

# Abteilungsbericht Karate 2020



## RÜCKBLICK 2019

### Präsentation am Sporterlebnistag 2019 in Worms

Am 18. Mai 2019 um 13:00 Uhr konnten wir am Sporterlebnistag auf der großen Bühne in der Fußgängerzone unseren Sport Karate vorstellen.



## 6. Ausrichtung des Lehrgangs unter dem Titel "Shotokan Kata Bunkai Spezial" mit Marcus Gutzmer am 19. Oktober 2019 mit anschließender ersten Dan-Prüfung in Worms

Als inzwischen fester Bestandteil des Veranstaltungskalenders des Rheinland-Pfälzischen Karateverbandes führte das Karate Dojo Ryushinkan im 1. Judo-Club Worms e.V. bereits zum dritten Mal in der Sporthalle der Nibelungen Realschule Worms einen Karate-Spezial-Lehrgang mit anschließender Kyu- und Dan-Prüfung durch. Er beschäftigte sich wieder mit dem Thema Anwendungen der Karate Kata und stand dementsprechend auch unter dem Titel "Shotokan Kata Bunkai Spezial".



Fast 50 Teilnehmerinnen und Teilnehmer fanden an diesem Samstag morgen bei gutem Wetter den Weg nach Worms. Es waren Karateka zwischen 6 und über 60 Jahren. Die Lehrgangsleitung übernahmen der Leiter des Karate Dojo Ryushinkan, Christoph Offen, seines Zeichens 5. Dan und Selbstverteidigungslehrer des Deutschen Karateverbandes. Als Gasttrainer konnte der Verein den amtierenden Landestrainer Kata von Rheinland-Pfalz, Europa- und Worldcupsieger Marcus Gutzmer (6. Dan Shotokan und Shito-Ryu), verpflichten.

Nach der Begrüßung aller Teilnehmer durch die beiden Lehrgangstrainer Marcus Gutzmer und Christoph Offen begann der Lehrgang pünktlich um 10:00 Uhr mit einem anspruchsvollen Aufwärmprogramm. Danach konnten die Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmer sich bei jeder der folgenden 4 Trainingseinheiten jeweils zwischen zwei verschiedenen Kata sowie deren Anwendung (Bunkai) - und damit auch zwischen den beiden Trainern - entscheiden.



Bei beiden gab es selbst für hochgraduierte Teilnehmer viel zu lernen und zu trainieren. So legte der Landestrainer sehr viel Wert auf die Drehungen, Grundtechniken und Stände in den von ihm unterrichteten Kata. Klar verständlich und für jeden Teilnehmer gut nachvollziehbar, baute Gutzmer auf diese Trainingsinhalte in jeder seiner Trainingseinheiten dann ein sich daraus entwickelndes Bunkai auf. Als ebenso erfahrener wie begeisternder Trainer zeigte er dabei Besonderheiten für alle Karateka, unabhängig von ihrer

Graduierung. Christoph wiederum zog die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ganz besonders mit praxisorientierten wie kompromisslosen Bunkai-Anwendungen in seinen Bann. Wie die alten Meister aus Japan und Okinawa sieht er in jedem Kata ein spezielles, in sich schlüssiges Kampfsystem, das verschiedene Kampfdistanzen und -situationen zeigt. So betonte er ausdrücklich die realistische Anwendung der Techniken und Kampfprinzipien eines Kata und ergänzte damit das bereits vorhandene Karatewissen bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Beide Trainer sparten nicht mit Tipps und Tricks für die Lehrgangsteilnehmer.

Gegen 17.00 Uhr endete der auch dem warmen Wetter geschuldete schweißtreibende und erfolgreiche Lehrgang.



Die sich anschließende Kyu-Prüfung wurde von allen mit Bravour gemeistert – herzlichen Glückwunsch. Alle Teilnehmer waren mit dem Lehrgang sehr zufrieden, wie auch viele positive Rückmeldungen zeigten. Wir alle freuen uns schon darauf, auch im nächsten Jahr wieder einen Lehrgang zusammen mit Marcus durchführen zu können.

## **Erstes Dan-Projekt im stiloffenen Karate (SOK) mit Dan-Prüfung in Worms**

Am 19.10.2019 fand die Prüfung zum ersten DAN-Projekt im stiloffenen Karate in Worms statt. Diesem Termin sind 7 Freitagstermine zu je 2 Stunden im Dojo Worms vorausgegangen, bei denen es darum ging das jeweilige Prüfungsprogramm detailliert zu üben. In den anschließenden Abschlussgesprächen hat Christoph Offen jedem Prüfling noch Tipps mit auf dem Weg gegeben worauf bei der Prüfungsvorbereitung im Dojo noch verstärkt zu achten ist. Vor der Prüfung fand noch ein mehrstündiger Kata – Bunkai Lehrgang mit Marcus Gutzmer und Christoph Offen statt. Dieser Lehrgang wurde unter vollem Einsatz von allen DAN Prüflingen absolviert. Die Prüfung selbst ging gegen 17:30 Uhr los. Es wurde mit dem selbst erstellten Kihon aus der Kata begonnen. Anschließend mussten 2 Katas aus dem Prüfungsprogramm und noch eine Kata nach Angabe der Prüfer dargeboten werden. Im letzten Teil erfolgte dann die spezifische Prüfung. Je nachdem was der Prüfling gewählt hatte wurde Bunkai oder Kumite geprüft. Bei diesem Prüfungsabschnitt haben alle Prüfungsteilnehmer noch einmal alles gegeben!

Am Ende zeigten sich Marcus Gutzmer und Christoph Offen sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen und überreichten den abgekämpften aber glücklichen Teilnehmern um 19:00 Uhr die Diplome. Alle gaben das Feedback einer sorgfältig durchdachten Vorbereitung mit exzellenten Prüfern.

Die erfolgreichen DAN-Prüflinge:

- Junior DAN: Michelle Klöditz (SV Freisbach)
- 1. DAN Franziska Bauer, Klaus Bauer (beide VT Böhl)
- 3. DAN Peter Russell (Betriebssport Commerzbank Frankfurt), Andreas Kusche (TV Lorsch)



## Erfolge für Wormser auf dem Karate-Highlight 27. Internationalen Odenwald-Cup in Mörlenbach/ Hessen

Der 27. Internationale Odenwald-Cup am 08. Dezember 2019 war wieder ein voller Erfolg für unser Dojo! Nicht nur für die knapp über 500 aktiven Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 67 Vereinen und 5 Nationen. Damit ist und bleibt der Internationale Odenwald-Cup in Mörlenbach eine der größten und erfolgreichsten Karate Veranstaltungen in Deutschland.

Ein ebensolcher Erfolg konnten unsere Karateka des Karate Dojo Ryushinkan im 1. Judo-Club Worms erzielen. Als Verein konnten wir dieses Mal in der Vereinswertung Platz 20 von 67 erreichen.

15	SHOTOKAN RYU KARATE DO AKADEMIE GERMERSHEIM	GER	2	0	4	6
16	KEN BUDO HEILIGENSTADT	GER	2	0	1	3
17	NIPPON GOTHA E.V.	GER	2	0	0	2
	SENS KARATE VEREIN E.V.	GER	2	0	0	2
19	KARATE CLUB WITTLICH	GER	1	2	2	5
20	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.	GER	1	1	4	6
21	GYMNASTIKVEREIN KLEESTADT 1976 E.V. - ABT. KARATE	GER	1	1	3	5
	BUSHIDO WALTERSHAUSEN	GER	1	1	3	5
23	PSV HEIDELBERG E.V.	GER	1	1	1	3

Die Platzierungen unserer Teilnehmer im Einzelnen waren wie folgt:

KATEGORIE	PLATZIERUNG	NAME	VEREIN
KATA JUGEND B2W 7.+6. KYU	1	KHARSA MAYA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA KINDER A1W 9.+8. KYU	5	AIT HAMOUDI HIDAYA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA KINDER A1W 9.+8. KYU	7	BIELECKA ALEKSANDRA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA KINDER A1W 9.+8. KYU	7	BOZKURT ELIF-SU	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA MINIS A1M 9.+8. KYU	5	GÖKSU MEHMET KERIM	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA MINIS A1W 9.+8. KYU	7	KOWALCZYK ZUZANNA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA SCHÜLER B2W 7.+6. KYU	2	CUFFARO MARTA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KATA SCHÜLER B3M 5.+4. KYU	7	PUSTYLNKY MARKUS	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KUMITE JUGEND F2W 6.-4. KYU	3	KHARSA MAYA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KUMITE KINDER E1W 9.-7. KYU	5	AIT HAMOUDI HIDAYA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KUMITE MINIS E1W 9.-7. KYU	3	KOWALCZYK ZUZANNA	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KUMITE MINIS E1W 9.-7. KYU	3	KIRAZLI CEREN	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.
KUMITE SCHÜLER F2M 6.-4. KYU	3	PUSTYLNKY MARKUS	KARATE DOJO RYUSHINKAN IM 1. JC WORMS E.V.

Herzlichen Glückwunsch an alle, das war ein wirklich toller Erfolg für unsere Karatekas. Nach einem ereignisreichen Jahr mit zahlreichen Erfolgen zeigten sich die Trainer überaus erfreut und zufrieden, dass die zahlreichen Extra-Einheiten gut investierte Zeit in die jungen Karateka waren. Das Turnier im Odenwald macht aber auch wieder deutlich: über die Erfolge darf man sich zurecht freuen, aber nicht lange ausruhen.



### **Durchführung von zahlreichen Wochenend-Trainings**

Zur Vorbereitung der Turniere und Prüfungen, getrennt nach Unter- und Oberstufe, in Q2, Q3 und Q4 2020. Zwei Trainingseinheiten á 2 Stunden je Woche sind für eine Wettkampfausrichtung der Abteilung zu wenig.

### **Durchführung von Gürtelprüfungen im Mai und Dezember 2020**

Prüfungen für Schülergrade von gelb bis braun, ebenfalls genutzt von befreundeten Dojos. Die Prüflinge konnten dank der guten Vorbereitung alle ihre jeweilige Prüfung erfolgreich ablegen.

### **Weiterführung der Aktivitäten zur Mitgliedergewinnung**

Zu den aktuellen Mitgliederzahlen der Abteilung finden sich im Bericht des Kassenwartes alle Details



## AUSBLICK 2020/ 2021

### Vorbereitung Turnierbesuche - geplant in 2020

Schwerpunkt wird im Training auf Turniervorbereitung sowohl im Kata- als auch im Kumite Bereich gelegt. Im Plan stehen

- 12. BARBAROSSA Cup (14. März 2020)
- 28. Internationale Odenwald-Cup in Mörlenbach (12. Dezember 2020)  
u.a.m.

### Durchführung von Lehrgängen

- 7. Ausrichtung unseres Lehrgangs "Shotokan Kata Bunkai Spezial" mit Marcus Gutzmer am 28. November 2020
- Durchführung des 2. SOK Dan-Projektes an folgenden Terminen (Training im Dojo, jeweils 20 bis 22 Uhr)

- Freitag, 06.03.2020
- Freitag, 03.04.2020
- Freitag, 08.05.2020
- Freitag, 05.06.2020
- Freitag, 03.07.2020
- Freitag, 21.08.2020
- Freitag, 25.09.2020
- Freitag, 30.10.2020
- Freitag, 27.11.2020

### Weiterführung der Aktivitäten zur Mitgliedergewinnung

Besonders wieder auch durch öffentliche Auftritte, so wie beispielsweise auf dem diesjährigen Rheinland-Pfalz Tag in Worms

