

Der 2. DKT – Lehrgang in Dresden wird zum Besucherrekord

Das hat es lange nicht gegeben und alle überrascht, denn am Samstag, den 27. Oktober 2017, war die Halle in Dresden mit 70 Karateka und vielen Zuschauer*innen gut gefüllt. Die beiden Trainer Marco Leib und Kay Rohrbach waren genauso überrascht, wie das Dresdner Karate Team e.V., welches als Ausrichter mit großen Augen in Zweifelhalle schaute. „Wir haben mit diesem Interesse nicht gerechnet, aber sind umso mehr Stolz darauf, dass mit regionalen Trainern so viele Teilnehmer*innen zum Lehrgang kommen“, meint Marco Leib. Es ist ein schöner Samstagmorgen, an dem alle gemeinsam ins Training starten und für volle vier Trainingseinheiten und eine Prüfung gemeinsam in der Halle bleiben werden.



Wir begannen das gemeinsame Training und Qi Gong bei Marco und eröffneten mit erholsamen Klängen den langen Tag. Die Teilnehmer*innen kamen aus 12 Vereinen aus dem gesamten Freistaat und hatten mit etwa einer Stunde alle gute Anfahrtsbedingungen. Dresden scheint für viele ein zentraler Ort zu sein und die Stadt und das Dresdner Karate Team steht den Gästen mit offenen Armen gegenüber. Der Einlass begrüßte die ankommenden Gäste gleich mit viel Charme.



Marco durfte die ersten Minuten des langen Trainingstages mit Kihon füllen und tat dies mit Gyaku-Techniken und der Nutzung von Gyaku Hanmi. Alle 70 Teilnehmer*innen trainierten daher gemeinsam in gemischter Aufstellung die Basis des Karate-Do. Es sollte das Unübliche sein, dass wir nutzen, um das Übliche zu verstehen. Die Besonderheiten des Trainingsablaufes war die Übersetzung der Trainingsfolgen in die Kata und damit die Schaffung einer ganz eigenen Interpretation von Marco. Die vermischte Aufstellung unter dem Motto "Gemeinsam trainieren, heißt alle lernen gemeinsam" nutzte Marco für viele Hilfsmöglichkeiten untereinander.



Die ersten Minuten verflogen so schnell, dass direkt in der folgenden Einheit die Kihonerkenntnisse in die Katas Bassai Dai und Heian Nidan übertragen werden konnten. Die beiden Trainer sorgten mit Kataelementen, welche in Kihonformen trainiert wurden, dafür, dass alle Teilnehmer*innen die Abläufe binnen einer Einheit erlernten und selbstständig laufen konnten.





Kay und Marco begeisterten mit kleinen Geschichten zur Auflockerung und Erklärung genauso, wie durch effektive schnelle und dynamische Bewegungsabläufe. Es wurde niemals langweilig und als die Mittagspause endlich um 13.00 Uhr auf alle wartete, mussten sich die 14 Prüflinge für ihre Zusatzeinheit wappnen.



Einheit drei hielt mit Kata Heian Sandan und Kanku Sho noch einmal viel bereit. Die Unterstufe durfte diesmal mit Marco trainieren und konnte durch seine besonnene und ruhige Art viel für das eigene Training mitnehmen. Es wurden die Partner*innen hinter dem Körper "versteckt" und durch kleine Bewegungen wieder nach vorn gezogen. Die Kata Heian Sandan ist für das Lernen neuer Elemente auf dem Karate-Do besonders geeignet. Daher waren alle Karateka gespannt und mit viel Ehrgeiz dabei.



Parallel dazu trainierten fast alle Oberstufler zum ersten Mal Kanku Sho und setzten die gesamte Energie ein, um die beiden Sprünge zu absolvieren. Die Greifbewegungen, Abfolgen und Tritte sollten dabei besonders beachtet und betrachtet werden. Die Kata lief aber so erfolgreich, dass alles auch von den jüngsten Karateka gut absolviert wurde.

Nach drei anstrengenden Einheiten sollte die Karatekönigsdisziplin im Karate-Do noch folgen. Den Trainingsabschluss machen alle gemeinsam mit einer kräftigen Kumiteeinheit. Neben verschiedenen Kumiteformen sollten vor allem der Spaß am Ende eines harten Trainingstages im Vordergrund stehen. Neben Gohon-Kumite sollte auch Kaeshi-Ippon-Kumite, Happon-Kumite und Bunkai trainiert werden. Den Abschluss für die Unterstufe stellte ein Sumo-Turnier dar, das durch Marco mit einer Qi Gong Abschlussübung abschließen sollte.







Text: Robert Dietz
Bilder: Ina Gloe