



NEUES JAHR - NEUES KONZEPT

Donnerstag, 02. Januar 2014, 07:25 Uhr

Das Leben ist Veränderung und nur wer Neues probiert wird sich weiterentwickeln. Das wissen auch die Trainer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen und entwarfen gemeinsam unter der Leitung von Stephanie Knoche ein innovatives Konzept für die Trainingsgruppen der 4-6 jährigen, die Ninja-Kids...



Bewegung ist mit einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung unserer Kinder untrennbar verbunden. Nur so ist es ihnen möglich, die Welt für sich zu entdecken und sich in ihr zurechtzufinden. Im Laufe der Zeit haben sich allerdings die Möglichkeiten dazu aus verschiedenen Gründen geändert, wenn nicht sogar verringert.

Deshalb bieten Kindertrainingsgruppen der Sportvereine, wie beispielsweise die Ninja-Kids des Karate-Do-Kwai Nordhausen, dem Nachwuchs schon im Vorschulalter die Gelegenheit, unter fachgerechter Anleitung lizenziierter Übungsleiter, ihre Kompetenzen in der Motorik, insbesondere Koordination,

Selbstbehauptung und auch Kondition altersgerecht zu entwickeln. In der praktischen Durchführung hatte es sich dabei bewährt, den Kindern durch die Abwesenheit zuschauender Eltern, keine bequeme Möglichkeit der Übungsvermeidung zu bieten und sie auch ein wenig vor dem Ehrgeiz und Übereifer mancher Zuschauer zu bewahren.

Als Ausgleich wurden bisher mehrmals im Jahr offene Übungstage veranstaltet, an denen sich die Mamas und Papas einen Überblick über den Fortschritt ihrer Sprösslinge verschaffen konnten. Dies soll nun alles anders werden! Ab dem ersten Training im neuen Jahr, werden die Kleinen und die Großen gemeinsam trainieren. Schon im Vorfeld wurden neue Trainingsansätze und Durchführungsmethoden besprochen, Gespräche mit den Eltern geführt und spezielle Info-Blätter für sie ausgearbeitet.

Die Vorteile für das neue System liegen klar auf der Hand: nicht nur, dass die Kinder in Form der Eltern ein Stück Geborgenheit mit in die Turnhalle nehmen, die Großen können nun die wachsenden Fähigkeiten ihrer Kleinen stetig verfolgen und hautnah miterleben. Darüber hinaus werden sie auch für den persönlichen Entwicklungsstand ihres Kindes sensibilisiert und erhalten dazu fundierte Anregungen, wo und wie man die individuellen Stufen erkennen, ausbauen und sogar Talente gezielter fördern kann.

Außerdem wird so nun die eher Kita-typische und bisher für den Trainingsablauf notwendige Trennung in ein gemeinsames familiäres Miteinander verwandelt. Und wer weiß, vielleicht entdeckt dabei der eine oder andere Erwachsene ein längst verloren geglaubtes Stück der eigenen Kindheit wieder.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudô, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen



Der neunjährige Leon Schneider (3. von links), Vize-Landesmeister im Karate, trainiert eine Kata.

Foto: Wiethoff

Vom Ninja-Kind zum Cup-Sieger

Der neunjährige Leon trainiert in Nordhausen asiatische Kampfkunst – mit großem Erfolg

Von Martin Wiethoff

Eigentlich wollte sich Leon Schneider nur gut verteidigen können, falls er einmal angegriffen wird. Er ging zu den „Ninja Kids“, der Trainingsgruppe für Vier- bis Sechsjährige. Hier können Kinder erste Schritte in asiatischen Kampfkünsten wagen. Sie lernen noch spielerisch und ohne farbige Gürtel.

Leon entdeckte seine Leidenschaft für Karate. Seit drei Jahren trainiert er mittlerweile beim Nordhäuser Karate Do Kwai e.V. „Am liebsten laufe ich Kata“ sagt er. In dieser Disziplin, den Karate-Formen gegen einen gedachten Gegner, errang er auch Erfolge. Für Wettkämpfe im Kumite, dem Freikampf, ist der Neunjährige noch zu jung. Monatlich nahm er an den vereinsinternen Wettbewerben teil. Jedesmal wurde er Sieger in seiner Altersklasse. Dafür erhielt er zum Jahresabschlusswettkampf in Kelbra einen Karateanzug. Längst

hat er den orangenen Gürtel erkämpft. Dreimal stellte er sich schon den kritischen Augen der Prüfer. Trainer und Vereinsvorsitzender Frank Pelny ist stolz auf die Leistungen des Grundschulers. „Leon wurde Vize-Landesmeister und siegte im Thüringencup“, freut sich Pelny.

Die Geschichte des Vereins begann 1987. Nach einer kurzen Zeit bei den Judosportlern gründeten die Karateka 1993 ihren eigenen Verein. Seitdem haben Karate und Selbstverteidigung in Nordhausens Sportlandschaft ihren festen Platz. Rund 300 Personen vom Kindergartenkind bis zum Rentner trainieren in der Turnhalle neben dem Humboldt-gymnasium. „Die Mitgliederzahlen sind relativ stabil. Im Kinderbereich könnten gern noch ein paar mehr Mädchen und Jungen aktiv sein“, sagt der Vereinsgründer.

Frank Pelny hat die Selbstverteidigung von Grund auf gelernt. Schon als Soldat

besuchte er Kurse, unter anderem in Nordkorea. Mit diesem Wissen ausgestattet begann er, eine effektive Selbstverteidigungsmethode zu entwickeln, das SaCO, welches nach der Wende allen Interessierten zugänglich wurde. Trainieren kann es, wer mindestens 16 Jahre alt ist. Körperkraft ist nicht entscheidend. Alltagsgegenstände werden schnell mal zu Waffen. Gegen eine so geschulte Oma hat kein Handtaschenräuber eine Chance.

Neben Selbstverteidigung und Kinderkarate bietet der Verein derzeit 12 Trainingsgruppen an fünf Tagen pro Woche. Es stehen außerdem Shaolin Kung-Fu, Qi Gong, Karate Aerobic und Kobudo zur Wahl. Weitere Trainingsgruppen hat der Verein in Kelbra in Sachsen-Anhalt. Der Höhepunkt des Jahres ist stets der Besuch eines großen Meisters aus Japan. Tamayose Hidemi ist seit 2005 mit den Nordhäuser Karateka verbunden. Er ist das Oberhaupt der

Stilrichtung Ryukyu Kobudo und Inhaber des neunten Meistergrads. Seit 2011 organisieren die Karateka das jährliche Europa-Sommerlager mit diesem Meister.

Leon Schneider möchte unbedingt bei dessen nächstem Besuch mit ihm trainieren. Für das neue Jahr hat er sich die Titelverteidigung im Thüringencup vorgenommen. „Später möchte ich gern einmal nach Japan reisen und dort trainieren“, wünscht sich der Neunjährige. Vielleicht schafft er es dort auch zu Wettkämpfen. Aber er ist realistisch und zeigt erst einmal in Thüringen, was er drauf hat.

Wer sich in asiatischer Kampfkunst ausprobieren möchte, ist jederzeit willkommen und kann vier Wochen kostenlos zur Probe trainieren.

INFORMATION

www.karate-nordhausen.de



KLEINE PUNKTE - GROßE WIRKUNG

Montag, 24. Februar 2014, 06:44 Uhr

Sollte jemand einmal in die unangenehme Situation kommen, sich selbst verteidigen zu müssen, dann heißt das aber nicht zwangsläufig, dass er dies mit leeren Händen tun muss...



Deshalb stand am vergangenen Samstag in der Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums eine mögliche Waffe im Mittelpunkt des stiloffenen Selbstverteidigungslehrganges vom Karate-Do-Kwai Nordhausen.

30 Kampfkunstinteressierte aus 10 Vereinen Deutschlands, von Berlin bis Hirschberg, folgten der Einladung des Cheftrainers Frank Pelny, 5. DAN Karate, 4. MG SaCO, 4. DAN Ryūkyū Kobudō. Unterstützt wurde er diesmal wieder von Sebastian Edlmann, selbst Meister im Karate, Kobudō, SaCO und Vereinsvorsitzender des JITOKU-DO Halle.

Nach einer obligatorischen Erwärmung zur allgemeinen Einstimmung, wurde zunächst mit dem Tessen trainiert. Diese Waffe, ca. 30 cm lang und 1-2 cm im Durchmesser, steht nur zur Übung stellvertretend für alle Alltagsgegenstände ähnlicher Form. So kann alternativ eine Stabtaschenlampe, Besteck, Zollstock oder ein stabiles Lineal helfen, eventuelle Gefahren abzuwehren und körperlich überlegene Angreifer unschädlich zu machen.

Was die "Alten" bereits wussten und die neuen Kämpfer dabei am eigenen Leibe entdecken konnten, war der Umstand, dass es Stellen am menschlichen Körper gibt, die besonders empfindlich für Stimulationen sind. Diese wurde nach einer verdienten Mittagspause dann auch in einer eigenen Trainingseinheit thematisiert. Denn durch die Kenntnis von den sogenannten Vitalpunkten, können Gegner effektiv und relativ schonend abgewehrt oder außer Gefecht gesetzt werden.

Schließlich muss auch im Ernstfall der Selbstverteidigung, der Verteidiger dem Angreifer gegenüber den Grundsatz der Verhältnismäßigkeit beachten! Im Anschluss an ein wenig Theorie zur Anatomie und zum Nervensystem, durften die Übenden mit Partnern zusammen vorsichtig die Wirkung der gezielt stimulierten Punkte beobachten und auch selbst erspüren.

Abgerundet wurde das Training noch durch eine weitere anspruchsvolle Trainingseinheit zum Thema Griffbefreiungen, wobei besonders die Befreiungen aus Greifen des Revers und der Haare geübt wurden.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen





DAS 2X3 DES THÜRINGER KARATES

Mittwoch, 05. März 2014, 06:28 Uhr

Bereits Ende Februar fanden in Meuselwitz die Thüringer Karatemeisterschaften der Jugend statt. Mit dabei natürlich auch zwei Kämpfer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen...



Ausrichter des Wettkampfes war in diesem Jahr der SKD Sakura Meuselwitz - offizieller Landesleistungsstützpunkt im Thüringer Karate Verband. Den Weg dorthin nahmen der Nordhäuser Simon Schiebler und der im Kelbraer Dojo trainierende Marcel Sanftleben gern auf sich.

In diesem Jahr, in dem die Weltmeisterschaft im November hier in Deutschland in Bremen stattfindet, sind auch schon die Turniere auf Landesebene etwas ganz Besonderes. Vor allem, weil das Thüringer Karate ein hohes Ansehen sowohl national als auch international genießt.

Dementsprechend stark war auch die Konkurrenz, der sich die beiden Kämpfer, die vom Vereinssportwart Willy Völz betreut wurden, stellen mussten. In der zuerst ausgetragenen Kategorie Kata (Formen) gingen beide zunächst leider leer aus. Trotzdem gab ihnen allein schon die Teilnahme die Möglichkeit, sich mit anderen zu messen und danach aus den gemachten Fehlern zu lernen. Nur so kann man wichtige Erfahrungen sammeln.

Beim darauffolgenden Kumite (Freikampf) traten beide in unterschiedlichen Gewichtsklassen an. Obwohl sie mit sich selbst unzufrieden und insgesamt unter ihren Möglichkeiten blieben, gelang ihnen am Ende doch noch der glückliche Sprung aufs Siegtreppchen.



Dabei darf man aber nicht außer Acht lassen, dass nur die besten Kämpfer aller Thüringer Dojo (Vereine) überhaupt an den Meisterschaften teilnehmen. Dort zu verlieren ist keine Schande und die erreichten Platzierungen sind auch in dieser Hinsicht mit gebührendem Stolz zu bewerten!

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

Aerobic-Training mit Ballettchefin Jutta Ebnother vom Theater

Frauen des Nordhäuser Vereins Karate-Do-Kwai feierten mit einer außergewöhnlichen Aktion den Frauentag

VON SVEN SCHRÖTER

Nordhausen. Dass beim Verein Karate-Do-Kwai Nordhausen mehr los ist als nur Kampfsporttraining, ist allgemein bekannt. Anlässlich des Frauentages hatte die Frauenwartin des Vereins, Stephanie Knoche, auch wieder mal etwas ganz Besonderes organisiert: ein 80er-Jahre-Aerobic-Training, geleitet von der Direktorin des Nordhäuser Ballettes, Jutta Ebnother.

Doch zunächst wurden die Kleiderschränke der teilnehmenden Frauen auf das Äußerste strapaziert, um die passenden Trainingsklamotten im 80er-Jahre-Look zu finden. Und wo das nicht reichte, wurden die Läden der Stadt auf den Kopf ge-

stellt. Knallbunte Strickstulpen und neonfarbene Leggings waren angesagt und wurden zusammen mit den obligatorischen Stirnbändern getragen.

„Vortänzerin“ Jutta Ebnother, die gerade am Nordhäuser Theater das 80er-Jahre-Pop-Ballett „What a Feeling“ choreografiert hat, forderte von den Damen eine Stunde lang zu heißen Rhythmen aus den 80ern alles, was Aerobic zu bieten hatte. Nostalgische Erinnerungen an die damalige Zeit wurden da geweckt, aber auch die jüngeren Frauen, die diese Jahre doch noch nicht so aktiv miterlebten oder noch gar nicht geboren waren, hatten selbstverständlich ihren Spaß.

Der Autor ist Pressesprecher des Vereins Karate-Do-Kwai Nordhausen.



Die Frauen vom Karate-Do-Kwai schlüpfen für das Aerobic-Training in ein 80er-Jahre-Outfit. Sichtlich Spaß hatten die Damen auch noch nach der Übungsstunde.

Neue Ideen für die Jugend des Karate-Do-Kwai Nordhausen

17.03.2014 - 11:12 Uhr

Nordhausen. Am vergangenen Freitag trafen sich die Mitglieder des Karate-Do-Kwai Nordhausen im Speiseraum des Humboldt-Gymnasiums zur anstehenden Jahreshauptversammlung ihres Vereins. Mit auf der Tagesordnung stand in diesem Jahr auch die Neuwahl des Vorstandes, die laut Satzung im dreijährigen Rhythmus stattfinden muss.



Doreen Schilling und Frank Pelny. Foto: Sven Schröter

Doch zunächst wurden die obligatorischen Berichte abgearbeitet. Alle Anwesenden erhielten dadurch einen Überblick über die im vergangenen Jahr geleistete Vereinsarbeit und die administrativen Tätigkeiten, die unsichtbar hinter den Kulissen des normalen Trainingsbetriebes notwendig sind. Das ist weit mehr als nur die Sporthalle aufzuschließen und die Übungen anzusetzen. Neben einem, zurzeit leider auch in anderen Sportarten zu beobachtenden, leichten Mitgliederrückgang, ist es auch immer ein wenig schwierig, Einzelne für unentgeltliche ehrenamtliche Aufgaben zu begeistern.

Aber genau das ist überaus wichtig, um einen gemeinnützigen Verein wie den Karate-Do-Kwai Nordhausen mit seinen 300 Mitgliedern funktionell zu organisieren. Die Stützpfiler dieser Aktivitäten sind natürlich die Vorstandsmitglieder, die, bis auf eine Ausnahme, alle in ihrem jeweiligen Amt bestätigt wurden. Erster Vorsitzender war und bleibt Cheftrainer Frank Pelny, der nun schon das neunte Mal in Folge wiedergewählt wurde.

Ebenso bestätigt wurde wieder sein Stellvertreter und somit zweiter Vorsitzender Carsten Grabe. Auch Finanzwart Petra Hauschild, Frauenwart Stephanie Knoche, Sportwart Willy Völz, Schrift- und Pressewart Sven Schröter sowie Gerätewart Thomas Jung erhielten erneut das Vertrauen der Vereinsmitglieder. Auf eigenen Wunsch stellte sich der bisherige Jugendwart Tobias Völz kein zweites Mal zur Wahl und wurde daher mit einem kleinen Präsent als Anerkennung der geleisteten Arbeit aus dem Vorstand verabschiedet.

Für ihn kandidierte Doreen Schilling, die ebenso wie die anderen bei der Wahl einstimmig bestätigt wurde. Doreen, die Karate und Kobudô trainiert und sogar Trägerin eines schwarzen Gürtels ist, engagiert sich schon seit Jahren als Trainerin der Karate-Anfängergruppe und erledigte bereits in der Vergangenheit vielfach zusätzliche Aufgaben im Verein. Für ihren neuen Aufgabenbereich hat sie schon viele interessante Ideen und hofft auf die tatkräftige Mitarbeit der Kinder und Jugendlichen im Verein, für die ihre Angebote bestimmt sein werden.

Dankend nahmen alle neuen und alten Vorstände die Wahl an. Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein vierwöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudô, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an.

Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36

Sven Schröter, Pressesprecher Karate-Do-Kwai Nordhausen / 17.03.14 / TA
2010020095567



Karate: Im siebten Türchen steckte Karate



Karate-Do-Kwai: Nordhäuser ist Vizelandesmeister



Kampfkünstler aus ganz Deutschland in Nordhausen zu-gegen



Karate: Europa zu Gast in Nordhausen



Karate-Do-Kwai Nordhausen veranstaltete Selbstverteidigungslehrgang

Ein hoher Grad des Könnens

Dienstag, 01. April 2014, 06:53 Uhr

Am vergangenen Freitag war Frank Pelny, der Cheftrainer, Gründer und seit über zwanzig Jahren erster Vorsitzender des Karate-Do-Kwai Nordhausen, zu einem besonderen persönlichen Termin unterwegs. In Coburg wollte er sich selbst der Prüfung zum nächsthöheren Meistergrad stellen...



Hohe Graduierungen in asiatischen Kampfkunstsystemen, wie dem Karate, sind für westliche Personen eher eine Seltenheit. Im Deutschen Karate Verband (DKV), dem einzigen vom DOSB anerkannten Karate-Fachverband in Deutschland, sind daher die zu erfüllenden Kriterien dafür auch recht hoch gesteckt.

Nicht jeder wird zu einer höheren Prüfung zugelassen. Daher war es schon eine große Ehre für den Nordhäuser Frank Pelny,

überhaupt die Zulassung zu dieser Prüfung ab 6. Dan zu erhalten. Frank, der schon seit 40 Jahren Kampfsport und davon 33 Jahre Karate trainiert, hatte sich sieben Monate lang intensiv auf die Prüfung vorbereitet.

Denn im Gegensatz zu einigen anderen Kampfsportarten werden beim Karate diese hochrangigen Schwarzgurte nicht einfach verliehen, sondern müssen durch einen Nachweis der Leistung vor einer Prüfungskommission verdient werden. Dem Anlass entsprechend war diese Jury auch sehr hochrangig besetzt. Gilbert Gruss (Frankreich / 9. Dan), Bernhard Milner (Deutschland / 9. Dan), Klaus Sterba (Deutschland / 8. Dan), Günter Mohr (Deutschland / 8. Dan) und Gunar Weichert (Deutschland / 7. Dan) beurteilten das Können der Prüflinge.

Am Ende bestand Frank Pelný mit weiteren fünf Karatekas die Prüfung zum 6. Dan, dem Roku-Dan. Daneben konnte auch noch ein weiterer Kampfkünstler den 8. Dan erreichen.

Somit ist Frank Pelný im Shôtôkan, der am weitesten verbreiteten Stilrichtung des Karate-Do in Deutschland, neben dem Bundesjugendtrainer Klaus Bitsch und dem Landestrainer Andreas Kolleck der Dritte in Thüringen, der diese Graduierung erreichen konnte.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein vierwöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudô, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Alle Trainingseinheiten werden durch qualifizierte Trainer geleitet, die über mehrjährige Kampfsporterfahrung verfügen. Einige Trainer reisen zusätzlich in regelmäßigem Turnus nach Okinawa, der Wiege des Karate und Kobudo. Sind Sie also auf der Suche nach fachlicher Kompetenz und einer kameradschaftlicher Trainingsatmosphäre, erhalten Sie hier nähere Informationen: www.karate-nordhausen.de/Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

TA 22.4.14

Gesine Hauschild neue deutsche Meisterin

Im Kumite holt sich die Nordhäuserin zudem Bronze. Teamgefährte Florian Bruns kommt bei der nationalen Meisterschaft ebenfalls auf Rang drei



Die Nordhäuser Kämpfer um ihren Cheftrainer Frank Pely (links) holten bei der deutschen Meisterschaft im Ryūkyū Kobudō zwei Medaillen.

VON SVEN SCHÖTER

Nordhausen. In Jena fand jetzt der Thüringer Landeslehrgang im Ryūkyū Kobudō statt. Ausrichter war der SeiShinKai Jena. Im Anschluss daran gab es noch einen ganz besonderen Wettkampf: die deutsche Meisterschaften im Ryūkyū Kobudō Tesshinkan.

Auch ein Team vom Karate-Do-Kwai Nordhausen reiste an. Schließlich konnten sich die Schützlinge des Cheftrainers Frank Pely, der auch als Technischer Direktor des Ryūkyū Kobudō Tesshinkan Kyō Kai - Europe fungiert, berechnete Hoffnungen auf die eine oder andere Medaille machen. Doch zunächst galt es, fünf interessante und abwechslungsreiche Trainingseinheiten zu absolvieren.

Danach hatte die 23 Lehrgangsteilnehmer die Gelegenheit, ihr Können im Wettbewerb

mit den anderen Kämpfern zu messen. Als erstes startete die Gruppe der Kyu-Grade in Kata Einzel. Nach spannenden Kämpfen, in denen die Kobudōkas jeweils zu zweit mit den Waffen ihrer Wahl nacheinander ihre Kata darboten, stand fest: die Treppchenplätze würden die Damen unter sich ausmachen.

Zunächst traten Birthe Babies (Leipzig) und Michaela Frost (Halle) gegeneinander an. Beide liefen mit dem Bo (Langstock) technisch einwandfrei, so dass nur die Wahl der schwierigeren Kata den Ausschlag für die Leipzigerin gab. Diese trat nun im Finale gegen Gesine Hauschild aus Nordhausen an.

Dabei zeigte die Leipzigerin Nerven und die Nordhäuserin konnte mit einer fehlerfreien Vorführung verdient den deutschen Meistertitel erringen. Ein weiterer 3. Platz wurde noch an den Jenaer Dan Hüller verge-

ben, allerdings mit einem Kampf Rückstand. Danach folgte der Start der Meister im Kata-Einzel.

Die Starter liefen nacheinander in zwei Runden und wurden von den Kampfrichtern nach einem Punktesystem bewertet. Sieger wurde hier Hagen Walter aus Jena. Dessen Vorsprung auf den Zweitplatzierten, den Nordhäuser Viktor Vollmer war mit 0,1 Punkt allerdings nur hauchdünn. Besonders spektakulär ist natürlich immer das Kumite, auf deutsch die Zweikämpfe. Dritter wurden die beiden Nordhäuser Gesine Hauschild und Florian Bruns in diesem Wettbewerb. Alle Teilnehmer freuen sich schon auf ein Wiedersehen vom 24. bis 27. Juli in Nordhausen. Denn da findet ein Tesshinkan World Meeting statt, einschließlich einer großen Feier anlässlich des 15-jährigen Bestehens dieses Verbandes.

Kampf und Spiele zum Kindertag

Dienstag, 03. Juni 2014, 06:46 Uhr

Am vergangenen Sonntag fanden in der Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums die Kreisjugendspiele in der Kampfkunst Karate statt. Und da diesmal das Turnier zufälligerweise auf den 1. Juni fiel, den Kindertag, wurde danach noch ein großes Kinderfest veranstaltet...

Während draußen die Sonne schien und schon vorab beste Bedingungen für die anschließende Feier verhieß, traten im Dôjô, wie die Halle unter den Karateka genannt wird, die Teilnehmer gegeneinander an. Obwohl sich diesmal nicht ganz so viele Starter wie letztes Jahr getraut hatten an den Kämpfen teilzunehmen, tat es der Qualität der gezeigten Leistungen keinen Abbruch.

In fünf verschiedenen Gruppen, gestaffelt nach Leistungsniveau, kämpften die Kinder bei dem Wettbewerb gegeneinander. Zuerst starteten die Jungen aus der Gruppe Anfänger - 9. Kyu (Weiß- und Weiß-Gelbgarte). Ihre Aufgaben waren Kata (Formenlauf) und Angriffstechniken auf einen Ball als Ziel. Erster wurde hier Julian Justin Thomas, vor Leander Prophet und Felix Schimm auf Platz 3. Bei den Mädchen siegte Sabine Balasoltanova vor Isabell Balali Soufi und Alicia Kohlhase.

Dazwischen kam nun eine Darbietung der Kobudô-Kämpfer. Gesine Hauschild, amtierende Deutsche Meisterin im Ryûkyû Kobudô Tesshinkan, stellte ihre Fähigkeiten mit dem Bô (Langstock) unter Beweis und Florian Bruns, DM-Dritter im Team-Kumite, zeigte eine Form mit Tekkô (Handgewichten). Gemeinsam gaben die beiden dann noch eine kurze aber spektakuläre Vorstellung zum freien Kampf mit dem Bô. Dann waren die männlichen Kämpfer der Gruppe 8. - 7. Kyu (Gelb- und Orangearte) an der Reihe. Sie maßen sich im Kata-Lauf und im abgesprochenen Kumite (Zweikampf).

Sieger wurde Arnim Lepperhoff, Zweiter Leon Schneider, Dritter, wie im letzten Jahr, Julian Bruns. Bei den Mädels erkämpfte sich Lucie-Trine Hildenbrand den obersten Platz auf dem Treppchen, vor Celina Lampertz und Anika Finck. Besonders spektakulär waren sicher die Freikämpfe der jeweiligen Kontrahenten ab dem Grüngurt und höher.

In dieser Gruppe holte sich Christian Lepperhoff mit einer soliden Leistung, vor allem im Kumite (Freikampf), vor Simon Schiebler die Goldmedaille, wie auch sein Bruder kurz zuvor. Der 3. Platz ging an Dennis Kratzing. Es sei noch

anzumerken, dass die Sportler mit viel Kampfgeist, Ehrgeiz aber auch Fairness ihr Bestes gaben. Nicht selten waren die Einzelkämpfe so knapp, dass am Ende nur ein Stechen über Sieg oder Niederlage entschied. Viele Eltern und Großeltern verfolgten aufmerksam das Geschehen und honorierten gute Leistungen mit viel Beifall.

Im Anschluss wurde es dann aber gemütlich. Bei leckeren Würstchen vom Grill und selbstgebackenem Kuchen (Herzlicher Dank an die Eltern!) konnten sich die Kinder erst einmal stärken. Und das war auch nötig! Denn nicht nur der Wettkampf hatte Kraft gekostet, auch die Spiel- und Spaßmöglichkeiten (Danke an den Kreissportbund!), die nun auf sie warteten, erforderten aktiven Einsatz. Ob Stelzen, Sprungschuhe, Motorik-Parcours, Baseball und andere Mannschaftsspiele, die Angebote hielten die Kleinen und Großen auf Trab. Nach einem Nachmittag voller Bewegung gingen alle zufrieden heim - nicht zuletzt mit der Erkenntnis, dass es im Verein eben mehr als nur Training zu erleben gibt!

Die Ergebnislisten und Fotos vom Wettkampf sind auch unter www.karate-nordhausen.de abrufbar.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen



Thüringer Allgemeine

NORDHAUSEN

Karate, Meister und ein Hauch von Fußball beim Kyffhäuser-Karate-Camp

01.07.2014 - 09:58 Uhr

Nordhausen. Am letzten Juniwochenende war es wieder soweit: in Kelbra fand das Kyffhäuser-Karate-Camp statt. Dieser bundesweit ausgeschriebene Lehrgang, praktisch vor der Haustür der Kämpfer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen, ist somit jedes Jahr DIE Gelegenheit, über den eigenen Tellerrand zu schauen.



Traditionsgemäß wurde auch in diesem Jahr wieder ein Gaudiwettkampf veranstaltet. Die verschiedenen Dōjō (Vereine) bilden jeweils Mannschaften, die in etwas abgedrehten Spielen gegeneinander antreten müssen. Foto: Sven Schröter

Das Grundgerüst bildet natürlich das Training. 31 Einheiten an 3 Tagen, verteilt auf 4 hochgraduierte Sensei (Lehrer) aus Thüringen, unter ihnen auch der Nordhäuser Frank Pely (6. DAN), wurden in 3 Gruppen abgehalten oder als Schnupperstunden für alle Interessierten angeboten. Ganz klar, dass man sich danach abends am Lagerfeuer von den Anstrengungen erholen musste. Einige mitgereiste Angehörige der kleinen und großen Nordhäuser Karateka kümmerten sich wieder liebevoll um ein standesgemäßes Zeltdorf mit Grill, Feuerschale, Stockbrot und Marshmallows.

Traditionsgemäß wurde auch in diesem Jahr wieder ein Gaudiwettkampf veranstaltet. Die verschiedenen Dōjō (Vereine) bilden jeweils Mannschaften, die in etwas abgedrehten Spielen gegeneinander antreten müssen. Diesmal gab es mit Blick nach Brasilien ein kleines Fußballturnier. Allerdings wurde, um die Sache etwas interessanter zu gestalten, der Hälfte der Mannschaft die Augen verbunden. Die andere Hälfte musste den jeweiligen Partner dann per Ruf steuern. Besonders für die Zuschauer war das ein großer Spaß, auch wenn es in diesem Falle nicht unbedingt zweckdienlich war, die eigenen Leute anzufeuern.



In einem souveränen Spiel um Platz 3 fegten die Nordhäuser mit einer tollen Mannschaftsleistung die Gegner vom Platz und sicherten sich so die Beteiligung an der anschließenden Sektdusche. Doch nicht nur sie hatten an diesem Wochenende Anlass zum Jubeln. Etwa zur selben Zeit schwitzten zwei andere Nordhäuser noch in der Sporthalle vor der strengen Prüfungskommission. Hagen Walter und Marvin Mager stellten sich der Prüfung zu einem Schwarzgurt. Dank bester Vorbereitung bestanden beide, Hagen zum 3. DAN und Marvin zum 1. DAN.

Es gab also genug Grund zum Feiern und die Gelegenheit dazu bot die zünftige Lehrgangsfete am Samstagabend am Ufer des Stausees. Pflichtbewusst absolvierten allerdings am Sonntagmorgen die Sportler schon wieder ihre abschließenden Trainingseinheiten. Während einige dann den Heimweg antraten, wurde es für andere noch einmal ernst. Die Prüfungen zu den Schülergraden konnten absolviert werden. Verdientermaßen dürfen beim nächsten Training im heimischen Dōjō 40 Mitglieder des Karate-Do-Kwai Nordhausen stolz einen neuen Gürtel tragen.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: <http://www.karate-nordhausen.de/> bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sicherer durchs Leben

Dienstag, 15. Juli 2014, 06:51 Uhr

Sollte man je einmal in die unangenehme Situation kommen belästigt zu werden und sich wehren zu müssen, dann ist es selbstverständlich besser wenn man so gut wie möglich darauf vorbereitet ist. Und genau diese Vorbereitung bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen mit seiner Übungsgruppe SaCO-Selbstverteidigung in der Sporthalle des Humboldt-Gymnasiums an...

In dieser Trainingsgruppe werden Situationen geübt, die in unterschiedlicher Art auch im Alltag vorkommen können. Dazu wird ein System genutzt, welches von Jedermann /-frau anwendbar ist, unabhängig von Fitness, Alter oder Geschlecht.

Das SaCO-System ist sehr methodisch aufgebaut und ermöglicht es daher jedem, bei ausreichendem Trainingseifer, die entsprechenden Techniken zu erlernen. Für diese Techniken, die aus verschiedenen fernöstlichen Kampfkünsten entnommen, angepasst und weiterentwickelt wurden, gibt es natürlich auch ein Graduierungssystem. Farbige Gürtel zeigen beim Training deutlich sichtbar das bereits erreichte technische Niveau der Sportler.

Vergangene Woche Mittwoch war es hier in Nordhausen mal wieder soweit. Sieben Mitglieder der SaCO-Übungsgruppe, davon drei Frauen, wollten sich der jeweils nächsthöheren Prüfung stellen. Darauf hatten sie sich in den vergangenen Wochen sehr gewissenhaft vorbereitet. Unter den strengen Augen des SaCO-Master Instructors Frank Pelyny gaben sie ihr Bestes und demonstrierten Techniken, Befreiungen und Abwehren, erläuterten rechtliche Grundlagen und mussten sich im realistischen Kampfkreis bewähren. Am Ende konnten die Schülergrade Gelbgurt (3x), Orangegurt (3x) und Grüngurt (2x) verdientermaßen neu vergeben werden.



Logischerweise kann man keinen Angreifer mit einer Gürtelfarbe in die Flucht schlagen. Auch sind die Gürtelprüfungen freiwillig und keine Pflicht. Aber die Prüfungen spiegeln sehr gut die persönliche Entwicklung jedes Übenden wieder. Dieses Wissen und Können stärkt dann auch im hoffentlich nie eintretenden Ernstfall das Selbstbewusstsein sowie die Selbstsicherheit und sorgt dafür, dass man Stück für Stück sicherer durchs Leben geht.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Karate Meister begehen Jubiläum in Nordhausen

Donnerstag, 24. Juli 2014, 10:48 Uhr

Das jährliche Trainingslager des Karate-Do-Kwai wird dieses Jahr viele internationale Gäste begrüßen dürfen. Sensei Tamayose Hidemi will den Geburtstag des Verbandes in der Rolandsstadt feiern...

Heute beginnt das jährliche Trainingslager im Kobudô (Waffen-Karate), ausgerichtet vom Karate-Do-Kwai Nordhausen in Zusammenarbeit mit dem Landratsamt, dem Badehaus, der Pension Reibe und der Firma Flaggmeyer & Hassepass.



Wieder dabei, der hochgraduierte Sensei (Lehrer) und Stilrichtungsoberhaupt aus Okinawa/Japan Tamayose Hidemi (9. Dan). Das Besondere diesmal ist, dass der Weltverband von Tamayose in diesem Jahr seinen 15. Geburtstag begeht und dieser auf ausdrücklichen Wunsch von Sensei Tamayose hier in Nordhausen gefeiert wird.

Dazu reisen die Verbandsmitglieder aus aller Welt an, z. B. Russland, Belorussland, Japan und Tschechien. Ein weiterer Höhepunkt ist der Welt-Cup im Teshinkan Kobudô in der Wiedigsburghalle

Internationale Gäste zum Karate-Lehrgang in der Rolandstadt

30.07.2014 - 07:33 Uhr

Nordhausen. Schon zur Tradition geworden ist der internationale Karate- und Kobudo-Lehrgang des Vereins Karate-Do-Kwai Nordhausen. Auch in diesem Jahr war wieder Großmeister Hidemi Tamayose aus Japan zu Gast in der Rolandstadt.



Fotos: Christoph Keil

Karateka aus Belarusland, Russland, Tschechien sowie Deutschland übten in Nordhausen neue Techniken. In der Wiedigsburghalle fanden zahlreiche Trainingseinheiten und Übungsstunden statt. Frank Pely, Vorsitzender des Nordhäuser Vereins, war natürlich bei den Übungseinheiten mit von der Partie.



Großmeister Hidemi Tamayose (Bild links oben) aus Japan zu Gast in der Rolandstadt.

Am Samstagabend feierten dann alle Sportler in der Turnhalle des Humboldt-Gymnasiums das 15-jährige Bestehen des japanischen Verbandes Ryukyu Kobudo Tesshinkan Kyokai. Eigens für die Feierlichkeiten war die Halle geschmückt worden.

30.07.14 / TA

ZOR0003206499

Trainingsbetrieb beim Karate-Do-Kwai Nordhausen wieder aufgenommen

08.09.2014 - 10:17 Uhr

Nordhausen. Am vergangenen Montag begann das neue Schuljahr. Die damit verbundene Rückkehr zum Alltag bedeutet aber auch, dass der reguläre Trainingsbetrieb beim Karate-Do-Kwai Nordhausen wieder aufgenommen wurde.



Im Karate-Do-Kwai Nordhausen wurde mit den Jahren ein komplexes Angebot für unterschiedliche Interessen geschaffen. Foto: Sven Schröter

Natürlich mussten die interessierten Kampfkünstler in den vergangenen sechs Wochen nicht ganz auf das Training verzichten. Es gibt nämlich auch in den Ferien einen verkürzten Trainingsplan. Da ist dann auch mal die Zeit für etwas außergewöhnliche Methoden und Inhalte, die nicht unbedingt zum normalen Programm gehören - also der sprichwörtliche Blick über den Tellerrand. Im nun wieder angelaufenen normalen Trainingsbetrieb wird aber nicht nur Karate für alle Altersgruppen zwischen 7 und 70 angeboten.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen wurde mit den Jahren ein komplexes Angebot für unterschiedliche Interessen geschaffen. Das beginnt bei den 4-7 jährigen Ninja-Kids mit Kinder-Breitensport zur Vorbereitung auf das spätere richtige Karate-Training. Das Karate an sich untergliedert sich dann auch noch einmal in unterschiedliche Leistungsstufen und wird durch eine separate Karate-Übungsgruppe für Erwachsene ergänzt. Auch Karate unter Nutzung verschiedener Waffen und Gegenständen, das sogenannte Kobudō, wird angeboten.

Wer seinen Bedarf aber mehr in der praktischen Selbstverteidigung sieht, ist wiederum in der SaCO-Gruppe genau richtig. Doch auch die Fitness-Interessierten kommen nicht zu kurz. Karate-Aerobic und auch Shaolin Kung-Fu bieten ausreichend Gelegenheit, die Kondition zu steigern. Wer es dagegen lieber ruhiger mag, sollte mal in der Qi-Gong-Gruppe vorbeischaun. Das nun wieder angelaufene Training wird zum Teil auch dazu aufgewandt, um für eine Vorführung anlässlich des kommenden 10. Nordhäuser City-Laufes am 21. September um 16 Uhr in der Südharzalerie zu proben.

Vielleicht motiviert das dann den Einen oder Anderen Zuschauer, doch einmal das vierwöchige kostenlose Probetraining im Nordhäuser Karateverein auszuprobieren. Möglichkeiten dafür gibt es auf jeden Fall momentan noch in allen Trainingsgruppen. Denn, egal ob Alltag in Schule oder Büro, das Training im Karate-Verein bietet einen sinnvollen Ausgleich in einer interessanten und so ganz anderen Welt.

Nähere Informationen auch im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Erfolge für Karateka aus Nordhausen

Donnerstag, 11. September 2014, 06:55 Uhr

Am Sonntag starteten Nordhäuser Karatekas in Heiligenstadt bei den 2. Eichsfeld-Open - und kamen nicht mit leeren Händen nach Hause. Sven Schröter mit den Ergebnissen eines sportlichen Ausflugs ins Eichsfeld...



Als Vorbereitung auf die im November stattfindenden Landesmeisterschaften der Kinder kam dieser Wettkampf im Eichsfeld den Kämpfern aus Nordhausen gerade recht. Denn neben dem regelmäßigen Training ist gerade die praktische Wettkampferfahrung wichtig für die Sportler.

Zu schnell überwältigen einen sonst das Lampenfieber, der Trubel der Betreuer und Zuschauer am Rande der Matten oder die Unruhe durch die parallel stattfindenden anderen Kämpfe.

Das Team vom Karate-Do-Kwai Nordhausen, bestehend aus Robin Magnus, Fynn Quentin Ritter (im Bild 1. v. r.) und Leon Schneider (im Bild 2. v. r.), sah sich in einem großen Teilnehmerfeld vor allem vielen Startern vom Chikara-Club Erfurt gegenüber. In der Kategorie Kata (Formenlauf) der Kinder U11 männlich konnten zunächst alle drei Nordhäuser ihren Auftaktkampf für sich entscheiden.

Besonders lobenswert sei hier Robin zu erwähnen, der zum ersten Mal überhaupt bei einer überregionalen Konkurrenz startete. Fynn und Leon konnten sogar noch weiter nach vorn dringen mit einem beziehungsweise zwei weiteren Siegen. Da aber ihre jeweiligen letzten Gegner die späteren Finalisten waren, kamen sie regelmäßig in die Trostrunde. Diese konnten beide mit guter Leistung für sich entscheiden und landeten verdient mit einer Bronzemedaille auf dem dritten Platz.

Insgesamt ist das Abschneiden der Nordhäuser positiv zu bewerten. Die Sportler waren in der Lage, auch so kurz nach den Sommerferien ihre vorhandenen Fähigkeiten abzurufen. Nicht zuletzt trägt dazu auch das regelmäßig stattfindende zusätzliche Kadertraining bei. Sich zwischen den anderen Thüringer Vereinen, die ihr gesamtes Training nicht wie hier in Nordhausen auf Breitensport, sondern eher auf den Wettkampf ausgelegt haben, zu behaupten, ist daher ein sehr gutes Ergebnis.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

Thüringer Allgemeine

NORDHAUSEN

Karate ist als Gesundheitssport anerkannt

09.10.2014 - 10:32 Uhr

Nordhausen. Allgemein bekannt ist, dass beim Karate Arme und Beine sehr wirkungsvoll eingesetzt werden. Das koordinativ sehr anspruchsvolle festgelegte Abläufe (Kata) zum Übungsstandard gehören, wissen meistens nur noch Eingeweihte.



Was kaum einer weiß ist, dass Karate als Gesundheitssport anerkannt wurde. Foto: privat

Im Jahr 2003 aber wurde Karate von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sogar als Gesundheitssport anerkannt - und das weiß nun kaum jemand. Viele verbinden mit dem Begriff "Karate" zu allererst brachiale Filmszenen, in denen Holz, Steine oder ähnliches zertrümmert werden. Auch wenn dies tatsächlich möglich ist, so ist Karate heute doch in erster Linie ein sehr effektives System der Schulung von Körper und Geist, aber nicht zuletzt auch eine äußerst wirkungsvolle Methode zur Selbstverteidigung. Das Training vermittelt außerdem ein tiefes Werte- und Höflichkeitsverständnis, welches in der heutigen westlichen Welt leider zu oft vernachlässigt wird. Um die vielfältigen positiven Wirkungen, die durch das regelmäßige Training von Karate erreicht werden können, bekannter zu machen, initiierte die Barmer-GEK Krankenkasse in Kooperation mit dem Deutschen Karate Verband (DKV) für den Monat Oktober deutschlandweit ein gemeinsames "Bewegungsangebot Karate". Bereits am 5. Oktober wurde in Medien darüber berichtet, ebenso wie im aktuellen Monatsmagazin der Barmer-GEK.

Auf lokaler Ebene bietet deshalb der Nordhäuser Karateverein "Karate-Do-Kwai" in Zusammenarbeit mit der Barmer-GEK Geschäftsstelle Nordhausen die Möglichkeit, sich vor Ort fachkundige Auskünfte sowohl zum Karate als auch zur Barmer-GEK einzuholen. Dazu findet am Mittwoch, den 15. Oktober, von 15-18 Uhr eine öffentliche Informationsveranstaltung in der Sporthalle (Oberstufe) des Humboldt-Gymnasiums in der Blasiistraße 15 in Nordhausen statt. Im Rahmen dieser Informationsveranstaltung können sich Interessierte gern ihr eigenes Bild vom "Weg der leeren Hand", wie Karate-Do wörtlich übersetzt heißt, machen. Der Verein wird sein breites Angebot präsentieren. Neben dem eigentlichen Karate besteht auch die Möglichkeit, sich theoretisch oder auch praktisch über alte japanische Waffenkampfkunst (Kobudô) oder die realistische Selbstverteidigung "SaCO" zu informieren. Weiterhin wird es Ansprechpartner für die innere chinesische Bewegungskunst Qi Gong oder das fitnesssteigernde Karate-Aerobic geben. Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudô, SaCO-Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate-Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter / 09.10.14 / tag

Z0R0004603071

Südharzer Champions mit den Sport-Oscars geehrt

Landratsamt und Kreissparkasse Nordhausen zeichneten gestern Abend erfolgreiche Sportler aus dem Südharz aus

VON SEBASTIAN GRIMM

DOREEN SCHILLING



Die Sollstedterin Doreen Schilling vom Karate-Do-Kwai Nordhausen nahm erfolgreich am World-Cup im Kobudo teil. Sie sicherte sich in diesem Jahr den dritten Platz.

VIKTOR VOLLMER



Viktor Vollmer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen wurde Deutscher Vizemeister, wurde Zweiter beim World-Cup im Kobudo und sicherte sich mit dem Team die Bronzemedaille.

Nordhausen. Großer Bahnhof für Nordhausens sportliche Aushängeschilder gestern Abend in der Nordhäuser Kreissparkasse. Zum 13. Mal fand die Champions-Ehrung statt. Hier werden alle Sportlerinnen und Sportler geehrt, die aus dem Südharz stammen und sich auf großen Meisterschaften einen Medaille erkämpfen konnten. Erstmals fand die Ehrung jetzt im Zwei-Jahres-Rhythmus statt.

Die Nachwuchssportler Tobias und Christian Engelmann eröffneten die Veranstaltung mit einem lockeren Musikstück. Im Anschluss begrüßte Wolfgang Asche, Vorstandsvorsitzender der Kreissparkasse, und Landrätin Birgit Keller die anwesenden Sportlerinnen und Sportler und Gäste der Veranstaltung.

Werner Hütcher führte durch das Programm und stellte alle zu ehrenden Sportler vor. „Alle zwei Jahre führen wir die Ehrung durch“, sagte Hütcher. Danach klang in einer gemütlichen Runde der Abend aus.

FLORIAN BRUNS



Student Florian Bruns vom Karate-Do-Kwai Nordhausen nahm bei der Deutschen Meisterschaft und an dem World-Cup im Kobudo teil. Beim World-Cup wurde er Dritter.

GESINE HAUSCHILD



Gesine Hauschild aus Bleichrode wurde in diesem Jahr Deutsche Meisterin im Kobudo. Mit der Mannschaft holte das Mitglied des Karate-Do-Kwai Nordhausen die Bronzemedaille.

Karate-Landesmeister kommt aus Nordhausen

Dienstag, 25. November 2014, 06:51 Uhr

Am vergangenen Sonntag fanden die Thüringer Karate-Meisterschaften der Kinder in Meuselwitz statt. Mit dabei waren selbstverständlich auch wieder Kämpfer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen...

Hochmotiviert und gut vorbereitet machte sich das Nordhäuser Trio, bestehend aus Robin Magnus Sichert, Fynn Quentin Ritter und Leon Schneider, auf die gut 150 km lange Anreise. Begleitet wurden sie natürlich von ihren Eltern und dem Sportwart und Trainer Willi Völz.

Zwar hatten die beiden Erstgenannten schon mal Wettkampfluft schnuppern dürfen, trotzdem war ihnen die Aufregung vor solch einem wichtigen Wettkampf deutlich anzumerken. Alle Nordhäuser Karateka stellten sich in der Kategorie Kata (Formen) in verschiedenen Altersklassen der gesamthüringer Konkurrenz. Während Robin im ersten Kampf gegen den späteren Sieger scheiterte, konnte Fynn die Runde 1 für sich entscheiden.

Im nächsten Durchgang verlor er jedoch gegen den zweiten Finalisten. Trotzdem hatten beide Glück im Unglück, da sie gemäß den Regeln nun gegen verschiedene Gegner in die Trostrunde kamen. Während Robin trotz guter Leistung hier erneut den Kürzeren zog und am Ende Platz 4 belegte, erkämpfte sich Fynn mit einem Sieg den dritten Platz auf dem Treppchen. Nun war Leon an der Reihe. Er startete in einer anderen Jahrgangsguppe und erwies sich mit seiner Erfahrung als kleiner Routinier.

Souverän gewann er seine Ausscheidungskämpfe mit 3:0 und 3:0 und zog so ins Finale. Dort liefen dann die Sportler ihre Katas nicht mehr gleichzeitig parallel, sondern nacheinander. Nachdem sich Leon noch im Vorjahr mit Silber zufrieden geben musste, war er diesmal gewillt zu siegen. Die Kampfrichter sahen zwei würdige Finalläufe und entschieden am Ende mit 2:1 Stimmen für den etwas besseren Leon Schneider. Ein ganz besonderes Highlight war dann noch die Siegerehrung. Denn diese übernahm der frischgebackene Vizeweltmeister im Karate Team-Kumite Noah Bitsch, der mit seiner Gratulation noch einmal für einen kleinen Wow-Effekt sorgte.



Es sei hier allerdings noch anzumerken, dass solche Erfolge, wie die der Kinder, nicht durch Zufall entstehen. Sie sind das Ergebnis jahrelangen regelmäßigen Übens, in dessen Fokus allerdings nicht unbedingt der Leistungssport, sondern die Freude und der Spaß an der Bewegung liegen. Alle drei Karatekas begannen bereits im Vorschulalter beim Nordhäuser Karate-Do-Kwai mit dem Training.

Ihre Wurzeln liegen bei den "Ninja-Kids", der Trainingsgruppe im Verein für 4-6jährige. Und diese wurde am vergangenen Samstag sogar im Rahmen einer bundesweiten Initiative in der Wiedigsburghalle für ihr soziales Engagement zur Etablierung des Breitensports vom DOSB und den Volks- und Raiffeisenbanken als "Stern des Sports" ausgezeichnet.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

Thüringer Allgemeine

NORDHAUSEN

Karat-Do-Kwai Nordhausen begeht Jahresabschluss in Kelbra

29.12.2014 - 11:57 Uhr

Nordhausen. Fast genauso traditionell wie die Weihnachtszeit ist für die Sportler vom Karate-Do-Kwai Nordhausen der Jahresabschluss- und Prüfungslehrgang in Kelbra. Wie jedes Jahr im Dezember fand er dieses Mal am 13. des Monats statt, teilte der Verein jetzt mit.



Trainer Frank Pelny (links) bei einer der Übungseinheiten in der Turnhalle in Kelbra. Am Ende des Lehrgangs wurden Gürtelprüfungen abgelegt. Foto: privat

56 Teilnehmer fanden sich in der Kelbraer Zweifelderhalle ein, um gemeinsam zu trainieren. Nach den jeweiligen Graduierungen in verschiedene Leistungsgruppen aufgeteilt, konnte jeder Kämpfer insgesamt zwei Trainingseinheiten bei Frank Pelny, Stilrichtungsreferent des Thüringer Karate Verbandes, DOSB-Trainer-A Karate, und dem Gasttrainer aus Halle, Sebastian Edelmann, DOSB-Trainer-A Karate, absolvieren. Etwas ganz Besonderes war es für einige der Kleinsten aus der Anfängergruppe.

Für sie war es nämlich der erste Lehrgang überhaupt, und entsprechende Aufregung hatte sich schon Tage vorher bemerkbar gemacht. Ein weiterer Höhepunkt an diesem Tag war die Ehrung der Jahressieger der vereinsintern durchgeführten monatlichen Wettkämpfe. Diese bieten dem Nachwuchs die Möglichkeit, sich in bekannter Umgebung mit den Wettkampfmodi vertraut zu machen.

Dabei treten die jungen Karatekas innerhalb der verschiedenen Trainingsgruppen gegeneinander an. Die dabei vergebenen Punkte machen es möglich, dass sich alle miteinander, vom Kleinsten bis zum Größten, vom Weißgurt bis zum Grüngurt, in einem fairen Wettbewerb messen können. Den Sieg erkämpfte sich in diesem Jahr der amtierende Thüringer Landesmeister Leon Schneider, der dafür als 1. Preis einen neuen Karateanzug erhielt. Der 2. Platz ging an Fynn Quentin Ritter und wurde mit einer Karate-Sporttasche ausgezeichnet. Dritte im Bunde wurde Lea Antonia Jödicke. Sie bekam als Prämie ein Karatebuch.

Anschließend wurde der Sportwart des Vereins, Willi Völz, mit Applaus in die Riege der Vereins-Karatetrainer aufgenommen. Er hatte in diesem Jahr seine Trainerausbildung mit der DOSB-Karate-C Lizenz erfolgreich bestehen können und konnte diese nun überreicht bekommen. Auch er wird zukünftig sein Wissen und seine Erfahrung an die nachrückenden Generationen weitergeben.

Im Anschluss an das fordernde Training wurde es noch einmal ernst: Gürtelprüfungen standen an. 26 Karateka stellten nun ihr Können unter Beweis, denn geschenkt wurde ihnen trotz des nahen Festes nichts. Am Ende des Nachmittages wurden die Gürtel verliehen.

Thüringer Allgemeine

NORDHAUSEN

Kreissportbund Nordhausen sucht seine Sportler des Jahres

19.12.2014 - 16:11 Uhr

Nordhausen. Zum 21. Mal führt der Kreissportbund Nordhausen am 30. Januar seine Sportgala durch. Wie in jedem Jahr wird es in diesem Rahmen die Auszeichnung der Sportlerinnen, Sportler, Mannschaften und Nachwuchssportler des Jahres 2014 geben.



Klaus Gorges, Präsident des KSB, mit den Siegerpokalen der Sportgala 2014. Archiv-Foto: Sebastian Grimm

Wir haben jetzt schon einmal die Kandidatenliste für Sie zusammengestellt. Die Sportvereine, die der Kreissportbund dieser Tage angeschrieben hat, haben nun die Möglichkeit bis zum 20. Januar 2015 ihre Favoriten zu benennen. Auf der Sportgala stimmen die Gäste ebenso ab. Auch eine Fachjury wird bei der Vergabe der begehrten Pokale mit einbezogen.

Wer bei den Nachwuchssportlern gewonnen hat, wird am Abend der Gala von der Sportjugend des KSB bekannt gegeben.

Kandidatenliste des Kreissportbundes Nordhausen zur Sportlerwahl:

Sportlerinnen Gesine Hauschild (Karate-Do-Kwai Nordhausen)

Doreen Schilling (Karate-Do-Kwai Nordhausen)
 Toni Herrmann (Kegeln TSG Salza)
 Katja Konschak (Triathlon SV Nordhausen 90)
 Marika Kessler (Turnen TSV Nordhausen)
 Ruth Hagene (Turnen TSV Nordhausen)

Sportler Marco Bachmann (Leichtathletik HSG Nordhausen)

Jörg Ziegler (Leichtathletik HSG Nordhausen)
 Benedikt Böck (Turnen TSV Nordhausen)
 Patrick Esther (Boxen Nordhäuser SV)
 Jens-Uwe Krebs (Speedskating RSV Nordhausen)
 Olaf Ostwald (Kanu Nordhäuser SV)
 Miguel Roche (Bogenschießen SV Urbach)
 Siegfried Wolf (Bogenschießen SV Niedersachswerfen)
 Gordon Schultz (Springreiten RC Wollersleben)
 Viktor Vollmer (Karate-Do-Kwai Nordhausen)
 Peter Seidel (Triathlon SV Nordhausen 90)

Mannschaften Seamrog Basketballer SG Leimbach

Bundesliga-Boxstaffel Nordhäuser SV
 Regionalliga-Fußballer FSV Wacker Nordhausen
 Handball-Frauen Nordhäuser SV
 Kegel-Frauen TSG Salza
 Senioren-Kegler Nordhäuser SV
 Oberliga-Radballer LV Altstadt Nordhausen
 Tischtennisfrauen TTV Bleicherode
 Regionalligaschwimmer SV Nordhausen 90
 Thüringenliga-Volleyballer SVC Nordhausen
 Senioren-Volleyballer SVC Nordhausen

Neue Gürtel noch im alten Jahr

Montag, 29. Dezember 2014, 08:31 Uhr

Neue Gürtel noch im alten Jahr gab es für einige Kämpfer der Übungsgruppe Selbstverteidigung des Karate-Do-Kwai Nordhausen. Allerdings nicht geschenkt. Sie mussten sich dafür in einer Prüfung beim Cheftrainer und Meister dieses Systems, Frank Pelny, beweisen...

Inzwischen schon traditionell bietet der Verein jeweils vor den Sommer- und Weihnachtsferien seinen Mitgliedern die Möglichkeit, in Graduierungsprüfungen zu zeigen, was sie gelernt haben. Und das ist in der Selbstverteidigung thematisch sehr breit gefächert.

Von Befreiungen aus verschiedenen Haltegriffen, über Abwehr von Angriffen mit und ohne Waffen oder ähnlichen Hilfsmitteln, bis hin zu Fallschule und Bodenkampf - schon der praktische Teil des Trainings ist ziemlich abwechslungsreich. Aber dank eines methodischen und gut strukturierten Trainingsplanes kann das System von jedem noch so Ungeübten mit etwas Fleiß erlernt werden.

Darüber hinaus werden auch theoretische Grundlagen, wie z. B. gesetzliche Bestimmungen zum deutschen Notwehrrecht, vermittelt und natürlich in der Prüfung abgefragt. Bestens vorbereitet konnten die 6 Prüflinge dann auch mit ihrem Können glänzen und zum Schluss freudig die Urkunden in Empfang nehmen.

Aber auch außerhalb des Trainingsalltages wurde wieder einiges bewegt. Nicht nur für die Kinder gab es eine Weihnachtsfeier mit kleinen Geschenken in gemütlicher Runde. Auch die Erwachsenen trafen sich wieder zu einem geselligen Abend mit leckeren asiatischen Essen. Nur selten sitzen wirklich die Sportler aller verschiedenen Trainingsgruppen so zusammen und können sich untereinander austauschen.



Wie immer gab es eine fantastische musikalische Unterhaltung von "Less People", die sowohl zum Tanzen als auch zum Mitsingen einlud. Auch Kevin, der Dudelsackspieler, hatte sein Instrument dabei und spielte einige Stücke mit der Band gemeinsam, sehr zur Freude aller Anwesenden, welche diese außergewöhnliche Darbietung mit jeder Menge Applaus belohnten.

Zur Feier dieses Anlasses nutzte der Vereinsvorsitzende Frank Pelný auch gleich noch die Gelegenheit, der scheidenden Mitarbeiterin, Sandra Kersten, für ihre geleistete Arbeit zu danken. Sie wurde vom Kreissportbund für eine befristete Zeit dem Verein zur Verfügung gestellt. Trotzdem hat sie beim Karate-Do-Kwai eine sportliche Heimat gefunden und wird glücklicherweise auch in Zukunft dem Verein als Trainerin für die Kindergruppe "Ninja-Kids" erhalten bleiben.

An dieser Stelle nun noch der Wunsch an alle Unterstützer und Sponsoren, wie der Klemme AG, dem Badehaus, dem Gymnasium Wilhelm-von-Humboldt, der Paul Müller GmbH, der Pension Christa und der Astra-Werbetechnik, den Vereinsmitgliedern, Trainern, Vorständen sowie deren verständnisvollen Angehörigen und Freunde, auch im nächsten Jahr viel Erfolg, Glück und Gesundheit mit und um den Sport zu erlangen.

Allen Interessierten bietet der Karate-Do-Kwai Nordhausen ein 4-wöchiges kostenloses Probetraining in den Sportarten Karate, Kobudō, Selbstverteidigung, Shaolin Kung-Fu, Qi-Gong und Karate Aerobic oder für die 4-6 jährigen Ninja-Kids an. Nähere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.karate-nordhausen.de bzw. unter Tel.: (03631) 60 47 36.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen
