



BUNDESWEITER KARATE AKTIONSTAG

07. März 2004, 13:11 Uhr

Nordhausen (nnz). Interessante Kampfsportdarbietungen kann man heute nachmittag in Nordhausen erleben. nnz hat vormittags schon zugesehen und ein paar Bilder mitgebracht.



Wer noch mehr Kampfsport sehen möchte und vor allem live, der sollte ganz schnell in die Turmhalle des Humboldt Gymnasiums kommen. Ab 14.00 Uhr zeigen die Sportler des Nordhäuser Karate-Do-Kwai was sie alles zu bieten haben. Das Angebot des Vereins umfaßt nicht nur das klassische Karate, sondern auch Selbstverteidigung, Kobudo und Karate Aerobic. Der Eintritt ist selbstverständlich kostenlos, ebenso wie ein vierwöchiges Probetraining, für alle, die jetzt Lust zum Mitmachen bekommen haben. (wf)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504



JUBILÄUMSPOKAL

14. März 2004, 23:13 Uhr

Nordhausen (nnz). Zum zehnten Mal war die Zweifelder-Halle in Kelbra Gastgeber für den Kyffhäuserpokal. Auch die Nordhäuser Karateka waren wieder einmal sehr erfolgreich.



Von überall her kamen die Teilnehmer, den weitesten Weg hatte aber eine Mannschaft aus Lettland auf sich genommen. Zwei Tage saßen sie im Bus bis sie zu diesem Wettkampf kamen. Rund 620 Starts gab es bei rund 300 Teilnehmern.

Die Erfolge der Nordhäuser in Tabellenform:

Platz	Name	Disziplin
1	Zschörnig, Katy	Kumite B1 - Kinder weiblich -8.Kyu
1	Wenzel, Dennis	Kumite B2 - Kinder männlich -8.Kyu
2	Langenhahn, Lukas	Kumite B2 - Kinder männlich -8.Kyu
3	Lehmann, Ronny	Kumite B2 - Kinder männlich -8.Kyu
2	Gutsche, Cindy	Kumite D01 - Schüler weiblich - 8.Kyu
3	Tesch, Anne- Katrin	Kumite D03 - Schüler weiblich 7.- 6.Kyu
3	Jänicke, Clemens	Kumite D04 - Schüler männlich 7.- 6.Kyu
2	Steinicke, Michael	Kumite F05 - Jugend männlich - 55kg ab 5.Kyu
3	Dürrenberg, Rene	Kumite H02 -Senioren männl Allkat. 7.-6.Kyu
2	Andree, Markus	Kumite H08 - Senioren männlich +75kg ab 5.Kyu
3	Wojna, Nico	Kumite H08 - Senioren männlich +75kg ab 5.Kyu
3	Reichelt, Sarah	Kumite F02 - Jugend weiblich -53kg ab 5.Kyu
2	KDK Nordhausen	Kata A5 - Kinder Team mix

(wf)

[Drucken ...](#)



HARTES TRAINING

09. September 2004, 15:59 Uhr

Nordhausen (nnz). Tamayose Sensei, der große Meister des Kobudo, bat zum Trainingscamp. Zahlreiche Nordhäuser kamen um was neues zu lernen und sich unter den Augen des kritischen Prüfers einen neuen farbigen Gürtel zu sichern. Was sie erlebten berichten sie hier.

Das diesjährige Sommerlager unseres KKD war nicht nur durch seine Teilnehmer aus 6 Nationen ein echter Höhepunkt – vor allem die erreichten Ergebnisse veranlassen



mich, von einem wahren Meilenstein sprechen zu dürfen. Doch der Reihe nach.

Bereits das Wochenende war für alle Tesshinkan-er der erste Pflichttermin, zumindest, wenn man sich am Ende des Sommerlagers einer Prüfung unter den strengen Augen von Tamayose Sensei stellen wollte. Bei strömenden Regen schwammen meine Nordhäuser dann auch über 6 Stunden auf der Autobahn gen Süden, um am Sonnabend pünktlich 14 Uhr in der Trainingshalle in Klatovy zu stehen. Diesem Spezialtraining folgte dann von Montag bis Freitag das Sommerlager. Tamayose Sensei enttäuschte nicht. Er trainierte sein geliebtes Bo-Kihon mit uns nicht nur einmal am Tag, nein, sicher ist sicher, so übten wir es in diesen 7 Tagen mindestens 10 Mal. Dazu Maezato-no-Tekko und –no-Nunchaku sowie die Bo-Kata Shuji-no-kun-sho und Sakugawa-no-kun-sho.

Das Vormittagstraining fand bei strahlendem Sonnenschein auf dem angrenzenden Sportplatz statt. Die Sonne, der Sand unter den Füßen und die Kommandos von Tamayose ließen bei mir schon echte Okinawa-Beach-Training-Gefühle aufkommen – Oh Graus! Nachmittags trainierten wir speziell die Prüfungsprogramme – natürlich erst nach dem Bo-Kihon. Tamayose Sensei zeigte sich diesmal sehr offenherzig. Er erklärte viele Details, zeigte Anwendungen zum besseren Verständnis und war immer ein kompetenter Ansprechpartner.

Sehr gut war diesmal auch, dass mit dem englischen Dolmetscher die Kommunikation doch wesentlich effektiver war, zumindest zwischen Tamayose und ihm, denn das Englisch des Dolmetscher war kaum

verständlich, aber sein Japanisch muss wohl recht gut gewesen sein. Ein Glück für Tamayose.

Ein weiterer Höhepunkt waren auf jeden Fall die Prüfungen durch Tamayose Sensei am Donnerstag Nachmittag. Insgesamt stellten sich 10 Prüflinge dem Test. Die Ergebnisse konnten sich sehen lassen. Den 6. Kyu erreichen Stephan Becsei (Frankfurt/M.) und ein slowakischer Teilnehmer, den 3. Kyu bestand Marcus Lauenstein (Nordhausen). Das hohe Niveau eines 1. Kyu bescheinigte Tamayose Sensei: Andrea Bernhardt (Hattersheim), Matthias Junkherr (Nordhausen) und Hagen Walter (Nordhausen). Bei den DAN-Prüfungen bestanden den 1. Dan Klaus Oblinger (Lauf) und Denis Niedenführ (Jena/Nordhausen), die beide in der Vorbereitung viel Enthusiasmus gezeigt hatten. Und erstmals in Europa gibt es nun auch zwei 2. DAN im Tesshinkan: Joachim Pabst (Hammelburg) und Frank Pelny (Nordhausen) konnten dem strengen Urteil des Meisters standhalten und diese anspruchsvolle Prüfung bestehen.

Die gemachten Erläuterungen auf den Punkt gebracht, lässt sich also wirklich von einem Meilenstein reden. Tesshinkan ist gerade für Karateka eine ideale Ergänzung ihres Systems, da ähnliche Prinzipien gelten, die Stellungen und Kamae fast gleich sind. Lasst uns also das von Tamayose Sensei in uns gesetzte Vertrauen nicht enttäuschen und motiviert möglichst viele Eurer Schüler, Tesshinkan auszuprobieren.

Frank Pelny (nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





KARATEKA KÄMPFTEN IN BAD FRANKENHAUSEN

13. September 2004, 10:17 Uhr

Nordhausen/Bad Frankenhausen (nnz). Zum dritten. Mal trafen sich Karate- Sportler aller Altersklassen zu den Thuringia Open. Auch Nordhäuser traten an. Die nnz hat die Ergebnisse.

189 Starter aus 26 Vereinen trafen sich in Bad Frankenhause

nen zu den dritten Thuringia Open. Die Sportler traten in den Disziplinen Kata (festgelegte Karateformen, die den Kampf geben einen fiktiven Gegner darstellen) und Kumite (abgesprochener und freier Kampf) an. Es waren Starter aus Nordhausen dabei.



Sieger in der Gesamtwertung wurde der Verein USV Erfurt, der mit allen seinen Bundeskadern am Start war. Der Karate-Do-Kwai Nordhausen belegte in der Einzelwertung den Platz 4 (1x Gold, 3x Silber, 3x Bronze) und in der Mannschaftswertung den Platz 6 (1x Silber, 1x Bronze)

Für Nordhausen kämpften erfolgreich: Khalid Wahib (3. Platz Kumite Senioren), Anne-Katrin Tesch (Zwischenrunde Kata Einzel Schüler) und Diana Fritz (Kata Einzel Schüler). (wf)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





GUTE VORSÄTZE

16. Dezember 2004, 14:58 Uhr

Nordhausen (nnz). Bald ist Jahreswechsel und Zeit für gute Vorsätze. Mehr Sport treiben gehört bei vielen dazu. Wer im nächsten Jahr durchhält, der hat die Chance auf einen neuen Gürtel. nnz mit einem Vorschlag für 2005.

Mehr Sport treiben, gesünder essen, aufhören zu Rauchen, so sieht bei vielen Leuten das neue Jahr aus, zumindest in den ersten Tagen, denn danach werden viele Vorsätze wieder vergessen. Vielleicht fehlt es einfach an der nötigen Motivation. Nicht jedem reicht der Zugewinn an körperlicher Fitneß. Für Kampfsportler sind die farbiger Gürtel die größte Belohnung.



Gestern hatten die Nordhäuser Karateka die Chance ihr Können bei den Prüfungen unter Beweis zu stellen. In diesem Jahr stellten sich insgesamt 52 Prüflinge im Karate, Kobudo und in der SaCO-Selbstverteidigung den strengen Augen des Prüfers und Cheftrainers Frank Pelný. In der Karategruppe Unterstufe (Weiß- bis Orangegurt) waren 28 Prüflinge, in der Mittelstufe (ab Grüngurt) 2 Prüflinge. In der Disziplin Kobudo können nun 9 Mitglieder eine neue Gürtelfarbe tragen und in der SaCO- Selbstverteidigungsgruppe wurden 13 Prüfungen bestanden.

Nicht nur für Kinder lohnt es sich mit dem Sport zu beginnen. Alle Altersgruppen von 8 bis 70 Jahren können 2005 mit dem guten Vorsatz Karate zu betreiben starten und nach einem halben Jahr den gelben Gürtel erwerben. Praktische Kenntnisse der Selbstverteidigung werden in der SaCO erlernt. Um dabei mitzumachen, muß man mindestens 14 Jahre alt sein. Neben dem Kobudo, einer Kampfkunst aus Okinawa, wird nämlich auch hier mit Waffen geübt.

Da Erwachsene nicht unbedingt gern mit Kindern und Jugendlichen zusammen trainieren, bietet der Karate-Do-Kwai für Leute über 30 Jahren eine eigene Karate Gruppe an. Besonders Frauen schwören hingegen auf Karate Aerobic, um die Weihnachten zugenommenen Pfunde wieder loszuwerden. Zu moderner Musik werden Bewegungen aus der asiatischen Kampfkunst durchgeführt. Daß das alles bei geschulten Trainern stattfindet, ist selbstverständlich. Die Übungszeitung und weitere Informationen finden Interessierte [hier](#). (wf)