

Parallel zur stattfindenden Karate-Weltmeisterschaft in Bremen veranstaltete die Karateabteilung des ATSV Oberkotzau ihren 3. Herbstlehrgang mit Harald Strauß (5. Dan) aus Lichtenfels. Insgesamt 70 Karatekas im Alter von 6 – 70 Jahren waren gekommen, um mit einem der beliebtesten und einfühlsamsten Trainer Bayerns die Hintergründe und Bedeutung der Kata „Kanku-Sho“ zu erforschen. Kanku-Sho zählt zu den athletischsten Katas im Shotokansystem, die hohe technische, konditionelle und athletische Anforderungen an den Ausführenden stellt. Sie erfordert kraftvolle, wuchtige Bewegungen mit sicheren Ständen. Die häufigen Wendungen und die beiden Sprünge verlangen intensives Training, eine ausgeprägte Kondition und ein hohes Maß an Stabilität.

Die weiteste Anreise hatte Sven Göbel aus Kall bei Köln, der sich gerade auf einer Dojo-Tour in Deutschland befindet, um sich in besonderer Weise den Kampfkünsten zu widmen. Zwischen München und Leipzig landete er just an seinem Geburtstag in Oberkotzau – ein Ortsname, den er etwas komisch fand und nie zuvor gehört hatte. Letztendlich gefiel es ihm so gut, dass er versprach, im nächsten Jahr wieder mit dabei zu sein.

Zwischen den Trainingsblöcken stellten sich 23 Karatekas ihrer nächsten Gürtelprüfung. Geprüft wurde vom weißen bis zum braunen Gürtel, wobei alle Sportler ansprechende Leistungen und häufig überdurchschnittliches Niveau zeigten. Erster Bürgermeister Stefan Breuer, zugleich der Trainer der Abteilung, freute sich über die Leistungen seiner Schützlinge. Finn Stumpf, mit 6 Jahren jüngster Teilnehmer des ATSV Oberkotzau, überzeugte mit seinem selbstsicheren Vortrag Prüfer und Zuschauer und erhielt viel Beifall von den Rängen. Steffen Dietrich vom ATSV wuchs in seinem Prüfungsvortrag über sich hinaus und erlangte mit Bravour den 4. Kyu-Grad (2. blauer Gürtel). Selbstverständlich ist dies nicht; der 48-jährige ist erst seit 3 Jahren dabei und gilt mit seinem Engagement und Trainingsfleiß als Vorbild in der Abteilung, in der er mittlerweile auch als Trainer aktiv ist. In der Regel widmet er sich neben Familie und Beruf an 4 Tagen in der Woche seiner Leidenschaft.

Der intensive Trainingstag endete mit einer Trainingseinheit Tái chi, Meditation, Atmung und Ruhe in der Bewegung. Alle Teilnehmer wurden den ganzen Tag über von den Mitgliedern der Oberkotzauer Karateabteilung mit verschiedenen Leckereien bestens versorgt.



8. November 2014

LEHRGANG MIT HARALD STRAUß IN OBERKOTZAU



8. November 2014

LEHRGANG MIT HARALD STRAUß IN OBERKOTZAU

