



## 15 JAHRE KARATETRAINING

28. Februar 2008, 12:50 Uhr

Sportbegeisterung hat in Nordhausen eine lange Tradition – und seit 1993 können sich hunderte faszinierte Entspannungssuchende, Fitnessfreunde und Kampfsportler ihre Freizeit nicht mehr ohne den Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. vorstellen.



Obwohl Karate bereits seit 1987 in Nordhausen trainiert wird, gründeten sich die Karate-Sportler erst 1993 ihren eigenständigen Verein. Zum Jubiläum gibt's ein Gratisangebot.

Anlässlich dieses Jubiläums gibt es nun für alle, die erleben möchten, was der Verein Vielfältiges zu bieten hat, die Gelegenheit: am Freitag, den 7. März, werden sich die Türen des Dôjô (Übungsort) in der Sporthalle (Oberstufe) des Humboldt-Gymnasiums in der Blasiistraße in Nordhausen für die interessierte Öffentlichkeit öffnen.

Jeweils im Halbstundentakt werden die verschiedenen Sportarten zum kostenlosen Ausprobieren für Jedermann und natürlich zum Zuschauen angeboten. Los geht es um 16.30 Uhr mit einem Karate-Training für alle Altersgruppen, egal ob Kind oder Erwachsener. Um 17.00 Uhr folgt ein Selbstverteidigungstraining – ideal für Jugendliche und Erwachsene! Anschließend kommen ab 17.30 Uhr die Fitnessfans auf ihre Kosten um zu mitreißender Musik Karate-Aerobic zu üben, was erfahrungsgemäß besonders den Frauen viel Spaß macht. Schließlich gibt es ab 18.00 Uhr auch Zeit zum Entspannen mit der chinesischen Gesundheitsgymnastik Qi-Gong.

Das Training der heute ca. 300 Mitglieder des Vereins in den drei Standorten Nordhausen, Kelbra und Bad Frankenhausen sichern inzwischen 25 lizenzierte Übungsleiter (Stufen C, B und A) ab.

Eine Vielzahl von Titeln bei Landesmeisterschaften, Deutschen Meisterschaften, ja sogar Europameisterschaften und die Teilnahme an einer Weltmeisterschaft zeugen von der hohen Qualität des Trainings im Nordhäuser Karateverein. Bisher schafften es 31 Vereinsmitglieder, die hohen Anforderungen für Meistergrade zu erfüllen und einen schwarzen Gürtel in einer der Kampfsportarten wie Karate, SaCO-Selbstverteidigung und Ryūkyū Kobudō (Waffen-Karate) zu erreichen.

Ab 19 Uhr schließt sich dann für die wahlberechtigten Vereinsmitglieder die Jahreshauptversammlung 2008 mit Vorstandswahl an. Für Essen und Trinken ist gesorgt. (wf)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## KAMPFSPORTLER FEIERN 15 JAHRE

07. März 2008, 18:52 Uhr

**Nordhausen** (nnz). Kampfsport gibt es eigentlich schon viel länger in Nordhausen, aber erst 1993 gründeten die Karatefreunde ihren eigenen Verein. Heute feierten sie ihr Jubiläum.



1993 war es soweit, die Karateka gründeten ihren eigenen Sportverein. Neben dem klassischen Karate wurden bald weitere Kampfkünste angeboten, Kobudo, ein Kampfstil mit Waffen, und SaCo, eine effektive Selbstverteidigungstechnik. Später kamen Karate-Aerobic und Qi Gong dazu. Diese Sportarten erfreuen sich besonders bei Frauen großer Beliebtheit.

Im Jahr seines Jubiläums hat der Verein um Gründer und Trainer Frank Pelny rund 300 Mitglieder. 31 Sportler legten in der Vergangenheit die Prüfung zum schwarzen Gürtel ab. Darauf ist der Trainer zu recht stolz. Alle Kurse für Erwachsene stoßen auf reges Interesse. Nachwuchssportler werden mit dem Projekt Schule und Sportverein geworben. Da die Karateka die Halle des Humboldtgyrnasiums nutzen, arbeiten sie mit der Schule zusammen. In Klasse fünf werden Probetrainings im Unterricht angeboten.

Damit es zum Jubiläum bessere Bedingungen für die Sportler gibt, haben sie während der Winterferien in Eigenleistung die Umkleideräume, Sanitäreanlagen und die Halle selbst frisch gestrichen und ansprechend hergerichtet. Nun hoffen die Karatesportler darauf, daß die verschönerte Sportstätte auch den Schülern gefällt und gut gepflegt wird.

Neben Trainer Frank Pelny halten fünf Sportler dem Verein seit 15 Jahren die Treue. Zwei von ihnen und drei weitere Aktive wurden heute vom Kreissportbund ausgezeichnet. Egbert Gudlat, Stephanie Knoche, Olaf Reichelt, Thomas Jung und Manuela Zupp bekamen die Ehrennadel.

Gefeiert wurde mit einen zweistündigen öffentlichen Training, wobei alle Sportarten gezeigt wurden. Wer wollte konnte mitmachen. Wer Lust bekommen hat Karate oder eine der anderen Kampf- oder Gesundheitssportarten zu betreiben, darf vier Wochen kostenlos am Training teilnehmen. Neugierige finden Infos auch unter [www.karate-nordhausen.de](http://www.karate-nordhausen.de) (wf)



## FÜNF AUF EINEN STREICH

19.Mai 2008, 11:07 Uhr

Das Pfingstweekende 2008, besonders der Sonnabend und Sonntag, waren aufregende Tage für einige Vereinsmitglieder des Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V.: sie stellten sich der Prüfung zu einem DAN, einer Prüfung zu einem schwarzen Gürtel...

Den Anfang machten Michael Lange und Stefan Rochau (Foto) aus dem Dôjô (Übungsgruppe) Nordhausen. Ihre Prüfung fand bereits am Sonnabend in Hildesheim statt. Als Prüfungskommission fungierten Dieter Mansky und der deutsche Karatepionier Albrecht Pflüger (7. Dan). Bereits seit September wurden die beiden von Nordhäuser Cheftrainer Frank Pelny vorbereitet, der selber übrigens Anfang April den 5. Dan bestehen konnte und damit zum Kreis der zurzeit lediglich fünf Ostdeutschen gehört, die eine solche hohe Prüfung im Karate ablegen konnten. Sowohl Michael (zum 1. Dan) als auch Stefan (zum 2. Dan) konnten mit guten Leistungen überzeugen und ihre Prüfung mit Erfolg bestehen.



Am Sonntag folgten dann die nächsten drei Prüflinge, alle zum 1. Dan, dem ersten schwarzen Gürtel. Sarah Reichelt, Dominik Abt und Julia Klinger aus dem Dôjô (Übungsgruppe) Bad Frankenhausen stellten sich in Hermsdorf den aufmerksamen Blicken der Prüfer Lothar Ratschke und Fritz Oblinger (beide 6. Dan). Gut vorbereitet durch ihren Trainer Olaf Reichelt konnten auch diese drei durch gekonnte Darbietungen überzeugen.

Auf diesem Wege herzliche Glückwünsche an alle Prüflinge! Die Erlangung des schwarzen Gürtels und damit eines Meisterranges in der Kampfkunst Karate ist für jeden Sportler ein unvergesslicher Augenblick und erfordert mehrere Jahre schweißtreibenden Trainings. Wer Interesse hat, Karate zu erlernen und zwischen 8 und 70 Jahren alt ist, erhält Informationen unter Tel. 60 47 36 bzw. [www.karate-nordhausen.de](http://www.karate-nordhausen.de) (nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504



## KÄMPFEN ZUM KINDERTAG

05.Juni 2008, 07:10 Uhr

Den Kindertag einmal anders begingen die Kinder und Jugendlichen des Vereins Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V.: Sie wetteiferten am Kindertag anlässlich der Kreisjugendspiele in den Sportarten Karate und Kobudô um die begehrten Medaillen und Urkunden.

Pünktlich um 10 Uhr begann der Wettkampf in der Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums in der Blasiistraße. Fast 40 Starter stellten sich den aufmerksamen Augen der drei Kampfrichter. Alle Teilnehmer, egal ob schon routinierter Kampfsportler oder erst Anfänger, waren sehr motiviert bei der Sache und bemühten sich, das in den vergangenen Wochen im Training Geübte möglichst perfekt zu demonstrieren.

Es traten immer zwei Starter gegeneinander an. Jeder musste erst einzeln eine KATA (Form) demonstrieren. Anschließend mussten sie mit ihrem Partner einige Kampfübungen demonstrieren. Bei einem Unentschieden wurde der Sieger dadurch ermittelt, wer von den beiden Startern den besseren Seitwärtsfußtritt auf ein Schlagpolster ausführen konnte.

Die Teilnehmer waren entsprechend ihrem Niveau in Leistungsgruppen unterteilt, so dass jeder nach seinen Möglichkeiten mithalten konnte. Nach den Wettbewerben im Karate zeigten auch die Kobudô-Sportler ihr Können. Trotz einer guten Wettkampfroutine zeigte doch der eine oder andere Nerven, doch konnten die Leistungen insgesamt überzeugen.

In der Gesamtwertung des parallel laufenden Schulvergleichs der teilnehmenden Schulen gelang es auch in diesem Jahr wieder dem Humboldt-Gymnasium (2/3/2), den ersten Platz zu verteidigen. Auf den Plätzen zwei und drei folgen die Lessing-Regelschule (1/0/1) und die Grundschule Ilfeld (1/0/0).

Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle auch an die fleißigen Helfern und Kampfrichtern, und nicht vergessen werden sollen auch die Eltern und Großeltern, die ihre Kinder und Enkel betreut und motiviert haben. (nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## **MIT 73 JAHREN: 3. DAN IM KARATE!**

29. Juni 2008, 18:10 Uhr

Für die Mitglieder des Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. ist das Jahr 2008 vollgepackt mit Terminen. Neben Training, Wettkampfteilnahmen und einer Trainingsreise nach Okinawa stehen in diesem Jahr auch 10 Prüfungen zu schwarzen Gürteln (Dan-Graden) auf dem Programm.



Einen besonderen Platz nehmen dabei die am Sonnabend stattgefundenen Karate-Dan-Prüfungen ein, zu denen sich insgesamt drei Mitglieder des Nordhäuser Karatevereins der anspruchsvollen Prüfung zum 3. Dan stellten.

Die erste Prüfung fand in Wuppertal statt. Die Prüfungskommission aus Rudolf Riegauf (6. Dan) und Thomas Prast (4. Dan) prüfte Egbert Gudlat zum 3. Dan. Nach anstrengenden Vorführungen, die wirklich keinen Programmpunkt des Prüfungsprogrammes aussparten und Egbert alles abverlangten, verkündeten die Prüfer das Ergebnis: Bestanden! Sie äußerten sich sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen.

Die zweite Prüfung fand anlässlich eines Lehrgangs mit dem Bundestrainer des Deutschen Karate Verbandes, Efthimios Karamitsos (6. Dan), in

Coburg statt. Dort stellten sich Carsten Grabe und Horst Lenewit der Prüfung zum 3. Dan. Etwa eine Stunde lang wurden sie vom Bundestrainer und seinem Co-Prüfer Walter Sosniok auf "Herz und Nieren" geprüft.

Ihr Cheftrainer Frank Pelny (5. Dan), der bei der Prüfung anwesend sein durfte, verglich ihre Leistungen natürlich sehr genau mit den Leistungen der drei anderen Mitprüflinge und konnte zufrieden feststellen, dass sie sich auf jeden Fall im vorderen Drittel der Leistungsspitze befanden. In diesem Sinne lautete dann auch das abschließende Statement des Bundestrainers: Bestanden und eine gute Leistung gezeigt!

Eine seltene Besonderheit dieser Prüfung: Horst Lenewit begeht dieses Jahr seinen 73. Geburtstag! Alle Anwesenden waren begeistert von der Einsatzbereitschaft und dem Leistungsvermögen des "Rentners", der trotz seines Alters keinen Bonus bekam und die gleichen Prüfungsleistungen erbringen musste wie seine 30-40 Jahre jüngeren Mitbewerber. Eine tolle Leistung. Herzliche Glückwünsche an alle Prüflinge!

Wer Interesse hat, Karate, Selbstverteidigung oder Qi-Gong zu erlernen und zwischen 8 und 70 Jahren alt ist, erhält Informationen unter Tel. 60 47 36 bzw. [www.karate-nordhausen.de](http://www.karate-nordhausen.de) (nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## BAGGERLOVE – DIE VIERTE

25. Juli 2008, 07:40 Uhr

Nach vier Jahren Pause geht Nordthüringens größtes Musikfestival in die 4. Runde. Dank der Unterstützung von Bleicherodes Bürgermeister Frank Rostek konnte diese außergewöhnliche Veranstaltung wieder nach Bleicherode geholt werden...



Mit 12 Music-Acts wird nun an zwei Tagen Ende August ein Programm der Superlative geboten. Am Freitag, 29. und Samstag, 30. August sind alle Festival-Liebhaber und Musikbegeisterte auf den Festplatz eingeladen. Am Freitag (Einlass ab 20 Uhr) gehört die große Bühne den DJ's zur Disco-Music-Night. Neben Musik mit Szene-Größen wie Patrick Börsch wird es eine Live-Karate-Show mit Karate-Do-Kwai aus Nordhausen geben.

Am Samstag (Einlass ab 19 Uhr) kommen alle Livemusik Fans voll auf ihre Kosten. Es wird ein Line-Up der Spitzenklasse geboten: mit der bekannten Rockband EMMA (Foto), dem Schauspieler, Stuntman und Sänger Hendrik Duryk (bekannt aus Alarm für Cobra 11, Tatort usw.), der Classic-Rock-Legende TM6 (u.a. Musiker von Jürgen Kerth und Pasch), die Electro-Formation Scheinkraft (Newcomer des Monats im aktuellen Orkus-Magazin) u.v.a.

Kaum zu glauben sind die Eintrittspreise: Das Freitagsticket kostet drei Euro. Der Samstagsesintritt ist für nur sechs Euro zu haben. Und wer beide Tage erleben will, bezahlt für das Kombiticket einmalig 6 Euro. Dieser Preis ist für ein Festival dieser Größenordnung einmalig! Weitere Informationen gibt es im [Internet](#). (nnz)



## JETZT AUCH IN NORDHAUSEN

13. August 2008, 18:42 Uhr

Qi-Gong? Klingt chinesisches! Stimmt, hat aber nichts mit den gegenwärtig laufenden Olympischen Spielen in China zu tun...



*Qi-Gong Lehrerin Ines Weniger (im Vordergrund) mit Martina Wahler (im Hintergrund) bei einer Qi-Gong-Übung*

Der Begriff Qi-Gong bedeutet soviel wie „Arbeit am Qi“ oder „Übungen mit dem Qi“. Dabei bezeichnen die Chinesen mit Qi die innere Energie bzw. Lebensenergie eines Menschen. Qi-Gong ist somit der moderne Oberbegriff für alle Übungen, mit deren Hilfe man versucht, das innere energetische Gleichgewicht, das Körpergefühl und die Lebenseinstellung positiv zu stimulieren und somit eine höhere Lebensqualität und eine bessere Gesundheit zu erreichen. Dies geschieht im Wesentlichen durch bestimmte Körperhaltungen, ruhige Bewegungen und bewusste Atemtechniken sowie durch meditative Konzentration.

In China wird Qi-Gong schon seit vielen hundert Jahren geübt. Aber auch im Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. gibt es seit einigen Jahren eine Übungsgruppe Qi-Gong. Trainiert wird die Übungsgruppe von Anfang an von Ines Weniger, die selbst seit vielen Jahren Qi-Gong bei erfahrenen Dozenten studiert. Jeden Donnerstag von 18.00-19.30 Uhr kann `Jung & Alt` in der Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums in der Blasiistraße in Nordhausen am Training teilnehmen. Hier kann man in einem 4-wöchigen kostenlosen Probetraining herausfinden, ob es einem gefällt. (nnz)



## MEDAILLENREGEN FÜR NORDHÄUSER

12. Oktober 2008, 15:31 Uhr

Für die Nordhäuser Kobudo-Sportler war der gestrige Samstag ein Mammut-Termin: Sowohl der Europa-Cup in der Stilrichtung Tesshinkan als auch die Deutschen Meisterschaften des Kobudo-Kwai Deutschland e.V. waren am selben Tag zu bewältigen. Und nicht nur das...



...der Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. hatte zusätzlich noch die Ehre, beide Veranstaltungen in der Zweifeldersporthalle in Kelbra auszurichten. Trotz dieser geballten Aufgaben bewältigten die Nordhäuser alles souverän. Ein bewährtes Helferteam bereitete schon am frühen Sonnabendmorgen die Sporthalle vor, klebte Wettkampfflächen ab, bereitete die Kampfrichterplätze vor und wurde noch einmal im Wettkampflisten schreiben geschult.

Ab 10 Uhr wurde es dann das erste Mal ernst: der 4. Tesshinkan Europa-Cup begann. Von Anfang an wurde deutlich, dass die Nordhäuser unter ihrem Chef- und Europatrainer Frank Pelny hier eine Favoritenrolle hatten. Auch die Starter aus befreundeten Vereinen in Thüringen und Sachsen-Anhalt stellten ihr hohes Leistungsniveau unter Beweis. Schließlich konnten die Nordhäuser Sportler in den unterschiedlichen Startergruppen zwei Europameistertitel (Hagen Walter, Marvin Mager), zwei Vizeeuropameistertitel (Doreen Schilling, Tobias Völz) und einen dritten Platz (Viktor Vollmer) erringen. Eine tolle Leistung.

Um 12 Uhr fand dann die Eröffnung der Deutschen Kobudo-Meisterschaften statt. Zügig wurden parallel auf zwei Kampfflächen die Wettbewerbe in KATA (Formenlaufen) der Jugend, Schülergrade mix und Meisterklasse mit einteiligen und zweiseitigen Waffen durchgeführt.

Der Abschluss und auch Höhepunkt war der Freikampf mit Soft-BO (gepolsterte Stöcke, Länge 180 cm). In allen Wettbewerben, bei denen Nordhäuser mit am Start waren, bestimmten sie auch entscheidend das Leistungsniveau mit. Insgesamt konnten drei Deutsche Meistertitel, vier Deutsche Vizemeistertitel und fünf 3. Plätze nach Hause geholt werden.

## ERGEBNISSE

### Deutscher Meister:

Tobias Völz / Jugend / zweiteilige Waffen  
Frank Pely / Meisterklasse / zweiteilige Waffen  
Matthias Junkherr / Freikampf

### Deutsche Vizemeister:

Frank Pely / Meisterklasse / einteilige Waffen  
Matthias Junkherr / Meisterklasse / zweiteilige Waffen  
Doreen Schilling / Schülergrade mix / einteilige Waffen  
Viktor Vollmer / Schülergrade mix / zweiteilige Waffen

### 3. Plätze:

Tobias Völz / Jugend / einteilige Waffen  
Viktor Vollmer / Schülergrade mix / einteilige Waffen  
Benjamin Jipp / Schülergrade mix / einteilige Waffen  
Matthias Junkherr / Meisterklasse / einteilige Waffen  
Hagen Walter / Meisterklasse / zweiteilige Waffen

Herzlichen Glückwunsch allen Platzierten, danke für die Teilnahme und ein herzliches Dankeschön an alle Helfer. Interessenten an Karate, Kobudo, Selbstverteidigung, Qi-Gong oder Karate-Aerobic finden im Karate-Do-Kwai Nordhausen einen der qualifiziertesten Partner in Thüringen. Ein prinzipiell 4-wöchiges kostenloses Probetraining für Neueinsteiger gibt jedem die Chance, seine favorisierte Sportart unverbindlich auszuprobieren.  
(nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## FOTOSHOOTING IM KARATE- DO -KWA

03.November 2008, 10:30 Uhr

An einem Septembermontag trafen sich die Mitglieder des Fotozirkels der Volkshochschule Nordhausen mit Ihrer Lehrgangsinstruktorin, Kathrin Kind, zu einem außergewöhnlichen Studienabend im Dōjō des Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V.

Ziel der Kooperation war es, dass die Mitglieder des Fotoklubs ihre theoretischen Kenntnisse in der Sparte Digitalfotografie in der Praxis üben konnten. Im Speziellen ging es darum, Bilder von sich schnell bewegenden Objekten zu fotografieren.

Was war da geeigneter, als die explosiven Techniken der Karatesportler?! Sichtlich beeindruckt von der Disziplin und den korrekten schnellen Körperbewegungen der Karateka und später auch der SaCO-Selbstverteidigungsgruppe ging ein wahres Blitzlichtgewitter über die Sportler nieder. Immer wieder übten die Fotografen, das perfekte Foto zu schießen. So wurde mit Blende, Verschlusszeit, Aufnahmewinkel und Motivauswahl solange experimentiert, bis man mit dem Ergebnis zufrieden war.

Es entstanden eine Vielzahl von gelungenen Bildern der Kämpfer.

Eine kleine Auswahl weiterer Bilder sind auf der Homepage des Vereins unter [www.karate-nordhausen.de](http://www.karate-nordhausen.de) zu sehen. Desweiteren bietet das Karate-Dōjō allen Sportbegeisterten ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Karate-Aerobic, Qi-Gong und Selbstverteidigung (SaCO) an.

Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: [info@karate-nordhausen.de](mailto:info@karate-nordhausen.de) bzw. unter Tel.: (03631) 604736 (nnz)

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## DANK AN FIRMA

01. Dezember 2008, 08:14 Uhr

Bereits am vergangenen Donnerstag beging der Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. seine diesjährige Weihnachtsfeier. Nach unzähligen Trainingsstunden, zehn bestandenen Schwarzgurtprüfungen, drei Deutschen Meister Titeln und einem Europa-Cup-Sieg im Jahr 2008 sicherlich eine verdiente „Maßnahme“, über die nnz berichtet...

Der Tageszeit angemessen, trafen sich von den über 17jährigen über 70 Aktive. Treffpunkt war in diesem Jahr das Bowling-Center in Salza. So konnten Entspannung, Essen, gemütliches Beisammensein und aktive Bewegung in genialer Weise kombiniert werden. In ausgelassener Atmosphäre verlebten die erwachsenen Mitglieder der Sparten Karate-Aerobic, Qi-Gong, Karate, Kobudô und SaCO-Selbstverteidigung einige besinnliche Stunden. Die Letzten fanden sogar erst gegen Mitternacht den Weg nach Hause.

Der Verein möchte sich auf diesem Wege ganz herzlich bei der Firma Hasepass Mineralölvertrieb bedanken, deren Sponsoring wesentlich dazu beigetragen hat, den Mitgliedern diesen Jahresabschluss zu ermöglichen und die den Mut hatte, auch einmal eine „Nicht-Ball-Sportart“ zu unterstützen. Einen Dank auch an das freundliche Team des Bowlingcenters, für das unsere „Massenbelagerung“ sicherlich keine alltägliche Aufgabe war.

„Auch unser Verein lebt natürlich von seinen Mitgliedern. Wir würden uns daher freuen, weitere interessierte Personen in unseren Übungsstunden begrüßen zu können. Aus diesem Grund bieten wir allen Sportbegeisterten ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudo, Karate-Aerobic, Qi-Gong und Selbstverteidigung (SaCO) an“, wirbt Frank Pelny.

*Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: [info@karate-nordhausen.de](mailto:info@karate-nordhausen.de) bzw. unter Tel.: (03631) 604736. (nnz)*

[Drucken ...](#)

© 2000 - 2008 nnz-online – V2.504





## DER ETWAS ANDERE NIKOLAUS

09. Dezember 2008, 10:13 Uhr

Nikolaus - für die meisten Menschen ein Tag, an dem das Wichtigste ist, am Morgen in die Schuhe zu schauen, was die Lieben einem geschenkt haben. Ganz anders sah dieser Nikolaus 2008 für Matthias Junkherr und Hagen Walter aus...

Die beiden Trainer im Nordhäuser Karateverein hatten an diesem Tag den wichtigsten Termin ihrer bisherigen sportlichen Karriere, die Prüfung zum 1. DAN im Karate, dem ersten schwarzen Gürtel.



*Von links: Frank Pelny (5. Dan), Hagen Walter (1. Dan), Efthimios Karamitsos (6. Dan), Matthias Junkherr (1. Dan)*

Bereits am Freitag waren Frank Pelny, der Cheftrainer des Nordhäuser Karatevereins, und die beiden Prüflinge Matthias und Hagen nach Bonn gefahren, um am nächsten Tag ausgeruht zu sein. Der Lehrgang beinhaltete drei Trainingseinheiten. Im Anschluss begannen die Dan-Prüfungen. Die Prüfungen erfolgten in alphabetischer Reihenfolge. Da fast 50 Prüflinge vom 1. bis zum 4. Dan angetreten waren, erfolgte die Prüfung von Hagen Walter erst kurz vor 23 Uhr.

Sowohl Matthias als auch Hagen zeigten außergewöhnlich gute Leistungen. So verwundert es nicht, dass der Prüfer und Bundestrainer des Deutschen Karate Verbandes, Efthimios Karamitsos, sich im auswertenden Gespräch mit Frank Pelny sehr lobend über die beiden Nordhäuser äußerte.

An dieser Stelle sei den beiden Prüflingen herzlich gratuliert und für ihre bisher schon sehr erfolgreiche sportliche Laufbahn auch weiterhin alles Gute gewünscht. (nnz)



## BESTE SPORTLER AUSGEZEICHNET

14. Dezember 2008, 17:55 Uhr

Der Nordhäuser Karate-Verein hatte zum Jahresabschluss eingeladen - und fast 60 Mitglieder waren nach Kelbra gekommen. Da wurde nicht nur gefeiert, sondern auch noch gelernt...



Von links: Jonas Sindermann, Max Schellbach, Florian Bruns, Frank Pelny

Gestern führte der Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. seinen Jahresabschlusslehrgang in der Zweifeldersporthalle in Kelbra durch. Als Gasttrainer konnte Sebastian Edelmann aus Halle gewonnen werden. Der Diplomsportlehrer, Physiotherapeut, 3. Dan Karate, 3. Dan Kobudo und 1. Meistergrad SaCO-Selbstverteidigung konnte mit seinen Übungsideen und seinem methodisch strukturiertem Training die Teilnehmer begeistern. Für jedes Leistungsniveau wurden zwei Trainingsstunden angeboten. Im Anschluss erfolgten durch Frank Pelny (5. Dan) die Gürtelprüfungen für die über 30 angemeldeten Prüflinge vom Weiß- bis zum Braungurt. Dank der vorbildlichen Organisation konnte diese große Prüfungsanzahl sehr schnell absolviert werden. Alle Prüflinge waren gut vorbereitet und bewiesen, dass sie die neue Graduierung verdient haben.

Ein weiterer Höhepunkt dieses Lehrgangs war die Auszeichnung der besten Vereinssportler des Jahres 2008. Den ersten Platz in der Vereinswertung erkämpfte sich Max Schellbach. Für seine kontinuierliche Leistung wurde er mit einem Karateanzug ausgezeichnet. Den zweiten Platz konnte Jonas Sindermann belegen, der dafür mit einer Sporttasche geehrt wurde. Auf den dritten Platz kämpfte sich Florian Bruns vor, der dafür ein Karatebuch erhielt.

Insgesamt war dieser harmonische Lehrgang der gelungene Abschluss eines sehr intensiven Sportjahres. Der Karate-Do-Kwai Nordhausen e.V. wünscht all seinen Mitgliedern und ihren Familien schöne Festtage und alles Gute für das Jahr 2009. Wer Interesse hat, Karate, Kobudo, Selbstverteidigung, Karate-Aerobic oder Qi-Gong zu erlernen und zwischen 8 und 70 Jahren alt ist, erhält Informationen unter Tel. 60 47 36 bzw. [www.karate-nordhausen.de](http://www.karate-nordhausen.de) (nnz)