

Shotokan-Training in angenehmer Atmosphäre in Rieder

Zum 2. Stilrichtungstraining Shotokan 2022 klappte es endlich auch bei einigen TKS'lern mit der Teilnahme - und es sollte sich lohnen! Die Gestaltung übernahmen unser Stilrichtungsreferent Mathias Witzke, 5.Dan und Ausrichter Alexander Löwe, 5.Dan gemeinsam im Dojo von Alex in Rieder.

Trotz Ferien war es gut gefüllt mit Karateka aller Altersstufen und Graduierungen und Mathi erwärmte die gesamte Gruppe, bevor er die Kata Heian Nidan in Einzelsequenzen mit Blick auf Feinheiten trainierte. Nach den Sequenzen folgte die Bunkai zunächst als Standardform und im Anschluss als „praktisches Karate“ - also anwendungsbezogener.

Nach dieser ersten Stunde und einer kurzen Pause teilte sich die Gruppe... und auch wir: während Cathy, Zara-Leigh, Thommes & Henry mit der Masse der Teilnehmer bei Alex an der Kata Bassai Dai feilten, schwitzten Netti & ich die nächsten 2 Stunden in einer kleinen Gruppe bei Mathi und der Kata Jion.

Wie schon in der ersten Stunde zerlegte Mathi die Kata in Einzelsequenzen, welche langsam und schnell geübt wurden. Im Anschluss folgte die Anwendung, heute häufig gegen Griffe an Jacke bzw. Hals. Hier sprach er uns aus der Seele, was die Anwendbarkeit unseres Stils in der Praxis und damit einher gehende Aufspaltung in verschiedene Unterstile betrifft. Auch die Verbesserung unserer eigenen Techniken durch seine Hinweise half uns wieder weiter.

Im Anschluss nutzten einige Karateka die Möglichkeit selbstständig vor dem Spiegel zu trainieren bzw. offene Fragen zu klären.

Schön, dass sich Alex & Mathi die Zeit für dieses kostenfreie Training genommen haben!

Nach einem TKS-Abschlussfoto führen wir geschafft, aber glücklich heim und waren uns einig, dass wir beim nächsten Mal gern wieder dabei sind!



Gruß & OSS! Ener Willi