblick in das Kadertraining, den man so als Außenstehender nicht alle Tage zu sehen bekommt.

Alles in allem ein sehr gelungener Lehrgang in freundschaftlicher Atmosphäre, der Wissen, Ideen und Impulse für das Karate vermitteln konnte und vor allem sehr viel Spaß gemacht hat.

Bilder und Bericht:
TG Schweinfurt, Karate-Abteilung

Quelle: