



## ***Juka-Mitglieder üben mit SBU-Präsident Bill Marsh***

*(pm/gro). – Zum Bundeszentrallehrgang der Shorinji Budo Union (SBU), der zweimal jährlich stattfindet, reisten auch viele Karateka von Juka Bergen-Enkheim nach Schweich bei Trier. Insgesamt nahmen etwa 100 Karateka aus verschiedenen Vereinen an dem Lehrgang teil. Der Lehrgang wurde geleitet von SBU-Präsident Bill Marsh (8. Dan Kyoshi), der sich persönlich der Karateka aller Leistungsklassen annahm, um ihnen möglichst viel neues Wissen zu vermitteln. Zunächst übten die Kinder eine Stunde lang verschiedene Angriffs- und Abwehrtechniken. Weiter ging es mit den Fortgeschrittenen und Teilnehmern ab 13 Jahren (alle Gürtelfarben), die ebenfalls von Sensei Marsh diverse neue Techniken vorgestellt bekamen. Nach der Mittagspause stand Kobudo (Angriffs- und Abwehr-*

*techniken mit traditionellen Waffen) auf dem Programm. Erst waren die Kinder an der Reihe, die mit viel Begeisterung mit dem Langstock Bo trainierten. Danach traten wieder die Fortgeschrittenen sowie die Teilnehmer ab 13 Jahren an, von denen die Anfänger (Weiß- und Gelbgurte) Angriffs- und Abwehrtechniken mit dem Tambo (Kurzstock) sowie Abwehrtechniken mit gleichzeitigem Gegenangriff erlernten. Die Fortgeschrittenen (ab Grüngurt) vertieften ihrer Gürtelfarbe angemessen durch anspruchsvolle Techniken mit dem Langstock Bo. Die erlernten Techniken werden jetzt im Juka-Training regelmäßig wiederholt und vertieft. So haben auch die Karateka, die nicht an dem Lehrgang teilnehmen konnten, die Möglichkeit, das Versäumte nachzuholen.*

*Foto: Privat*

**BEZ v. 8.10.09**