

Karatewochenende an Pfingsten



Über Pfingsten machte ich mich zu einem Besuch bei Axel und Anke auf. Dabei nutzte Axel die Gelegenheit, mich eine Trainingseinheit seiner Freitagsgruppe übernehmen zu lassen. Wir übten Randori Formen mit einfachen Techniken basierend auf Rory Millers One Step Konzept und ein paar meiner Interpretationen dazu. Abschließend führte ich das zu einem Standarddrill, den ich gerne zu Hause im Dojo trainiere. Da wir genügend Zeit eingeplant hatten, zeigte Axel die Bo-Kata Matzukaze Nokon, die wir mit der Gruppe einübten. Alle hatten viel Spaß und waren mit Feuereifer bei dem anspruchsvollen Programm dabei. Über Pfingsten übten wir im kleinen Kreis noch etwas mit den Kurzstöcken. Daneben ließen wir es uns auch beim Grillen und Whisky Tasting gut gehen. Wir hatten also eine schöne Zeit und konnten auch wieder einen fruchtbaren Kampfkunstaustausch pflegen.

Carsten

28.06.2018