

Ereignisse des Jahres 2019

Budo Akademie Berlin



Herausgeber:



Malteserstraße 139-143, 12277 Berlin
Nachdruck - auch auszugsweise - nicht gestattet.



Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde!

Das Jahr 2019 war eigentlich wie jedes Jahr – vollgepackt mit Training, Turnieren, Veranstaltungen usw. Aber es war nur eigentlich wie jedes Jahr, denn vor 50 Jahren hat Jürgen mit Karate angefangen. Zugegeben, es gibt ziemlich viele, die vor 50 Jahren angefangen haben aber es gibt nur sehr wenige, die dabei geblieben sind und zwar durchgehend! Trotz Polizeidienst mit Überstunden etc. hat Jürgen keinen einzigen Monat kein Karate betrieben. Das ist schon eine beachtliche Leistung und verdient Respekt. Allerdings ist das nur möglich, wenn die Familie – in diesem Fall ich – das unterstützt. Anlässlich dieses Ereignisses wollte Jürgen ein Buch schreiben. Da schreiben nicht seine größte Stärke ist, habe ich kein Buch für ihn geschrieben sondern über mein Zusammentreffen mit Jürgen und somit mit Karate und ein paar Highlights in der Zeit von 1973 bis heute erwähnt.

Wie viele unserer Mitglieder auch 50 Jahre Karatetreiben schaffen, werden wir nicht erleben aber was wir jedes Jahr erleben ist die Tatsache, dass mehr als 22 % länger als 5 Jahre bei uns sind, 7 sogar über 10 Jahre. Diese Zahlen sind schon gut aber wenn man sieht, dass 8-Jährige für 5 bzw. 14-Jährige für 10 Jahre geehrt werden, müssen die Zahlen noch höher bewertet werden. Die Budo Akademie gibt es allerdings erst seit 12 1/2 Jahren....

Das Unterrichten macht uns immer noch Spaß und wir freuen uns über Neue aber schätzen es sehr, wenn Mitglieder über viele, viele Jahre bei uns bleiben. Wir danken euch für diese Loyalität und geben weiterhin unser Bestes!

Kommt gut über den Jahreswechsel in ein gutes neues Jahr.

Marion

Karate-Workshop für 45- bis 99-Jährige am 2. Februar 2019



Bereits zum 8. Mal wurde dieser Workshop durchgeführt und das Interesse - auch Dank des Berichtes in der Berliner Abendschau - ist nach wie vor groß. 17 aktive und 2 passive Interessierte nahmen teil. Das Thema „Karate als Fitness- und Gesundheitssport“ lässt Karate weniger „brutal“ erscheinen und macht neugierig.

Nach einer Einleitung über die positiven Auswirkungen dieser falsch interpretierten Sportart und einen Rückblick auf die Historie vom Karate, machten wir einen kurzen Ausflug in den Alltagsfitnesstest und nahmen einige kurze Übungen ohne Zeitmessung zum Anlass, um die allgemeine Fitness der Interessierten zu testen. Das Ergebnis war überraschend gut! So viele Fitte gab es noch nie bei einem Workshop! Die Damen waren allerdings in der Mehrzahl und Frauen - sorry, Männer - sind immer fitter als die Herren. Bei den Aufwärmübungen setzte sich unser Eindruck weiter fort. Die Bewegungsbegabten haben sich offenbar zu dieser Veranstaltung verabredet....

Karatetechniken sorgten wieder für viel Verwirrung im Kopf. Beide Arme unterschiedlich zu bewegen ist einfach schwierig. Techniken zu einer Kata zusammenzufügen ist noch schwieriger und steigert die geistige Verwirrung - die aber wichtig für ein fittes Hirn ist! Wir haben also viel für die Gesundheit getan.

Interessant ist immer die Mischung der Gruppe: es gibt immer diejenigen, die vor Jahren oder Jahrzehnten schon einmal Karate betrieben haben, diejenigen, die schon immer mal Karate machen wollten und diejenigen, die überhaupt keine Ahnung hatten, dass Karate auch für Senioren geeignet ist.

Die Stimmung war locker und gut und alle haben motiviert mitgemacht. Zum Ende gab es noch einen kleinen Rundgang durch Dojo I, denn dort findet ja das Training statt und wir werden sehen, wer sein „Versprechen“ wahr macht und den inneren Schweinehund, der während der Veranstaltung zu Gast war, zu überwinden. Wir freuen uns auf neue Karateka!

Marion





14. Februar



Alles Gute zum Valentinstag!



Berlin Open am 16. Februar 2019



Caro und Piotr starteten wieder auf diesem Turnier für einen anderen Verein, da wir dort nicht startberechtigt sind. Piotr hat trotz sehr guter Leistung leider keine Medaille erkämpfen können und wurde in Kata 5.

Caro belegte in Kumite den 1. Platz und Kata den 2. Platz!

Glückwunsch an beide!

Seit 1. Januar 2019 gibt es eine Änderung der Sportordnung mit Übergangsregelung bis 31.12.2019:

Ab 1. Januar 2020 wird es andere Ergebnisse geben. Dann zählt Leistung mehr als Glück bei der Auslosung und Freilos. Ab dann wird wieder die Punktwertung in Kata eingeführt, die wir bei unseren Turnieren immer schon anwenden. Wir freuen uns darauf!

Herzlichen Glückwunsch

Marion



Verabschiedung von Hannes am 22. Februar



Jedes Jahr kommen viele Arbeitskräfte nach Berlin und jedes Jahr gehen viel raus bzw. wieder zurück. Davon wurden wir wieder einmal betroffen: Hannes kam im Mai zu uns und hat jetzt einen Job in Hamburg angenommen. Am 22. Februar war seine letzte Trainingseinheit bei uns mit großer Verabschiedung.

Wenn Hannes zu Besuch nach Berlin kommt, ist er herzlich zum Training eingeladen!

Wir wünschen ihm alles Gute in Hamburg!

Marion

Liebe Marion,
 Lieber Jürgen,
 liebe alle BAB'ler,

 danke für die gute Zeit.
 Es macht viel Spaß,
 mit euch Karate zu lernen
 Ihr seid SUPER! ☺

 Euer Hannes





Berliner Meisterschaft am 3. März 2019



Unsere „Fremdstarter“ Caro und Piotr nahmen wieder an dem Turnier bei den Masters erfolgreich teil.

Piotr wurde Berliner Vizemeister und Caro belegte Platz 3. Ich wäre gern dabei gewesen, aber Training und Turnier passen nicht in einen Vormittag; Jürgen konnte aber vor Ort sein und persönlich gratulieren! Glückwunsch an beide und nach dem Turnier ist vor dem Turnier...

Marion



Vier neue Weiß-Gelbgerurte!



Der Anfang ist gemacht und der Weg zum Dan in Angriff genommen: Hannelore, Monika, Roland und Tino haben als Neumitglieder aus dem Jahr 2019 am 11. März ihre erste Prüfung erfolgreich ablegen können.

Glückwunsch!



Die erste Zeit ist die schwerste aber die erste Prüfung ist auch ein Zeichen dafür, dass man sich richtig entschieden hat.

Also weiter erfolgreich auf dem Karate-Do wandeln!

Marion

Faschingstraining am 28. Februar 2019



Weiberfastnacht ist ein guter Tag für das Faschingstraining. Natürlich ist das Training nicht nur für „Weiber“ sondern auch unsere Jungs sind sehr gern gesehen und kamen auch zahlreich und in tollen Kostümen in zwei Trainingseinheiten bis 6 Jahre und älter.



Als Königin der Weltmeere empfing ich um 16 Uhr die erste Landratten. Ein Pirat erschien mir als passender Mann aber der Kleine nahm lieber Reiß aus und blieb auf Abstand; Schade!

Stoptanz ist ungeschlagen das Lieblingsspiel genau wie mit bzw. ohne Luftballons Körper an Körper durch das Dojo laufen und Flummibälle auf Tischtennisschläger transportieren bzw. über den Boden rollen.



Zum Ende gab es wieder eine mehr weniger gelungene Vorführung für die Eltern und danach den Bonbonregen.

Die zweite Gruppe war größer - vom Alter und von der Anzahl her und viel leichter zu motivieren. Die Sportskanonen konnten locker mit Flummibälle auf Tischtenniskellen durch das Dojo rennen. Kampfsport mal anders gab es dann auch für die Großen: Ritter der Kokosnuss, also mit Schwimmnudel den Gegner treffen, damit dieser einarmig oder auf einem Bein oder sitzend weiter kämpfen musste.



Der andere Teil der Gruppe versuchte sich in Ballwerfen, leicht umgewandelt: Gummisaurier wurden abgeschossen und mussten die aufgestellten Becher umhauen. War ganz lustig, wie weit bzw. wie kurz Dinos fliegen können.

Die Vorführung für die Eltern klappte natürlich perfekt! Jeder zeigte die Technik seiner Verkleidung entsprechend mit entsprechendem Kiai. Prinzessinnen bewegen sich elegant und hauchen ein „Huch“ und Fußballer schreien „Tor“ usw. Der Bonbonregen prasselte auf die armen Kinder, die sonst nie Süßigkeiten bekommen und wurden schnell - über 8 kg insgesamt - aufgesammelt.



Bei diesen Veranstaltungen frage ich mich immer, wie viele Angehörige können so wenige Kinder haben.... Schade, dass ich keinen Platz für eine Tribüne im Dojo habe, diese wäre voll besetzt ;-))

Ich werde mich noch lange an das Faschingstraining erinnern, weil der Boden bestimmt noch lange glimmern und glitzern wird; Konfetti wäre schlimmer! Helau und Alaaf!

Marion







Kids Games am 23. März 2019



Zum 10. Mal wurden die Kids Games für die Altersklasse 3 bis 13 Jahre durchgeführt und zwar immer noch nach dem gleichen System.

Namensschild in verschiedenen Farben für jede Altersgruppe. Die Kinder konnten wieder von allen gut „identifiziert“ werden, was diesmal besonders wichtig war, weil auch Kinder aus dem Taram Dojo, ESV Lok Potsdam und unserer Kindergruppe im Kantis (22 Teilnehmer) teilgenommen haben. Es waren dadurch 107 Meldungen, von denen 101 Kinder antraten.

Bevor ich alle begrüßen konnte, nahm Jürgen das Mikro an sich und bedankte sich im Namen aller bei mir mit einer Flasche Whiskey zur Erholung nach der Veranstaltung. Die Vorarbeit ist schon sehr aufwendig, damit alles reibungslos klappt. Zum Glück hatte ich wie immer alles vorbereitet und musste vor Ort nicht viel lesen, denn die Halle in der Bosestraße liegt in einem sehr schönen grünen Bereich - mit hohen Pollenbelastung..... Tränen und Tropfnase hatten mich also im Griff aber: the show must go on!

Bei der anschließenden Begrüßung fragte ich die Kinder, ob sie bis abends in der Halle bleiben wollen und die Antwort von einigen Jüngeren war JA! Sie hatten wohl keine Vorstellung was das bedeutet - die Eltern und größeren waren entsetzt - aber die Kinder haben sich sehr gut benommen und waren aufmerksam, sodass wir zügig rund 3 Stunden brauchten und nicht bis abends in der Halle sitzen mussten. Die Wartezeit zwischen den Einzelnen Starts wurden - wie immer - mit Gummibärchen versüßt.

Bei so vielen Kindern kommen auch sehr viele Familienangehörige... die Tribüne war komplett voll und viele Eltern haben tolle Kuchen mitgebracht. Auch die Bäckerei Lehmann aus Marienfelde hat uns zwei Bleche Kuchen gespendet. Herzlichen Dank an alle Hobby- und Profibäcker!

Zur Unterstützung waren auch 5 unserer Juniordane vor Ort und halfen kräftig mit. Dank der vielen Helfer konnte das Turnier zügig durchgeführt werden und um 13.30 Uhr standen wir schon vor der Halle - damit hat kaum einer gerechnet aber es war mein Ziel.

Kurz vor der Siegerehrung bedankten sich die jüngsten Kinder bei den Helfern. Die Juniordane erhielten einen Riesenlutscher, was beinahe bei einem schiefgegangen wäre denn der Kleine wollte mit dem Lutscher als Beutegut raus gehen. Er schaute ziemlich traurig, dass er ihn abgeben musste. Die erwachsenen Helfer haben die ganze Zeit über für strahlende und lachende Gesichter gesorgt und erhielten von mir gebackene Smilie Kekse mit Ausnahme der Damen aus dem Imbiss, die bestimmt keinen Kuchen mehr sehen konnten. Sie bekamen ein Sektchen...

Im Training und zur Begrüßung erwähnte ich immer wieder, dass es eine Überraschung geben würde, weil es ein Jubiläum ist. Vor der Siegerehrung war der Moment, das „Geheimnis“ zu lüften: Genau genommen gab es zwei Überraschungen. Jedes Kind möchte gern eine Medaille gewinnen und einige weinen, wenn sie „nur“ einen großen Trostlutscher bekommen. Die Kinder mit der Medaille weinen teilweise, weil sie einen Lutscher bekommen wollten. Also habe ich beschlossen und laut verkündet, dass diesmal Alle eine Medaille bekommen. Der Jubel hat bestimmt die zulässige Dezibel überschritten. Nachdem diese große Freude abgeklungen war, kam meine zweite Nachricht: Wer nach der Siegerehrung brav zur Seite geht und auf das große Gruppenfoto wartet, bekommt zusätzlich einen großen Lutscher; Geräuschkulisse wiederholte sich....

Die Kinder haben teilweise so großartige Leistungen und so viel Kampfeswillen gezeigt, dass sie wirklich beides verdient haben. Sie wurden auch gut von den Eltern auf der Tribüne unterstützt, die jedes Kind anfeuerten. Herzlichen Dank, liebe Familien!

Es war ein tolle Veranstaltung und die strahlenden Gesichter entschädigen für die viele Arbeit und so wird es nächstes Jahr wieder Kids Games geben!

Marion







Glückwunsch an die Kantis-Kinder!



Ein besonderes Training am 8. April 2019:
Dem Dan wieder ein Stück näher: 5. Kyu für Ramona
nach „nur“ 30-jähriger Vorbereitungszeit, 2. Kyu für Jutta,
Sigrun und Hartwig und 1. Kyu für Anke. Von Wolfram
gab es auch noch Geburtstagskuchen.
Glückwunsch an alle, ich bin sehr stolz auf euch!

Marion

Arawaza Cup am 30. März 2019



Auch in diesem Jahr gab es wieder eine Steigerung der Starter und der Kampfflächen: 1.500 Starts und noch 230 in der Warteliste (die nicht mehr angenommen wurden) aus 24 Nationen und 153 Vereinen auf 12 Kampfflächen. Die Organisation war perfekt. Trotz der hohen Teilnehmerzahl war der Innenbereich durch Absperungen und Ordner frei für Starter und Betreuer. Glückwunsch!

Nicht nur die Teilnehmerzahl, auch das Niveau hat sich extrem verändert. Schon im Kinder- und Jugendbereich sind Leistungen auf allerhöchstem Niveau zu sehen. In vielen Disziplinen gab es 4 Pools, um die Massen an Starter zu händeln. Der Großteil unserer Jungs ist eine Altersklasse höher gerutscht, so dass auch die Konkurrenz größer bzw. älter ist. Der Masterbereich ist noch sehr stark ausbaufähig.

Hohe Teilnehmerzahlen bedeuten starke Konkurrenz und die Medaillenträume mussten aufgegeben werden. Wir konnten in der Gesamtwertung Platz 25 erreichen und waren der erfolgreichste Verein aus Berlin, aber die Hoffnungen unserer Karateka wurden nicht erfüllt.

Wegen der Größe des Turniers hatten wir uns gleich nur für Kata entschieden. Wir waren 11 Stunden nach unserer Abfahrt um 5.30 Uhr wieder in Berlin und genossen die „Nachlese“ des Turniers wie immer im Marco Polo. Im nächsten Jahr wird die Veranstaltung wahrscheinlich an 2 Tagen stattfinden - wir werden überlegen, ob wir wieder teilnehmen.

Glückwunsch an alle unsere Karateka und auch besonders an die, die wegen Krankheit eingesprungen sind.

Marion

- 1. Platz** Kata Team (Angela, Caro, Petra)
- 2. Platz Angela +40
- 3. Platz** Team (Felix, Matin, Roman)
Angela +30
Caro +40
Piotr +30

- 5. Platz** Kata Team (Antonio, Lars, Tristan)
Petra +30 und +40
Piotr +40
- 7. Platz** Dominic U18
- 9. Platz** Lars U16
- 11. Platz** Matin U14







Dan- und Junior-Dan-Prüfungen in Berlin am 18. Mai 2019



Eine Prüfung nur für „uns“ - ohne Dananwärter aus anderen Dojo, war auch einmal schön. Die Mischung war bunt: 1 x Shogun, 3 x 1. Dan, 1 x 2. Dan, 2 x 3. Dan.



Die Aufregung ist bei den Anwärtern zum 1. Dan besonders groß... Völlig überflüssig aber nicht abzustellen. Beate, René und Wolfram waren stark angespannt - dezent ausgedrückt und waren froh, als ihr Part vorbei war. Beate hatte sich Predrag als Bunkai-Partner ausgesucht. Wolfram kam mit Pierre und René nahm dann spontan Wolfram als Partner und alles klappte bei den Dreien.



Predrag war auch noch der Bunkai-Partner von Petra zum 2. Dan und Andreas und Günter zum 3. Dan. Er hätte auch einen Eintrag in seinen Pass für diese Leistung verdient.



Es gab dieses Mal nur einen Junior-Dan und zwar Martin zum Shogun. Er überraschte mit den Fitnessübungen und alle waren froh, dafür zu alt zu sein... auch der Rest seiner Prüfung war einfach top! Dank auch an seinen Partner Roman, mit dem er eine tolle Bunkai vorführte.



Prüfer waren Jürgen Hornung, 9. Dan, und Marion Hornung, 5. Dan. Die Dananwärter zum 1. Dan hatten uns noch nie in unserem besonderen Outfit gesehen: Karateanzug und Hakama. Das macht schon einen richtig guten Eindruck!

Wir hatten die Prüfung auf den Vormittag verlegt und konnten so um 14 Uhr gemeinsam Essen gehen und den Abfall der Anspannung genießen und die vielen Glückwünsche per Whats App, Mail und über facebook verkünden.

Jetzt geht es erst einmal mit dem „normalen“ Training weiter, bevor zum Jahresende die nächsten Dananwärter einen Teil des Trainingsprogramms für „sich beanspruchen“. So geht es immer weiter.

Schön im Kopf behalten: Nach der Prüfung ist vor der Prüfung...

Herzlichen Glückwunsch an alle, wir sind stolz auf euch und den gezeigten Leistungen!

Marion







XXXII. Czech Open Karate Cup 2019 World Open Karate Competition



am 4. Mai machten sich Caro und Piotr auf den Weg nach Tschechien und nahmen in der Kategorie der Masters teil. Die Teilnahme war stärker als bei den bisherigen von uns besuchten Turnieren und auch das Niveau war teilweise extrem gut! Die Masterklassen gab es nur bis +35 Jahre weiblich und +40 Jahre männlich.

Piotr belegte Platz 2 und konnte erst im Finale gestoppt werden. Caro konnte keine Platzierung erreichen. Ihr blieb nur die Erfahrung.

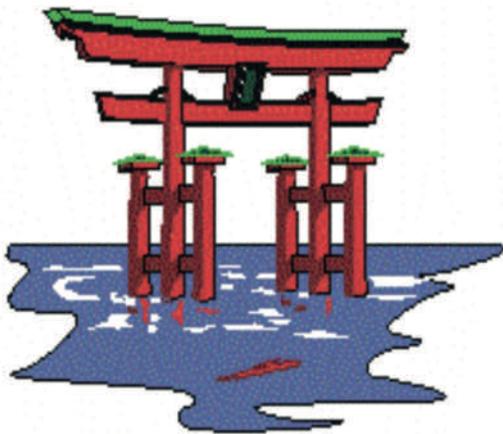
Tolle Leistung und Glückwunsch!

Das Turnier wurde im Flaggensystem durchgeführt und zeigte seine Schwachstellen.

Am Samstag starten beide auf dem nächsten Turnier in Leipzig und zwar mit Punktwertung. Wir sind gespannt, was beide zu berichten haben.

Wir drücken die Daumen!

Marion



Leipzig Open am 11. Mai 2019



Caro und Piotr bekommen einfach nicht genug... Bevor wir morgen nach Stetting zu den Polish Open fahren, sind sie heute schnell noch einmal nach Leipzig zu den Leipzig Open gefahren - man gönnt sich ja sonst nichts!

Das Turnier wurde nach dem Punktesystem gewertet und so konnte sich Super Piotr - in Anlehnung an Super Mario - den 1. Platz in der Masterklasse +40 sichern. Tolle Leistung, er musste besser als 9 andere Starter sein!

Caro startete in den Masterklassen +30 und +40 und belegte den 3. bzw. 2. Platz.

Glückwunsch an beide und viel Erfolg für Polish Open!

Marion





Polish Open in Stettin am 12. Mai 2019



Nach einem Jahr Pause nahmen wir wieder zahlreich am Turnier teil. Dieses mal hatten wir drei Neustarter auf einem internationalen Turnier im Alter von 6 (Malik) und 7 Jahren (Milena und Luca).

Wir sind um 7 Uhr wieder mit dem Bus losgefahren und pünktlich gegen 9.30 Uhr angekommen. Die Veranstaltung beginnt immer um 10 Uhr mit dem Einmarsch der Athleten und Dank an Offizielle und Dojoleiter. Ich habe wieder ein schönes Glaspräsent unter Jubel unserer mitgereisten Fangemeinde erhalten.

Malik musste als erster starten und sich mit dem zweiten Platz zufrieden geben. In der ersten Runde war das klar, in der zweiten Runde hat einer der einheimischen Kampfrichter ein bisschen übertrieben....

Dieses Verhalten ist uns leider mehrfach aufgefallen und wir konnten nicht unterscheiden, ob es fehlende Praxis oder das „Vereinsauge“ war; so ist das eben. Die meisten Karateka kamen aus Polen, gefolgt von den Dänen. Das gleiche galt auch für die Kampfrichter - schade für uns, wir hatten nur Caro als einzige Kampfrichterin vor Ort.

In der Gruppe von Milena waren 6 Mädchen und sie hat sich in der zweiten Runde gesteigert, auch wenn es noch nicht für eine Platzierung reichte. Bei Luca waren sogar 12 Jungs am Start. Er kam in die Finalrunde - die besten sechs - und schaffte es, den 4. Platz zu belegen. Keine Medaille - es gab nur einen 3. Platz - aber gute Leistung.

Bei den größeren Gruppen wurden die Teilnehmerzahlen richtig hoch: Luisa belegte den 3. Platz bei einem Teilnehmerfeld von 16 Mädchen. Ihr Strahlen war so gut, wie ihre Kata! Glückwunsch zu dieser tollen Leistung.

In der Gruppe 11 und 12 Jahre waren 27 Teilnehmer. In die Finalrunde - beste 8 - kamen von uns nur Lars und Roman, der am Ende den 3. Platz belegte. Lars belegte den 5. Platz und kann stolz auf seine Leistung sein.

Caro startete auch und belegte den 3. Platz, bevor sie als Kampfrichterin Goju Ryu erkennen und bewerten konnte.

Die Busfahrt zurück verlief wieder störungsfrei und so war noch Zeit für ein gemeinsames Abendessen im Sirtaki mit 21 Personen. Die große Gruppe stellte für mehrere Restaurants am Muttertag ein Problem dar, sodass wir auch nach dem Turnier wieder kämpfen mussten - um das Essen!

Glückwunsch an alle Karateka für die gezeigten Leistungen.

Marion





Ladies Karate-Cup am 25. Mai 2019

Bereits zum 5. Mal wurde der Ladies Cup durchgeführt, das schönste Turnier in Berlin. Neun Dojos mit insgesamt 75 Meldungen ließen sich registrieren und standen parat, um um die 10 cm großen Medaillen zu kämpfen. Natürlich gab es wieder zwei Klassen in Kata: bis 6. Kyu und ab 5. Kyu. Mit dieser Regelung sollen auch Anfängerinnen motiviert werden, am Turnier teilzunehmen. Es waren blutige Anfängerinnen und alte Häsinnen am Start und die Mischung war toll. Die jüngste Teilnehmerin war 6 Jahre, die älteste 68 Jahre alt. Die Dojos kamen aus

Sangershausen, Rostock, Hamburg, Polen, aus der Niederlausitz und natürlich vier aus Berlin.

Wir hatten wieder sehr viele Helferinnen und Helfer, die zum Glück viel Spaß am Helfen haben. Herzlichen Dank, wir brauchen euch auch dringend, denn sonst lässt sich kein Turnier durchführen! Auch von DRK wurden uns drei Damen geschickt, die zum Glück nicht zum Einsatz kamen. Die Kampfrichter hatten auch viel Spaß bei ihrer „Arbeit“. Wir hatten zwei Kampfflächen und alle Disziplinen wurden zügig durchgeführt. In diesem Jahr fand die Siegerehrung immer sofort im Anschluss der Disziplin statt. Dann sind die Emotionen noch hoch und besonders die kleinen Ladies müssen nicht so lange auf die Siegerehrung warten. Es gab wieder zwei 3. Plätze und für diejenigen, die keine Medaille erkämpfen konnten, bekamen wieder einen Trostlutscher; Urkunden bekamen natürlich alle.

Wie bei den anderen Ladies Cups war die Stimmung in der Halle wieder extrem ruhig. Das ist so auffallend, dass jeder diese Ruhe wahrnimmt. Natürlich reden und üben die Ladies aber das Laute und das Rennen durch die Halle fallen weg - vermisst habe ich das nicht....

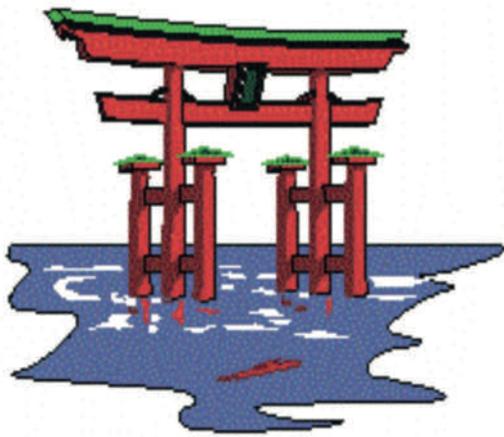
Einen Termin für den Ladies Cup konnten wir uns nicht aussuchen; wir konnten den 25. Mai nehmen oder keinen bekommen. Also haben wir ihn genommen. Ist eigentlich auch ein guter Termin aber zum 5. Geburtstag des Ladies Cup kam nur ein Geburtstag hinzu: meiner! Mir macht das nichts aus, ich hatte schon soooo viele Geburtstage aber so einfach ging das nicht. Eine lange Schlage mit Rosenträgerinnen und -träger standen am Ende der Veranstaltung ließen für mich „Rosen regnen“ und ich bekam noch Präsente überreicht. Ganz herzlichen Dank! Ich sollte mir überlegen, ob ich meinen Geburtstag immer auf diesem Turnier „feiern“ sollte....

Glückwunsch an alle Ladies, ihr seid toll!

Marion







Elbe-Cup International am 1. Juni 2019 in Hamburg



In diesem Jahr konnten wir terminlich wieder am Elbe-Cup teilnehmen. Anders als sonst, fuhren wir mit dem Zug nach Hamburg, weil Stunden bis Hauptbahnhof weder mit dem PKW noch mit dem Bus schaffen sind. Einmal in den Regionalzug steigen und ein paar Meter laufen und schon waren wir in der Halle.

Es war ein gut besuchtes und gut organisierte Turnier, das auch Anfängerklassen anbietet. Wir stellten mit 25 Starts von 428 das drittgrößte Starterfeld. Wir hatten neben den „alten Hasen“ auch wieder Nacruicker mit Malik (U 8), Milena und Luca (beide U 10) dabei. Milena konnte mit ihren 7 Jahren den 3. Platz erreichen. Das war nach ein paar Minuten nach Start des Turniers der erste Erfolg. Es blieb nicht der Einzige. Insgesamt konnten wir 2 x Platz 1, 3 x Platz 2 und 9 x Platz 3 am Ende des Turniers erkämpfen.

Das Turnier erinnerte mich stark an frühere Zeiten: Jürgen saß auf dem Stuhl - als Kampfrichter - und ich flitz hin und her. Mein Schrittzähler zeigte am Ende des Tages 6,2 km, 10.216 Schritte (Jürgen nur 4,2 km, 5.216 Schritte). Unsere großen Jungs - Martin und Paul - hatten nach ein paar unschönen Turnierergebnissen wieder die richtige Anerkennung erhalten: Paul belegte Platz 2 bei einem Teilnehmerfeld von 18 Startern und Martin wurde vor Einzug in das Finale nicht ganz verständlich gestoppt und belegte Platz 3 in der gleichen Gruppe.

Die Rückfahrt war wieder ganz entspannt. Wir fuhren zum Hauptbahnhof - 28 Personen!!! - und verpflegten uns dort an den unterschiedlichen Ständen. Danach ging es zurück nach Berlin mit Süßkram und Schnäppchen - wie immer! In Berlin wurden wir von zwei Eltern herzlich empfangen, die auf ihre Kinder warteten.

Einstimmiges Fazit: nächstes Jahr wieder! Wir sind stolz auf die vielen guten gezeigten Leistungen und den sichtbaren Leistungssteigerungen und gratulieren allen ganz herzlich - und uns auch.....

Marion



Platz 1

Angela +30
Caro +40

Platz 2

Paul U14
Dominic U21
Team I
(Matin, Paul, Roman)

Platz 3

Milena U10
Luisa U12
Aylin U14
Matin U14
Dominic U18
Caro +30
Piotr +30
Angela +40
Piotr +40
Team II
(Antonio, Mauricio, Tristan)

Platz 5

Malik U8
Luca U10
Thomas +40

Platz 7

Mauricio U12
Tristan U14





Die Vormittags-Partygruppe - Karate machen wir auch, wenn niemand Geburtstag hat. Jetzt war Claus-Dieter das Geburtstagskind.



European Masters Games am 30./31. Juli 2019 in Torino/Italien



Unsere „Reise-Karateka“ Caro und Piotr waren auch in Italien vor Ort. Die beiden waren natürlich nicht allein, denn der „Dauerbetreuer“ Micha stand beiden wieder zur Seite. Es waren 12 Nationen mit fast 300 Masters vor Ort.

Die Klasse von Piotr war richtig voll und leider konnte er sich nicht durchsetzen.

Caro hatte mehr Glück und konnte den 3. Platz in ihrer Altersklasse belegen! Herzlichen Glückwunsch.



Marion



Gürtelprüfungen am 12. Juni 2019



Das Highlight des Karatejahres im Kantis ist für jedes Kind der Tag der Prüfung. DER große Tag, wo es einen weiß-gelben oder sogar gelben Karategürtel gibt.

Wie üblich fand vor den Sommerferien noch eine größere Prüfung statt, weil die Schulkinder die Kita und somit auch die Karategruppe verlassen müssen. Ohne Wunschgurt geht das natürlich nicht, denn dafür wurde lange geübt.

In zwei Gruppen traten 14 Kinder an und konnten den stolzen Eltern und natürlich Caro, der Trainerin ihr Können zeigen. Das Wetter war leider nicht so prüfungstauglich.... schon beim Zuschauen lief der Schweiß von ganz allein; Sommer!!!

Die Eltern waren diesmal auch aktiv dabei und mussten die Seilsprünge ihrer kleinen Karateka zählen. Nach kurzem Entsetzen bei einer Mutter, die im ersten Moment an Mitspringen dachte, lief es sehr gut. Die Fitnessübungen wie Robbe, Kaktus und Kinderliegestütze mussten trotz Hitze gezeigt werden. Diagonales Armheben mit Ausfallschritt, Kihontechniken (Grundschule) und Selbstschutz waren dann nicht so schweißtreibend. Auch die Kata Tatami no Kata sah gut aus. Am Ende nur glückliche Eltern und Kinder und drei neue Weiß-Gelbgurte und vier Gelbgurte.

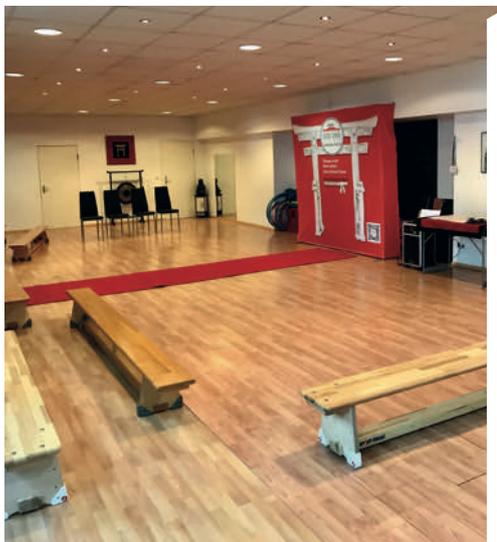
In der zweiten Gruppe traten 7 Kinder mit 9. Kyu an. Das Programm war das gleiche wie in der Gruppe davor und zusätzlich kamen noch Konter bei der Grundschule, Kumitetechniken und die Kata Fukyu Dai Ichi hinzu. Wegen der großen Nervosität und der Hitze lief Caro freundlicherweise mit. Das beruhigt Kinder sehr, wenn auch noch die Eltern zuschauen. Diesen wurde dann noch die „böse Schwimmmudel“ in Aktion vorgeführt.

In diesen beiden Prüfungen durfte ich mich „beliebt“ machen und die Gürtel überreichen. Die sind für die Kinder viel wichtiger als Pass oder Urkunde... Glückwunsch alle Karateka und weiter so!

Marion



Sommer-TsT und Ehrungsveranstaltung am 15. Juni 2019



Ein sehr heißer Tag war genau das, was man zu einer Großveranstaltung mit fast 90 Personen nicht unbedingt braucht. Aber, es heißt Sommer-TsT... Es war das zweite Sommer-TsT, da die Veranstaltung in Zusammenhang mit der Ehrung unser langjährigen Mitglieder im letzten Jahr gut angekommen war. Große Veranstaltungen sind immer nur alle 5 Jahre möglich aber die Ehrungen dazwischen haben durch das Ambiente und der Anzahl der Personen einen würdigen Rahmen. Die „Vorarbeit“ haben wieder meine „großen“ Karateka geleistet, indem sie schon am Freitag die Matten gestapelt haben. Danke! Der rote Teppich wurde auch wieder ausgerollt und - erstaunlich - haben sich einige der zu Ehrenden daneben gestellt; für mich ist der rote Teppich bestimmt nicht!

In diesem Jahr hätten 24 geehrt werden können, aber nicht jeder Termin passt. 19 waren angemeldet und ein Geschwisterpaar fehlte dann doch noch. Aber 17 zu Ehrende sind schon eine tolle Zahl. Bei uns sind jetzt 28 % der Mitglieder (knapp 270) länger als 5 Jahre bei uns! Diese Zahl überraschte auch die Anwesenden. Besonders erstaunlich ist, dass schon viele Kinder die 5 oder 10 Jahre geschafft haben. Danke, dass ihr uns so lange die Treue haltet.

Die Ehrung begann mit Manfred, der schon 10 Jahre dabei ist und wurde fortgesetzt mit Laura, die schon mit 4 Jahren angefangen hat und jetzt ebenfalls schon 10 Jahre dabei ist! Bei den 5-Jährigen ging es größtmäßig immer auf und ab, denn 8 waren Kinder/Teenager, Lana und Yunus haben mit 4 Jahren angefangen und Milena sogar mit 3 Jahren, und 7 Erwachsene. Bei den Erwachsenen ist Sigrid besonders zu erwähnen. Sie kommt nur in der Wintersaison zum Tai Chi, weil sie im Sommer außerhalb Berlins wohnt. Außerdem backt sie immer tolle Kekse zu jedem TsT! Danke, liebe Sigrid. Thorben, der mit 6 Jahren angefangen hat, ist 5 Jahre dabei und - im positiven Sinne - Schuld daran, dass ich jetzt seit fast 2 Jahren in der Blindenschule Karate unterrichte. Er hat vom Karate erzählt, so dass ich die Einladung zum Training bekam. Danke Thorben, es macht mir viel Spaß!

Nach den Ehrungen und Gruppenfoto gab es noch eine kleine „Zugabe“: Am 4. Mai hatte Jürgen sein 50-jähriges Karatejubiläum. Er wollte zu diesem Anlass ein kleines Buch schreiben, um Einiges aus dieser Zeit zusammenzufassen. Er entschied sich um und „legte fest“, dass ich über meine 46 Jahre an seiner Seite schreiben sollte und so war pünktlich zum TsT das Buch mit 150 Fotos aus 50 Jahren fertig.

Das wars, dachte ich, doch Jürgen übernahm das Mikro und überreichte mir eine Auszeichnung für mein Engagement für Karate vom Kampfkunst Kollegium; das war eine Überraschung!!!

Wolfgang (auch Karateka) aus der Tai Chi Gruppe bedankte sich dann auch noch mit einer Figur mit Eisendan für unsere Arbeit und die große Mühe, die wir uns immer, auch bei derartigen Veranstaltungen, geben.

Genug Überraschungen und ran ans Buffet. Es gab Kassler mit Kräuterkruste und marinierte Putenbrust. Die Vorbereitung passte auch nicht so gut zum Wetter, denn mein Backofen war mehr als 3 Stunden am arbeiten - schöne Wärmequelle... aber die Begeisterung der Gäste hat mich entschädigt!!

Marion







Motto der Veranstaltung: smile, smile, smile

Kyusho-Seminar mit Thomas Hagemann am 16. Juni 2019



Zum ersten Mal in diesem Jahr fand wieder ein Sado-Maso-Seminar statt. Es gibt keine Veranstaltung, die soviel Schmerz und soviel Freude bringt! 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer ließen sich wieder von Thomas in das weite Feld Kyusho einweihen. Es nahmen dieses Mal relativ viele Neue teil, die schon bei der Erklärung, dass es meistens mit der Reanimation nach neurologischem KO beginnt, leicht zuckten. Aber niemand von den „Zuckern“ glaubt, dass ich Thomas regelmäßig einladen würde, wenn es soooo schlimm wäre, wie es sich anhört.

Thomas ist es wieder gelungen, auch die Neuen zu faszinieren und die „Alten“ weiter nach vorne zu treiben. Es war wie immer, dass die Geräuschkulisse und das Lachen lauter wurden, je mehr Schmerzen alle erlebten. Ich hatte nur ganz wenig bei unseren Neumitgliedern über Kyusho erzählt, denn mir war klar, dass mir niemand glauben würden, was ich erzähle. Sie haben mir heute nach der Stunde bestätigt, dass sie mir kein Wort geglaubt hätten, wie ein kleiner Druck am Fuß so eine Reaktion hervorrufen kann bzw. dass Schmerzen fast völlig verschwinden, wenn man die Hände zur Raute formt bzw. die Zunge hinter die Zähne legt - und alles wieder aufgehoben wird, wenn der Angreifer ein Bein hebt... Wer soll das denn glauben, wenn er es nicht selber erlebt hat!!!

Es war wirklich wieder lustig und die Stimmung war toll. Ich sollte im Training abfragen, wer noch Lunge oder Herz 9 usw. zeigen kann; ich kann mir das leider nicht merken... Ich habe nur ein Herz und zwei Lungenflügel und da bin ich schon froh, dass ich deren Standort kenne.

Es ist auch faszinierend, wie schwer entspannte Techniken sind. Thomas ließ die Gruppe an Schlagpolster üben und das sah häufig alles andere als entspannt aus. Voll drauf, war eigentlich nicht das Thema. Nach ein paar Versuchen, klappte es dann schon besser.

Gerade die Erstteilnehmer sind immer wieder erstaunt, wie wenig Kraft so viel Wirkung erzielen kann. Wir hatten nur ganz starke Frauen und Männer vor Ort.

Ich bin gespannt, wer morgen zum Training kommt und wieviele blaue Flecken von den Fehlversuchen zu sehen sind.

Zum Dank für das tolle Seminar überreichte Jürgen Thomas ein Exemplar unseres Buches zum 50-jährigen Karate-Jubiläum von Jürgen. Im Herbst gibt es den nächsten Lehrgang und wir freuen uns auf die vielen Lust- und Frustschreie.....

Marion





In diesem Jahr hatten wir „nur“ 15 ABC-Schützen, die in 5 Einheiten für Einschulungstraining mit Süßkram im Dojo sorgten. Alles Gute zur Einschulung und immer viel Spaß in der Schule!

Marion



Hier werden die Süßigkeiten verteilt...



Kampfrichterfortbildung am 31. August 2019



Eine Woche vor unserem Kata-Cup gab es von Jürgen noch eine Auffrischung für die „alten“ Kampfrichter und eine Einführung in die „Geheimnisse“ des schiedsen für Interessierte. Bei über 30 Grad waren insgesamt 19 anwesend, um in Theorie und Praxis zu üben. Natürlich ist so eine Fortbildung nur mit Kataläufern möglich und da waren 4 Freiwillige zur Stelle: Luisa, Mauricio und Lazar und auch Caro, die wieder als Kampfrichterin zur Verfügung steht und nicht selber startet.

Die Kataläufer sorgten noch für etwas Verwirrung. Luisa und Mauricio hatten von mir den geheimen Auftrag, Fehler einzubauen wie zum Beispiel die falsche Kata laufen oder das Ende mit einer anderen Kata zu tauschen. Es ging mir nicht darum, die Kampfrichter zu testen, ob sie die Fehler sehen, sondern dass sie auf alle Eventualitäten wie falsche Kata oder falsche/fehlende Techniken vorbereitet sind. Beide sowie Caro, die eine eigene Kata aus verschiedenen Sequenzen anderer Katas kreierte, haben ihre Rolle perfekt gespielt und ohne eine Miene zu verziehen ihre Katas präsentiert. Es war wirklich schwer für die Kampfrichter, die falschen Techniken sofort zu erkennen, bevor die Kata - z. B. Geki Sai Dai Ichi 26 Sekunden - vorbei war. Einige überlegten, andere sahen die Fehler oder konnten sie von ihrer Position aus gar nicht richtig sehen. Erstaunlich war, dass unsere jugendlichen Anwärtler die Fehler sofort erkannten; im Training wird das häufig geübt und macht ihnen den „Job“ leichter.

Alle hatten viel Spaß und waren sehr zufrieden mit der Veranstaltung. Sie fühlen sich jetzt gut vorbereitet, weil es wahrscheinlich keine Fehlermöglichkeiten gibt, mit denen sie nicht umgehen können.

Jürgen war auch sehr zufrieden, denn alle Kampfrichter wie Anwärtler haben sehr gut geschiedst. Niemand hatte mit seiner Wertung nach oben oder unten überzogen!

Danke an alle, wir brauchen immer gute Kampfrichter und mit allen zusammen Spaß am Turnier! Der Lohn des Nachmittags: ein Glas Prosecco oder ein Softdrink; wie immer ein innerer Dank!

Marion

1. August - ein Datum und drei Jubiläen



Am 1. August 2007 wurde die Budo Akademie Berlin, Dojo I, eröffnet und das erste Training fand um 18.45 Uhr statt. Das war vor 12 Jahren.

Mein Büro war damals in Steglitz und da das Haus nicht gerade voll vermietet war, bekam ich in der ersten Etage zwei Büroräume und zwar zum 1. August 2008. Das war vor 11 Jahren, auch wenn ich zwischenzeitlich die Etage gewechselt habe.

Die Trainingsgruppen wurden voller. Auf der Suche nach einem „Warteraum“ im Gebäude erhielt ich das Angebot,



Konichiwa



das heutige Dojo II komplett anzumieten, nicht nur den Wartebereich. Zum 1. August 2009 hatte ich so noch eine Etage im Haus gemietet. Das war vor 10 Jahren.

Ich gratuliere mir und der Budo Akademie Berlin!!!!

Marion

Zwei Prüfungen am 23. September 2019



Zwei Prüfungen an einem Tag sind wirklich nichts Besonderes. Auch Duo Frau und Mann ist nicht einmalig aber dieses Mal war es etwas anders:

Kamila, jetzt 9. Kyu, und Claus-Dieter, jetzt 2. Kyu, trennen rund 50 Jahre Altersunterschied zwischen Mitte 30 und Mitte 80.

Das ist wohl nur im Karate möglich, dass verschiedene Generationen zusammen weiter nach vorne kommen und dabei auch noch Spaß haben.

Gut gemacht; herzlichen Glückwunsch an beide Karateka, auch wenn ich so langsam „Schwarz“ für Claus-Dieter sehe... nämlich den Schwarzgurt!!!

Marion



Goju-Ryu Sommerlehrgang in Potsdam am 17. und 18. Potsdam



Auf dem wundervollen Gelände von LOKxxx fand der Sommerlehrgang statt. Olaf Gutowski hat diese Veranstaltung sehr gut organisiert und tolle Trainer eingeladen: Dr. Martina Lohmann, 7. Dan, Thomas Richtsteig, 5. Dan und Mathias Gäbel, 5. Dan. Etwas über 50 Karateka aus 5 Bundesländern und 3 Verbänden (DKV, Kampfkunstkollegium, Karate Shotokan Akademie) nahmen daran teil. Von uns konnten 11 Karateka und ich als Fotografin vor Ort sein.

Jeder der Trainer hatte seine Schwerpunkte. Martina fing mit Erwärmung und sehr guten Übungen an. Meine Karateka wollten sich schon vor Ort bei mir versichern, dass ich in der nächsten Einheit am Vormittag nicht alle Aufwärmübungen einbauen soll. Auch die anderen Technikübungen waren sehr gut und anspruchsvoll; die Einheit ging rund 1,5 Stunde.... Anschließend wurden die Gruppen geteilt z. B. Bunkai von Tensho bei Olaf Gutowsky, Bokken bei Mathias und Kumiteübungen bei Martina. In der nächsten Einheit wechselten die Gruppen und es gab noch die Einheit Bunkai bei Thomas, sowie parallel Bodenkampf bei Mathias. Der bodenkampf kam bei Hartwig und Klaus sehr gut an, wie einige Fotos beweisen können.

In der Mittagspause konnten die Erfahrungen aus den einzelnen Einheiten ausgetauscht werden und die Gruppen sortierten sich neu. Bokken-Training fand im Freien statt, mit toller Kulisse des Wannsees im Hintergrund!

Zum Ende der Veranstaltung gab es noch eine Drachenbootfahrt mit Spielchen auf dem Wasser und Eis kaufen unterwegs. Wer nicht mitpaddeln wollte, konnte sich schon am Grillstand mit leckeren Würsten, gegrillter roter Beete, Salate und Getränken stärken.

Das Beste an Lehrgängen ist immer der Austausch mit anderen Karateka. Egal, ob man in Erinnerungen schwelgt, aktuelle Situationen bespricht oder einfach nur neue Karateka kennen lernt.

Danke an Olaf und sein Team für die gelungene Veranstaltung. Nicht alle von uns können am Sonntag teilnehmen aber der Samstag war echt top! Wir freuen uns auf das nächste Jahr!

Marion







Berliner Kata-Cup am 7. September 2019



Nachdem im letzten Jahr der erste Kata-Cup stattfand, wurde er in diesem Jahr wiederholt. Es waren 123 Meldungen aus 13 Dojos eingegangen. Diese kamen nicht nur aus Berlin sondern auch aus Brandenburg, der Niederlausitz und Polen. Die Altersklasse war in diesem Jahr extrem: von 5 bis 84 Jahre! Die beiden 5-jährigen Kinder, Mia und Aleksander kamen von uns der junge 84-Jährige aus dem Dojo Karate Club Kaulsdorf. Karate ist also eine Sportart für jedes Alter - sogar im Wettkampfbereich. Vor Beginn des Turniers erhielten die Dojoleiter ein

kleines Dankeschön, dass sie ihre Karateka angemeldet haben.

Das Turnier fand auf zwei Kampfflächen statt und die Kampfrichter, die teilweise auch Starter waren, rotierten zwischen Start und Stuhl. Alles klappte hervorragend und die Wertungen waren alle einwandfrei.

Es gab wieder viele Erststarter - nicht nur von uns... Ihre Reaktionen waren durchweg positiv bei den Erststartern und alle wollen wieder antreten. Auch unsere Späteinsteiger Monika, Yvonne und Michael, alle Gelbgrüne, fühlten sich großartig und im nächsten Jahr muss ich - zumindest bei diesen - keine Überzeugungsarbeit leisten. Auch Lisa, Erststarterin aber nur in Kata Team, wird im nächsten voll mitmachen! Diese Beispiele zeigen, welche positiven Auswirkungen ein Start bedeutet - nämlich die eigenen Befürchtungen und Ängste zu überwinden und Spaß haben. Die beiden 5-jährigen Starter zeigten tolle Leistungen, Glückwunsch! Horst, der älteste Starter, war für viele ein Vorbild, dass Karate eine lebensbegleitende Sportart ist und jeder nach seinen Fähigkeiten die Kata läuft. Natürlich lief er ruhiger, aber das macht eine Kata nicht weniger attraktiv und ausdrucksstark. Es sollten mehr ältere Karateka den Schritt wagen, dann kann man auch über eine Altersklasse über 56 Jahre nachdenken.

Im Imbiss sah es wieder toll aus. Die Kuchen waren vielfältig und lecker und die Brötchen sehr appetitlich. Danke an die Kuchenbäcker, die Brötchenschmierer, den Medaillensortierprofi, die Helfer beim Auf- und Abbau, den Listenführern, den Kampfrichtern und meinem Assistenten Max, gerade 4 Jahre alt, sehr aktiv bei der Siegerehrung als Kissenträger und Lutscher Verteiler. Es gab wieder zwei 3. Plätze, eine personalisierte Urkunde für jeden und für die Kinder/Jugendlichen einen Lutscher, falls es nicht für eine Medaille gereicht hat. Glückwunsch an alle, ihr wart toll!

Im Vorraum hatten wir dem KinderZukunftsKonzept die Möglichkeit eingeräumt, dieses den Eltern vorzustellen und darüber zu informieren. Als Dank gab es u. a. Heliumballons für alle Kinder - allerdings nach ihrem Turnierende.

Marion







Offene Landesmeisterschaft Karateverband Brandenburg am 14. September 2019



In diesem Jahr fand das Turnier in Brandenburg an der Havel statt. Eine sehr schöne Halle mit 3 Kampfflächen. 473 Starts aus 41 Vereinen waren gemeldet und wir natürlich wieder mit dabei! Morgens um 8 Uhr fuhren wir los und um 20 Uhr waren wir wieder in Berlin. In dieser Zeit habe ich fast 8.000 Schritte = 5,3 km in der Halle zurück gelegt. Dass das Turnier etwas länger dauern würde, war klar, denn es wurde erstmals nach dem Punktesystem im Bereich Kata geschiedst. Anders als bei unseren Turnieren gingen von jedem Pool die besten 4 in die

nächste Runde bzw. Zwischenrunde bei größeren Pools und dann kämpften die Besten um die 3. Plätze bzw. um den Titel. Die Anlaufschwierigkeiten gab es natürlich an den Tischen und auch einige Kampfrichter hatten offensichtlich Schwierigkeiten, die Punkte gerecht zu verteilen. Einige Ergebnisse erzeugten großes Staunen. So ist es, wenn es Veränderungen gibt. Aber es war trotzdem eine ruhige und freundliche Stimmung in der Halle und alle probierten, das Turnier gut durchzuführen, was auch gelungen ist. Herzlichen Dank und Glückwunsch an das Ausrichter-Team!

Das Turnier war in vielen Bereichen seeehr gut besetzt: Bei unseren Jungs waren 22 bzw. 28 Starter und sogar in der niedrigsten Klasse, Kinder A bis 9 Jahre, gab es 12 bzw. 13 Starts. In dieser Disziplin hatten wir drei Mädchen und zwei Jungs am Start. Malik wird erst noch 7 in diesem Jahr und Luca wird 8. Luca konnte den 3. Platz erkämpfen, obwohl einige Starter bereits 9 Jahre alt waren. Das ist ein toller Erfolg. Bei den Mädchen lief es auch sehr gut. Mia ist Vizemeisterin und Luisa und Milena belegten jeweils den 3. Platz. Das Siegerpodest war stark in unserer Hand. Toll gemacht!

In der Disziplin Schüler B waren 22 Starter, darunter Mauricio und Roman von uns. Für eine Medaille hat es leider nicht gereicht. Bei den größeren Jungs Schüler A konnten sich Martin und Paul zwei Mal durchsetzen und in der letzten Runde war für Martin mit einem 5. Platz Schluss und Paul belegte den 3. Platz. Alle haben ihr Bestes gegeben, dafür Glückwunsch!

In Kata-Team waren 7 Teams am Start und wir belegten 2 x Platz 3. In Kumite gab es einen Meistertitel und zwei dritte Plätze. Bei den Veteranen wurden die Starterlisten kürzer und so konnte fast jeder von unseren Karateka schon mit einer Platzierung rechnen; aber alle haben eine erkämpft. Nach langer Zeit ist Jürgen auch wieder angetreten und als Brandenburger Meister auf Platz 1 gelandet. Der „Alte“ hat es noch drauf! Die Fangemeinde jubelte natürlich lautstark auf der Tribüne.



Fazit: Trotz Anlaufschwierigkeiten kommen gerechtere Bewertungen zustande und die nächste Meisterschaft wird noch besser.

Mit dem Ergebnis

4 x Platz 1

6 x Platz 2

11 x Platz 3

sind wir sehr zufrieden. Der Medaillenspiegel wird zeigen, welche weiteren Platzierungen wir belegt haben.

Marion

Ergebnisliste:

1. Platz

Aylin (Kumite)

Caro 2 x

Jürgen

2. Platz

Mia

Angela

Caro

Heidi

Peja

Piotr

3. Platz

Lazar (Kumite)

Luisa

Luca

Milena

Paul (Kata + Kumite)

Angela

Heidi

Piotr 2 x

Team I (Felix, Paul, Roman)

Team II (Lazar, Mauricio, Tristan)

5. Platz

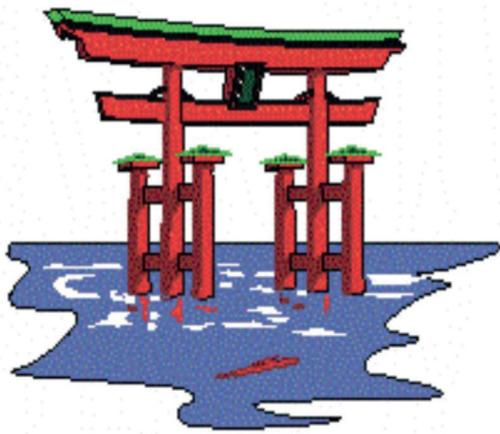
Malik

Matin (Kata und Kumite)

Tristan Kumite

Weitere Platzierungen sind noch nicht bekannt; Ergebnisliste fehlt noch.





International Banzai Cup am 5./6. Oktober 2019



1394 Starts aus 188 Dojos aus 34 Nationen waren zum alljährlichen Banzai-Cup an zwei Tagen auf 9 Kampfflächen gemeldet. Von uns waren nur drei Masters bereit, den Stress auf sich zu nehmen.

Das Turnier wurde erstmals mit Punktwertung im Katabereich durchgeführt und - selbstverständlich - gab es auch hier Startschwierigkeiten, die leider zulasten der Sportler gingen.... Die Bedeutung von Mittelwert war offensichtlich noch nicht allen Kampfrichtern bekannt.

Die älteste Masterklasse war +40 und unsere StarterInnen waren von Mitte 50 bis Anfang 60... Alter ist keine „Ausrede“ und so konnte sich Piotr den 1. Platz erkämpfen. Herzlichen Glückwunsch!

Dank seiner Leistung belegten wir Platz 37, was bei dem großen Teilnehmerfeld natürlich eine gute Platzierung ist und sind nach Banzai (Platz 5) der zweiterfolgreichste Verein aus Berlin!

In diesem Jahr hat Piotr „nur“ noch zwei Turniere vor sich und wir drücken ihm schon jetzt die Daumen!

Marion



Tai Chi für Kinder/Jugendliche am 14. Oktober 2019



Als kleine Ferienaktion gab es in diesem Jahr Tai Chi für Kinder/Jugendliche. Es konnten natürlich nicht alle Interessierten teilnehmen, weil sie leider verreist waren...

Erwartungsgemäß haben die Karateka die Bewegungen und Figuren schnell umsetzen können, da Tai Chi als Kampfkunst und Karate als



Kampfsport viele Ähnlichkeiten aufweisen. Das „Problem“ des schulterbreiten Standes fällt bei dieser Gruppe schon einmal weg. Nach einer Stunde lief die 10er Form ganz gut, sodass wir auch noch kurz die Kleine Harmonie und deren Bedeutung durchnehmen konnten.

Ich hoffe, alle konnten entspannt ins Bett gehen...

Marion



11. WUKF European Karate Championship in Dänemark 24. - 27. Oktober 2019



Wer hat aus der Budo Akademie daran teilgenommen - richtig, Caro und Piotre waren vor Ort und gleich am ersten Tag der EM am Start in den Klassen 51 - 60 Jahre. Bei diesem Turnier waren die Kampfrichter mit dem Punktesystem vertraut - ist Standard bei der WUKF - und so kam es zu einer korrekten Bewertung aller Starter. Das Teilnehmerfeld war sehr gut und Caro verließ die Matte als Vize-Europameisterin.

Herzlichen Glückwunsch!

Piotre musste sich mit dem undankbaren 4. Platz zufriedengeben. Leider gab es keine zwei 3. Plätze... Glückwunsch, man muss erst einmal so weit kommen!!!

Marion





100 Kata Challenge am 25. Oktober 2019



An diesem Tage sollten weltweit alle Karateka an dieser Challenge teilnehmen - initiiert aus Okinawa - um an den Tag der Namensgebung KARATE vor über 80 Jahren zu erinnern.

Wir waren - natürlich - dabei. Die Vorstellung, 100 x eine Kata zu laufen, ist schon respekteinflößend und die Frage stellt sich, ob man es schafft... Natürlich schafft man das, denn die 100 Wiederholungen werden natürlich nicht mit voller Power ausgeführt!

Im Dojo I waren 26 Erwachsene und im Dojo II 4 Erwachsene und 25 Kinder und Jugendliche, die sich der Herausforderung stellen wollten. Im Dojo I wurde Geki Sai Dai Ni gelaufen und im Dojo I Geki Sai Dai Ichi.

Nach 25 Wiederholungen, kam mir die Zeit recht kurz vor und nach 50 gab es eine kleine Unterbrechung und Motivationskekse - je nach Gefühlslage. Es ging dann zügig weiter und plötzlich waren 75 Wiederholungen geschafft und dann 100!!! Wow, das war ein tolles Gefühl. Im Dojo I wurden die letzten 10 Kata mit Power gelaufen, im Dojo II durften die Kinder und Jugendlichen noch einmal nach Gruppen getrennt, ihre Kata mit Power zeigen. Dank an Christian und Lars, die aus gesundheitlichen Gründen „nur“ Zähler bzw. Fotograf sein konnten.

Es hat allen sehr viel Spaß gemacht und alle waren stolz auf die eigenen Leistungen. Als „Beweis“ gab es natürlich eine entsprechende Urkunde. Die Altersspanne reichte von 6 bis 69 Jahre. Wieder ein Beweis dafür, dass Karate für jedes Alter geeignet ist!

Wir freuen uns schon, auf den 25. Oktober 2020!

Marion





100 KATA
FOR KARATE DAY

||||| 50
Bergfest !!

||||| 90
Endspurt !!

||||| 100 !!



Kyusho-Seminar mit Thomas Hagemann am 26. Oktober 2019



Bei bestem Herbstwetter fanden sich 19 Interessenten, 8 davon zum ersten Mal, zum letzten Kyusho-Seminar für diese Jahr hier ein. Ich „warnte“ sie also eindringlich vor den Folgen, wenn sie nicht der Anweisung „reiben“ nachkommen. Thomas bestätigte die Auswirkungen noch einmal und gab eine kurze Einführung über Herkunft, Sinn und Zweck vom Kyusho und begann das Training locker mit dem Thema Körpermechanik, hier das Zwicken. Hörst sich locker an, kann jeder. Aber... Zwicken und Zwicken ist nicht das Gleiche! Viel Haut oder wenig, welche Finger oder Gelenke benutzt werden und dann kommt noch dreidimensionales Zwicken hinzu. Wer hätte dem einfachen Zwicken so viele Varianten zugetraut - Thomas macht es möglich. Es ging weiter mit den üblichen leicht und stark schmerzhaften Aktionen und vor der Kaffeepause war das Thema Schmerzempfindlichkeit von Lunge 8 und 10 aktuell.

Es ging dann schnell weiter runter zu den Füßen und rauf zum Bauch und einige Techniken z. B. aus der Kata Gekisai Dai Ichi wurden den Teilnehmern durch den Bezug zu den Vitalpunkten klar bzw. klarer. Thomas versteht es immer wieder die Teilnehmer zu begeistern und auch den Bezug zum Karate - auch für Anfänger - herzustellen.

Die Stimmung ist ja immer sehr gut und der Schmerz wird einfach weggelacht oder weggezuckt. Auch die Wirkung von kraftlosen Techniken ist immer wieder für Neue faszinierend und sie hätten die eine oder andere Wirkung gar nicht für möglich gehalten.

Es war also wie immer: interessant, lehrreich, spannend, schmerzhaft und ganz toll! Danke und bis nächstes Jahr!

Marion





Halloweentraining am 31. Oktober 2019



Ein Halloweentraining ohne Tränen... das ist nicht alltäglich bzw. alljährlich! Offensichtlich haben sich dieses Jahr nur die Mutigen angemeldet. Die Gruppen waren wie immer nach Alter getrennt und so waren auch die Spielchen unterschiedlich.

Die kleinen Monsterkarateka stehen auf Stoptanz, Froschhüpfen und Ballontragen und die größeren durften ihre Kräfte nach Ballontragen beim Kürbistragen zeigen. Von außen die innere Gruppe mit Flummies abwerfen ist zur Zeit der große Hit und ziemlich anstrengend...

Das Wichtigste bei allen Spielen sind die Bestrafungen oder Belohnungen: z. B. faulige Würmer, tote Mäuse, Giftperlen essen oder Monsterschleim trinken; ohne diese kulinarischen Leckerbissen ist Halloween kein Halloween...

Zum Abschluss beider Gruppen gab es eine kleine Vorführung für die Eltern. Bei der ersten Gruppe waren es Karatetechniken mit HUUU HUUU statt Kiai und die Reihen nach Themen sortiert. Die zweite Gruppe hat mehr zu bieten und lief Fukyu Dai Ichi nach Musik mit Huu Huu und Hüpfen. Vor dem Gruppenfoto kam meine übliche Frage, ob die Karateka auch Süßigkeiten von mir erwarten - die Antwort war natürlich JA! Wer so fragt, kann keine andere Antwort erwarten. Es gab Orangen als Kürbis „verkleidet“ und zum Ende aus meiner Schatzkiste gefangene kleine Baisersgespenster...

Die Eltern geben sich immer viel Mühe, ihre kleinen Monster zu verkleiden und es waren zwei nette Stunden. Nächstes Jahr fällt Halloween leider aus; der 31.10. ist ein Samstag....

Marion







Rope Skipping Wettbewerb am 3. November 2019



Wir hatten zwei Jahre keinen Termin frei für dieses Event aber in diesem Jahr gab es noch einen freien Sonntagnachmittag.... 30 Karateka waren gemeldet, 26 in den Altersklassen 5/6, 7/8, 9/10 und über 13 Jahre kamen an. Die Modalitäten waren die Gleichen wie zuvor:

1. Disziplin Anzahl der Seilsprünge in einer Minute
2. Disziplin Anzahl der Seilsprünge ohne Fehler
3. Disziplin Grand Champion, alle Sieger gegeneinander

Dojo II war gefüllt mit Familienangehörigen, die wirklich für tolle Stimmung sorgten. Sie jubelten allen Starterinnen und Startern zu und belohnten alle Leistungen mit Applaus.

Die Leistungen waren teilweise atemberaubend, nicht nur bei den Springern: Aleksander z. B., der im Dezember 6 Jahre alt wird, schaffte 133 Sprünge in einer Minute. Als Vergleich: die höchste Anzahl lag bei 183 von Martin in der Altersklasse über 13 Jahre. Als Zähler stellten sich Laura und Jürgen zur Verfügung und entschieden sich gleich nach dem Einspringen, lieber mit Klicker zu zählen, weil sie schon die hohen Wiederholungen sahen.

Bei der zweiten Disziplin kommt es nur auf Nervenstärke an. Tristan (über 13 Jahre) konnte hier zeigen, dass er der Champion ist und zwar in Folge. Mit 614 Seilsprüngen ohne Fehler war er mit 300 noch besser als Mia (7/8 Jahre). Die Leistung vom letzten Wettbewerb vor 2 Jahren wurden damit übertroffen.

Als die Sieger der einzelnen Gruppen feststanden, wurde der Grand Champion gesucht und zwar in der ersten Disziplin, 1 Minute springen. Die meisten Sieger steigerten ihre Sprungleistungen noch und Niklas belegte mit 191 Sprüngen den 1. Platz und ist somit Grand Champion.

Die Veranstaltung war nach rund 1 1/2 Stunden vorbei und viele glückliche Gesichter - auch bei den Familienangehörigen - waren zu sehen. Es hat allen viel Spaß gemacht und niemand ging mit leeren Händen nach Hause: eine personalisierte Urkunde für alle und Lutscher oder Süßkram-Burger für diejenigen, die leider keine Medaille erkämpfen konnte.

Glückwunsch an alle Kinder und Jugendlichen für diese beeindruckenden Leistungen!

Marion



1 Min. springen

1. Platz

Aleksander	133
Philip	166
Niklas	178
Matin	183

2. Platz

Konstantin	129
Luca W	158
Mauricio	175
Tristan	176

3. Platz

Mia K	116
Yunus	142
Anna-Sophia	142
Aaron	153

fehlerfrei springen

1. Platz

Luca H	110
Mia X	312
Mauricio	225
Tristan	614

2. Platz

Aleksander	50
Abishaa	50
Alina	140
Naemi	164

3. Platz

Mia K	44
Anna-Sophia	122
Niklas	39

Grand Champion

1. Platz

Niklas	191
--------	-----

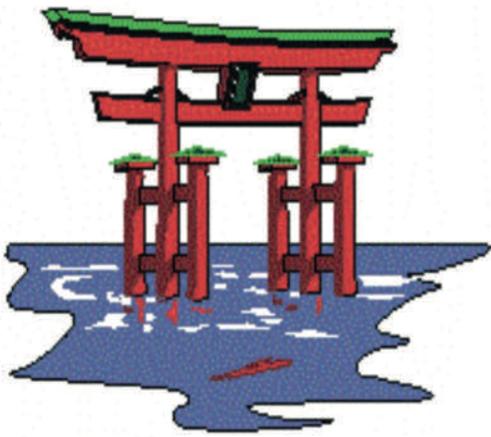
2. Platz

Tristan	181
---------	-----

3. Platz

Philip	169
--------	-----





Internationale Harzmeisterschaft am 2. November 2019



In diesem Jahr nahmen nur Caro und Paul an diesem Turnier teil. Wir selber konnten nicht vor Ort sein und die anderen Karateka waren nach einem anstrengenden Jahr nicht so begeistert, noch an einem Turnier teilzunehmen bzw. die Uhrzeit der Abfahrt mit dem Reisebus wirkte leicht abschreckend...

Caro konnte mit zwei Platzierungen (2. Platz Kata Ü30, 3. Platz Kata Ü40) den Trip nach Ilsenburg krönen; Paul musste sich mit gesammelter Erfahrung zufrieden geben. Glückwünsch an beide!



Jetzt ist die Wettkampfsaison 2019 beendet und wir werden im nächsten Jahr wieder in kleiner oder großer Besetzung an dem einen oder anderen Turnier teilnehmen.

Marion



Weihnachtstraining am 20. Dezember 2019



Alle Jahre wieder kommt das Weihnachtstraining! Könnte man auch vertonen....

Natürlich gab es wieder zwei Gruppen, denn 84 m² Mattenfläche haben auch ihre Grenze. Natürlich waren schon einige Kinder gleich nach der Schule auf den Weg in die Weihnachtsferien aber ganz allein war ich natürlich nicht; trotz einiger Krankheitsfälle.

Die erste Gruppe brauchte natürlich viel mehr Betreuung beim Fröschehüpfen, Schneeballpusten und Becher abwerfen. Außerdem mussten wir kurz für die kleine Vorstellung für die Eltern üben: Alle Kinder stehen in 5er Reihen und zeigen Karatetechniken, unterbrochen von Hampelmänner. Für die zweite Gruppe hatte ich ein super witziges Spiel gekauft:

Ein Karateka setzt ein sehr dekoratives Hirschgeweih auf und sein Team muss versuchen, vier Reifen auf das Geweih zu werfen. Alles natürlich aus Plastik und musste vorher von den Teams aufgeblasen werden. Es war richtig lustig.

Diese Gruppe führte natürlich auch etwas vor und zwar Tatami no Kata nach Musik.

Zum Ende der Gruppen kam von mir die Frage, wer denn im letzten Jahr immer artig war - alle natürlich! Also durften sich alle in eine Reihe anstellen und jeder ein Lebkuchenherz vom Gestell abhängen und sich zum Gruppenfoto aufstellen. Das klappte dieses Mal sehr gut und zum Abschluss funktionierte auch das Video mit Weihnachtsgruß und winken! Eine große freudige Überraschung für mich und auch für die Eltern.

Nach den Trainingseinheiten kam ich mir vor wie an Weihnachten: Geschenke, Geschenke, Geschenke! Ganz herzlichen Dank für die vielen schönen und leckeren Sachen - offensichtlich war ich auch das ganze Jahr artig.... ;-))

Nach dem Spaßtraining gab es noch richtiges Training für die großen jungen Karateka. Auch ohne Spielchen gab es natürlich Lebkuchenherzen, wie die ganze Woche zuvor während des Trainings für Nichtteilnehmer am Weihnachtstraining, und ein kleiner Kraftakt nämlich die Matten für die Veranstaltung TsT am Samstag aufzunehmen. Schnell und routiniert bewältigten sie wieder diese Aufgabe. Tolle Karateka, herzlichen Dank!

Allen eine schöne und besinnliche Weihnachtszeit!

Marion





TsT
am 21. Dezember 2019



Einmal TsT - immer TsT, also Trinken statt Training. Das Wort Weihnachtsfeier ist kurz vor dem Weihnachtsfest fast schon negativ besetzt, weil viele Eltern zig Weihnachtsfeier in der Kita, Schule, Musik- oder Sportschule hinter sich hatten und dann nicht auch noch - nach Betriebsweihnachtsfeiern - bei uns an einer Weihnachtsfeier teil nehmen möchten. Das Wort würde auch zu unserer Veranstaltung nicht passen, denn es geht ganz zwanglos zu. Nach einer ruhigen und harmonischen Vorführung der Tai Chi Gruppe gab es noch zwei Ehrungen für 5-jährige Mitgliedschaft, beide hatten im Sommer andere Termine und gehören jetzt zu den 25 % unserer Mitglieder, die länger als 5 Jahre dabei sind - dann ein kleines Buffet. Tradition wird bei uns groß geschrieben und so gab es wie immer Schmalz - von meiner Mutter selber zubereitet - Krustenbrot mit Schwarzwälder Schinken und Gemüsesticks mit Apfelmehrrrettichdip - von mir geschnippelt und zubereitet. Für Süßes in Form von Kuchen und Keksen war auch gesorgt und natürlich für T (Trinken). Renner waren wieder die starken alkoholfreien Getränke wie Bier und Sekt!

Es war wieder eine tolle Gruppe aus unterschiedlichen Trainingseinheiten: Anfänger und Fortgeschrittene aus den Vormittags- und Nachmittagsgruppen, Alt- und Neumitglieder und viele mit Partnerinnen oder Partner! Eine große Sportfamilie und ganz harmonisch, was nicht bei jeder Familie über Weihnachten vorprogrammiert ist...

Es hat allen wieder viel Spaß gemacht und die leichte Kost vor den schweren Tagen kam auch wieder gut an, so dass es keinen Grund gibt, mit der Tradition zu brechen.

Auch an diesem Tag gab es für uns Geschenke, für die wir uns ganz herzlich bedanken! Es war wie Weihnachten!!!!

Die Pause bis zum 6. Januar bedauern heute noch einige aber wenn es erst einmal los geht mit den guten Tagen, werden sie doch froh sein, dass die Couch den Kampf gegen den Sport gar nicht erst antreten muss.

Wir nutzen die Zeit am Montag mit Hilfe unser jungen Karateka zum Mat-tenverlegen und Erholung für Geist und Körper.

Wir wünschen allen harmonische Weihnachten und freuen uns auf den 6. Januar 2020!

Marion





