

RKV Info

4/1998



THEMEN:

- ▶ RKV-Verbandslehrgang
- ▶ Leistungssport
- ▶ RKV-Meisterschaft 1998
- ▶ Was fehlt dem modernen Karate?
- ▶ Ernährungstips
- ▶ Termine u.v.m.



Rheinland-Pfälzischer Karateverband e.V.

EDITORIAL

Editorial



ZIELE

Das Jahr geht seinem Ende entgegen und die Feiertage kommen auf uns zu. Vielleicht gibt es für den einen oder anderen Gelegenheit auf die letzten Monate zurückzublicken und sich zu fragen was man erreichen wollte und was effektiv von den Zielen verwirklicht wurde.

War es die Prüfung zum nächst höheren Dan oder Kyu, war es der Titelgewinn beim Turnier oder einfach den Mae-Geri zu treten ohne das Gleichgewicht zu verlieren.

Jeder setzt seine Ziele selbst. Für den einen ist es wichtig den Vereinskollegen und dem Trainer sein Können zu beweisen und sich auf Turnieren und Wettkämpfen mit anderen zu messen. Dafür trainiert er drei- bis viermal in der Woche und fährt am Wochenende zu den Kämpfen. Andere wiederum trainieren einmal oder zweimal in der Woche und freuen sich darauf regelmäßig mit vielen anderen Karateka einen Lehrgang zu besuchen und vielleicht alle 4 - 5 Monate eine Prüfung abzulegen.

Nicht zu vergessen die Macher in den Vereinen. Sie planen und organisieren, putzen, bauen auf, verkaufen, prüfen, schreiben und trainieren die anderen..

Eines verbindet jedoch alle - Karate.

Alle die sich einsetzen in "ihrem" Spezialgebiet geben ihr Bestes. Das sollten auch alle anderen akzeptieren. Ob im Verband, im Verein oder für sich selbst - jeder sollte seinen Weg, auch gemeinsam mit anderen, gehen um seine Ziele zu erreichen.

Das ist Karate.

Frank Esser
Speicher, im November 1998

PRÄSIDIUM

Präsidium

PRÄSIDENT

Stefan Andres
Geschäftsstelle des Rheinland-
Pfälzischen Karate-Verbandes
Avallonstr. 49
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 56 04
Fax: (0 26 71) 57 66
e-mail: Stefan.Andres@t-online.de

VIZEPRÄSIDENT UND SPORTREFERENT

Michael Hoffmann
Görlitzerstr. 31
67105 Schifferstadt

Tel.: (0 62 35) 14 12
Fax: (0 62 35) 18 96

VIZEPRÄSIDENT UND SCHATZMEISTER

Hermann-Josef Andres
Stablostr. 24
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 45 13
Fax: (0 26 71) 45 13

FRAUENREFERENTIN

Ingrid Velten
Königstraße 44
67067 Ludwigshafen

Tel.: (06 21) 54 20 74
e-mail: MachKrach@aol.com

JUGENDREFERENTIN

Manuela Klaas
Schulstraße 9
56307 Muscheid

Tel.: (0 26 84) 42 33
Fax: (0 26 84) 49 68

LEISTUNGSSPORT- REFERENT

Werner Girnstein
Rütscherstraße 155
App. 1506
52072 Aachen

Tel.und Fax: (0 24 1) 9 10 71 14
e-mail: weg@oph.rwth-aachen.de

KAMPFRICHTER- REFERENT

Rainer Weber
Frankenstraße 4
69198 Schriesheim

Tel.: (0 62 03) 69 25 35
Fax: (0 62 03) 69 25 36
e-mail: RaiWeber@t-online.de

PRÜFERREFERENT/ STILRICHTUNGSREFERENT SHOTOKAN

Gunar Weichert
Eifelplatz 6
56727 Mayen

Tel.: (0 26 51) 26 69
e-mail: G.Weichert@t-online.de

BREITENSSPORTREFERENT

Bernd Otterstätter
Marie-Curie Str. 1
67454 Haßloch

Tel./Fax:(0 63 24) 8 23 98
e-mail: BELOtterstätter@t-online.de

IMPRESSUM

Impressum

Rheinland-Pfälzischer
Karateverband e.V. RKV-Info
Frank Esser, Eulner Straße 4
54662 Speicher
Tel.: (0 65 62) 93 02 77
Fax: (0 65 62) 93 02 78
e-mail: RKV Info@aol.com

Layout, Satz, Litho:
pfeiffer werbeagentur
56812 Cochem

RKV-Meisterschaften der Kinder und Schüler in Frankenthal

RKV-Meisterschaften der Kinder und Schüler in Frankenthal



Die Kids waren sehr motiviert und zeigten beeindruckende Leistungen.

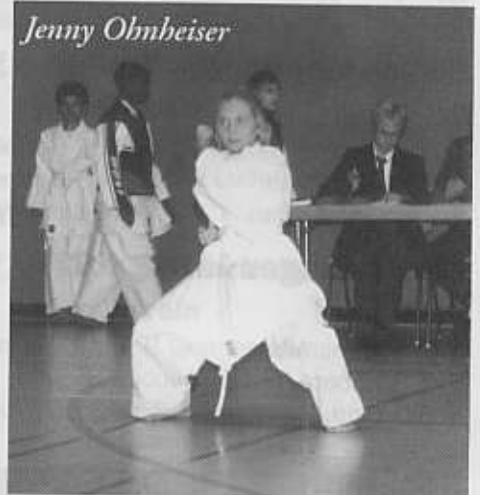
Besonders die Athleten des Schülerkaders konnten sich in ihren Klassen behaupten und die vordersten Ränge belegen. Aber auch viele andere Kids waren erfolgreich und konnten sich dem hauptsächlich aus Eltern und Betreuern bestehenden Publikum in Bestform präsentieren.

Das letzte Mal ging es bei der RKV - Meisterschaft für die Schüler »nur« um die Titel der Landesmeister. Bereits im Februar findet die nächste Auflage der RKV Meisterschaft in Kaiserslautern statt, die gleichzeitig zur Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft der Schüler 1999 in Hanau dient.

Den äußeren Rahmen für die Landesmeisterschaft haben in diesem Jahr die Sportsfreunde vom 1. SKC Frankenthal geschaffen. Die Halle war hell und geräumig und die Helfer an den 4 Wettkampftischen waren gut auf ihre Aufgaben vorbereitet worden. Zur Versorgung der Zuschauer, Betreuer, Sportler und Helfer wurde eine Vielfalt von Speisen und Getränken angeboten, sodaß hier für jeden etwas dabei war.



Trotz einiger Schwächen im sportlichen Ablauf ist die diesjährige Meisterschaft unseres Nachwuchses ohne nennenswerte Komplikationen abgelaufen.



Den Helfern vom 1. SKC Frankenthal sei auf diesem Wege nochmals gedankt, die es in einer problematischen Phase unter neuer Vereinsführung dennoch geschafft haben die schwere Aufgabe der Ausrichtung einer Landesmeisterschaft bravourös zu lösen. Ebenfalls ein Dankeschön an die Thai-Chi - Abteilung des 1. SKC Frankenthal, die mit einer gelungenen Vorführung das Pausenprogramm gestaltete.

Die einzigen, die wenig von ihrem Engagement zeigen konnten und trotzdem immer einsatzbereit waren, waren zum Glück die Sanis und der Wettkampfarzt!

Frank Esser, Orgateam

INHALT

RKV-Meisterschaft 1998	S. 3
Ergebnisse	S. 4-6
Termine	S. 11
Ernährungstips	S. 13
Der Karatetrainer Teil 2	S. 14
RKV Verbandslehrgang	S. 15
Was fehlt dem modernen Karate?	S. 16-17

ERGEBNISSE

Kinder- und Schülermeisterschaft des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes

Frankenthal 1998

Ergebnisse

KATA

*Peter Eckes
Jugendvorstand*



Kinder A+B

Einzel

Pl. Name	Verein
1. Menzfeld, Robert	1. SKV Speyer
2. Mieland, Franziska	1. KV Ludwigshafen
3. Kayrici, Kubra	1. KV Ludwigshafen

Kinder B

Einzel Jungen, 8.+7. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Volkers, Mark	SKR Germersheim
2. Yavus, Erkan	SKR Germersheim
3. Köhler, Stefan	TG Limburgerhof

Einzel Jungen, ab 6. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Korrani, Alban	SKR Germersheim
2. Frömberg, Markus	KST Trier
3. Gulizia, Salvatore	PSV GW Ludwigshafen

Einzel Mädchen, 8.+7. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Kayrici, Bahar	1. KV Ludwigshafen
2. Löwe, Phillis	1. KV Ludwigshafen
3. Mieland, Lea	1. KV Ludwigshafen

Einzel Mädchen, ab 6. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Maurer, Jennyfer	Budo Akad. Mutterstadt
2. Mensfeld, Kathrin	1. SKV Speyer
3. Grieshaber, Jenny	1. SKV Speyer

Schüler

Einzel Jungen, 8.-6. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Gross, David	SKR Germersheim
2. Sadegh, Mohssen	TG Konz
3. Casimiro, Daniel	SKR Germersheim

Einzel Jungen, ab 5. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Ries, Michael	1. SKV Speyer
2. Michels, Markus	TG Konz
3. Abt, Christoph	KST Trier

Kata Team Schüler

Pl. Verein
1. SKR Germersheim I
2. 1. SKV Speyer I
3. SKR Germersheim II

*Markus Michels
TG Konz*



Einzel Mädchen, 8.-6. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Pfeiff, Katharina	SKR Germersheim
2. Aiello, Patrizia	PSV GW Ludwigshafen
3. Hauck, Selina	PSV GW Ludwigshafen

Einzel Mädchen, ab 5. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Titz, Desiree	SKR Germersheim
2. Jäger, Nina	1. SKV Speyer
3. Ohnheiser, Jenny	1. SKV Speyer

Kata Team Kinder A+B

Pl. Name	Verein
1. SKR Germersheim III	
2. 1. SKV Speyer	
3. KV Ludwigshafen II	

*Desirée Titz
SKR Germersheim*



KUMITE

Kinder B

Mädchen Jiyu-Ippon nur 7. Kyu, -145 cm

Pl. Name	Verein
1. Mieland, Lea	1. KV Ludwigshafen
2. Griebhaber, Jenny	1. SKV Speyer
3. Löwe, Phillis	1. KV Ludwigshafen

Jungen Jiyu-Ippon nur 7. Kyu, -145 cm

Pl. Name	Verein
1. Köhler, Stefan	TG Limburgerhof
2. Krautwurst, Christian	PSV GW Ludwigshafen
3. Ersoy, Mehmet	PSV GW Ludwigshafen

Mädchen Jiyu-Ippon nur 7. Kyu, +145 cm

Pl. Name	Verein
1. Mansfeld, Kathrin	1. SKV Speyer
2. Ruge, Daniela	
3. Defelice, Denise	SKR Germersheim

Jungen Jiyu-Ippon nur 7. Kyu, +145 cm

Pl. Name	Verein
1. Frömberg, Markus	KST Trier
2. Abt, Tobias	KST Trier
3. Korrani, Alban	SKR Germersheim

Schüler

Jungen Jiyu-Ippon nur 7. Kyu

Pl. Name	Verein
1. Daub, Sebastian	SKR Germersheim
2. Steiger, Jens	SKR Germersheim
3. Ohmer, Jonas	SKR Germersheim

Jungen -50 kg

Pl. Name	Verein
1. Geng, Eike	TG Limburgerhof
2. Rodach, Manuel	Karate Do Landau
3. Groß, Florian	JJJ KC Haßloch

Mädchen -50 kg

Pl. Name	Verein
1. Bumb, Nathalie	Budokai Worms
2. Köckert, Kathrin	KSV Wirges
3. Wingenter, Carolin	Karate Do Landau

Kumite TEAM, Schüler

Pl. Verein
1. KST Trier VI
2. PSV GW Ludwigshafen IV
3. ----

Jungen -40 kg

Pl. Name	Verein
1. Schück, Christoph	TG Limburgerhof
2. Urfa, Erol	PSV GW Ludwigshafen
3. Sadegh, Mohssen	TG Konz

Jungen -60 kg/+60 kg (zusammengelegt)

Pl. Name	Verein
1. Ösel, Selim	SKR Germersheim
2. Diehm, Erik	Budokai Worms
3. Ernst, Torben	GR Schifferstadt

Mädchen +50 kg

Pl. Name	Verein
1. Jäger, Nina	1. SKV Speyer
2. Urban, Linda	Budokai Worms
3. Dick, Natascha	KST Trier

Kumite TEAM, Schülerinnen

Pl. Verein
1. KST Trier V
2. Karate Do Landau I
3. PSV GW Ludwigshafen III



Technikerpreise gingen an:

Dick, Natascha	KST Trier
Titz, Desirée	SKR Germersheim
Jäger, Nina	SKV Speyer
Casimiro, Daniel	SKR Germersheim
Kata Team Schüler	SKR Germersheim

von links nach rechts:

Linda Urban, Nina Jäger, Natascha Dick

ERGEBNISSE

Ergebnisse

Kinder- und Schülermeisterschaft des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes Frankenthal 1998

BEST OF RKV

Verein	1.Plätze	2. Plätze	3. Plätze
SKR Germersheim	9	2	5
1. SKV Speyer	4	5	2
1. KV Ludwigshafen	2	2	4
KST Trier	3	2	2
PSV GW Ludwigshafen	0	4	4
TG Limburgerhof	3	0	1
Budokai Worms	1	2	0
TG Konz	0	2	1
Karate Do Landau	0	2	1
Budo Akademie Mutterstadt	1	0	0
KSV Wirges	0	1	0
JJJ KC Haßloch	0	0	1
Goju Ryu Schifferstadt	0	0	1

Achtung neue Adresse!

Der Leistungssportreferent des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes hat eine neue Adresse!

Alle wichtigen Mitteilungen und Anfragen bitte ab sofort an folgende Anschrift:

Werner Girnstein
 Rütscherstraße 155, App. 1506
 52072 Aachen
 Tel./Fax 0 2 41 - 9 10 71 14
 Email wegi@oph.rwth-aachen.de

Gedanken eines Landestrainers

zur Rheinland-Pfalz-Meisterschaft

Beim Betreten der Halle hatte ich ein gutes Gefühl: die Halle war groß, klar in vier Kampfflächen unterteilt, viele Kinder liefen herum und sorgten für gute Stimmung. Ich nahm mir vor, die Gelegenheit zu nutzen, um die Kaderathleten zu beobachten und den Nachwuchs zu sichten. Gleichzeitig wollte ich die Aufgabe des Betreuers für meine Athleten wahrnehmen. - An dieser Stelle ein Lob an die Ausrichter für die Auswahl der Halle und die Rahmenbedingungen. - Doch schon nach kurzer Zeit traten erste Probleme auf: die Kinder kamen mit der Frage zu mir, wann und wo sie starten sollten. Doch diese Frage konnte ich nicht beantworten,

da die Startlisten nur die Namen der Starter enthielten, aber keine näheren Angaben zu Kampffläche, Pool und voraussichtlicher Startzeit.

Im Laufe der Wettkämpfe mußte ich feststellen, daß dem Ablauf der Veranstaltung zum Teil die Systematik fehlte. Beispielsweise wurden die Wettkämpfe für die Kinder nicht beendet, bevor die Schüler antreten mußten, und Mannschaftsdisziplinen liefen zur gleichen Zeit ab wie Einzeldisziplinen, was zu Überschneidungen und Problemen führte.



Pino Arcieri

Dazu ein Vorschlag (Kata-Disziplinen betreffend):

Dieser Vorschlag ist nicht neu und wird auch allgemein praktiziert. Bei dieser Systematik wird der Ablauf einer Veranstaltung für alle Beteiligten klar und Probleme werden vermieden.

Bei den Rheinland-Pfalz Meisterschaften entstand aufgrund des nicht ganz systematischen Ablaufs und einer schlechten Mikrofonqualität und Akustik (hoher Geräuschpegel in der Halle durch Anfeuerungsrufe der Zuschauer und Kampfschreie der Athleten) die Situation, daß verschiedene Athleten die Aufrufe überhörten und aus diesem Grunde nicht zum Einsatz kommen konnten. Wie oben schon erwähnt, fanden mehrere Disziplinen zur gleichen Zeit statt, wobei es vorkam, daß Sportler, die gerade auf einer Kampffläche bei einer Einzeldisziplin im Einsatz waren, auf einer anderen Kampffläche für eine Mannschaftsdisziplin aufgerufen wurden. Dies führte zu Nervosität bei den Sportlern und Unklarheiten, die direkt mit den Kampfrichtern auf der Kampffläche geklärt werden mußten.

• Erstellen von Listen

wenn möglich mit Angabe von Kampfflächen / Pool und voraussichtlicher Startzeit. Anzahl der Runden mit Anzahl der Sportler, die weiterkommen (im Falle einer Abweichung von DKV Regeln)

• Ablauf

Wenn auf vier Kampfflächen, dann wie folgt:

- 1 Kata Einzel Kinder A ♂/♀ auf einer Kampffläche
- 2 Kata Einzel Kinder B ♂ Unterstufe KF 1
Kinder B ♀ Unterstufe KF 2
Kinder B ♂ Oberstufe KF 3
Kinder B ♀ Oberstufe KF 4
bis Einzug ins Finale
- 3 Kata Einzel Schüler ♂ Unterstufe KF 1
Schüler ♀ Unterstufe KF 2
Schüler ♂ Oberstufe KF 3
Schüler ♀ Oberstufe KF 4
bis Einzug ins Finale
- 4 Kata Team auf zwei Kampfflächen Kinder A + B
Schüler
- 5 Finale in analoger Anordnung

Trotz dieser Störungen konnte ich meine Sichtung durchführen und feststellen, daß die Trainer der Vereine gut gearbeitet haben. Vor allem kann ich hervorheben, daß die Zusammenarbeit zwischen den Trainern der Kaderathleten und mir als Landestrainer auf gegenseitigem Vertrauen, gegenseitiger Akzeptanz und einem ständigen Austausch von Informationen basiert, was sich in einer deutlichen Verbesserung des Niveaus der Sportler äußert.

Angesichts der Zusammensetzung der Kampfgerichte kamen mir Bedenken: Fast die Hälfte der Kampfrichter kam aus benachbarten Bundesländern. Anscheinend waren viele rheinland-pfälzische Kampfrichter an diesem Tag verhindert. Dies bedeutet, daß unser Kampfrichterreferent Rainer Weber zum Teil kurzfristig umplanen mußte. Von den wenigen rheinland-pfälzischen Kampfrichtern waren drei vom gleichen Verein. Es spricht für einen Verein, wenn so viele Kampfrichter zur Verfügung gestellt werden können - ansonsten hätte Rainer Weber an diesem Tag mit noch weniger Kampfrichtern antreten müssen. Zu meiner Zeit als Kampfrichter war es jedoch üblich, daß Kampfrichter antraten. Allerdings ist dies nur möglich, wenn zusätzliche Kampfrichter zur Verfügung stehen. Ist dies nicht der Fall, muß das OKG auf die Objektivität der Kampfrichter vertrauen. Diese Objektivität wurde in Frankenthal auch von al-

len Kampfrichter gewahrt - bis auf einen, dessen Wertungen immer bis zu 6 oder 7 Zehntel (bei Kata-Disziplinen) niedriger lagen als die Wertungen aller übrigen Kampfrichter. Dies seltsamerweise oft bei Kaderathleten, die später den 1. Platz belegten, und bei anderen Athleten, die am Ende sogar den Technikerpreis erhielten. Bei Sportlern aus dem eigenen Verein lagen die Wertungen dieses Kampfrichters dann jedoch deutlich über den Wertungen aller anderen Kampfrichter. Dieses Verhalten war auch im letzten Jahr zu beobachten, jedoch noch nicht so deutlich wie in diesem Jahr. Da wie bekannt die höchste und die niedrigste Wertung gestrichen werden, ist dies für die Gesamtwertung im allgemeinen nicht von Bedeutung, aber es kann dazu führen, daß die Glaubwürdigkeit der Kampfrichter von Seiten der Sportler, Betreuer und Zuschauer in Frage gestellt wird.

An diesem Tag mußte den Kampfrichtern jedoch ein Lob ausgesprochen werden, da sie trotz der aufgetretenen Probleme für einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sorgten. Es wäre schade, wenn ein einziges schwarzes Schaf die ganze Herde in Verruf brächte.

Pino Arcieri

Landestrainer Kata Schüler-Jugend

Stellungnahme zum Bericht von Pino Arcieri

Schon 6 Wochen vor der Meisterschaft wurde ich auf einem Lehrgang von einem Trainer gefragt wie lange denn die RKV - Meisterschaft dauern würde. Darauf erwiderte ich, daß wir ca. um 18:00 Uhr fertig sein würden, was uns ja auch in Frankenthal gelungen ist. Dennoch war es wieder mal etlichen Sportlern nicht möglich gewesen der Siegerehrung beizuwohnen.

Lehren wir im Karate nicht die Würde unserer Trainingspartner und Wettkampfgegner zu achten? Wieso ist denn ein sechster oder siebter Platz für keinen mehr was Wert?

Einerseits wird ständig über die Ausrichtung und den Ablauf der Meisterschaften gemeckert, aber die meisten Trainer und Betreuer sind selbst für ihre Schützlinge das schlechteste Vorbild. Rein in die Halle, Kata machen, Pokale abholen und nach Hause. Natürlich nicht vergessen bei den Eltern noch einige saublöde Sprüche über andere Trainer, die Ausrichter, Organisatoren oder Kampfrichter loszuwerden.

Was wollt Ihr eigentlich?

Wenn ich eine Meisterschaft mit Siegerehrung in würdigem Rahmen und mit einem gegliederten, streßfreien Ablauf organisiere dann dauert es jedem zu lange. Wenn ich draufhalte und alles rapido durchziehe hat's keinem gefallen und die Stunde die an Zeit gewonnen wurde nützt samstagabends eh keinem was.

Vielleicht könnt Ihr Euch demnächst mal vor den Meisterschaften Gedanken machen und Eure Wünsche zu Ablauf und Organisation äußern. Beim Verbandsjugendtag wo dafür eine gute Gelegenheit wäre, hat mal wieder keiner den Mut gehabt Kritik zu üben; die die nämlich immer im Hintergrund rumstänkern waren alle nicht da!

Am Veranstaltungstag oder einige Wochen nach einer Maßnahme Verbesserungen zu fordern ist zu spät!

Frank Esser

Übrigens:

Auch in diesem Jahr sollte jeder Betreuer einen Ablaufplan mit der genauen Belegung der Kampfflächen erhalten. Leider war in Frankenthal der Kopierer morgens ausgefallen, so daß wir die Pläne nicht verteilen konnten!



Karatefreizeit

beim Budokai-Worms e.V.

In der Woche vom 27.07. - 01.08.1998 verbrachten 17 Kinder und Schüler, im Alter von 6 bis 16 Jahren, eine Karatefreizeit im Naherholungsgebiet Worms. Hierbei wurde täglich zweimal, morgens von 7:30 - 9:00 Uhr und abends von 17:00 - 18:30 Uhr, im Grünen trainiert. Hiermit bedanke ich mich bei unseren Trainern Alfred Molitor 3. DAN, Betreuer und Trainer Thomas Diehm 2. DAN und Gasttrainer Karl Laubner 1. DAN vom SKC Frankenthal.

Neben dem Karatetraining, welches natürlich im Vordergrund stand, hatten wir natürlich auch noch andere Höhepunkte.

Neben einer Erste-Hilfe-Ausbildung durch den ASB, den Besuch der Hauptfeuerwache Worms mit einer sehr ausführlichen Führung, wurde von unserer *Aerobic-Trainerin* Anja Lindemann ein

Orientierungslauf organisiert. Hierbei mußten die Kinder und Schüler verschiedene Aufgaben lösen, wie z. B. sich an bestimmten Pflanzen orientieren, auf dem Weg gefundenen Unrat sammeln, etc.. Hierbei wurden von den Kindern zwei Säcke voll Unrat eingesammelt; dafür möchte ich mich hiermit bei den Kindern bedanken.

Am Freitag wurde von Sabine Goldberg-Ohr, vom Sportbund Rheinhessen, ein Abenteuer-/Erlebnistag gestaltet. Dieser stand unter dem Motto "Findet Häuptling Bunte Feder". Dazu mußten die Kinder verschiedene Bildertexte lösen. Die daraus hervorgehenden Aufgaben wie an einem Seil mit verbundenen Augen entlang gehen, verschiedene Gegenstände ertasten und über eine Burma-Brücke hangeln wurden mit Bravour von allen gelöst.

Für das leibliche Wohl aller Teilnehmer wurde natürlich auch bestens gesorgt. Morgens gab es immer ofenfrische Brötchen von unserem Bäckermeister und Vereinskamerad Martin Reinstadler. Zum Mittag und Abendsen ließen wir uns auch jeden Tag etwas anderes einfallen, so gab es unter anderem Spaghetti mit Tomatensoße, Bratkartoffeln mit Bratwurst, Steaks mit Salat und einmal sogar Stockwürste, welche man unter großem Einsatz im Lagerfeuer briet. Zum Abschluß möchte ich mich bei den mich unterstützenden Betreuern Renate Bumb und Thomas Diehm, sowie allen weiteren Helfern, für ihre unterstützende Tätigkeit recht herzlich bedanken.

■ *Jugendwart Waldemar Bumb*

A-TRAINER-AUSBILDUNG DES DKV

Der 4. Ausbildungslehrgang zum A-Trainer findet vom 30.09. bis zum 08.10.1999 statt.

Interessenten wenden sich bitte an den Landeslehrwart des Rheinland-Pfalzischen Karate-Verband, Walter Hehl oder die RKV-Geschäftsstelle.

Goju-Ryu Karateverein Schifferstadt erfolgreich bei der Deutschen Meisterschaft

13 Medaillen, darunter vier Deutsche Meistertitel erkämpft

Bei den Deutschen Goju-Ryu-Meisterschaften, dem Goju-Ryu-Cup in Obrigheim, kam der GRK Schifferstadt in einen regelrechten Medaillenregen. Die Karateka waren in fast allen Klassen mit an der Spitze.

Im Jugendbereich traten bei den Mädchen Cecile und Isabelle Merk in den Disziplinen Kata und Kumite an. Cecile errang in der Unterstufe in Kata und Kumite jeweils den zweiten Platz. Ihre Schwester Isabelle, die in der Oberstufe startete, belegte den fünften Rang in Kata und kam im Kumite (-53 kg) auf den dritten Platz.

Patrick Thomas glänzte bei der männlichen Jugend im Katabereich der Oberstufe. Er sicherte sich souverän die Meisterschaft und im Kumite (-60 kg) erzielte er noch den dritten Rang.

Sowohl bei den Mädchen als auch bei den Jungen stellte der GRK eine Kumite-Mannschaft, die aus drei Kämpfern bestand. Isabelle Merk und Cecile Merk wurden durch eine Kämpferin vom KV Eberbach komplettiert und sie erreichten ebenso den dritten Rang wie bei den Jungen Patrick Thomas, Stipo Semren und Christian Ernst.

Beste Ergebnisse auch im Seniorenbereich.

In der Disziplin Kata Oberstufe konnte sich Sabine Kraushaar den zweiten Rang und Marcus Gutzmer noch einen guten fünften Platz sichern. Andreas Bartels (Kumite -65 kg) belegte den dritten Rang.

Zu Titelehren kamen Stefan Terwen (+75 kg), Murat Gedik (-75 kg) und Frank Zindler (-65 kg) beim Kumite der Oberstufe. Zusätzlich trat Stefan Terwen noch in der Allkategorie an, mußte sich aber nach dem Finale mit dem zweiten Rang zufrieden geben.

Dennoch waren die Karateka des Goju-Ryu Karateverein Schifferstadt mehr als zufrieden mit der Ausbeute bei den Meisterschaften.

*Michael Hofmann, Goju-Ryu
Karateverein Schifferstadt*

Redaktionsschluß für das RKV Info 1/99 ist der

07.03.1999

Bitte bis dahin alle Fotos und Berichte (**auf Diskette**) bei der Redaktion einreichen.

Stand: 28.11.1998

TERMINPLAN

Terminplan

1999!

1 **Januar:****2** **Februar:**

- 12.-14.02. EM Jugend und Junioren in Oviedo/ Spanien
- 20.-21.02. Kampfrichter- und Kampfrichteranwärterlehrgang in ...
- 27.02. RKV Meisterschaften Jugend/Junioren/Senioren in Kaiserslautern
- 28.02. RKV Meisterschaften Kinder und Schüler in Kaiserslautern

3 **März:**

- 06.03. 1. KT Bundesliga Süd in Ravensburg
- 20.03. 2. KT Bundesliga Süd in Saarbrücken
- ... Dutch Open/Niederlande
- 27.-28.03. Lehrgang mit Sharzad Mansari in Frankenthal (Shotokan FT)

4 **April:**

- 10.-11.04. Lehrgang mit S. Hartl in Trier (PSV)
- 10.04. Dan-Prüfung (Stilrichtung Goju-Ryu) in Schifferstadt
- 17.04. 3.KT Bundesliga Süd in Villingen
- 17.04. Internationaler Krokoyama-Cup in Koblenz

5 **Mai:**

- 06.-10.05. EM Senioren Lissabon/Portugal
- 20.-23.05. Int. World-Cup der Frauen in Frankreich

6 **Juni:**

- ... World-Cup der JKA in ...
- ... 3. Ladies World-Cup in Tokyo/Japan

8 **August:**

- ... British-Open in England

9 **September:**

- 11.-12.09. 2. RKV Verbandslehrgang in Schifferstadt
- 11.-12.09. Shotokan World-Cup der WSKA in Moskau/Rußland
- 25.-26.09. DM Schüler und Jugend in Hanau
- ... Finish-Open in Helsinki/Finnland

10 **Oktober:**

- 01.-03.10. Dutch-Open (Jugend/Junioren) in Holland
- 30.10. Int. Deutsche Meisterschaften in Bonn
- ... 1. WM der Jugend und Junioren WKF in Sofia/Bulgarien

11 **November:**

- 05.-06.11. Masterseminar in Berlin
- 13.11. Int. Shotokan-Cup in Worms
- 13.11. Aufstiegsrunde Bundesliga Süd in ...
- 20.11. Deutsche Hochschulmeisterschaften in ...
- 20.11. Goju-Ryu-Cup in ...
- 27.-28.11. Bavarian-Open in Nürnberg
- 27.-28.11. Europ. Shotokan-Cup der ESKA in Cadiz/ Spanien

12 **Dezember:**

- 03.-05.12. World-Cup für Kinder und Jugendliche in Misok/Ungarn
- 04.-05.12. Lehrgang mit T. Dietl in Trier (PSV)

Dieser Plan wird laufend aktualisiert. Wenn Ihr Termine für den Plan habt, dann rechtzeitig bei mir einreichen!

Karate-Prüferlehrgang Stilrichtung Goju-Ryu



Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz in Kooperation

Am Sonntag, den 04. Okt. 1998 fanden sich erstmals die Prüfer der Stilrichtung Goju-Ryu von Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz zu einem gemeinsamen Prüferlehrgang zusammen.

Insgesamt 32 Prüfer, Trainer und Dan-Prüfungsanwärter aus 18 Vereinen waren nach Schifferstadt in das Dojo des Goju-Ryu-Karatevereines Schifferstadt angereist um gemeinsam von 9.00 - 13.00 Uhr das Prü-

fungsprogramm in Theorie und Praxis zu erörtern.

Auf dem Programm standen die Fukyu Kata (Grundkata) Gekesai-Ichi, die Kaeshu Kata (Aufbaukata) Saifa und Seinchin, sowie jeweils deren Anwendungen (Bunkaiformen). Anschließend übte und erläuterte man die Kihon-Ido Techniken (Grundschulübungen) aus dem Prüfungsprogramm zum 3.Kyu - Dan.

Abschließend diskutierte man noch die Kriterien und unterschiedlichen Bewertungen (Alter, Kyu/Dan Grad usw.) einer Prüfung sowie die Formen der Selbstverteidigung. Nach einem kurzen Abschlußgespräch mit den Teilnehmern und den Lehrgangsleitern Klaus

Fingerle (Prüferreferent Goju-Ryu/BW und A-Prüfer DKV) und Michael Hoffmann (Stilrichtungswart Goju-Ryu Vizepräsident RKV) entschloß man sich nach dem gelungenen 1.Versuch in Zukunft immer gemeinsam den Prüferlehrgang für Baden Württemberg und Rheinland-Pfalz abzuhalten.

*Michael Hoffmann,
Goju-Ryu Schifferstadt*



FRÜHSTÜCKEN WIE DIE PROFIS

Wertvolle Tips von Fritz Westermann,
Koch der Deutschen Fußballnationalmannschaft

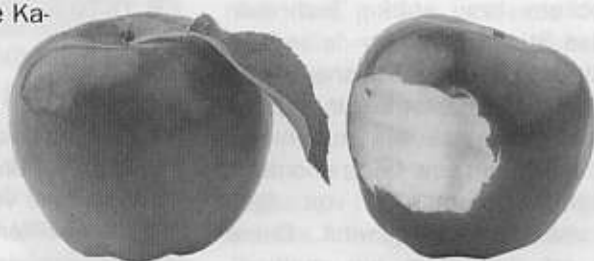
Das Frühstück ist die erste Gelegenheit am Tag, die Energiespeicher aufzufüllen.

Ein kohlenhydratreiches Frühstück verbessert sowohl die Ausdauer, das Reaktionsvermögen als auch die Koordinationsfähigkeit für den ganzen Tag. Auch die mentale Fitness wird entscheidend verbessert, denn allein für die Gehirnaktivitäten werden täglich zwischen 120

und 150 Gramm Kohlehydrate verbraucht.

Wer Top-Leistungen bringen will, sollte wissen, welches Frühstück bei gleicher Kalorienzahl die meisten Nährstoffe liefert. Ein Frühstück mit Vollkornbrot, Speck, Ei, Tomate und Käse hat im Vergleich zu einem Frühstück mit Vollkornbrot, Nutella, Banane und Orangensaft die gleiche Kalorienzahl. Doch wenn es um die Leistung geht, kann ein Sportler mit der ersten Variante

nicht viel anfangen, denn hier fehlen die nötigen Kohlehydrate. Auch bei den Inhaltsstoffen Vitamin B 6, Calcium und Magnesium schneidet das zweite Frühstück besser ab. Fazit: Ein Frühstück, das pro Kalorie mehr Nährstoffe bietet, ist einfach wertvoller.

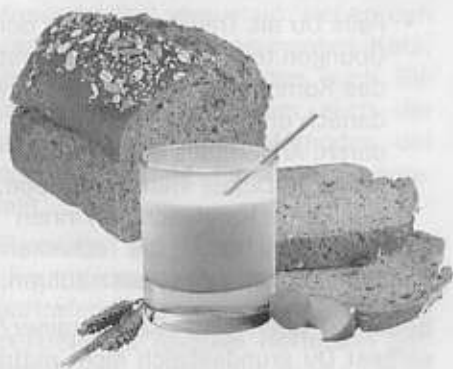


Drei 600-Kcal-Frühstücke im Vergleich:

Frühstück mit Speck und Ei = 40 g Kohlehydrate
(2 Scheiben Vollkornbrot, 1 Tomate, 1 Scheibe Edamer, Spiegelei mit Schinken)

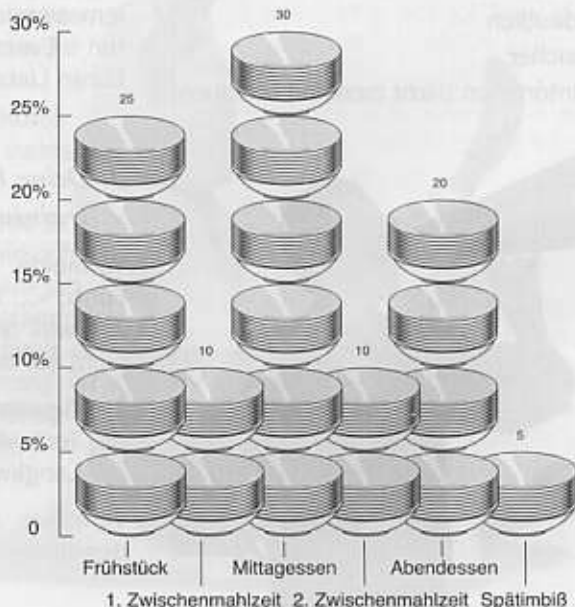
Müsli-Frühstück = 60 g Kohlehydrate
(50 g Müsli, 25 g Haselnüsse, 15 g Sahne, 75 g Joghurt, 1 Apfel, 1 Orange)

Nutella-Frühstück = 100 g Kohlehydrate
(2 Scheiben Vollkornbrot, 40 g Nutella, 30 g Magermilch, 1 Glas Orangensaft, 1 Banane)



Weitere Ernährungstips für Sportler und die Broschüre »eat to win« mit Tips zum sportlichen Frühstück sind zu beziehen beim

**Institut für Sporternährung e.V.,
In der Aue, 61231 Bad Nauheim.**



Quelle: Institut für Sporternährung e.V.

Die Karatetrainerin/ Der Karatetrainer - Teil 2

DEINE STIMME UND SPRACHE ALS KARATETRAINER

Deine Stimme und Sprache als Karatetrainer



1. Deine Stimme

Als Karatetrainerin/Karatetrainer motivierst Du durch den Einsatz Deiner Stimme Deine Karateschüler/innen (z.B. lockere bzw. starke Techniken durch das Stimmvolumen = leise bzw. laute Stimme). Wichtig ist daher die Intonation, d.h. Du darfst keine monotone Sprechweise haben. Empfehlenswert ist außerdem eine laute und deutliche Stimme, damit Du von allen gehört und verstanden wirst. Deine Stimme ist außerdem ein methodisches Hilfsmittel, z.B. beim Erlernen des Katarhythmus (langer Ton = langsame Bewegung, kurzer Ton = schnelle Bewegung). Durch Deine Stimme strahlst Du auch Sicherheit aus.

Durch Deine Stimme kannst Du eine positive Motivationslage erzeugen und den Lernprozeß der Techniken beeinflussen!

Merke deshalb:

Stimme macht Stimmung !!!

Zusammenfassend nochmals die Anforderungen an Deine Stimme:

- laut
- deutlich
- sicher
- Intonation (nicht monoton sprechen)



2. Deine Sprache

- Fachwörter mußt Du vor dem ersten Gebrauch erklären!

Damit schaffst Du eine gemeinsame Sprachebene mit Deinen Karateschüler/innen. Bedenke hierbei, daß z.B. Oi-Tsuki ein Fachwort ist.

- Du mußt für einen an die Gruppe angepaßten Sprachgebrauch sorgen!

Dies gilt insbesondere für das Kindertraining, d.h. unbekannte oder komplexe Ausdrücke vermeiden wie z.B. »parallel«, »rechter Winkel«, »imaginäre Gegner«, »volles Rohr«, »kinetische Energie« usw. Andernfalls mußt Du solche Worte vorher so erklären, damit sich alle Trainingsteilnehmer/innen etwas darunter vorstellen können. Sehr oft setzt man Kenntnisse voraus, die gar nicht vorhanden sein können.

TIPS:

- Spreche bei Kindern bildhaft (z.B. »Tiger-Face« statt »ernster Blick«, »fest« statt »stark«)! Verwende erfaßbare Ausdrücke!
- Vermeide bei einer heterogenen Kindergruppe Wertungen wie »die Kleineren« oder »die Größeren«.

Vorschlag: »Nach Körpergröße aufstellen« oder »die Jüngeren« und die Älteren. Eventuell auch mal: »Sucht Euch Euren Lieblingspartner«!

3. Deine Kommandos im Trainingsverlauf

Vermeide Kommandos in folgender Form: »... und eins und zwei und drei ...«, weil die Reaktion auf die Zahl und nicht auf das Wort »und« erfolgen soll.

- Gewährleiste beim Zählen der Techniken den Trainingsfluß, um Langeweile zu vermeiden.

Vermeide zu große Pausen zwischen den Kommandos.

Bedenke: Deine Karateschüler/innen haben Bewegungsdrang, insbesondere Kinder!

Merke: Es ist einfach nicht möglich, nach jedem Kommando die komplette Gruppe zu korrigieren! Notfalls mußt Du den Übungsumfang erweitern.

- Zähle möglichst maximal bis etwa zehn. Damit betonst Du den Wert der einzelnen Technik bzw. Kombination!
- Halte stets Dein Wort! Andernfalls verlierst Du an Glaubwürdigkeit!

(Beispiel: »... jetzt die letzten 5 Techniken ...«, dann nicht noch mal viele Kombinationen ausüben lassen!).

Merke: Falls noch weitere Techniken zum Üben erforderlich sein sollten, dann mußt Du vorher erklären, warum dies notwendig ist bzw. was nicht korrekt ausgeführt wurde und noch besser gemacht werden soll!

- Gibst Du die Kommandos in Japanisch oder Deutsch? Im Prinzip spielt das keine Rolle, aber: Wenn schon Japanisch, dann informiere Dich vorher bei einer kompetenten Person über die korrekte Aussprache!
- Falls Du als Trainer selbst an den Übungen teilnimmst, gebe zuerst das Kommando für alle und führe danach erst selbst die Technik durch. Andernfalls erzeugst Du Hektik in Deiner Trainingsgruppe, weil Deine Karateschüler/innen das Gefühl haben, die Techniken nicht schnell genug auszuführen.

Bedenke aber: Als Karatetrainer/in solltest Du grundsätzlich nicht mittrainieren, da Du dann Deine eigentliche Aufgabe, nämlich die Trainerfunktion, nicht mehr erfüllst! Eine Fehlerkorrektur bei Deinen Karateschüler/innen ist nicht mehr möglich! Einige Ausnahmen sind aber denkbar (z.B. Vorbereitung Kumite-Wettkampf).

■ Martin Hartung und Matthias v. Saldern

1. Verbandslehrgang des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes in Schifferstadt

Eine Fülle von Möglichkeiten für fast alle Interessengruppen bot der 1. Verbandslehrgang des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes seinen Mitgliedern.

Stilartübergreifend sollte für jeden Karateka die Option bestehen einmal neue Wege zu erkunden und über den Tellerrand hinauszuschauen.

So gab es für die Shotokanleute die Möglichkeit Goju-Ryu Kata zu lernen, oder sich in Spezialtechniken des

Parallel zum sportlichen Programm wurde in verschiedenen Seminarräumen Fortbildungen für Prüfer, Kampfrichter und Übungsleiter angeboten. Sämtliche Referenten und Trainer des RKV und etliche Gasttrainer, allesamt erfahrene Karateka aus unserem Landesverband waren im Einsatz und begeisterten die hochmotivierten Sportler.

Der gesamte äußere Rahmen wurde von den Karateka des Goju-Ryu Karatevereins Schifferstadt gestaltet. Speisen und Getränke wurden zu adäquaten Preisen angeboten und sämtliche

sident Stefan Andres eine Sportlehrgang für die erfolgreichen Wettkämpfer des RKV durchgeführt.

Alles in allem eine runde Sache, die auf jeden Fall zur festen Institution im Rheinland Pfälzischen Karate-Verband werden wird!

Aus dem großen Interesse der Teilnehmer an den vielen verschiedenen Angeboten wird ersichtlich, wie vielfältig die Möglichkeiten sind im Verein oder Dojo ein umfangreiches Programm anzubieten und somit neue Mitglieder für Karate zu begeistern und alle Altersgruppen anzusprechen.

Wir sollten von dem sturen KATA-KIHON-KUMITE ein wenig einlenken und Karate als Ganzes betrachten und alle Facetten des modernen Sports und der traditionellen Kultur zusammenfügen. So lassen sich vielleicht Karate-Do und »modernes Sportkarate« harmonisieren.

Frank Esser

*Wado Ryu
mit Alfred Haas*



Wado-Ryu beim Tanto-tori-Kumite (Messerkampf) versuchen. Neben den »klassischen« Karateelementen Kata, Kihon und Kumite wurden auch SV-Praktiken, unter anderem auch der Nahkampf, und neue Methoden der Selbstbehauptung für Frauen vorgestellt.

Ebenfalls auf dem umfangreichen Lehrgangsprogramm, das von Breitensportreferent Bernd Otterstätter und Sportreferent Michael Hoffmann entworfen und vorbereitet wurde, standen Shiatsu und QiGong, Formen der fernöstlichen Heil- und Meditationskunst. Hier bestand ein besonders großes Interesse der Teilnehmer.

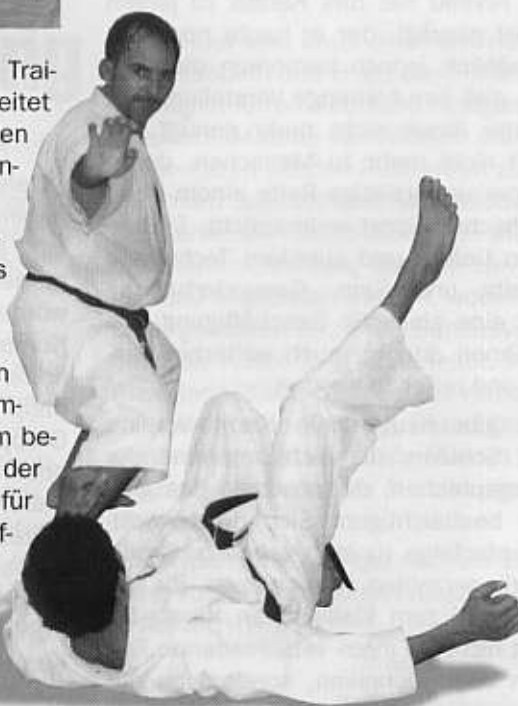
Während die erfahrenen Karateka ihren Horizont erweiterten gab es für die Youngsters Kindertraining.

Räume, besonders die große Trainingshalle, waren optimal vorbereitet um so einen sehr ansprechenden Rahmen für das umfangreiche Angebot zu schaffen.

Drei Stilrichtungen, Kata, Kumite, Selbstverteidigung und vieles mehr.

Den ca. 220 Teilnehmern des 1. Verbandslehrgangs wurde wirklich einiges geboten. Neben einem umfangreichen sportlichen Programm bestand auch noch die Möglichkeit der notwendigen Lizenzverlängerung für Prüfer, Übungsleiter und Kampfrichter.

Zum Abschluß des eintägigen Happenings wurden dann durch Prä-



Was fehlt dem modernen Karate ? oder »» Sport oder Budo ? ««

Betrachtet man sich die heutigen Karate-Organisationen kann man feststellen, daß fast alle den sportlichen Wettkampf verfolgen. Doch viele ihrer Mitglieder haben weder die Absicht an Wettkämpfen teilzunehmen, noch das zwangsläufig auf Sport ausgerichtete Training mitzumachen. Vereine, deren erklärtes Ziel der Wettkampf ist, sind aus verschiedenen Gründen nicht in der Lage eine Kampfkunst als Weg zu unterrichten. So ist es nur natürlich, daß wir uns darüber Gedanken machen sollten, wie wir jenen großen Teil unserer Mitglieder halten können, die die Kampfkunstauffassung des Wettkampfes nicht teilen, oder für das Sport-Karate zu alt geworden sind bzw. die einfach »mehr« suchen.

Bedingt durch die Entwicklung der Wettkampfkonzeppte im Japan der 50er Jahre und durch die schnelle Verbreitung des Karate wurde der Unterricht nicht von Meistern, sondern von jungen Lehrern geprägt, die speziell dafür ausgebildet wurden. Als diese Instruktoren nach Europa kamen, waren sie etwa 25 Jahre alt, und ihr spektakuläres Niveau hat das Karate zu jenem Sport geprägt, der er heute noch ist. Allmählich jedoch bemerken die Älteren, daß ihre bisherige Vorstellung von Karate ihnen nicht mehr genügt. Es paßt nicht mehr zu Menschen, deren Körper und geistige Reife einem oberflächlichen Sport widerspricht. Sie suchen tiefere und subtilere Techniken, Inhalte und Sinn, Gesunderhaltung und eine sinnvolle Beschäftigung, die es ihnen erlaubt, auch weiterhin besser und reifer zu werden.

Es gibt heute viele Karate-Vereine und Schulen, die sich untereinander widersprechen, die aber alle das gleiche beabsichtigen: Sich durch Wettkampferfolge zu etablieren und große Mitgliederzahlen zu erreichen. Ihr Unterschied zum klassischen Karate-Do liegt nicht an ihren verschiedenen Formen oder Techniken, sondern an der

fehlenden Reife ihrer Karate-Konzepte. Daher gibt es heute viele Karategruppen, die sich unbewußt zwischen Budo und Sport befinden ohne wirklich dem einen oder dem anderen anzugehören.

Es geht nicht darum, die sportliche Auffassung herabzuwürdigen, es ist unausweichlich, daß das sportliche Karate sein technisches Regelwerk und seine Begrenzungen braucht. Das grundlegende Problem ist die vom Sport beabsichtigte Gleichmachung zweier Auffassungen, die denselben Namen tragen und doch so verschieden sind. Das Sport-Karate verfügt über mächtige Organisationen und versucht dem traditionellen Karate seine Regeln aufzuzwingen, ja noch mehr, es erklärt einfach seine Systeme zum Karate-Do, ohne sich darüber bewußt zu sein, daß es weder über klassische Lehrer noch über Konzepte verfügt, durch die eine Annäherung an die Tradition möglich wäre. Die Ziele des Sports sind nur unter der Voraussetzung wertvoll, daß sie das bleiben, was sie sind: Sport-Karate.

Der Weg des Kämpfers

Mehrere essentielle Aspekte des Karate sind aus der Tradition nicht in die modernen Auffassungen übernommen worden, u.a. die wahre Bedeutung des Kampfes (Kumite) und die korrekte Definition des Fortschrittsweges (Kyudan). Demzufolge gibt es heute viele Gruppierungen, die weder für das eine noch für das andere eine Methode haben. Das traditionelle Karate beinhaltet eine Logik im konzeptionellen Aufbau zum Fortschritt, die aus dem Studium der Kata entwickelt wird und sich auch bezüglich der Fähigkeiten im Kampf nicht durch das Überschreiten

der leistungsabhängigen Altersgrenze limitiert. Das sportliche Karate hingegen bezieht seine Fähigkeiten zum Kämpfen nicht aus der Kata, sondern aus konditionellem Routine- und Leistungstraining. Dieses ist der Grund, warum sich 35jährige Sport-Karateka verbraucht fühlen und mit der Übung aufhören.

Traditionsbedingt gibt es in der Übung des Kämpfers verschiedene Auffassungen einige üben Vollkontakt, Semikontakt, Nonkontakt andere mit Schutzausrüstung. All diese Formen dienen einer tieferen Entwicklung in der Erfahrung des realistischen Kampfes. Wenn man eine von ihnen zu einem festen Standard für den Wettkampf macht, verliert sie den Aspekt der Übung und lehrt nicht mehr den Kampf, sondern den Wettkampferfolg. Heute übt jeder am Konzept des anderen Kritik. Aus der Sicht der Tradition ist diese Kritik unangebracht, denn diese Formen sind für die Tradition nur Hilfsmittel. Jede dieser Richtungen hat berechnete Argumente, aber auf Zeit gesehen ist keine alleine ausreichend - sie alle müssen auf der traditionellen Ebene der Übung verbunden werden. Da diese Konzepte fehlen, ziehen sich ältere Karateka im Laufe der Zeit aus dem Kampf zurück und beschränken sich auf die Übung der Kata. Dem heutigen Karate fehlt die Unterscheidung zwischen Budo und Sport.

Im Hinblick auf das Kendo kann man den Weg besser verstehen, den das Karate in Zukunft gehen muß. Dort wächst mit dem Alter die Fähigkeit der Übenden im Kampf. Im Kendo sagt man »wenn der Geist nicht korrekt ist, ist das Schwert nicht korrekt« und »wenn das Schwert nicht korrekt ist, ist der Geist nicht korrekt«. Der Kampf im Kendo ist nicht konventionell, obgleich es Regeln gibt. Dies ist eines der Probleme des modernen Karate, die es mit reiner Wettkampfpraktik nicht lösen wird.



Der Weg der Kata

Das traditionelle Karate ist im Gegensatz zum Sport-Karate eine Budo-Kunst. Es beinhaltet die Methode, die auch einem 60jährigen erlaubt, junge Leute im Kampf zu dominieren und mit ihnen über die Feinheiten der Technik und des Geistes zu kommunizieren. Dies ist in den klassischen Systemen des Karate seit alters her verankert: das Niveau des tatsächlichen Kämpfens ist entscheidend höher als im Wettkampf, und die Bedeutung des Kämpfens ist technisch und philosophisch besser definiert. Heute muß man dringend überlegen, ob die Übungsmethoden des Sport Karate noch zur Selbstverteidigung führen.

Um das Niveau der kämpferischen Fähigkeiten in der Selbstverteidigung zu heben, muß man die traditionellen Methoden berücksichtigen, wie man früher die Annäherung an den Kampf vorbereitet hat. Man darf nicht davon ausgehen, daß Karate als Wettkampf die Selbstverteidigung beinhaltet, denn Wettkampf widerspricht sich mit den Methoden des Budo. Das Kämpfen muß die Effektivität und die Realität berücksichtigen. Die Effektivität im Budo wird in folgender Redewendung formuliert: »Die Kunst eines Menschen ist proportional zur Länge der Strecke, die er auf dem Weg zurückgelegt hat«.



Die traditionelle Methode des Karate wird durch die Kata repräsentiert. Wenn wir uns daher mit der Erarbeitung einer Budo-Methode befassen, ist es notwendig, die klassische Kata aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, als es heute im Sport-Karate geschieht. Eines der Probleme der Kata kommt aus der Vielzahl der Bedeutungen, die sie in sich trägt. Es gibt drei Kategorien: Rinto-Kata (Kampfkata), Ryoen-Kata (Demonstrationskata) und Rentan-Kata (Energetische Kata). In den modernen Konzepten des Karate sind diese drei Kategorien bedeutungslos. Man perfektioniert hingegen die leere Hülle - die Form - um einen Wettkampf zu gewinnen. Doch die Kata ist der Schlüssel zum Karate. Man spricht manchmal vom Bunkai einer Kata, aber zur Entschlüsselung einer Bunkai-Methode ist heute kaum ein Wettkampf-Trainer einer sportlichen Organisation in der Lage. Die über Jahrhunderte geheimgehaltenen und heute ebenso schwierigen Methoden der Kata Entschlüsselung sind nicht von jenen zu erreichen, die um den Sieg in einem Wettkampf besorgt sind. Das Problem aller sportlichen Richtungen ist, daß die Forschung an der Wirksamkeit der Bewegungen nicht Teil der Beurteilung der Wettkampfrichter ist, deren naive Vorstellung von Formvollendung natürlich nicht die wahre Kata trifft. Wenn man diese in ihrem ursprünglichen Sinn vor all den

»autorisierten Sportwissenschaftlern« ausführen würde, hätte man keine Chance, einen Wettkampf zu gewinnen. Hier haben wir einen der Widersprüche des Sport-Karate gegenüber der Tradition. Absolventen der Trainer-Akademie in Köln haben mit Hilfe des Deutschen Sportbundes erreicht, daß die Kata im Wettkampf als Kür gewertet wird, und dies hat dazu geführt, daß es möglich ist, Techniken optisch »gut« auszuführen, ohne daß ihr Sinn verstanden wird. Diese Vereinfachung bewirkt eine Kata-Bewertungs-Ideologie, bei der alle Kriterien von naiven Anfängermeinungen abhängen, deren Lizenzen nicht von Meistern, sondern von Hochschuldozenten stammen.

Christof Dahmen
Karate-Dojo-Speyer
Lehrer im Budo-Studien-Kreis

Anmerkung:

Der Budo-Studien-Kreis (BSK) steht für eine klare Trennung des Sport-Karate vom Karate-do. Seine Lehrer sind sich darüber bewußt, daß sie nicht die letzte Instanz im traditionellen Karate, aber durchaus in der Lage sind, ein dem Sport entgegengesetztes Denken und Suchen in den Kampfkünsten zu bewirken. Sie teilen nicht die Meinung jener, die Budo mit Sport verwechseln und ein Einheitssystem anstreben. Sie plädieren für einen Weg der Kampfkünste, auf dem jeder seine persönliche Freiheit aufgrund seiner Arbeit an sich selbst verwirklichen kann.

Karatelehrerausbildung

Am 16.-18.10.1998 traf man sich in Frankfurt zur ersten Ausbildungsphase des DKV - Karatelehrers. Schon im Vorfeld traten viele Fragen auf; z.B. Trainerausbildung Übungsleiter C, B, A, oder Lehrerausbildung wo sind die Unterschiede. Diese Fragen stellten sich viele Lehrgangsteilnehmer. Ein Karatelehrer soll seine Schüler vom Anfänger bis zum Schwarzgurt führen. Beim Karatelehrer stehen also nicht nur technische Aspekte des Karate im Vordergrund.

Ziel des Karatelehrer ist seine Schüler in die verschiedenen Bereiche des Karate Do und dies unabhängig von Stilrichtungen zu betreuen. Aspekte wie Meditation, Kobudo, Kenntnisse anderer Stilrichtungen, Geschichte und

Tradition des Karate, Kaligraphie, Selbstverteidigung, Sport mit bestimmten Zielgruppen z.B. Senioren ab 50 Jahre Etikette des Karate, Japanische Kultur sind Themen der Karatelehrerausbildung.

Aussage eines Ausbilders der Karatelehrerausbildung: Ein Ziel eines Karatelehrers sollte nicht unbedingt sein einen Deutschen Meister zu produzieren sondern langfristig über den Wettkampf hinaus zu betreuen. Über Stufen der Lehrerausbildung oder Prüfungen ist man sich noch nicht ganz einig. Zur Ausbildung auf Bundesebene gehören Karatekas der ersten Stunde an.

Ausbilder sind unter anderen Fritz Nöpel, Elisabeth und Franz Bork, Mimmo Vermiglio, Alfred Heubeck, Wolfgang Brockers, Mattias von Saldern u.v.m. Desweiteren werden Referenten zu bestimmten Spezialthemen eingeladen. Die Karatelehrerausbildung soll wie die Trainerausbildung auch im Landesverband angeboten werden, wobei ab einer gewissen Stufe der Bundesverband die Ausbildung weiterleitet. Vom Rheinland-Pfälzischen Karate-Verband nahmen Martin Hartung, Bernd Otterstätter, Axel Becker sowie Marcus Gutzmer an der ersten Ausbildungsphase teil.

Mit Spannung wird der nächste Lehrgang voraussichtlich im Frühjahr 1999 erwartet.

Marcus Gutzmer Budokan Kaiserslautern

ENTSCHEIDENDE ERFOLGE FÜR DEN KARATEVEREIN SCHIFFERSTADT

7. Platz für Patrick Thomas bei Europameisterschaft, Michael Hoffmann wird A-Prüfer.

Am 25. - 27.09.1998 fanden in Brno/Tschechei die Karate-Europameisterschaften der Jugend (Stilrichtung Goju-Ryu) statt. 28 Nationen nahmen an dieser Meisterschaft teil. Ebenso der 15jährige Patrick Thomas vom Goju-Ryu-Karateverein Schifferstadt e. V.. Er wurde vom Deutschen Karate-Verband E.V. (DKV) für das Deutschland-Team nominiert. Vorausgehend seine Erfolge bei Landesmeisterschaften (2. Platz) und den Deutschen-Goju-Ryu-Meisterschaften (1. Platz) in der Disziplin Kata-Jungen. In dieser Disziplin startete Patrick Thomas das erste

mal bei der diesjährigen Europameisterschaft und konnte sich bis ins Finale erfolgreich mit seiner Leistung durchsetzen. In das Finale zogen acht Karateka ein, darunter Patrick Thomas als einziger Braungurt (alle anderen Teilnehmer trugen bereits den Schwarzgurt) und als jüngster Starter in der Altersklasse zwischen 15 und 18 Jahren. Mit der Kata Kururunfa belegte er im Finale einen guten 7. Platz mit dem er und sein Trainer Michael Hoffmann zufrieden sein konnten. Platz 1 ging an Italien, Platz 2 an die Tschechei und der 3. Platz an die Slowakei.

Am 20.09.1998 fiel bei der Bundesprüferkommission eine weitere

Entscheidung was für den Goju-Ryu-Karateverein Schifferstadt spricht. Dort wurde der Trainer, 1. Vorsitzender des Karatevereins, sowie der Stilrichtungsreferent, Sportreferent und Vizepräsident des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes Michael Hoffmann zum A-Prüfer im Deutschen Karate-Verband benannt. Als einziger in Rheinland-Pfalz und absolut jüngster A-Prüfer in Deutschland entscheidet er bei Prüfungen innerhalb eines Prüfungsgremiums über die Prüfungen zum Schwarzgurt mit. Schon im April 1999 sollen in Schifferstadt die ersten Prüfungen zum Danträger stattfinden.

Michael Hoffmann

BRITISH OPEN 1998

Nachdem man im letzten Jahr den 2. Platz mit nach Hause nehmen konnte, flog man mit starkem Selbstvertrauen nach England.

Die Kata Mannschaft des Karate-Verein Budokan Kaiserslautern in der selben Besetzung wie im letzten Jahr, mit Wolfgang Wedekind, Martin Joschko und Marcus Gutzmer. Austragungsort war der Christal Palace in London.

Das Teilnehmerfeld im Team - Kata war deutlich stärker als im letzten Jahr.

Viele Nationalteams nutzten die Veranstaltung zur WM Vorbereitung. 11 Teams starteten, mit der Shotokan »Nijushiho« qualifizierte man sich problemlos fürs Finale. Im Finale dann mit »Sochin« reichte es für den 4. Platz. Siegreich war Vizeweltmeister Frankreich mit einer perfekten »Unsu«, Platz 2 Österreich mit Goju-shiho, Platz 3 belegte Holland die in der Unterbewertung besser waren. Die eigentliche Überraschung war, daß man sich

gegen das DKV- Junioren Nationalteam durchsetzen konnte, die den 5. Platz belegten Kanku-Sho. Den letzten Platz im Finale belegte ein englisches Team. Es ist schön und gibt Hoffnung das man sich als Vereinsteam auch International behaupten kann und Nationalteams bezwingen kann. Der Kata-Einzelwettbewerb wurde aus organisatorischen Gründen ein Tag verschoben, so nahm man nicht am Einzelwettbewerb teil, und nutzte die restliche Zeit für einen Bummel durch London sowie Pub-Besuche. Die British Open gehören wie EM oder WM oder der Krokoyama Cup zu den Mamutveranstaltungen. Mehr als 1000 Athleten nahmen an den Wettkämpfen teil, die auf 8 Kampfflächen ausgetragen wurden.

*Marcus Gutzmer
Budokan Kaiserslautern*



BRITISH OPEN 1998

Rheinland-Pfälzischer Karate Verband

Beschlüsse der Leistungssportkommission des RKV

Die Leistungssportkommission hat auf ihrer Sitzung am 19.09. 1998 in Schifferstadt die nachfolgend aufgeführten Beschlüsse gefaßt. Die Beschlüsse gelten ab sofort. Alle Dojoleiter und Trainer werden gebeten, ihre Leistungssportler entsprechend zu informieren.

1. Startberechtigung für die Deutsche Meisterschaft des DKV, Kata und Kumite

- Für die Teilnahme an der DM qualifiziert sich der Erste in jeder Disziplin.
- Die weiteren Starter werden durch den Landestrainer nominiert. Bevorzugt sollen hier Kaderathleten zum Einsatz kommen.

2. Einführung einer Rangliste Kata

Der RKV führt eine Rangliste für die Disziplin Kata ein. Die aktuellen Ergebnisse werden in jedem RKV-Info veröffentlicht.

Von den nachfolgend aufgeführten Turnieren muß neben der RKV-Meisterschaft auf zwei weiteren Turnieren gestartet werden:

Senioren:	RKV-Meisterschaft Krokoyama Cup German Kata Cup Dutch Open Eifelpokal Goju-Ryu-Cup	Schüler/Jugend/Junioren:	RKV Meisterschaft Krokoyama Cup German Kata Cu Bavarian Open Eifelpokal Goju-Ryu-Cup
-----------	---	--------------------------	---

Randbedingungen:

- An der RKV-Meisterschaft muß teilgenommen werden.
- Bei Teilnahme an mehr als drei Turnieren zählen die besseren Ergebnisse.
- Auch interessierte Sportler die nicht dem RKV-Kader angehören sollen hier aufgeführt werden.
- Für die Kaderathleten Fahrgeld/Zuschuß und die Startgebühren, wenn vom RKV nominiert.
- Für Sonstige Teilnehmer keine Bezuschussung.

Punkteverteilung:

1. Platz	10 Punkte
2. Platz	8 Punkte
3. Platz	6 Punkte
4. Platz	4 Punkte
5. Platz	2 Punkte
6. Platz	1 Punkt

3. Förderkonzept/Bezuschussung von RKV Kaderathleten

3.1 Sichtsungsmaßnahmen

Teilnehmer an Sichtsungsmaßnahmen erhalten keine Zuschüsse vom RKV.

3.2 Stützpunkttraining

Für die Teilnahme am Stützpunkttraining zahlt der RKV ein Kilometergeld, sofern der Sportler mehr als 30 km Wegstrecke (einfach) zurücklegt. Kontrolle erfolgt durch Trainingsnachweis mit Unterschrift. Es sind, wo möglich, Fahrgemeinschaften zu bilden.

3.3 Kaderlehrgänge

Für die Teilnahme an Kaderlehrgängen erhält der Sportler ein Kilometergeld, das Tagegeld entfällt. Kontrolle erfolgt durch Trainingsnachweis mit Unterschrift. Es sind, wo möglich, Fahrgemeinschaften zu bilden. Wo organisatorisch möglich, erhält der Kaderathlet eine kostenlose Gemeinschaftsverpflegung.

3.4 Kadermaßnahmen wie z. B. alle Wettkampfveranstaltungen

Für alle Maßnahmen für die ein Sportler vom RKV nominiert wird erhält er ein Kilometergeld. Kriterien wie oben. Tagegeld soweit erforderlich und finanziell möglich, Abstimmung mit Kassenwart RKV erforderlich.

3.5 Kadermaßnahmen des DKV

Für alle Maßnahmen die durch den DKV veranlaßt werden (Sichtungslehrgänge, Kaderlehrgänge etc.) erhält der RKV-Kaderathlet ein Kilometergeld und soweit erforderlich bzw. möglich ein Tagegeld, unter der Voraussetzung, daß der DKV die entsprechende Maßnahme nicht bezuschußt.

Gunar Weichert

Kleiner Jahresrückblick

1998

	Januar	Februar	März
Montag	1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30
Dienstag	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24 31
Mittwoch	3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25
Donnerstag	4 11 18 25	8 15 22	5 12 19 26
Freitag			6 13 20 27
Samstag			7 14 21 28
Sonntag			8 15 22 29

Liebe Sportsfreunde,

nachdem im letzten Jahr an gleicher Stelle mein kleiner Appell für mehr Mitarbeit und Engagement Aller für unsere Verbandszeitung warb, heute ein kleiner Rückblick auf das fast verstrichene Jahr 1998.

Keine Aufzählung der Verbandsaktivitäten, ob Lehrgänge, Meisterschaften, Pokalturniere, Aus- und Fortbildungslehrgänge, etc., ob gut oder schlecht organisiert und terminiert, ob gut besucht oder in leeren Hallen, ob unterstützt oder abgelehnt, ob Lobeshymnen oder harsche Kritik, nein, ein paar wenigen aber wesentlichen Highlights gelten meine Zeilen.

Im sportlichen Bereich hervorzuheben sei diesmal die guten Plazierungen der RKV Athleten bei den Deutschen Meisterschaften, allen voran der Titel durch Marc Brett nachher (KSV Wirges) im Kumite-Einzel. In der Bundesliga hat der KSV Wirges es wieder nicht geschafft, entscheidend um den Titel mitzumischen, Konz und Germersheim haben sich gar ganz aus der Bundesliga verabschiedet. Der DKV wird im nächsten Jahr erstmals eine Schüler-DM ausrichten, hoffentlich wird die im RKV seit Jahren intensiv betriebene Talentförderung im Schülerbereich hier erste Früchte tragen. Im Wesentlichen galt die Verbandsarbeit zweier Veranstaltungen, die auch langfristig das Geschehen in unserem Verband mitprägen sollen und werden, zum einen der Internationale Krokoyama-Cup in Koblenz und der erstmals veranstaltete Verbandstag in Schifferstadt.

Nachdem bereits 1997 in Trier über 400 Teilnehmern zu verzeichnen waren übertrafen die insgesamt 700 Teilnehmer aus 9 Nationen und 95 Karatevereinen bei weitem unsere Vorstellungen. Nationalteams aus den Niederlanden, Belgien, Niederösterreich und aus Wales waren am Start. Weitere Karateka aus Belgien, Schweiz, Luxemburg, Ungarn, Österreich, fast 100 Karateka aus Kroatien und sogar Kämpfer aus Rußland und Ägypten waren mit von der Partie. Einer der Highlights war der Start des mehrfachen Jugendeuro-

pameisters Junior Lefevre aus Belgien. Vom DKV waren neben Vereinen aus allen LV die Nachwuchskader aus Hessen, Nordrhein-Westfalen, Berlin, Sachsen, Sachsenanhalt, Mittelfranken, Saarland und natürlich Rheinland-Pfalz auf der Kampffläche vertreten.

Wir waren trotz der großen Resonanz gut darauf eingestellt und konnten auf 8 Kampfplätzen die Veranstaltung im Zeitplan um ca. 21.00 Uhr beenden. Insgesamt war es eine große Herausforderung für uns diese Veranstaltung reibungslos über die Bühne zu bringen. Erstmals war Koblenz Austragungsort dieser Meisterschaft. In keiner anderen, bezahlbaren Halle in Rheinland-Pfalz läßt sich eine derartige Großveranstaltung noch über die Bühne bringen.

Ich habe bereits jetzt die Zusage der Oberwerth Sporthallen GmbH, auch im nächsten Jahr und zwar am 17. April 1999 die Halle für die vierte Ausgabe unseres Turniers zu nutzen.

Die örtliche Ausrichtung und Organisation erfolgte in bewährter Manier durch Frank Esser und sein RKV-Organisations-Team sowie unterstützt durch die Koblenzer Karate Vereine Polizei-SV Koblenz Abt. Karate, Rot-Weiß Koblenz Abt. Karate und Arashi Koblenz Abt. Karate.

Ein Dank noch mal an die vielen freiwilligen Helferinnen und Helfer, die zum Gelingen dieses großen Events beigetragen haben. In Gesprächen mit den Teilnehmern, den beteiligten Vereinen, den Coaches und aus Erkenntnissen bei anderen Turnieren kann ich ohne Übertreibung sagen, das der Krokoyama-Cup in Puncto Internationalität, Meldequoten und vor allen Dingen einwandfreien und zeitgerechten Abwicklung für den nationalen und internationalen Karatenachwuchs zumindest in Deutschland derzeit seines Gleichen sucht.

Unser größter Wunsch ist es dieses einmalige Nachwuchsturnier in Deutschland zu einer festen Größe im nationalen und internationalen Wettkampfkalender werden zu lassen und Koblenz als idealer Ausrichtungsort mit der Oberwerthhalle fest zu installieren.

Hier ist der RKV auf die Mithilfe seiner Mitglieder angewiesen.

Zweiter Höhepunkt, der 1. RKV Verbandslehrgang in Schifferstadt.

Grundüberlegung für diese Veranstaltung war, einmal im Jahr ein Angebot seitens des RKV zu schaffen, das vielleicht nicht alle aber sehr viele Karateka, ob Breitensportler, Prüfer, Dan-Anwärter, Übungsleiter- und B-Trainer, Kampfrichter, etc. anspricht. Oft wird Kritik daran geübt das zwar sehr viele, aber zum Teil überschneidende Veranstaltungen angeboten werden, daß ein Lehrgang mit umfassendem Angebot fehlt und der Gedankenaustausch von Trainern, Prüfern, Funktionären, etc. im Verband eh zu kurz kommt. All diese Punkte wollten wir mit dem Sportangebot innerhalb des Lehrgangs realisieren. Nun, ich glaube, dies ist den Verantwortlichen recht gut gelungen. Zur ersten Auflage kamen immerhin fast 200 Karateka nach Schifferstadt um die vielfältigen Sportangebote zu nutzen. Viel, viel Praxis mit etlichen Trainingseinheiten der drei Stilrichtungen Shotokan, Goju Ryu und Wado-Ryu war angesagt. Zusätzliche Angebote wie Prüferlehrgang, Selbstverteidigung für Frauen, Übungsleiterfortbildung, Dan-Anwärterlehrgang, Einführung in Shitsu und Qi Gong wurden reichlich genutzt. Weiterhin fand neben einem Referat zu Karate als Schulsport, der Jugendtag der RKV-Jugend und der Landesfrauentag statt. Es war insgesamt eine runde Sache und jeder Teilnehmer kam auf seine Kosten. Dank auch an die Organisatoren Michael Hoffmann und Bernd Otterstätter. Die zweite Auflage des Verbandstages ist für 1999 fest eingeplant und findet am 11./12. September 1999 wieder in Schifferstadt statt.

Allen Karateka im RKV wünsche ich noch einen trainingsreichen und verletzungsfreien Jahresausklang und einen guten Start ins neue Jahr.

Stefan Andres
Präsident