

Karate-Lehrgang und Prüfung bei der Karateabteilung des TuS Seelbach

Die Farben werden dunkler! Am 11.5.2024 haben 11 Karateka der Jugendlichen- und Erwachsenengruppe der Karateabteilung des TuS Seelbach erfolgreich eine weitere Prüfung abgelegt. Die Prüfungen zum zum 5. 6., und 7. Kyu beinhalteten die Prüfungskatas Heian Nidan, Heian Sandan und Heian Yondan.

Die Kata als Choreografie eines Kampfes gegen den imaginären Gegner kombiniert unterschiedliche Abwehr- und Angriffstechniken in festen Abfolgen. Auch Grundschule und Partnerübungen vertiefen Einzeltechniken. Das Bunkai wiederum verlangt die Anwendung solcher Elemente in konkreten Angriffssituationen: Der Prüfling muss eine eigene Antwort auf einen Angriff zeigen, das bedeutet Abwehr und darauffolgenden Angriff. Dabei muss der Prüfling den Sinn von Techniken und Bewegungen verstehen und erklären können.

Das machte auch in dieser Prüfung nervös und brachte einige Prüflinge ins Schwitzen! Und ganz wichtig: Der letzte Angriff muss mit Kia, dem Kampfschrei im Karate, erfolgen. Er dient dazu, sich zu fokussieren und die Energie zu bündeln - auch das absolvierten die Prüflinge mit Einsatz. Der Vorbereitungslehrgang frischte gerade das Bunkai auf und verlangte von allen Aufmerksamkeit und Konzentration. Hier zeigte sich, dass ein Lehrgang und eine Prüfung nicht am gegenwärtigen Stand der Karateka ausgerichtet sind, sondern daran, sich gemeinsam weiterzuentwickeln.

Momentan bietet die Karate-Abteilung Erwachsenentraining, Kinder und Jugendtraining für die Unterstufe sowie das Kindertraining für Anfänger an. Dazu kommt eine wöchentliche Einheit zu Koordination und Bewegung für Erwachsene

Wer Interesse hat, wendet sich bitte an: karate-kyra@web.de