

Karate- und Kobujutsu-Lehrgang in Scheuring am 12. März 2016

Am 12. März kam Sensei Heinrich Büttner (6.Dan Goju Karate, 5.Dan Kobudo, 1.Dan Kyusho Jitsu) bereits zum dritten Mal nach Scheuring, um sein umfangreiches Wissen um die Kampfkunst weiterzugeben.

Nach einer kurzen Einführung, was denn Karate bzw. Selbstverteidigung eigentlich sei, begann das eigentliche Training. In 2 der insgesamt 4 Einheiten wurden Selbstverteidigungstechniken gegen alltägliche Angriffe trainiert. Dabei wurde auch besonders auf den Bodenkampf eingegangen und die Teilnehmer konnten verschiedene Szenarien am Boden üben.

In den 2 Kobujutsu-Einheiten wurde Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen und insbesondere mit dem Tanbo (kurzer Stock, ca. 40cm lang) trainiert.

Dies war sehr interessant und kann auch durchaus in den Alltag übernommen werden. Denn wie Sensei Büttner herausstellte, wurde Kobudo ursprünglich von der Bevölkerung von Okinawa aus der Nutzung „alltäglicher Gegenstände“ heraus entwickelt. Da diese Gegenstände heute meist nicht mehr alltäglich sind (wer läuft schon mit Sai, oder Kama durch die Gegend), könne man sich aber für die Selbstverteidigung an heute alltäglichen Gegenständen orientieren (Regenschirm, Schlüsselanhänger, u.a.). Die Techniken und Prinzipien, wie man mit diesen Gegenständen umgehen kann, sind im Kobujutsu durchaus enthalten.

In der letzten Einheit wurden noch eine Sai-Kata und Einzeltechniken daraus trainiert, wobei hier der Umgang mit dem Sai –wenngleich nicht mehr alltäglicher Gegenstand – eine gute Ergänzung zum Karate-Training darstellt, da man immerhin die Techniken mit einem Gewicht von 1-2 kg in der Hand ausführt und darüber hinaus die Koordination der Hände trainiert.

Besonders gefreut hat uns, dass einige Teilnehmer bis aus dem Erzgebirge und der Oberpfalz angereist waren!



Herzlichen Dank allen Teilnehmern und ganz besonders Sensei Büttner für den gelungenen, äußerst lehrreichen und kurzweiligen Nachmittag hier bei uns in Scheuring!