



RPKV

1/1996

RHEINLAND - PFÄLZISCHER KARATE - VERBAND



Sag mir wo die Frauen sind !!?? Ingrid Velten (2.Reihe,3 v. l.) auf der Suche. Beim SV/SB Lehrgang in Wittlich glänzte die Weiblichkeit in der" absoluten Minderheit"!

Themen:

Rückblick 95: SV/SB- Lehrgänge für Frauen

Wettkampfb Berichte

Körpertechnik : Die Atmung 1. Teil



Impressum

Herausgeber und Verleger:

**Rheinland-Pfälzischer
Karateverband e.V.**
Avallonstraße 49
56812 Cochem - Cond

Redaktion und Layout:

Ronald Schlack
An der Kreuzmühle 11
76829 Landau i.d.Pfalz
Tel. 06341/ 32895
Fax. 06341/ 32895

Namentlich benannte Artikel geben
nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion wieder.

EDITORIAL

Neue Wege beschreiten bedeutet in der Regel auch Risiken nicht zu scheuen, die damit verbunden sind. So werde ich als neuer RKV-Pressereferent mit Sicherheit auch mit diesem Neuanfang meine Probleme haben. Zunächst wollte ich an dieser Stelle in Namen aller Nobert Schmidt Dank für seine bisher geleistete Arbeit aussprechen und ihm wünschen, daß er nun für seine anderweitigen Aufgaben mehr Zeit findet.

Was Ihr in Händen haltet, ist ein neues RKV-Heft. Der Name Info ist etwas dürrig, denn es soll in Zukunft mehr tun, als nur informieren. Es soll unterhalten, Meinungen der Vereine bzw. seiner Mitglieder wiedergeben; es sollte noch kritischer sein, z.B. den Sportbünden gegenüber und vielleicht auch kritischer gegen uns selbst. Ich würde mir wünschen, daß mich alle unterstützten, mit Beiträgen, Berichten usw. und indem Ihr mir sagt, was gut ist oder was Euch nicht gefällt. Denn nur so können wir in Zukunft eine Verbandszeitschrift schaffen, die für jeden interessant ist.

Ich hoffe, daß ich dieser Aufgabe gerecht werden kann und von Euch allen dabei unterstützt werde.

Ronald Schlack
RKV-Pressereferent

REDAKTIONSSCHLUSS
für das RKV-Heft 2/1996

15.März 1996

In diesem Heft :

Wettkampfberichte

Bavarian Open in Nürnberg
Int. Frauen-Teamcup in Offenburg
Allgäu-Cup in Kempten
Hochschulmeisterschaften in Karlsruhe

Lehrgangsberichte

SV / SB-Lehrgang in Wittlich
SV / SB-Lehrgang in Landau
LG mit Guido Unger in Worms

Unterhaltung

Die Atmung 1. Teil
Rituale : Sensei , Sempai , Kohai

Termine / Adressen

Wettkampfkalender
Lehrgänge
RKV-Adressen

Kritik/Info

Verbandsjugendtag 95 in Worms

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung im RKV

Im Jahr 1995 wurde vom RKV sehr viel zum Thema Frauenarbeit unternommen. Auf den nächsten Seiten folgen einige Berichte zu den Aktivitäten, die von Ingrid Velten und Ihrem Team durchgeführt wurden. Dank auch an die Dojos, die dabei geholfen haben, solche Veranstaltungen möglich werden zu lassen.

SV-Lehrgang in Wittlich am 21.- 22.10

1995. von Edgar Asche, KD Cochem

Ein sehr interessantes und zeitgemäßes Thema. In den letzten Jahren hat sich herausgestellt, daß gerade Frauen und Mädchen hauptsächlich Opfer von Gewalttaten werden und die Belästigungen, sei es an der Arbeitsstelle oder im privaten Bereich enorm zunehmen. Unsere Frauenreferentin I. Velten versucht mit Ihrem Team (Claudia, Silke und Martin) diesen Tatsachen gegenüber innerhalb des RKV ein Konzept zu entwickeln.

Im einem 15-stündigen Fortbildungslehrgang hatten interessierte Trainerinnen und Trainer Gelegenheit mehr darüber zu erfahren. Von den 40 Teilnehmern waren 8 Frauen.

Schon der Anfang des Lehrganges war für viele etwas peinlich. Anhand von Fragen sollte ein fremder Mensch (Lehrgangsteilnehmer) beurteilt werden. Was ist es für ein Mensch, was denkt er von mir, was nehme ich von meinem Gegenüber wahr. Einem Fremden persönliche Fragen zu beantworten kostet eine hohe Überwindung, - aber, alle haben es geschafft. Am Ende der Zeit wurden die Ergebnisse in der Gruppe veröffentlicht. Für die meisten, auch für mich, war es eine neue, eine andere Erfahrung.

Am ersten Tag stand die Theorie im Vordergrund. Die meiste Zeit verbrachten wir im Seminarraum. Etwas mehr Bewegung hätte sicher nicht geschadet. Viele Anregungen, Tips und Trends wurden vorgestellt, zerpfückt und ausdiskutiert.

Eine Einigung, wie was am besten sei, wurde und konnte nicht erzielt werden. Die Themen gingen vom hundertsten ins tausendste. Von der Lehrgangsleitung wurde teilweise zu spät abgeblockt und zum eigentlichen Thema zurückgeführt.

Einige der Herren ließen es stellenweise am nötigen Ernst fehlen und störten durch Gespräche und dumme Bemerkungen diese Runde (mich eingeschlossen).

Es entstand der Eindruck, daß bei "nur Frauen SV - Kursen" der Mann schlechthin als Täter gehandelt wird und dies den Damen dann in der Übungsstunde suggeriert wird.

Es war immer der Mann, der sich im Kino/ Theater breit macht, der im Bahnabteil herum-pöbelt, der den Walkman zu laut hat. Darüber wurde angeregt diskutiert. Beide Seiten, Männer wie Frauen ließen sich nicht von der anderen Seite überzeugen. Wir lernten durch eine Partnerübung unsere räumliche Grenze kennen. Nur, bei diesen großen Grenzen fragte ich mich: Gehen die auch mal in eine Kneipe, auf den Rummelplatz oder auf ein Weinfest? Das Problem ist, daß wir Männer für die Frauen noch zu wenig Verständnis aufbringen. Wie man einen SV/SB Lehrgang organisieren sollte, war auch ein Ansatz für eine lange Diskussion (Gymnastik, ja oder nein, wie stellen sich die Teilnehmer vor, sollen sie dies überhaupt, Trainer/in im Gi oder in Sportkleidung, und,).

Jeder versuchte seine Meinung zu verteidigen und die wenigsten ließen sich umstimmen.

Dann gings in die Halle. Wie lernt eine Frau das richtige Schreien? Ob Löwe spielen dafür der richtige Weg ist, das bezweifle ich doch sehr. Diese Übung eignet sich meiner Meinung nach für einen Kinderkurs, nicht jedoch zur Nachahmung durch erwachsene Frauen. Die folgende Übung (Vertrauen aufbauen, mit geschlossenen Augen führen lassen) konnte von einigen der Männer nicht ernst genommen werden, ruhig sollte es in der Halle sein, geredet und gelacht wurde aber sehr viel.

Der zweite Tag, endlich Bewegung. Silke, Claudia und Martin zeigten uns eine Menge von interessanten Spielen und Partnerübungen, die sich auch hervorragend für das Karatetraining eignen.

Was mir auch sehr gut gefallen hat, war die Gruppenübung mit "Tätern und Opfern", und als Steigerung dazu, mit verbundenen Augen auf einen Angriff reagieren. Was haben wir noch gemacht, Gruppentraining, Kreistraining und und. Kurzum, der Sonntag vormittag hätte noch etwas länger sein können.

Resümee: es herrschen noch differenzierte Meinungen über die Ausrichtung von SB/SV Kursen für Frauen. Einig waren wir uns, daß sie mit Sicherheit sehr von Nutzen sind. Ich habe, trotz anfänglicher Skepsis, doch etliche Sachendazu gelernt. Ingrid und ihre Mannschaft waren sehr gut motiviert. Trotz einiger Störungen verstanden sie es jedoch, den Lehrgang souverän zu Ende zu führen. Sollte nochmals ein Lehrgang angeboten werden, bin ich dabei.

SV-Lehrgang in Wittlich am 21.- 22.10.1995

von Kerstin Busche, PSV Trier

Zu einem Fortbildungslehrgang mit dem Thema "Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen" fanden sich in Wittlich 34 Teilnehmer zusammen.

Lehrgänge zur Selbstverteidigung (SV) und Selbstbehauptung (SB) stoßen bei Mädchen und Frauen auf wachsendes Interesse und eine große Anzahl von Vereinen und Organisationen bietet heute solche Programme an.

Dabei läßt die Qualität oft zu wünschen übrig und viele Vereine sehen in Ihnen hauptsächlich den Aspekt der Mitgliederwerbung, während die Übungsleiter teilweise unzureichend mit dem Thema vertraut sind und die Teilnehmer nicht optimal betreuen können.

Damit wir Trainerinnen und Trainer des RKV uns hier positiv abheben und mit einer guten Qualifikation an diese Aufgabe herangehen können, hat der AK "Selbstbehauptung und Selbstverteidigung" diesen Lehrgang veranstaltet und ist es sehr zu hoffen, daß dieses Anliegen auch weiter verfolgt wird.

Der Lehrgang beinhaltete einen längeren theoretischen Teil zur SB/SV. Ingrid Velten und Silke Borchmann (SB) sowie Claudia Eich und Martin Hartung (SV) führten durch den sehr gut vorbereiteten Seminarteil und banden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch interessante Gruppenarbeiten und Spiele aktiv mit ein.

Manche Themen wie z.B. "Die Stellung der Frau in der Gesellschaft" oder "Vor- und Nachteile von reinen Frauengruppen gegenüber gemischten Gruppen" entfachten in der Gruppe heftige Diskussionen, die aber aus Zeitgründen nicht immer ausgelebt werden konnten.

Sie spiegelten aber auch in der gemischten Teilnehmergruppe auch die Zerissenheit der Gesellschaft allgemein zum Thema Frauen wider und können beim derzeitigen Entwicklungsstand nicht zu einem Konsens gebracht werden.

Als Übungsleiter sollte man aber für diese Einstellungen sensibilisiert sein und sein Verhalten im Training entsprechend einrichten, da eine solche Trainingsgruppe nicht mit den üblichen Karatekas vergleichbar ist.



"Blind auf Angriffe reagieren, war Ziel einer Übung."

Die praktischen Übungen, die gezeigt wurden streiften die Bereiche Verbesserung der körperlichen Fitness über Körperbewußtsein und Selbstbewußtsein bis hin zur Selbstverteidigungstechnik.

Hier sollte nicht erlernt, sondern nur angeregt werden, was in einen praktischen Teil eines SV-Lehrgangs eingebaut werden kann.

Die einhellige Resonanz auf den Lehrgang war bei der Gruppe positiv. Für die Zukunft wurde als Anregung mitgegeben, sowohl im theoretischen als auch praktischen Teil etwas weniger Stoff einzubauen, dafür aber diesen etwas intensiver zu behandeln.

FRAU / MANN darf auf den nächsten Lehrgang zu diesem Thema bereits gespannt sein !!

SV-Lehrgang in Landau

Am 14./15. Oktober fand in Landau ein Frauenlehrgang über Selbstbehauptung und Selbstverteidigung statt.

Leider nahmen nur ca. 30 Frauen und einige Männer teil. Der Lehrgang wurde organisiert von Ingrid Velten, Landesfrauenreferentin im RKV.

Die Selbstverteidigung wurde von Claudia Eich und Martin Hartung trainiert. Martin hat uns mit einer abwechslungsreichen Gymnastik zum Schwitzen gebracht. Anschließend zeigte Claudia sehr anschaulich und gekonnt mit Angreifer Martin, wie man (Frau) einen Angriff abwehren und den Gegner zu Fall bringen kann.

Der Lehrgangsteil Selbstbehauptung wurde von Silke Bachmann, Susanne Thome und Ingrid Velten geleitet. Sie haben uns sehr interessant vermittelt, wie wichtig selbstbewusstes und auch konsequentes Verhalten in jeder Lebenssituation ist. Am Abend fand ein Workshop statt, bei dem offene Fragen aufgearbeitet wurden.

Dieses Wochenende brachte uns Frauen die Erkenntnis, daß neben dem Karatetraining das Erlernen und regelmäßige Trainieren von Selbstverteidigungstechniken und Selbstbehauptung eine sinnvolle Ergänzung ist und uns für einen evtl. Notfall vorbereitet.

Die Trainerinnen und Trainer vom Dojo Karate-Do Landau e.V. haben mit viel Engagement und Arbeit diesen Lehrgang vorbereitet und ausgerichtet. Vielen Dank!

Gudrun Becker, KD-VT Böhl



Das Ende des Trainings.

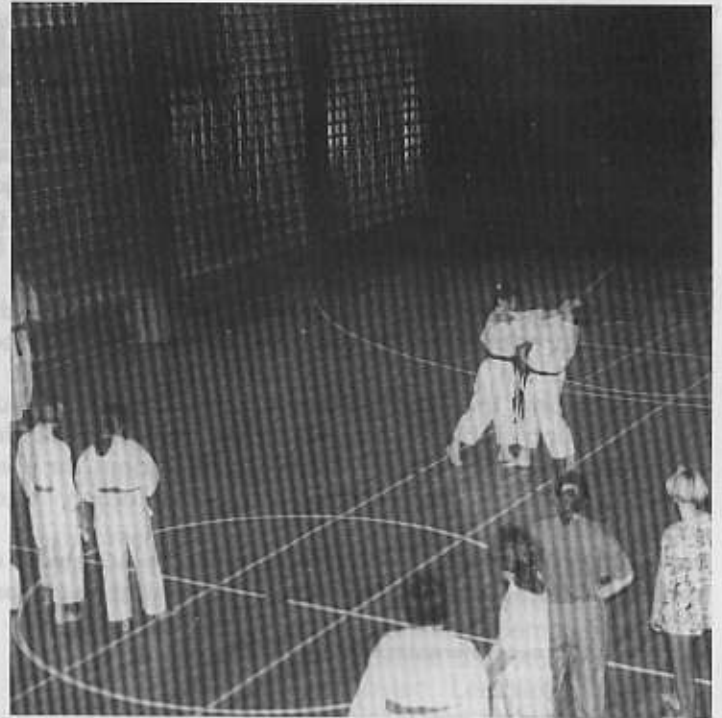


Bild oben: SV-Lehrgang in Ld. mit Martin Hartung als "Opfer".

Erster RKV-Frauen - Regionaltreff in Speicher

Am 3. Nov. 1995 trafen sich ca. 30 Frauen in Speicher zum ersten RKV-Frauen - Regionaltreff. Rudi Premm bot ein originelles Aufwärmtraining, in dem wir uns spielerisch kennenlernten. So haben wir uns z.B. in Vierergruppen zusammengestellt und durften nur mit drei Füßen, zwei Händen, einem Ellenbogen und einem Knie den Boden berühren.

Die so zustande gekommenen Figuren brachten uns häufig zum Lachen. Nach dem gelungenen Aufwärmtraining und ein paar Grundschultechniken legten wir mit der Selbstverteidigung los. Mit den Mawashi-Zukis, die wir dabei gelernt haben, könnten wir nun auch Henry Maske Konkurrenz machen. Die anschließenden Befreiungstechniken aus Würge- und Haltegriffen rundeten das sehr gelungene Programm ab. Bis auf ein paar blaue Flecken und dem kalten Hallenboden hat uns das Treffen sehr gut gefallen. Wir freuen uns, solche Veranstaltungen in regelmäßigen Abständen besuchen zu können.

Bettina Romeyke, Sara Weber, Christina, Haubrichs, Julia Mehn
Miriam Esch und Jennifer Stolz.
KARATE DOJO, SALMTAL

Frauenarbeit im RKV ... "und mühsam ernährt sich das Eichhörnchen".

Ich will nicht mutmaßen, ob in 1/3 aller Dojos Frauen ihren Namen nicht schreiben können oder ob manche den Unterschied zwischen "Männchen" und "Weibchen" nicht kennen. Es ist also erstaunlich, daß von etwas mehr als 100 Dojos, die unserem Verband angehören, lediglich 28 Dojos wirklich eine Frauenreferentin gemeldet haben. Die Adressen der "männlichen" Frauenreferentinnen finde ich sowieso in der Liste der Dojoleiter wieder, für mich also nichts Neues.

Die vielen "männlichen" Frauenreferentinnen will ich nicht mit der Begründung "Thema verfehlt - durchgefallen" in die Ecke stellen, lieber appelliere ich an Euch: Guckt Euch mal in Eurem Dojo um. Falls Euch keine Frau einfällt, die bereits die Voraussetzungen erfüllt, Verantwortung im Dojo zu übernehmen, dann ermutigt eine Frau, indem Ihr ihr Euer Unterstützung anbietet, bis sie in die Aufgabe hineingewachsen ist. Langfristig gesehen entlastet Ihr Euch als Dojoleiter selbst, indem Ihr die Arbeit auf mehr Schultern verteilen könnt. Nebenbei bemerkt, dies gilt natürlich auch für die Jugendarbeit und die Jugendvertreter der Dojos.

Seit dem Frühjahr 1995 sammle ich nun die Adressen der Frauenreferentinnen. Angefangen habe ich mit 25, und ca. 7 Monate später sind es schon 3 mehr ... und ich sammle weiter!

Ingrid Velten, Frauenreferentin RKV

RKV-FRAUEN REGIONAL-TREFFS Die neue Veranstaltungreihe für Karatemädchen und -frauen.

Wie der Name schon sagt, sind diese Maßnahmen auf Teile von Rheinland-Pfalz beschränkt. Ich will damit die Tatsache, daß viele Mädchen und Frauen nicht bereit sind, lange Anfahrtswege für den Besuch eines Frauen-LG in Kauf zu nehmen, Rechnung tragen. Eingeladen sind alle RKV-Mädchen und Frauen von 9.Kyu - Dan.

Trainiert wird entweder Karate oder SB+SV. Bei der Wahl lasse ich mich gerne von den Interessen der Mädchen und Frauen der Region leiten. Dazu könnt Ihr mit mir Kontakt aufnehmen. Dem Training schließt sich ein gemütliches Beisammensein an, bei dem wir uns zwanglos kennenlernen können.

Das erste RKV-Frauen Regional-Treff fand am 3. November 1995 in Speicher (Eifel) statt, ein zweites am 9. Dezember in Berg (Pfalz). Für 1996 plane ich neben einem traditionellen RKV-Frauen-Lehrgang weitere Treffs.

Ingrid Velten, Frauenreferentin RKV

Zweiter RKV-Frauen Regional-Treff in Berg

Am 9. Dezember fand in Berg, nahe der baden-württembergischen Grenze, der zweite RKV-Frauen Regional-Treff statt, der vom Goju-Ryu-Dojo Berg ausgerichtet wurde. Unter der Leitung von Frauenreferentin wurde Selbstbehauptung mit dem Schwerpunkt Wahrnehmung trainiert. Mit viel Konzentration und einer Portion Spaß gingen die Teilnehmerinnen, die aus vier RKV-Dojos kamen, an die Sache.

Nach dem Training wurden noch gemütliche ein bis zwei Stunden im Stammlokal von Goju-Ryu-Dojo Berg verbracht. Zwar war die Anzahl der Teilnehmerinnen noch ausbaufähig, dennoch ist das Konzept der Regional-Treffs zukunftsweisend und wird auch 1996 Anwendung finden.

RKV Arbeitskreis SB & SV

Kritik

Info

Internationaler Frauen-Teamcup am 4. November in Offenburg

Nachdem in den letzten Jahren der Länderpokal der Frauen immer weniger Interesse bei den einzelnen Landesverbänden weckte und immer weniger Mann- bzw. Frauschaften gemeldet wurden, gab man dem "Kind" einen neuen Namen. Das Ding wurde kurzerhand international und die Teams wurden verkleinert.

Starteten im vergangenen Jahr in den Kata-Teams noch drei Frauen, so waren es diesmal nur noch zwei. Es bestand aber die Möglichkeit zwei Teams pro Landesverband zu melden. Rainer Weber hatte Marianna Theophanus und Manuela Klaas gemeldet. Doch die Konkurrenz war besser. Nach der Zwischenrunde war Ende für beide.

Nach der Kata-Zwischenrunde gingen dann los mit Kumite. Auch hier waren die Teams geschrumpft. Statt fünf Kämpferinnen, welche in der Reihenfolge -53, -60 und über 60 kg und 2x Allkategorie gestartet waren, gingen nun wie bei anderen Mannschaftskämpfen drei Frauen an den Start. Hier ebenfalls wieder die Möglichkeit mehrere Teams zu melden. Bayern wartete mit drei Teams auf und stand am Ende auch mit zweien im Finale. Kumite-Landestrainer Walter Hehl hatte natürlich nur eine Mannschaft zu bieten.

An den Start gingen Claudia Eich, Angelika und Monika Pawelke, Irene Tschumarow und Michaela Gergen (Saarlouis). In unserem Pool waren neben Bayern II, Baden-Württemberg, Thüringen und halt eben Rheinland-Pfalz.

Wir waren gleich in der ersten Begegnung dran und es hieß Bayern zu schlagen. Die Reihenfolge lautete Gergen, Pawelke M. und Pawelke A. Schließlich siegten wir mit zwei zu eins.

Ein guter Einstieg. Gegen Thüringen wurde es dann zwischendurch etwas eng. Angelika wollte es wohl spannend machen und punktete nach 1:1 Gleichstand erst mit dem Schlußgong. In der nächsten Begegnung sollte Berlin dran glauben.

Walther stellte die Mannschaft um. Claudia Eich startete auf der Eins, Irene Tschumarow in der Mitte und Monika Pawelke am Schluß. Der Kampf ging mit 2:1 verloren. Um den Einzug ins Finale noch zu schaffen, mußten wir auf jeden Fall noch Baden-Württemberg schlagen. Aber es wäre zu schön gewesen. Michaela wurde mit einem harten Mawashi am Hals getroffen, nachdem ihre Gegnerin die Distanz damit überbrückte die Saarlandpfälzerin am Gi zu sich hin zu zerren. Resultat war ein Ippon gegen uns und rote Striemen an Hals und Arm. Der Kampf endete 3:0. Auch Monika stand auf verlorenem Posten. Lediglich Angelika konnte mit 2:1 eine Nullniederlage verhindern.

Monika verlor 1:0. Damit hieß es für die mit Heimvorteil kämpfenden Baden-Württembergerinnen Einzug in das Finale und für uns duschen gehen.

Für Kampfrichter endet der Artikel an dieser Stelle. Bitte umblättern! Danke!!

An diesem Tag hätte ich Sie nämlich alle verfluchen können, aber das sollte man natürlich nicht tun. Trotzdem tat ich mir schwer damit, alle Entscheidungen zu akzeptieren. Aber in Zukunft werde ich mich bemühen, weder an dem Wort eines Kampfrichters zu zweifeln, noch seine Objektivität in Frage zu stellen. Das steht doch in den zehn Geboten, oder ?!

Bericht: Monika und Angelika Pawelke

Weitere Erfolge für RKV-Karatoka

Beim "DKV-Münsterpokal" am 18.11.95 in Münster gab es für die RKV-Karatoka folgende Platzierungen:

Patricia Kennel	1. Platz	KATA-DAMEN	Oberstufe
Marcus Gutzmer	1. Platz	KATA-HERREN	Oberstufe

Goju-Ryu-Europameisterschaften 1995

Schifferstadter Karatekas erfolgreich!!!!

Bei den am 30.Sept. bis 1.Okt.1995 in Leopoldsburg / Belgien ausgetragenen Goju-Ryu-Karate-Europameisterschaften, starteten 4 Karatekas vom Goju-Ryu-Karateverein Schifferstadt e.V. für die DKV-Auswahl.

In der Katadisziplin hatten sich Sabine Kraushaar und der Deutsche Kata-Vizemeister 1994 Stefan Kettner klar über die Vor-und Zwischenrunde für's Finale qualifiziert. Dort verfehlte Stefan jedoch knapp die Medallienränge und erreichte leider "nur" einen umstrittenen 4.Platz. Sabine hatte das gleiche Pech und erreichte ebenfalls mit der Kata SUPARINPEI nur den 4.Platz.

In Kumite starteten Sabine Kraushaar bei den Damen sowie Murat Gedik und Michael Hoffmann bei den Herren. In der Disziplin Kumite -60 Kg der Frauen erkämpfte sich Sabine den 3.Platz. Murat hatte an diesem Wochenende seinen ersten internationalen Start, was man ihm deutlich anmerkte. Bedingt durch seinen nervösen und zurückhaltenden Kampfstil schied er leider in der ersten Runde aus.

Für Michael Hoffmann sollte diese Meisterschaft sein Abschluß als aktiver Wettkämpfer bedeuten.

Nach 10 Jahren Kaderzugehörigkeit und der sechsten EM-Teilnahme, verabschiedete er sich mit dem Titelgewinn in der Kumite-Mannschaftsdisziplin-Herren!!

AMIN TADAYON,

Deutscher Hochschulmeister 1995



Amin Tadayon vom KSC Wirges wuchs bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften 1995 über sich selber hinaus.

Da die meisten Spitzenkarateka und der größte Teil des Nationalkaders Studenten sind, war das Teilnehmerfeld entsprechend stark besetzt.

Daher nicht unerwartet, sah man in der Europahalle in Karlsruhe Karate vom Feinsten.

Amin Tadayon, Student der Medizintechnik, lag bisher mit seinen sportlichen Erfolgen immer nah an der Spitze dran.

Hier in Karlsruhe schlug er sie alle im Pool, unter anderen den international erfolgreichen Samad Azadi und im Finale den National-Topkämpfer + 80 Kg, Andreas Horn.

1. Bavarian Open in Nürnberg

RKV-Sportlerinnen und Sportler sehr erfolgreich!



Bild:
 Marc Brettmacher
 (mit weisem Gürtel)
 beim Angriff.
 Für sein Verhalten
 erhielt er den Techni-
 ker und Fairniss-
 pokal, bei Kämpfen
 einzeln und in der
 DKV-Mannschaft.

Etwa 700 Einzelstarts und 80 Mannschaften waren für den 2-tägigen Wettkampf am 25./26.11 1995 in Nürnberg gemeldet. Auch eine Auswahl des RKV-Schüler und Jugendkaders nahm sehr erfolgreich an dem international gut besetzten Turnier teil.

Der Samstag wurde mit Kata eröffnet. Sushad Hasani (Shotokan Frankenthal) konnte in seiner Altersklasse mit der der Kata Bassai-Dai im Finale überzeugen und gewann in dieser Disziplin. Nachdem auch Rhandelle Mathieu (TG Konz) die in ihn gesetzten Hoffnungen erfüllte und mit der Kata Unsu eine überzeugende Leistung bot, war dem RKV der zweite Kata-Sieg sicher. Christi Neagu (KC Wittlich) erreichte mit seiner Leistung in seiner Altersklasse beim Kata-Wettkampf noch einen hervorragenden 3. Platz. Katharina Theophanus (SF Neustadt/Wied) und Nadine Raabe (Shotokan VT Zweibrücken) platzierten sich auf Rang 5. und 6. Für ein internationales Turnier mit hohem Niveau gute Ergebnisse. Während die bisher wenig wettkampferfahrene Nadine mit ihrer Leistung zufrieden war, hatte Katherina an diesem Tag wohl mehr erwartet. Das Kata-Team aus Konz sicherte dem RKV am Sonntagmorgen mit einer hervorragenden Leistung den 3. Kata-Sieg.

Auch die Kumite Teilnehmer/innen hatten sich insbesondere mit ihren Heimtrainern sowie auf den letzten Kaderlehrgängen intensiv und nach dem Ergebnis zu urteilen auch gut vorbereitet, was für eine Kämpferin und drei Kämpfer mit Erfolg belohnt wurde. Sara Hein (TG Konz) blieb in der Gruppe der 14-jährigen bei ihrem ersten großen Turnier sichtlich gelassen und ließ sich durch keine ihrer Gegnerinnen sonderlich beeindrucken. Mit sauberen und konsequenten Techniken, insbesondere mit ihre starken Gyaku-Tsukis, erkämpfte sie sich den Poolsieg und ließ auch im Finale nichts anbrennen. Sie gewann klar mit 4:1. Hier wächst eine starke Nachwuchskämpferin heran, die auch wieder für den doch dünn gesähten Frauenbereich im Leistungssport hoffen läßt.

Marc Brettmacher (KSV Wirges) gewann all seine Kämpfe in der Gruppe der 15-jährigen, wobei zu erwähnen ist, daß Marc von den körperlichen Voraussetzungen (Körperlänge und insbesondere Körpergewicht) eher benachteiligt war und dies mit sportlichem, technischen und kämpferischem Einsatz

optimal zu kompensieren wußte und letztlich auch im Finale einen sehr aggressiv kämpfenden Gegner aus Slowenien schlug. Desweiteren kämpfte Marc bei den Kumite-Mannschaftswettbewerben in der Mannschaft des DKV. Aufgrund seiner souveränen und fairen Kampfweise bekam er auch noch am Tag der Mannschaftswettbewerbe den Techniker- und Fairnesspokal überreicht.

Lukas Grezella (KSV Wirges) gewann in der Gruppe der 12-jährigen alle seine Kämpfe schon vor Ablauf der regulären Kampfzeit und wurde mit seinen zum Teil optimal eingesetzten Kontertechniken Poolsieger. Auch aufgrund seines taktischen Verständnisses wird man in Zukunft während seiner weiteren sportlichen Entwicklung noch viel Freude an ihm haben. Im Finale mußte er sich mit einem Berliner Jungen auseinandersetzen, der zwar von der Körperlänge erheblich kleiner, dafür aber umso aggressiver war. Lukas mußte sich den Entscheidungen der Kampfrichter beugen, die seinem Gegner trotz mehrfachen Kontakt zum Kopf und Nichtanerkennen mehrerer Treffer seitens Lukas zum Sieger erklärten. Besonders bedauerlich bei diesem Kampf war der Kommentar des Hauptkampfrichters: " Diesen Kontakt mußt du als 12-jähriger einstecken können!". Trotz der regelrechten Niederschläge wurde nie der Wettkampfarzt auf die Kampffläche beordert. Später mußte er auf Anweisung des Arztes wegen Verdacht auf Netzhautablösung in die Augenklinik gebracht werden.

Der Gipfel der Frechheit war erreicht, als dem Berliner Kämpfer - wohl aufgrund seines zierlichen und scheinbar zu goldigen Aussehens auch noch der Technikerpreis überreicht wurde. Anwesend waren der Bundeskampfrichterreferent und viele Bundeskampfrichter. Aber um Gotteswillen ja keine Kritik am DKV und seinen gefühlsmäßig "Neutralen".

Auch Alexander Strauch (KV Speicher) kämpfte trotz deutlich körperlicher Benachteiligung an diesem Tag für seine Möglichkeiten ganz hervorragend und setzte sich ein ums andere Mal gegen körperlich stärkere Gegner durch, scheiterte doch letztlich im Kampf um den Poolsieg und Kampf um Platz Drei, aber auch ein 4. Platz in einem so starken Feld verdient höchsten Respekt.

Alles in allem war der "kleine" RKV an diesem Wochenende ganz groß und mit der erfolgreichste Verband, erfolgreicher als Nordrhein-Westfalen, Baden-Württemberg, Bayern und auch internationalen Teams. Diese Ergebnisse zeigen, daß der RKV mit seinem Konzept im Schüler- und Jugendbereich den richtigen Weg geht und bestärkt uns, auch weiterhin zielstrebig so weiterzuarbeiten.

Norbert Schmidt, - RKV Schülersauswahl-Trainer Kumite -
Martin Hartung, - RKV Landesjugendreferent -

STEFAN KETTNER " Vize-Europameister"

Karate-Europameisterschaften der Studenten in Nantes

Am 2./ 3. Dezember 1995 fanden in Nantes / Frankreich die diesjährigen Karate-Europameisterschaften der Studenten statt. Hierzu hatte der Deutsche Karate Verband sein Studenten der Nationalmannschaft entsandt. So auch den 23-jährigen Wirtschaftsstudenten der Fachhochschule Ludwigshafen Stefan Kettner aus Rödgersheim-Gronau.

Stefan gehört dem Goju-Ryu Karateverein Schifferstadt e.V. an, den der 3-malige Europameister in der Disziplin Kumite (Kampf) Michael Hoffmann seit Jahren erfolgreich leitet. S. Kettner, der Träger des 1. Dan ist, konnte sich über die Vorrunde und Zwischenrunde in der Disziplin Kata (Technikvorführung/Kampf gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner) für das Finale platzieren.

Im Finale wurde es dann ganz spannend, mit nur 0,1 Punkten Rückstand gegenüber dem Erstplatzierten konnte Stefan sich auf einen hervorragenden 2. Platz vorkämpfen.

Internationaler Allgäu-Cup in Kempten

Jens Köhler siegt in der Klasse -68 kg

In diesem Jahr nahm eine Auswahl des RKV-Kaders an diesem, auch international sehr gut besuchten Turnier teil.

Im Kumite-Team Wettbewerb der Damen kämpften Monika und Angelika Pawelke (Wittlich) sowie Irene Tschumarow (Cochern) etwas unglücklich und schieden in der zweiten Runde aus. Nicht besser erging es den Herren Teams mit Amin Tadayon (Wirges), Celik und Cicek (KD Ludwigshafen) in der ersten Runde gegen Bayern und Scharf, Jauss und Köhler (Wirges) im zweiten Durchgang gegen Istanbul.

In den Einzelwettbewerben lief es besser. Monika Pawelke kämpfte sehr couragiert und druckvoll und konnte erst im Kampf vordem Poolfinale durch die Oscar-verdächtige schauspielerische Leistung von Maier (Luxemburg) gestoppt werden.

Frank Scharf -78 kg konnte bis zum Poolfinale nahezu alle Kämpfe vorzeitig gewinnen und ließ auf diesem Weg auch den Deutschen Meister 1994 Guido Mohr (NRW) sowie den Vorjahressieger Codrington (England) hinter sich. Im Poolfinale ging er schnell gegen den amtierenden Deutschen Meister -80 kg, Stefan Müller (Coburg) in Führung, mußte aber, sicher auch durch eine Augenverletzung gehandikapt, kurz vor Ende des Kampfes einen Ippon von Müller einstecken und verlor. Im Kampf um Platz Drei konnte er dadurch nicht mehr antreten.

Jens Köhler -68 kg präsentierte sich gut motiviert und zu allem bereit. Er kämpfte sich, nur durch Ali Yildirim (Memmingen), mit dem er sich einen packenden Kampf um den Poolsieg lieferte, gefährdet, bis zum Finale durch.

Hier setzte er sich klar gegen ein Mitglied der österreichischen Nationalmannschaft durch und errang so seinen ersten Titel auf internationaler Ebene.

Sabine Greiner Deutsche Vize-Meisterin

Die 24jährige Medizinstudentin Sabine Greiner (3. Platz Kata Einzel DEM 1995; 2. Platz Kata Team DMM 1995) vom 1. Karateverein Ludwigshafen verfehlte nur knapp den Titelgewinn bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften in Karlsruhe. Im Finale verpaßte Greiner mit 0,1 Punkten knapp den ersten Platz hinter ihrer Nationalmannschaftskollegin Seoung Park. Sabine Greiner wurde von Bundestrainer Efthimios Karamitsos für die im November in Pori/Finnland stattfindende Shotokan-Europameisterschaft nominiert.

Spenden bitte an: ... "Spende für Roll
Transfer."

Ich setze auf Euch

Stefan Andras ...

WESTERWALD - CUP 1996

- Termin:** Sonntag, 28. Januar 1996
- Ort:** Kreissporthalle in 56410 Montabaur
- Wegbeschreibung** BAB 3 Abfahrt Montabaur, Richtung Montabaur dann erste Abfahrt Limburg / Montabaur, danach beschildert
- Veranstalter und Ausrichter:** Karate-Sportverein Shotokan Wirges e.V.
- Zeitplan:** ab 9.30
Vorkämpfe Kata Einzel / Team und Khion Ippon Kumite, anschl. Finale
ab ca. 13.00 Uhr Vorkämpfe Jyu-Kumite Einzel / Team
ab ca. 18.30 Uhr Finale Jyu-Kumite Einzel / Team
- Teilnahmeberechtigt:** alle Karatesportler mit gültigem DKV-Ausweis, Kyu und Danträger
- Wiegen:** stichprobenartig 12.00 - 13.00 Uhr
- Disziplinen**
- Kata Einzel:** (Vorrunde Flaggenwertung, Finale Punktwertung, Finale freie Wahl d. Kata)
- | | |
|--|--------------------|
| Gruppe H: Kinder unter 14 Jahren, 9.- 6. Kyu | Heian 1 |
| Gruppe G: Kinder unter 14 Jahren, 5. Kyu - Dan | Heian 1-5, Tekki 1 |
| Gruppe F: Damen 9.-7. Kyu | Heian 1 |
| Gruppe E: Damen 6.-4. Kyu | Heian 1-4 |
| Gruppe D: Damen 3.- Dan | Heian 1-5, Tekki 1 |
| Gruppe C: Herren 9.-7. Kyu | Heian 1 |
| Gruppe B: Herren 6.-4. Kyu | Heian 1-4 |
| Gruppe A: Herren 3.- Dan | Heian 1-5, Tekki 1 |
- Kata Team:** (freie Wahl d. Kata, die Oberstufe muß im Finale eine andere Kata zeigen als in der Vorrunde. Herren und Damen zusammen. Es sind gemischte Teams möglich.)
Kata Team Unterstufe 9.-6. Kyu
Kata Team Oberstufe 5.- Dan
- Khion Ippon Kumite:** für die Gruppen H, G, F u. C
Jeweils ein Angriff oi-tsuki jodan, oi-tsuki chudan und mae-geri chudan aus zenkutsu-dachi, freie Seitenwahl. Der Angeifer läßt den Angriff stehen, bis der Verteidiger den Gegenangriff durchgeführt hat. Mae-geri wird nach vorne abgesetzt. Der Verteidiger weicht aus shizentai heraus aus und blockt mit anschließendem Gegenangriff. Abwehr und Gegenangriff sind frei. Direktes Kontern ist nicht erlaubt.
- Jyu Kumite (Freikampf):** für die Gruppen E, D, B und A getrennt
Gruppe D -60kg / + 60kg und Allkategorie
Gruppe E -60kg / + 60kg und Allkategorie
Gruppe B -75kg / + 75kg und Allkategorie
Gruppe A -75kg / + 75kg und Allkategorie
- Kumite Team:** (drei Kämpfer bilden eine Mannschaft)
Kumite Team Unterstufe Damen 6.-4. Kyu
Kumite Team Unterstufe Herren 6.-4. Kyu
Kumite Team Unterstufe Mixed 6.-4. Kyu (zwei Kämpfer, eine Kämpferin)
Kumite Team Oberstufe Damen 5.- Dan
Kumite Team Oberstufe Herren 5.- Dan
Kumite Team Oberstufe Mixed 5.-Dan (zwei Kämpfer, eine Kämpferin)
- Kampfzeit** beträgt jeweils zwei Minuten. Gewichtsklassen werden bis 2 wazaari, Team und Allkategorie bis 4 wazaari gekämpft. Faust und Tiefschutz sind Pflicht!

WESTERWALD - CUP 1996

Gruppenüberschreitung: Sowohl bei Kata Team Oberstufe, als auch bei Kumite Team Oberstufe, dürfen Teammitglieder aus der Unterstufe starten - aber nicht umgekehrt!

Preise: Pokale und Medallien

DER AUSRICHTER BEHÄLT SICH VOR, DISZIPLINEN ZU STREICHEN ZUSAMMEN ZU LEGEN.

Meldungen Dojowise mit Meldeformular an:
Walter Hehl, Vor den Gärten 4, 56412 Girod

Meldeschluß: 17. Januar 1996

Startgebühren: (je Disziplin)
Einzel: DM 15,-
Team: DM 35,-
Als Verrechnungsscheck der Meldung beilegen!

Haftung: Der Veranstalter schließt eine Haftung jeder Art aus.

Info: Walter Hehl, Tel: 06485 / 4221, Fax: 06485 / 4879

An alle Mitgliedsvereine im .RKV!!!!!!

Liebe Dojoleiter, liebe Sportkameradinnen und Kameraden der Rheinland-Pfälzischen Karatevereine!!!!

Vor einigen Tagen mußte ich leider erfahren, daß unser ehemaliges Kadermitglied Rolf Transier einen schweren Arbeitsunfall erlitten hat und ihm ein Bein amputiert werden mußte. Vielen ist Rolf Transier bekannt als einer der besten Karateka im RKV in den achtziger Jahren, als Kaderathlet im RKV, als harten aber fairen Sportsmann.

Ich selbst stand einige Jahre mit Rolf in einer Mannschaft, der Karateabteilung der TG Frankenthal, die 1993 in der Besetzung Rolf Transier, Ralf Brachmann, Marijan Glad, Fausto Sauer, Klaus Stürmer und mir den DM Titel mit dem Kumite-Team gewann.

Dieser Unfall ist für Rolf ein schwerer Schlag.

Ich rufe daher alle Karateka im RKV auf, Rolf Transier zu unterstützen und eine Spende für ihn zu leisten.

Ich weiß, Geld ist für solch einen persönlichen Verlust kein Ersatz, vielmehr wollen wir ihm zeigen, daß er im RKV nicht in Vergessenheit geraten ist und ihm für die Zukunft alles erdenklich Gute wünschen.

Ich hoffe, daß dieser Aufruf bis in die letzten Winkel vordringt und auf regen Zuspruch stößt.

Spenden bitte auf das Konto des RKV einzahlen mit dem Vermerk "**Spende für Rolf Transier.**"

Ich setze auf Euch.

Stefan Andres Präsident, RKV

Kinderturnier 1996 in Trier (bis 6. Kyu)

- Termin:** So. 11.02.96
- Veranst. u. Ausrichter:** Karate & Sportverein Trier
- Ort:** Friedrich-Wilhelm-Gymnasium Trier (Sporthalle)
- Wegbeschreibung:** Autobahn Trier - Richtung Oewig - Richtung Amphitheater
- Beginn:** 10.00 Uhr Paßkontrolle 11.00 Uhr Vorkämpfe
- Startberechtigt:** Alle Kyugrade bis 6. Kyu u. 13 Jahre u. gültigem DKV Ausweis
- Gruppeneinteilung:** Mädchen u. Jungen in Kata gemischt
Kata Team gemischt nach Gruppen A+B,C+D,E+F,G+H
Kumite getrennt, und nur Einzel
- Gruppen:**
- A: 6+7 Jährige 9.+8. Kyu Heian 1 nur Kata
B: 8+9 Jährige 9.+8. Kyu Heian 1 u. Kihon Ippon Kumite
C: 10+11 Jährige 9.+8. Kyu Heian 1 u. Kihon Ippon Kumite
D: 12+13 Jährige 9.+8. Kyu Heian 1 u. Kihon Ippon Kumite
E: 6+7 Jährige 7.+6. Kyu Heian 1+2 u. Kihon Ippon Kumite
F: 8+9 Jährige 7.+6. Kyu Heian 1+2 u. Kihon Ippon Kumite
G: 10+11 Jährige 7.+6. Kyu Heian 1+2 u. Kihon Ippon Kumite
H: 12+13 Jährige 7.+6. Kyu Heian 1+2 u. Kihon Ippon Kumite
- Durchführung:** Kata Vorrunde Flaggensystem,Finale Punktsystem
Kihon Ippon Kumite: Angriffe Oi-Zuki Jodan/Chudan
Mae-Geri Chudan
Block und Konter siehe Prüfungsordnung
- Kampfrichter:** Jeder Verein muß einen Kampfrichter stellen (Name angeben)
- oder 50,- DM zusätzlich überweisen,
es muß kein LKR oder Anwärter sein mindest. 3. Kyu
- Meldungen:** Mit beiliegendem Meldeformular an:
Karate & Sportverein Trier E.V.,Postfach 3932,54229 Trier
und Überweisung auf Konto: Sparkasse Trier,Kto.Nr.:846741,
Blz 58550130
- Meldeschuß:** 02.02.96
- Startgebühren:** Einzel 10,- DM,Team 20,-
- Haftung:** Der Veranstalter schließt eine Haftung jeder Art aus
- Info:** K.S.Trier Tele:0651/820309 von 18.30 Uhr - 21.00Uhr

Karate-Festival in Trier am 4. Februar 1996

- Landesjugendlehrgang:** Kata und Kumite mit Gunar Weichert
je 2 Trainingseinheiten für Ober- und Unterstufe
- Selbstbehauptungstraining für Mädchen:** Spezielles Training mit Ingrid Velten für die Teilnehmerinnen am Jugendlehrgang
- Fortbildungsveranstaltung:** 7,5-stündige Fortbildung für Kinder- und Jugendtrainer
- Wettkampf:** Landesliga Jugend, - 1. Wettkampftag -
- Kampfrichterlehrgang:** findet 2-tägig (3. / 4. 2.96) statt
- Außerdem:** Krokoyama-News 1/96

KATA - Lehrgang

mit
Scharzad Mansouri
in Trier

Trainingszeiten:

Samstag, 20.1.1996 11.30 und 15.30 Uhr 9.Kyu - 5.Kyu
13.00 und 17.00 Uhr 4.Kyu - Dan

Sonntag, 21.1.1996 10.00 Uhr 9.Kyu - 5.Kyu
11.30 Uhr 4.Kyu - Dan

anschließend Prüfungen bis zum 1.Kyu

Samstag : 20.00 Uhr " Fete !!! "

TURNHALLE FRIEDRICH-WILHELM-GYMNASIUM(Nähe Kaiserthermen)

Weg ist ausgeschildert! Lehrgangsgebühr: 25,-DM Info: Rudi Premm Tel.

0651/ 35439 Übernachtung: Tourist Info 0651/ 978080

Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.

Polizeisportverein Trier, Abt. Karate, Franz-Buß-Str. 53, 54295 Trier

KATA - Lehrgang

mit

B.T.Efthimios Karamitsos
am 20./21.4.1996 in Neustadt/Wied

Trainingszeiten:

Samstag, 20.4.1996:

11.00 - 12.30 Uhr	9. - 5. Kyu
12.30 - 14.00 Uhr	4.Kyu - Dan
16.00 - 17.30 Uhr	9. - 5. Kyu
17.30 - 19.00 Uhr	4.Kyu - Dan

Sonntag, 21.4.1996:

10.00 - 11.30 Uhr	9. - 5. Kyu
11.30 - 13.00 Uhr	4.Kyu -Dan

anschließend

Prüfungen bis zum 1.Kyu mit Efthimios Karamitsos(Prüfungsmarken mitbringen!!)
 Dan-Prüfung, Prüfungskommission Sigggi Wolf und Eugen Müller
 Prüfer-Lehrgang mit RKV-Prüferreferent Gunar Weichert

Trainingsort:

Sportzentrum Neustadt/Wied
Bürgerhaushalle, Raiffeisenstraße

Wegbeschreibung:

A3, Abfahrt Neustadt/Wied, Fernthal
Richtung Neustadt wird ausgeschildert

Veranstalter:

SF Neustadt/Wied e.V. Abt.Karate

Info:

Norbert Heck, Tel.02683 / 6821

Lehrgangsgebühr: 25 DM

Übernachtung:

in der Halle möglich oder:

Wiedischer Hof, Kirchplatz 4
 Tel. 02683/ 31224 Fax. 31159
 incl.Frühstück ca. 40 - 50 DM

Hotel Dreischläger Hof (4 km)
 Neustadt/ Fernthal, Dreischlägerstr. 23
 Tel. 02683/ 3781 Fax. 2383
 incl. Frühstück ca. 30 - 60 DM

Hotel / Restaurant Westerwälder Hof (5 km)
 Neustadt/Strauscheid, Kurstraße 1
 Tel. 02683/ 31102 Fax. 2638
 incl. Frühstück ca. 40 - 60 DM

DER VERANSTALTER LEHNT JEDLICHE HAFTUNG AB

KUMITE Kader Junioren / Senioren :

Schweitzer, Victor
 Kettner, Stefan
 Golczuk, Andreas
 Neagu, Christi
 Paustian, Viktor
 Gergen, Michaela
 Pawelke, Monika
 Pawelke, Angelika
 Kiefer, Markus
 Mohr, Armin
 Mathieu, Randelle
 Scharf, Frank
 Köhler, Jens
 Unger, Guido
 Bode, Sascha
 Mut, Ali
 Jäger, Markus

Tadayon, Amin
 Jauss, Andreas
 Sabani, Ramadan
 Stein, Patrick
 Stanikowski, Peter
 Kandiros, Tharos
 Neri, Ines
 Eich, Claudia
 Tschumarow, Irene
 Kennel, Patricia
 Koch, Oliver
 Celik, Muzaffer
 Cicek, Mevlut
 Haubitz, Nicole

Kader Jugend :

Grezzella, Lenka
 Brettmacher, Jan
 Brettmacher, Mark
 Neuroth, Manuel
 Spohr, Alexander
 Wionzek, Librando
 Tschumarow, Leo
 Wild, Enes

Hasani, Suhad
 Hartmann, Christian
 Wewias, Sebastian
 Tschepe, Christoph
 Müller, Maxime
 Hein, Sara
 Strauch, Alexander

KUMITE Kader Schüler :

Grezzella, Lukas
 Wolfram, Dimitri
 Rosmus, Janina
 Junk, Janina
 Kallabis, Carolin
 Dettmar, Nina

Stoffels, Boris
 Laubner, Christian
 Berger, Thomas
 Thomas, Patrick
 Opper, Florian

KATA Kader Junioren / Senioren

Kettner, Stefan
 Kraushaar, Sabine
 Spreafico, Fabrice
 Kowaltschuk, Ina
 Zielke, Uwe
 Hetter, Eveline
 Raabe, Nadine
 Klaas, Manuela
 Müller, Maxine
 Conrad, Marcus
 Karnoll, Ute

Hein, Sara
 Mathieu, Randelle
 Theophanus, Katharina
 Theophanus, Marianna
 Engels, Natascha
 Kahrau, Eva
 Neagu, Christi
 Paustian, Viktor
 Tschepe, Christoph
 Benda, Britt
 Beil, Christian

KATA Kader Schüler

Sadegh, Said
 Thiebaut, Maxine
 Jäger, Nina
 Pohl, Christian
 Sliz, Marius
 Hasani, Suhad
 Kallabis, Carolin
 Meyer, Carolin

Abt, Christoph
 Merten, Sascha
 Riesz, Michael
 Merdian, Angelika
 Niesyto, Tessa
 Laubner, Christian
 Opper, Florian
 Dettmar, Nina

Kaderlehrgangstermine u. Stützpunkt-Training siehe n. Seite:



Kaderlehrgänge: KUMITE Junioren / Senioren :

27.01.1996 Wirges	02.03.1996 Wittlich	30.03.1996 Worms (?)
04.05.1996 Wirges	25.05.1996 Wittlich	

Kaderlehrgänge: KUMITE Jugend / Schüler :

13.01.1996 Wirges	25.02.1996 Wittlich	13.04.1996 Schifferstadt
04.05.1996 Wirges	01.06.1996 Wirges	06.07.1996 Wittlich (nur Schüler)
28.09.1996 Schifferst.	10.11.1996 Wittlich	

Kaderlehrgänge: KATA Senioren / Junioren / Jugend

24.02.1996 Wittlich	27.04.1996 Wittlich
07.09.1996 Wittlich	09.11.1996 Wittlich

Stützpunkttraining Wirges : Freitags 19.00 - 21.00 Uhr

26.01.1996	09.02.1996	01.03.1996 Wittlich ??
15.03.1996	26.04.1996	10.05.1996
31.05.1996		

Stützpunkttraining Ludwigshafen: Montags 20.00 - 21.30 Uhr

22.01.1996	05.02.1996	04.03.1996
01.04.1996	06.05.1996	03.06.1996
01.07.1996	02.09.1996	07.10.1996
04.11.1996	02.12.1996	

Stützpunkttraining Neustadt/Wied :

Immer der letzte Mittwoch im Monat jeweils von 19.00 - 20.30



TERMINE:

TERMINE 1996 - Jugend - :

04.02.	Jugendlehrgang in Trier
04.02.	Landesliga Jugend (1.Wettkampftag) in Trier
04.02.	7,5-stündige Fortbildung für Kinder-und Jugendtrainer in Trier
04.02.	Selbstbehauptungstraining für Mädchen in Trier
11.02.	Kinder-Kyu-Cup in Trier
16.03.	Landesliga Jugend (2.Wettkampftag) in Trier
23.03.	RKV-Meisterschaften Senioren in Salmtal
24.03.	RKV-Meisterschaften Jugend und Junioren in Salmtal
11.05.	1.Internationaler Krokoyama-Cup in Konz
18.05.	Kinderlehrgang in Kastellaun
18.05.	7,5-stündige Fortbildung für Kinder-und Jugendtrainer in Kastellaun
19.- 21.07.	RKV-Jugendcamp in Speicher
21.- 22.09.	Jugend-und Frauenlehrgang in Böhl-Iggelheim
21.09.	Verbandsjugendtag in Böhl-Iggelheim
05.10.	RKV-Kinder-und Schülermeisterschaften in Trier
16.11.	Kinderlehrgang mit Teilnehmerturnier in Germersheim

TERMINE 1996 - Lehrgänge

20./21.01.	Lehrgang mit Scharzad Mansouri in Trier
10./11.02.	Lehrgang mit Scharzad Mansouri in Worms
02./03.03.	Lehrgang mit BT.Efthimios Karamitsos in Landau
02.03.	Prüferlehrgang in Landau mit Landesprüferreferent Gunar Weichert
09./10.03	Lehrgang mit Marijan Glad in Worms
20./21.04.	Lehrgang mit BT.Efthimios Karamitsos in Neustadt/Wied mit Dan-Prüfung
01./02.06	Lehrgang mit BT.Efthimios Karamitsos in Trier
06./07.09	Lehrgang mit Anette Christl und Scharzad Mansouri in Landau
14./15.09.	Lehrgang mit Anette Christl in Worms
12./13.10	Lehrgang mit BT.Günter Mohr in Trier mit Dan-Prüfung
12.10.	Prüferlehrgang in Trier mit Landesprüferreferent Gunar Weichert
02./03.11.	Lehrgang mit Michael Milon in Worms

TERMINE 1996 - Wettkämpfe -

16.03.	Bundesliga (1.Wettkampftag) in Montabaur
18.05	German Kata-Cup in Maintal
26.10.	Shotokan-Cup in Landau
03.11.	Eifel-Pokal in Mayen

Die Atmung 1. Teil



Um die chinesischen Atemübungen zu verstehen, müssen wir die Wirkungsweise des Qi näher erläutern. Hier gehen die Erkenntnisse der chinesischen Medizin und der westlichen Medizin stark auseinander.

Qi ist die Lebensenergie, die sowohl den Mikrokosmos (Mensch) wie auch den Makrokosmos (Universum) erfüllt. Die chinesische Medizin entdeckte, dass das Qi bestimmten Bahnen im Körper, den Meridianen, folgt. Man zählt zwölf Hauptmeridiane.

Dazu kommen zwei Zusatzmeridiane je vorne und hinten am Körper, man nennt sie das Konzeptionsgefäss (Diener-Meridian, vorne) und das Lenkergefäss (hinten) und verschiedene kleinere Meridiane. Der chinesische Arzt beeinflusst die Meridiane gemäss der Elementenlehre und den 5 Wandlungsphasen, indem er entweder die überschüssige Energie in einem Organ abbaut oder die Energieleere auffüllt. Krankheiten entstehen durch eine Disharmonie der Energie. Durch die verschiedenen Atemformen (Qigong, Ki-Atmung, Zen-Atmung, Taiji usw.) kann die blockierte Energie gelöst und an die richtige Stelle im Körper geführt werden.

In Asien wird dem Atem eine grössere Bedeutung zugemessen, als "nur" der Aufnahme von Sauerstoff und der Abgabe von Kohlendioxid. Zur Zeit werden in Japan viele erfolgreiche Forschungsprojekte durchgeführt, um die Wirkungsweise des Atems wissenschaftlich belegen zu können. Man kann davon ausgehen, dass die Erkenntnisse, die der asiatische Arzt schon lange besass, langsam auch wissenschaftlich anerkannt werden. Es wurde bewiesen, dass sich nach seriös durchgeführten Atemübungen die weissen Blutkörperchen im Blut vermehren, welche für unser Immunsystem sehr wichtig sind. Diese und viele andere positive Beobachtungen sollten uns animieren, noch vermehrt auf diesem Gebiet zu forschen.

Bei den gesundheitsfördernden Übungen wie bei den Kampfkünsten ist es wichtig, dass wir nach den drei Prinzipien der Atemtherapie handeln:

1. Wir bringen das Bewusstsein mit den Sinnen in Übereinstimmung.
Dies bedeutet, dass wir die Informationen, mit denen wir üben wollen, mit den eigenen Erfahrungen zur Deckung bringen.
2. Wir bringen die Sinne mit dem Qi in Übereinstimmung, d.h. durch regelmässiges Üben versuchen wir, die Energie im Körper zu spüren.
Bevor wir das Qi zu spüren anfangen, ist die Imagination in verschiedenen Übungsformen ein wichtiger Faktor, um uns langsam an Punkt 2 anzunähern.
3. Wir bringen das Qi mit der Kraft in Übereinstimmung.
Wenn wir das Qi wirklich spüren, können wir es zirkulieren lassen, zuerst in den festgelegten Bahnen, den Meridianen, später kann es frei durch den Körper geschickt werden. So senden wir das Qi bei Magenbeschwerden zum Magen oder in der Anwendung der Kampfkünste an die Stelle, an der es für die Technik wichtig ist. Dabei müssen das aktivierte Qi und die aufgewendete Kraft durch genaues Fühlen mit den Sinnen aufeinander abgestimmt werden. Diese Stufe erfordert ein grosses Mass an Übung und Erfahrung.
Sie kann nicht mit der Vorstellung forciert werden, sondern ist eine vom Verstand losgelöste Empfindung.

Verbandsjugendtag in Worms

Der diesjährige Verbandsjugendtag des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes fand am 18.11.1995 in Worms statt. Die Vertreter von 13 RKV-Dojos hatten bei diesem als zukunfts-gestaltend erwünschten Meeting 250 Stimmen.

Lediglich die Zahl von 4 Stimmen des Jugendvorstandes drückt deutlich aus, wer eigentlich das Sagen bei der Gestaltung der Jugendarbeit im RKV haben sollte. Im Gegensatz zum Vorjahr zeigten sich die Mitglieder des Jugendvorstandes mit der Beteiligung an den Breitensportmaßnahmen sehr zufrieden und gaben ihrer Hoffnung Ausdruck, daß dieser Trend anhält.

Eigenkritik durch den Jugendvorstand gab es zum Jugendcamp. Bei dieser Veranstaltung müssen die Jugendlichen künftig besser betreut und "kontrolliert" werden. Eine besser durchdachte Vorbereitung ist dringend erforderlich. Als besondere Errungenschaften in 1995 wurde die Jugendzeitung des RKV hervorgehoben, die in Inhalt und Outfit durch Christian Kuhn und Ronald Schlack (Karate-Do Landau) verbessert wurden. Ein weiterer Höhepunkt war der Kindererlebnistag in Puderbach. Diesmal ist es gelungen, die Kids über einen längeren Zeitraum zu beschäftigen, was auch in Zukunft (1997) beibehalten werden soll. Als Coup erwies sich hier die Belegung des Hallenbades durch den RKV.

Bei den Wahlen zum neuen Landesjugendvorstandes wurde Frank Esser als stellvertretender Landesjugendreferent bestätigt. Manuela Klaas wechselte die Funktion und ist nun Vertreterin der weiblichen Jugend.

Als neuer Jugendschriftführer wurde der Wunsch kandidat der übrigen Mitglieder des Jugendvorstandes, Peter Eckes vom Karate Dojo Cochem gewählt. Er wird künftig die Jugendwarte der Dojos informieren und die Jugendzeitschrift versenden.

Bei der Diskussion über die Probleme der Jugendarbeit wurde bemängelt, daß die Teilnehmer/innen am Ende von Sichtungslerngängen des DKV zum Talentkader keine Zu- oder Absage erhielten, sondern sehr ungewiß über ihre Leistung nach Hause fahren. Der Jugendvorstand wird sich diesem Problem annehmen. Einmal mehr wurde verlangt, daß ein RKV-Trainer von seinem Amt entlassen werden sollte, was jedoch vom Jugendvorstand konsequent abgelehnt wurde. Hier sollte der Jugendvorstand lediglich als Werkzeug zum Vorteil anderer mißbraucht werden.

Unglücklicherweise mußte während dieser Sitzung viel Zeit für Diskussionen aufgebracht werden, die eher indirekt die Jugendarbeit des RKV betrafen. Themen wie z.B. "Gürtelprüfung für Behinderte" sind interessant und unerläßlich, gehören jedoch zum Prüferlehrgang. Personaldiskussionen über Trainer im Seniorenbereich gehören ebenfalls in ein anderes Gremium.

Aber es gab auch einige Anregungen für spätere Maßnahmen:

So wurde vorgeschlagen, den von Katrin Rogge (Sportjugend des LSB) vorgestellter Abenteuer- und Erlebnissport in eine C- oder B-Trainer-Fortbildung über Kinder- und Jugendtraining einzubauen.

Weiterhin wurde deutlich, daß es vielen Prüfern an Praxis mit Zwischenprüfungen für Kinder fehlt. Hier müssen wohl noch einige Erfahrungen gesammelt werden. Der Jugendvorstand könnte in Zusammenarbeit mit dem Prüferreferenten und in diesem Bereich erfahrenen Prüfern detaillierte Empfehlungen im DKV-Handbuch schriftlich fixieren.

Martin Hartung, - Landesjugendreferent -



Guido Unger faszinierte beim Jugendlehrgang in Worms

Über 40 eifrige Karateesportler aus ganz Rheinland-Pfalz fanden sich am Asmstag, den 18.11.1995 in Worms zu einem Kumite-Lehrgang mit Guido Unger ein. Die 12-21 jährigen erwarteten voller Spannung den Vize-Weltmeister im Shotokan-Karate 1995. Nach geringer Verzögerung aufgrund des schlechten Wetters traf Guido Unger ein. Zunächst übten die Gelb- und Orangegurte die korrekte Ausführung des Gyaku-Tsuki, denn Guido ist davon überzeugt, daß man mit einem guten Gyaku Tsuki jeden Kampf gewinnen kann. Zum Siegen benötige man keine spektakulären Fußtechniken. Durch Berechnungen habe man festgestellt, daß hinter einem guten Gyaku-Tsuki fast doppelt soviel Druck stehen kann wie hinter einem Preßlufthammer! Ebenfalls viel Wert legte das Kumite-As auf einfache, aber effektive Fegetechniken.

Anschließend trainierten die Karateka ab dem 6.Kyu. Darunter waree auch Bernd Otterstätter (ehem. Mitglied der Nationalmannschaft) und Michael Hoffmann (Goyu-Ryu-Europa-Cup-Sieger 1995).

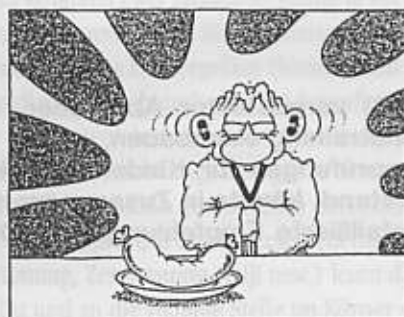
Für eine gute und preiswerte Verpflegung wurde ganztägig gesorgt. Dank an Thomas Diehm und die Mitglieder des Budokai Worms ! Für jeden hungrigen Sportler war etwas dabei: Obst(!!), Hamburger, Würstchen, Salate, belegte Brötchen, Waffeln, Kuchen und Schokoriegel. Auch die Getränkeauswahl konnte sich sehen lassen. Die sanitären Anlagen der Halle ließen allerdings etwas zu wünschen übrig.

Die 2.Trainingseinheit wurde für alle Jugendliche zusammengelegt, da in der Halle genügend Platz vorhanden war. Dafür durften wir dann gleich 2 Stunden lang schwitzen. Hier wurde sehr viel mit dem Partner gearbeitet. Die Übungen, die auf die 1.Trainingseinheit aufbauten, beinhalteten u.a. Kombinationen mit Mae-Geri, Mawashi-Geri, Tsuki sowie Ashi-Barai. Es sollten vor allem Ansätze zu neuen Möglichkeiten gezeigt werden.

Alles in allem war der Lehrgang gut gelungen. Deshalb freuen wir uns schon auf den nächsten Lehrgang mit Guido Unger.

Susanne Schneider und Bianca v.d.Burg (Shotokan VT Zweibrücken)

Berichte der RKV-Jugend



CARTOON

R
I
T
U
A
L

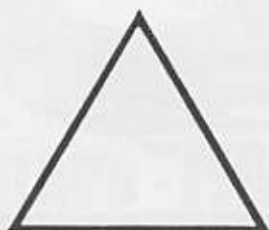
Sensei

Sempai

Kohai

KOHAI
Der Schüler

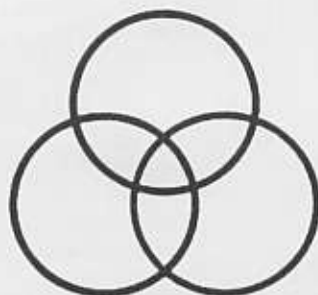
ER SUCHT die Einheit



SENPAI

Der Vorgänger, der Fortgeschrittene, der Aeltere

ER SUCHT die Harmonie zwischen Ruhe und Bewegung



SENSEI

Der Meister

ER SUCHT sich



SENSEI

Sensei wird im Wörterbuch vor allem mit zwei Bedeutungen angegeben, einmal als "Lehrer", zum anderen als "Arzt" oder "Doktor". Darin schwingt also mit, dass ein Sensei sehr viel weiss oder kann, daß er dieses Wissen oder Können zum Wohle anderer verwendet oder sein Wissen weitergibt.

Wörtliche Bedeutung:

Sen bedeutet soviel wie "Zukunft", "Priorität", "Vorrang", "Vorausgehen" oder "vorher".

Sei bedeutet soviel wie "Geburt", "Leben", "Existenz", "gebären", "geboren werden", "leben".

Zusammensetzung:

Zusammengesetzt bedeuten diese Zeichen also eigentlich "vorher" (vor jemanden) geboren werden". Dann nehmen diese Zeichen aber schon sehr bald die für uns wichtige Bedeutung von "Einer der den Weg vor(mir) kennengelernt hat, den Weg also besser als (ich) kennt" an.

SEMPAI

Sempai wird im Wörterbuch mit "Vorgänger", "der Ältere", "Senior" oder "der Dienstältere" wiedergegeben.

Wörtliche Bedeutung:

Sen bedeutet soviel wie "Zukunft", "Priorität", "Vorrang", "Vorausgehen" oder "vorher".

Zusammensetzung:

Zusammengesetzt bedeuten diese Zeichen also "Einer der im Studium oder altersmäßig weiter fortgeschritten ist als (ich), aber immer noch mit mir zusammen auf dem selben Weg.

KOHAI

Kohai wird im Wörterbuch mit "Nachwuchs" oder "die jüngere Generation" übersetzt.

Wörtliche Bedeutung:

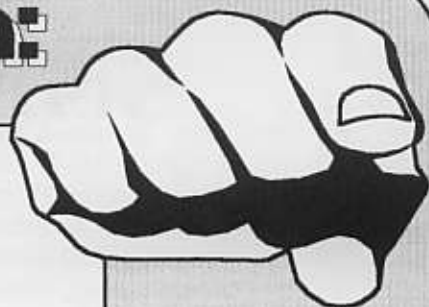
Ko heißt soviel wie "vorig", "früher", "später", "nachfolgend", "hinten" oder als Substantiv, kann es auch "Nachfolger" bedeuten. Hai(pai) bedeutet soviel wie "Gefährte", "Freund", als Verb genommen heißt es "anreihen". Hai kann auch die Bedeutung von "Reise" annehmen.

Zusammensetzung:

In der Zusammensetzung wird Kohai ein jüngerer Gefährte bezeichnet, jemand der mit(mir) auf demselben Weg geht, aber noch nicht so weit ist (wie ich).

*Jede Daseinsform hat ihren Nutzen.
Gebraucht sie,
wie immer ihre Stellung sein mag.
Erscheinung und Essenz fügen sich genau
ineinander*

Wichtige Adressen:



Frauenreferentin:

Ingrid Velten
Ganghoferstraße 35
67065 Ludwigshafen
Tel. 0621 / 576147

Geschäftsstelle:

Avallonstraße 49
56812 Cochem-Cond
Tel. 02671 / 8823 Fax. 5766
Geschäftszeiten:
Mi: 18.00 - 20.00 Uhr
Mo, Di, Do u. Fr: 9.00 - 12.00 Uhr

Pressereferent:

Ronald Schlack
An der Kreuzmühle 11
76829 Landau
Tel. u. Fax. 06341 / 32895

Bankverbindung:

Kreissparkasse Cochem-Zell
Kto.Nr. 000-030 429
BLZ 570 518 70

R

Vizepräsident und Schatzmeister:

Hermann-Josef Andres
Stablostraße 24
56812 Cochem-Cond
Tel. 02671 / 4513

Stilrichtungswart Shotokan

Axel Becker
Oberkreuzstraße 30
67459 Böhl-Iggelheim
Tel. 06324 / 6125

Prüferreferent:

Gunar Weichert
Eifelplatz 6
56727 Mayen
Tel. 02651 / 2669

Präsident:

Stefan Andres
Avallonstraße 59
56812 Cochem-Cond
Tel. 02671 / 8823
Fax. 02671 / 5766

K

Vizepräsident und Sportreferent:

Michael Hoffmann
Görlitzerstraße 31
67105 Schifferstadt
Tel. 06235 / 1412
Fax. 06235 / 1896

Kampfrichterreferent:

Rainer Weber
Bismarckstraße 13
67459 Böhl-Iggelheim
Tel. 06324 / 979196
Fax. 06324 / 979197

V

Stilrichtungswart Goju Ryu:

siehe unter Michael Hoffmann

Leistungssportreferent:

Nobert Heck
Buchholzerstraße 13
53567 Buchholz 4
Tel. und Fax. 02683 / 6821

Stilrichtungswart Wado Ryu:

Alfred Haas
Im Steinreich 10
54574 Bireschorn
Tel. 06594 / 715

Jugendreferent:

Martin Hartung
Christoph-Knorr-Straße 3
66482 Zweibrücken
Tel. 06332 / 43354

Landestrainer und Lehrwart:

Walter Hehl
Vor den Gärten 4
56412 Gírod
Tel. 06485 / 4221
Fax: 06485 / 4879