

## Bunkai Jutsu Treffen in Göttschied



Haiwan Uke aus Heian Nidan und Yondan war Thema meiner Einheit

Erstklassig - so lautete mein Kommentar am Ende des Bunkai Jutsu Treffens bei uns in Göttschied. Da einige in der Vorbereitung zur Full Instructor Ausbildung bei Iain Abernethy stehen, stellte das einen wichtigen Schwerpunkt beim Treffen dar. Allerdings hatten wir auch anderes auf der Tagesordnung, um es mit Karateka aus ganz Deutschland gemeinsam zu erarbeiten. Wir versuchen reihum das Treffen in Hannover, Stuttgart und Idar-Oberstein zu machen. Dabei kann jeder der Stammgruppe, eine Einheit vorbereiten und unterrichten. Für die Vereinsmitglieder des gastgebenden Dojos ist es als Gelegenheit gedacht, bei ausgezeichneten und erfahrenen Trainern zu lernen. Außerdem dient das Treffen zum Erfahrungsaustausch.

Die erste Einheit übernahm bei diesem Treffen Ulf aus Hamburg. Er beschäftigt sich seit geraumer Zeit mit dem Buch von Fiore De Liberi, einem Söldner aus dem Mittelalter. Dabei überträgt er dessen Erkenntnisse und Methoden zum Messerkampf in die heutige Selbstverteidigung. Ulf hat das Buch aus einem mittelalterlichen Italienisch übersetzt und setzt es in seine Trainingspraxis um. Ein wirklich interessantes Gebiet, das auch viele Parallelen zu unseren Kata aufweist.

Als nächstes stellte ich Anwendungen zu den Haiwan Uke Techniken aus Heian Nidan und Yondan vor und entwickelte darauf basierend Drills aus weiteren Heian Techniken. Nick aus Stuttgart hatte dann zu diesem Thema auch einen schönen Drill, den er in seinem Dojo lehrt. Beide Einheiten behandelten Grundlagen für die Instructor Ausbildung.

Die letzte Einheit übernahm Maximilian, der in Ludwigshafen die Fitnessausbildung der Werksfeuerwehr eines großen Chemieunternehmens und ein Werksfitnesscenter betreut. Er hat also beruflich mit Fitness- und Sportausbildung zu tun und konnte so neueste Entwicklungen im Bereich des Aufwärmtrainings und des Krafttrainings unterrichten. So zeigte er unter anderem Übungen zum Faszientraining und Core-Training.

Dieses vielseitige Programm bot für alle etwas und zeigte, welche ausgezeichneten Trainer sich regelmäßig in unsere Bunkai Jutsu Treffen einbringen. Die Einheiten waren gut vorbereitet und haben riesigen Spaß gemacht. Ich habe sehr viele Anregungen mitgenommen und daher viel mein Urteil wie eingangs erwähnt mit „erstklassig“ aus.

Carsten  
25.04.2016