

8. Bundeszentrallehrgang der DAKO/IMAF in Cottbus

121 Teilnehmer aus 18 Dojo's beim TAIKAI-Seminar unter Shihan H.-D. Rauscher im Jubiläumsjahr



Nun schon fast traditionell trafen sich am 22./23. September 2012 insgesamt 121 Teilnehmer aus 18 Dojo's zum nunmehr achten Male zum großen TAIKAI in Cottbus. Damit ist dieses Seminar eines der großen im Nordosten Deutschlands. Unter der fachkundigen Leitung von Kampfkunstpionier Shihan H.-D. Rauscher und Kyoshi Christine Rauscher (Freiburg), sowie den Großmeistern Olaf Leoni-Lotse (Hannover), Marcus Schubert (Zwickau) und Peter Czekai (Negenborn) wurde in neun Kampfkünsten



ein umfangreiches Programm absolviert. Als Co-Trainer standen darüber hinaus die Sensei Markus Heunemann, Dr. Sven Hildebrandt, Dr. Michael Bock, Martin Rebmann, Rene Bartsch, Fritz-Bodo Kaeding und Jens Steiner den Trainern zur Seite. Die Großveranstaltung stand unter dem Eindruck von 65 Jahren IMAF, 45 Jahre IMAF-Europa, 35 Jahren DAKO und 25 Jahren IMAF-Germany. Ausrichter war die Abteilung Kampfkünste „Tokugawa“ im PSV Cottbus 90 e.V.. Nachfolgend auszugsweise Berichte der einzelnen Kampfkünste.

Combat-Arnis

Während der Combat-Arnis-Einheiten, die vorwiegend durch Guru Hans-Dieter Rauscher geleitet wurden, waren bis zu 40 Teilnehmer auf der Trainingsfläche.

Am Samstag konnten die Reflexe bei den unterschiedlichsten Konter- und Gegentechniken, auch gegen Langstock oder Kurzstock, trainiert werden.





Olaf Lotze-Leoni, 6. Antas Combat-Arnis, unterstützte die Lehrgruppe mit Trainingselementen aus dem Bereich der Koordination. Ein schneller Wechsel zwischen Angriff- und Verteidigung, die für Combat-Arnis typisch sind, wurden hier durch eine ständig wechselnde Raumorientierung (Angriffe mussten nach hinten geführt werden) ergänzt. Weiterhin wurde die Anyo Isa 4 für alle gelehrt. Diese kann nun, ergänzend zu den anderen Kampfesübungen, interdisziplinär auch gegen andere Waffen sicher eingesetzt werden.

Am Sonntag wurde das Training mit Konter- und Gegentechniken weitergeführt, die Anyo vom Vortag wiederholt und für die höheren Meistergrade um ein Training der Anyo Apat und Anyo Lima ergänzt.

Shaolin Kempo

Der erste Tag begann mit Shaolin Kempo Selbstverteidigung, wo wir Tätlichkeiten, wie Kragengreifen oder Händegreifen abwehren lernten. Die jüngeren Schüler begnügten sich mit den etwas einfacheren Techniken, während dessen die Erfahreneren schon mit komplizierten Techniken umzugehen übten. Für die Fortgeschrittenen folgten Angriffe wie die Würge von Vorne und das Händefassen von Hinten. Nach einer kurzen Pause folgte dann eine Einheit, die sich gänzlich auf die Ippon- und Kempo-Kumiten beschränkte. Hierbei konnten wir uns gut für unsere bevorstehende Prüfung vorbereiten und uns einstimmen. Nach der Mittagspause fand außerdem noch eine Trainingsstunde mit Kata statt.



In der Prüfung herrschte Anspannung, alle waren gut vorbereitet doch sollten es tatsächlich alle schaffen und bestehen. Schrittdiagramme, Kumiten und Kempo-Kumiten folgten vor den Schülerformen mit aufsteigendem Schwierigkeitsgrad. Schließlich wurde ein Selbstverteidigungsteil abgefragt. Nach Minuten der Spannung dann die Offenbarung. Wir hatten alle bestanden und für den Rest des Tages herrschte eine Feierliche Stimmung unter uns Prüflingen.

Karate-Do

Auch auf diesem Bundeszentrallehrgang darf das Training in Karate-Do nicht fehlen. Hier wurden zunächst vorrangig Nahdistanz-Techniken geübt, Shihan H.-D. Rauscher ließ es sich nicht nehmen, persönlich das Training anzuleiten. Danach folgten Übungen zum Erlernen des Ma-ai (d.h. Distanz und Timing zum Überbrücken dieser Distanz). Letztlich nahm ein



das Kata-Training einen breiten Raum ein, hierbei wurden viele Variationen der Kata Heian Shodan (als Nihon Heian Shodan oder Gyaku Heian Shodan) erlernt und geübt. Abschließend fanden auch im Karate mehrere Schüler und Meisterprüfungen statt. Alle Prüflinge waren gut vorbereitet und konnten hervorragende Leistungen demonstrieren.

Bo-Jutsu

Zum Training in Bo-Jutsu versammelte sich eine große Gruppe von Teilnehmern, die vom totalen Neuling bis hin bis zum Dan-Trägern reichte und von Sensei Rauscher persönlich unterrichtet wurde. Angefangen wurde mit dem Wiederholen der drei Grundkatas in Bo-Jutsu, wobei Sensei Rauscher viel Zeit in die Erläuterung der Besonderheiten investierte.



Danach wurden auf der Grundlage der Grundkatas Partnerübungen ausgeführt. Anschließend hieß es, dass Ganze in die Praxis umzusetzen und so wurden mit Softbo's leichte Freikämpfe durchgeführt. Abschließend führten noch alle Meister und Meisteranwärter ihre Kata's aus, an denen sie zurzeit arbeiten. Dafür gab es viel Lob vom Sensei Rauscher. Am darauffolgenden Sonntag wurde unter der

Leitung von Sensei Olaf Lotse-Leoni das Training vom Vortag wiederholt und für die Oberstufe und Meister vertieft. Dieses Mal wurde großes Augenmerk auf schnelle Techniken Ausführung gelegt. Dies konnte von den anwesenden Schülern gut umgesetzt werden.

Tonfa-Jutsu



In Tonfa-Jutsu konnten in einer ersten Einheit die Fähigkeiten in der Selbstverteidigung mit dem Tonfa erweitert werden. Dazu wurden ganz spezielle Techniken in Partnerübungen trainiert und Fehler, die sich eingeschlichen hatten, korrigiert. Das Ganze war äußerst schweißtreibend und lehrreich. Höhepunkt waren dann noch das Erlernen von zwei Katas, die eine große Anzahl an Techniken beinhaltet und damit gerade das Handling mit den Tonfa förderten.

Iaido



Der Lehrgang begann für die Iaidoka mit einer Trainingseinheit von Sensei Dr. Sven Hildebrandt. Sein Training konzentrierte sich auf Grundtechniken wie das korrekte Ziehen des Schwertes. In der zweiten Einheit des Tages übernahm Sensei Christine Rauscher die Iaidogruppe, sie legte ein besonderes Augenmerk auf die korrekten Fußstellungen und führte die Gruppe durch ausgesuchte Katas. Im Abschluss des ersten Tages legten dann fünf Schüler ihre Prüfungen ab, die alle erfolgreich bestanden werden konnten.

Am zweiten Tag führte Sensei Christine die fortgeschrittenen Schüler weiter durch die Katas, während die beiden Meister Dr. Sven Hildebrandt und Dr. Michael Bock sich mit den Meisterkatas der Battōhō Oku no Senri beschäftigten. Das stete Üben brachte die erwartete Abrundung der Prüfungsvorbereitung, die abschließend erfolgreich absolviert wurde.



Jiu-Jitsu



An beiden Lehrgangstagen trainierten wir Jiu Jitsu. Ziel der Übungen war es, die die gegnerische Kraft aufzunehmen und so auszunutzen, dass wir sie für uns in der Kontertechnik nutzen können. Weiterhin wurden Techniken des Ausweichens und des Nachgebens trainiert.

Besonders interessant waren die praktischen Abwehrgriffe, mit denen schnell und effektiv die Schmerzpunkte des Gegners erreicht werden können.

Letztlich wurden diese Techniken mit Hebeln und Würfen verbunden, um den Gegner zu Fall zu bringen. Abschließend wurden die Festhalten mit Ablagen verbunden, um den Gegner im Stand oder am Boden fixieren zu können.



Kendo

Kendo wurde traditionell im Nebengebäude durchgeführt. Im Wechsel mit laido fand unter einem extra errichteten Shomen das Training statt. Dieser Lehrgang die ideale Gelegenheit intensives Training zu genießen. Es wurde das gesamte Trainingsprogram von Kata, über die Waffenpflege bis zum Kampftraining durchgearbeitet. Zugleich erfolgte eine letzte Vorbereitung für die abschließenden Prüfungen. Bei den Prüfungen überzeugten alle Kendoka des PSV mit guter Technik, Kampfgeist und Körperhaltung. Die Großmeister zeigten sich sichtlich erfreut über die gute Arbeit der Kendoka des PSV.



Mondo



Sensei Christine Rauscher führte, innerhalb des Lehrgangs ein sehr informatives Mondo (Lehrgespräch) durch. Sie wählte als Einstieg eine überlieferte Geschichte aus dem Mittelalter Japans, in dem es um die Beziehung zwischen dem Meister und seinem Meisterschüler ging, der nun selbst Training geben sollte und dabei viele, viele Sorgen hat. Eine weitere Geschichte rankte sich um die geistige Geschichte, die durch die Lotusblüte symbolisiert wird. In einer lebhaften Diskussion der Teilnehmer zeigte sich deren hohe Motivation, den Stoff aufzunehmen.

Abschließend wurden in allen Künsten große Anzahl Schüler- und Meisterprüfungen abgelegt, für die sich die jeweiligen Prüflinge seit langem vorbereitet hatten. Das Seminar rundete die jeweilige Ausbildungsstufe ab. Allein der ausrichtende Verein stellte 29 Prüfungen.

Besonderer Dank gilt den fleißigen Händen des PSV Cottbus, Abteilung Kampfkünste „Tokugawa“, die eine perfekte Organisation sichergestellt haben. Alle der über 40 Helferinnen und Helfer hier aufzuführen, würde den Rahmen sprengen. Nur stellvertretend sind hier die Familien Farys, Brummack und Ermler, sowie Dr. Michael Bock genannt.

