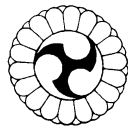


Fudoshin Dojo e.V.

Shotokan Ryu Karate Do

Okinawa Kobudo

Kyusho-jitsu



沖繩古武道



松濤館流空手道



不動心道場

Welchen Zweck verfolgt der Verein ?

Das Fudoshin Dojo wurde gegründet, um Kampfkünste, im besonderen Karate-do, Kobudo und Kyusho-jitsu zu pflegen und zu fördern.

Was ist eigentlich Kampfkunst ?

Die Kampfkunst ist ein Weg zur körperlichen und geistigen Entwicklung des eigenen Selbst. Als Grundlage für das Studium des > Weges < (jap. Do) dienen körperliche Übungen, die zu Erfahrungen führen und den Körper ausbilden. Die Übungen, die auch zur Selbstverteidigung genutzt werden, sind ein Hilfsmittel um "Wegerfahrungen" zu sammeln, die die Handlungsfähigkeit eines Menschen erweitert. Technik kann Kraft ersetzen und die passende Haltung in schwierigen oder auch gefährlichen Situationen erweitert die Lösungsmöglichkeiten. Das beharrlich zu Üben und zu perfektionieren kann sich zur Kunst entwickeln.

Ist Kampfkunst und Kampfsport das Gleiche ?

Aus unserer Sicht verfolgen Kunst und Sport nicht die gleichen Ziele.

Im **Kampfsport** geht es eher darum, gefährliche Situationen mit Regelwerken und Schützern zu entschärfen. Es geht um das Schaffen von gleichen Bedingungen und den „fairen“ Vergleich untereinander.

Kampfkunst beschäftigt sich eher damit, in schwierigen Situationen zu „überleben“. Hierbei geht es beispielsweise darum, herauszufinden, welches Verhalten und welche Einstellung oder auch körperlichen Fähigkeiten die eigene Person in einer Verteidigungssituation schützen?

Wir schätzen die Idee im Sport, die eher das Erreichen eines Ziels im Blick hat, wollen jedoch nicht den reichen Erfahrungsschatz, der auf dem Weg liegt, diesem komplett unterordnen. Kampfkunst umfasst mehr als nur körperliche Übungen oder Perfektion von Techniken, es kann ein Weg zu einem bewußteren Leben sein.

Wie kann man eine Kampfkunst erlernen ? Nur durch üben.

Voraussetzungen für eine Mitgliedschaft

Die wichtigste Voraussetzung ist lernen zu wollen. Viele angebliche Hindernisse, wie zu alt, unsportlich oder zu beschäftigt, lösen sich dann oft in Luft auf.

Wir betreuen Kinder ab 8 Jahren und setzen im Alter nach oben hin keine Grenzen. Da das Erlernen der Kampfkunst sehr viel mit körperlichen Übungen zu tun hat, sollte im Zweifelsfall ein Arzt befragt werden. Aber keine Angst, jeder hat die Möglichkeit, mit seinen Voraussetzungen einen Einstieg zu finden.

Was gibt uns eine Kampfkunst in der heutigen Zeit?

Kampfkünste bieten weitaus mehr als nur Selbstverteidigung und körperliche Fitness. Im Üben von Karate und Kobudo kann ein Ausgleich zum täglichen Leben gefunden werden. Es wird das Körpergefühl, die Atmung und die Haltung geschult. Das Reaktionsvermögen und die Reaktionsfähigkeit werden verbessert. Eine Harmonie von Körper und Geist wird gefördert, aus der ein neues Bewußtsein wächst. Worte wie Selbstdisziplin und Überwindung werden erlebt und verstanden. Kampfkunst, ein Weg zur Meisterung des Lebens!

Wie oft sollte man üben?

Wir empfehlen, schon auf Grund der motorischen Anforderungen, zwei mal pro Woche zu üben. Es sollte jedoch diejenigen, die weniger Zeit haben, nicht abschrecken. Zeit findet sich mit dem wachsenden Interesse.

Welche Kampfkünste werden im Fudoshin Dojo gelehrt oder geübt ?

Wir unterrichten Shotokan Ryu Karate Do, das sich an den Lehren von Meister Taiji Kase anlehnt. Wir üben Okinawa Kobudo, das wir nach den Richtlinien von Meister Kenyu Chinen erlernt haben. Beim Kyusho-jitsu folgen wir den Inhalten von Meister Manfred Zink.

Anfängerkurse

Im Anfängerkurs, bei dem einige Grundlagen erlernt werden, kann man sich völlig unverbindlich mit der Materie "Kampfkunst" vertraut machen.

Beiträge

Es wird eine einmalige Aufnahmegebühr von Euro 25,- erhoben. Kinder bis 13 J. 15,- Euro; Jugendliche ab 14 J. 22,50,- Euro; Erwachsene ab 18 J: 30,- Euro **pro Quartal**.

Also probieren geht über studieren. Etwas Interesse und einen Trainingsanzug mitbringen und die ersten Schritte sind getan.

Was ist eigentlich Karate-do?

Karate ist ein aus Ostasien stammendes Nahkampf- und Selbstverteidigungssystem, bei dem Körperteile wie Hände, Ellenbogen, Füße, Knie usw. für Stöße, Schläge, Tritte und Stiche gegen empfindliche Körperstellen eingesetzt werden. Griffe, Hebel, Würger und Würfe stehen nicht so im Vordergrund. Das Grundprinzip ist der "finishing blow", das heißt, man versucht den Angreifer mit einer entscheidenden Technik kampfunfähig zu machen.

Das alles ist jedoch nur der äußere Teil. Der ethisch-philosophische Hintergrund steckt im Do Begriff der „Leere“. Karate Do ist ein Weg zur körperlichen und geistigen Beherrschung des eigenen Selbst. Die Kampfkunst dient dem Studium des >Weges<, bei der über körperliche Übungen zur geistigen Reife geführt wird.

Wie übt man Karate?

Es gibt drei grundlegende Übungsformen beim Karate : Kihon, Kata und Kumite.

Mit dem **Kihon** (=Grundschule) werden verschiedene Aufgaben bewältigt. Sie dient dem Erlernen und Üben von Techniken, dem Entwickeln von Kraft, Atmung und Ausdauer sowie dem Verbessern des Gleichgewichts, der Motorik und Dynamik. Hier wird das Körpergefühl geschult. Der formale Ablauf ist ein vor- und rückwärts gehen mit Einzeltechniken und Kombinationen.

Die **Kata** ist vergleichbar mit einer Pflichtübung beim Turnen. Hier werden überlieferte Technikabläufe geübt. Man könnte sagen, dass beim Vortragen der Kata ein Kampf gegen imaginäre Gegner stattfindet. Kata ist jedoch weitaus mehr als eine Perfektionsübung. Sie ist die Seele des Karate, denn dort sind die Prinzipien des Stils hinterlegt. So wurde ein System ohne schriftliche Unterlagen von Generation zu Generation übertragen. In der Analyse (**Bunkai**) einer Kata werden die Inhalte in eine Kampfsituation übertragen.

Das **Kumite** (=Partnerübung/Kampftraining) ist eine Übungsform, die erst in den 40er Jahren entwickelt wurde. Hier werden mit einem Partner zuerst abgesprochene Angriffe und Verteidigungssituationen geübt. Später wird das Ganze freier gestaltet.

Was ist Kobudo ?

Kobudo ist eine Kampfkunst, bei der im Umgang mit sogenannten "Bauernwaffen" aus Okinawa geübt wird. Der Ursprung liegt darin, daß auf Grund von eingeschränkten Möglichkeiten die Inselbewohner sich mit einfachen Werkzeugen gegen die Übergriffe der damals herrschenden Samurai aus Japan verteidigen mußten. So wurde z.B. mit dem Stab des Wanderers (Bo), dem Paddel des Fischers (Eku), der Hacke und der Sichel (Kama) des Bauern sowie dem Zaumzeug von Pferden eine wirkungsvolle Selbstverteidigung verwirklicht.

In der heutigen Zeit der Schußwaffen haben solche Geräte keinen großen Nutzen mehr für die Verteidigung, und so liegen die Ziele beim Betreiben dieser Kampfkunst mehr beim Erhalt der Tradition und bei der Persönlichkeitsentwicklung.

Wie übt man Kobudo ?

Der Unterricht wird so ähnlich wie beim Karate Do gestaltet.

Es existiert eine Art Grundschule (**Hojoondo**), bei der Techniken im Vor- und rückwärts gehen ohne Partner geübt werden.

Die zweite Form ist **Kata**, vergleichbar mit einer Pflicht beim Turnen oder dem Schattenboxen, bei der ohne Partner überlieferte Bewegungsabläufe ausgeführt werden.

Beim **Kumite** wird mit einem Partner fest abgesprochene Angriffs- und Abwehrtechniken geübt.

Info über Karate-Fachverbände

Es gibt verschiedene Fachverbände, die auch teilweise unterschiedliche Ziele verfolgen. Diese Verbände richten Prüfungen aus, vergeben Lizenzen, unterstützen Veranstaltungen usw. Da in vielen Verbänden die Möglichkeit einer Einzelmitgliedschaft besteht, und es uns egal ist, in welchem Verband ein Schüler gemeldet ist, kann die Verbandszugehörigkeit frei gewählt werden. Natürlich werden für die Mitgliedschaft in einem Verband auch Beiträge und bei Prüfungen Gebühren erhoben. Diese Gelder haben nichts mit dem Vereinsbeitrag zu tun. Unser oberstes Ziel ist die Pflege von Kampfkunst, was nur durch Üben verwirklicht werden kann. Vereine und Verbände sollen nur den Rahmen bieten. Um die Auswahlmöglichkeiten etwas ersichtlicher zumachen, haben wir die folgenden Informationen zusammengetragen, die nur einen Teil repräsentieren.

DKV, derzeit größter Verband in Deutschland; als einziger vom Deutschen Sportbund anerkannt; Einzelmitgliedschaft ist nicht möglich. Prüfungssystem 9 Kyu Grade, Abnahme durch lizenzierte Prüfer. Es sind Landesverbände in allen Bundesländer vorhanden. <http://www.karate.de>

SKI, Gesamtleiter war Shihan Kanasawa, Leitung Deutschland Shihan Nagai. Prüfungssystem 9 Kyu Grade, Abnahme nur durch Shihan Nagai auf Lehrgängen. Einzelmitgliedschaft ist möglich. <http://www.skid.de>

DJKB, Leitung Shihan Hideo Ochi. Einzelmitgliedschaft ist möglich. 9Kyu-Grade, Danprüfung bei Hideo Ochi.

DTKV, Gesamtleitung hatte Sensei Nishiyama. Lizenzierte Prüfer; 9Kyu-Grade. Einzelmitgliedschaft bedingt möglich.

KSK-Academy (Kase Ha Shotokan Ryu Karate Do – Academy) sind die ältern Schüler um Sensei Kase, die sein Lebenswerk weiterführen. Eine Mitgliedschaft ist ab dem 3. Dan möglich. Aus dieser Gruppe heraus hat sich KSK-Deutschland gebildet, die das Karate von Sensei Kase für alle Gürtelstufen fördert. Eine Zielsetzung des Verbandes ist die Ausbildung von Lehrern, die die Ideen von Sensei Kase und dessen Karate weiterentwickeln sowie die Unterstützung in der Ausbildung von jungen talentierten Karateka. Wir sind beim **KSKD** (Kase Ha Shotokan Ryu Karate Do Deutschland) angeschlossen. www.kase-ha-karate.de

Wir folgen der Linie von Meister Taiji Kase. Wir erarbeiten in unserem Dojo die Grundlagen, die nötig sind um Dan Prüfungen bei der KSK-Academy zu bestehen.

Wir haben uns der KSK Deutschland angeschlossen, die ähnliche Ziele wie wir verfolgt.

Die Gürtelprüfungen der unterschiedlichen Verbände und Organisation werden untereinander nicht immer anerkannt.

Sollten die Informationen nicht ausreichen, helfen wir Ihnen gerne weiter.

Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll an uns (oder siehe auch unter www.fudoshindojo.net bei den Links zu den Fachverbänden).

Gerhard Scheuriker, Cheftrainer, Mobil 0177 31 61 289