

Neue Techniken der Kampfkunst trainiert

Bergen-Enkheim. In Wetzlar trainierten Karateka und Tai Chi-Mitglieder des Judo- und Karateclubs aus Bergen-Enkheim. Sie besuchten ein von der Shorinji Budo Union erstmals organisiertes Sommercamp. Der Lehrgang fand in der Sport- und Bildungsstätte des Landessportbundes Hessen statt.

Karateka und Tai Chis aus Trier, Ehrang, Schweich, Gutenacker und Bergen-Enkheim kamen zusammen. Es gab Übungseinheiten in den Budo-Künsten des Karate (traditionelle japanische Selbstverteidigung), Kobudo (asiatische Waffen-

kampfkunst) und Tai Chi Chuan (chinesisches Schattenboxen, Meditation). Die Leitung und Durchführung des Sommerlehrgangs lag bei Sensei Bill Marsh, der sowohl Präsident der Shorinji Budo Union als auch der höchste Schwarzgurtträger dieser Stilrichtung in Deutschland ist. Sensei Marsh besitzt den 8. Dan und ist Instruktor für die im Shorinji Ryu vermittelten Budo-Künste.

Jeder Trainingstag begann mit einem Tai Chi-Training. Da die Sportstätte Wetzlar über ein Freigelände verfügt, fand es unter freiem Him-

mel statt. Nach dem Frühstück gab es dann für alle ein gemeinsames zweistündiges Training in Karate und Kobudo.

Lehr-Inhalte waren hauptsächlich Anwendung der Basistechniken, Angriff-Abwehrsituationen mit Partnern und die Wiederholung von Grundkatas (Kata = traditioneller Schaukampf). Auch nachmittags stand ein zweistündiges Training auf dem Programm, in dem dann neue Techniken und Katas in verschiedenen Schwierigkeitsstufen und für unterschiedliche Graduierungen gelehrt wurden. *red*

FNP 26.08.09