

Christina Gutz

Wado-Pfingstlehrgang 2010 in Berlin

Shingi Ichinyo

Mehr als 90 Teilnehmer trafen sich zum traditionellen Wado-Pfingstlehrgang 2010 in Berlin. Geleitet wurde das Training von Shuzo Imai, 7. Dan, Takamasa Arakawa, 6. Dan JKF Wadokai Japan und Bernd Alscher, 5. Dan.

Das Training

Die Trainingsstruktur beinhaltete ein gemeinsames Aufwärmen, dem ein nach Graduierungen in Gruppen eingeteiltes Haupttraining folgte. Ein gemeinsamer Abschluss beendete die jeweilige Trainingseinheit.

Eindrucksvoll war es, Takamasa Aarakwa als Trainer zu erleben, der die Techniken und Übungen konzentriert und mit einer natürlichen Leichtigkeit demonstrierte, so dass er für die Teilnehmer ein echtes Bewegungsvorbild war. Er vermittelte ihnen in Kihon, Kata und Partnerübungen, dass die Kontrolle des eigenen Körperschwerpunktes eine Grundlage für größtmögliche Beweglichkeit und erfolgreiche Techniken ist. Shuzo Imai griff diesen Gedanken auf und zeigte, dass das Prinzip des Kuzushi auch im Tanto Dori und Idori wesentlich ist.

Die Kinder hatten am von Takamasa Arakawa und Bernd Alscher angebotenen Kindertraining viel Spaß und Freude an ihren Trainingserfolgen. Spielerische Elemente wechselten mit Partnerübungen, dem Üben der Pinan Kata und kleinen Vorführungen.

Budo und Karate

Im Rahmen des Trainer- und Prüferlehrgangs griff Takamasa Arakawa die Verbindung zwischen Zanshin und Technik in seinem Vortrag über Budo und Karate auf. So sagte er u. a., dass der Geist des Buddhismus, insbesondere der des Zen-Buddhismus, den Hintergrund des Budo bilde. Dies spiegle sich auch im Verhalten im Dojo wider, z. B. im Rei als Zeichen von Respekt und Dankbarkeit. Budo beinhalte ein körperlich hartes Training und Disziplin. Dieses körperliche Training sei eine Schulung des Geistes, bei der Selbstreflexion eine hohe Bedeutung habe. Das Karatetraining ermögliche eine Kontrolle des Körpers und dadurch einen Fortschritt in der Technik, der mit der Weiterentwicklung des Charakters einhergehe. Diese Haltung solle in den Alltag übertragen werden. Stresssituationen könne man so mit innerer Ruhe begegnen und Konflikte könnten durch Selbstkontrolle besser gelöst werden.

Dies meint Shingi Ichinyo: Der Geist wird durch das Training von Techniken geschult und umgekehrt wird die Technik durch das Training des Geistes vervollkommnet. (nach Teruo Kono)

Wado-Pfingstlehrgang 2011

Im nächsten Jahr wird es wieder einen Wado-Pfingstlehrgang geben. Wir laden alle Karateka ein, nach Berlin zu kommen und mit uns zu trainieren!

gez. Christina Gutz

Landesstilrichtungsreferentin Wado Ryu

Berliner Karate Verband e. V.