WR/WP 19.09.2019

Bei Shotokan von den Besten lernen

Neue Veranstaltungsreihe des Karatevereins aus Ennepetal lädt anerkannte Referenten ein. Weitere Events mit bekannten Gesichtern der Szene geplant

Ennepetal. Der anerkannte Karate-Experte Peter Meuren, 4. Dan, Stilrichtungsreferent Wado-Ryu des Karate-Dachverband NRW, leitete am vorvergangenen Donnerstag als Gasttrainer das Training beim Shotokan Ennepetal e.V..

Im Rahmen der Reihe „Lernen von den Besten" besuchen renommierte Karate-Gasttrainer aus ganz NRW die Klutertstadt, um ihr Wissen an die Ennepetaler Shotokan Karatesportler weiterzugeben. Auf dem Programm standen der Einblick in die Besonderheiten des Wado-Ryu Karatestils, der neben dem Shotokan eine der vier großen, traditionellen Stilrichtungen des Karate ist. Schwerpunkt des Trainings waren die diesem Karatestil typischen effektiven Bewegungsabläufe sowie fließende Ausweich- und Abwehrbewegungen.

Peter Meuren (links) demonstriert die Verteidigung gegen einen Faustangriff mit einem präzisen, gleichzeitigen und im Training kontaktlosen Gegenangriff. FOTO: VEREIN

Kein Kontakt zum Kopf

Diese ergänzten die typisch dynamischen, gradlinigen und effizient-kraftvollen Bewegungen des Shotokan-Karate. Jede dieser Techniken kann entweder als Angriffs- oder Verteidigungstechnik eingesetzt werden. Im Shotokan Ennepetal wird, seit Gründung des Vereins im Jahre 1980, Karate kontaktlos gelehrt. Es gibt also, beispielsweise im Gegensatz zum Boxen, keinen Kontakt zum Kopf. Alle Techniken müssen stets präzise & höchst kontrolliert ausgeführt und beim Partnertraining kurz vor dem Körper gestoppt werden.

Der Gasttrainer Peter Meuren aus Düsseldorf merkte an: „Ich freue mich, wenn mein Training gut ankam und dass sich die Ennepetaler Karatesportler mit den Wado-Ryu-Karate-Prinzipien auseinandergesetzt haben. Ich komme gerne wieder nach Ennepetal um das Erlernte zu vertiefen." Armin Gudat, der sportliche Leiter (Dojoleiter) des Shotokan Ennepetal ergänzt: „Wir haben uns sehr gefreut, Peter Meuren für ein Gasttraining bei uns gewinnen zu können. Er ist ein ausgewiesener, landesweit anerkannter Karate-Experte und hat unseren Vereinsmitgliedern eine großartige Gelegenheit gegeben, einmal über den Tellerrand hinauszuschauen und neue Aspekte der Kampfkunst Karate kennenzulernen."

„Das war eine großartige Gelegenheit, über den Tellerrand unseres Sports hinauszuschauen."

Armin Gudat, Dojoleiter des Shotokan Ennepetal

Trainingsgäste aus Paderborn

Alle waren, konzentriert, mit großer Freude und in bester Stimmung bei seinem höchst interessanten Training dabei. „Wir haben uns auch über den Besuch befreundeter Karatesportler gefreut, die hierfür teils bis von Paderborn zu uns nach Ennepetal gekommen sind", sagt Armin Gudat.

Die Fortsetzung dieser besonderen Trainingseinheiten folgt am 11. Oktober. Schwerpunkt werden dann Aspekte der realistischen Selbstverteidigung sein mit dem Thema „Erkennung und Vermeidung von Notwehrsituationen" Armin Gudat kündigt darüber hinaus weitere Veranstaltungen an: „Zu diesem für viele Menschen sehr interessanten Thema werden wir im 1. Quartal 2019 auch einen für jedermann offenen Tagesslehrgang an einem Samstag ausrichten." In der Gasttrainer-Reihe „Lernen von den Besten" erwartet der Verein im nächsten Jahr unter anderem ein Mitglied der deutschen Nationalmannschaft sowie weitere Karate-Spitzentrainer.

Es wird barfuß trainiert bei Shotokan Ennepetal

- Interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind jederzeit zu einem **unverbindlichen Probetraining** eingeladen.
- Trainiert wird in normaler Sportkleidung, jedoch barfuß. Weitere Information unter **www.shotokan-en.de.**
- Die **nächsten Gürtelprüfungen** beim Ennepetaler Karateverein stehen am 11. Dezember diesen Jahres an, die letzte Prüfungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind zwei Tage später.