

KARATE

Trainingsstart ins Dreißigste

Sonntag, 15. Januar 2023, 20:18 Uhr

Der Start ins neue Trainingsjahr ist beim Karate-Do-Kwai Nordhausen diesmal ein ganz besonderer: es ist nämlich das dreißigste Jahr des Bestehens...

Man nimmt sich ja oft persönlich etwas vor, um es dann im neuen Jahr umzusetzen. Und auch als Sportverein hat der Karate-Do-Kwai Nordhausen natürlich gesteckte Ziele für 2023. Die liegen aber weniger im Gewinn von Titeln und Meisterschaften, als vielmehr in der Absicherung und der qualitativen Gestaltung des regelmäßigen Trainings.



Beim Karate Do Kwai feiert man in diesem Jahr 30. Geburtstag (Foto: Karate Do Kwai)

Neben dem Karate, das namensgebend für den Verein ist, gibt es aber auch noch viele andere Trainingsgruppen, die sich in den vergangenen dreißig Jahren gebildet haben. Zum einen ist da das Kobudō, das Karate mit Waffen, zum anderen wäre da die SaCO mit der praktischen Selbstverteidigung für Jedermann.

Mit Power und Musik läuft es beim Karate-Aerobic und etwas ruhiger in der Qi Gong-Gruppe. Zur allgemeinen Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten gibt es unter kompetenter Anleitung das Basis-Fit. Und um den Nachwuchs nicht zu vernachlässigen, trainieren schon die Kleinsten ab vier Jahren bei den Ninja-Kids. In all diesen Gruppen sind sich die geprüften Trainer der dreißigjährigen Vereinsgeschichte bewusst und engagieren sich mit ihrer Erfahrung und ihrem Können, die Traditionen fortzusetzen. Und um sowohl den Fleiß der Trainierenden, als auch derer, die das Training erst möglich machen, gebührend zu würdigen, wird es am 8. Juli eine große Geburtstagsparty geben. Man wird ja schließlich nur einmal Dreißig! In Form eines „Tages der offenen Tür“ kann sich dann jedermann ein Bild von den verschiedenen Übungsgruppen machen, bevor die Vereinsmitglieder gebührend feiern werden.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudō (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

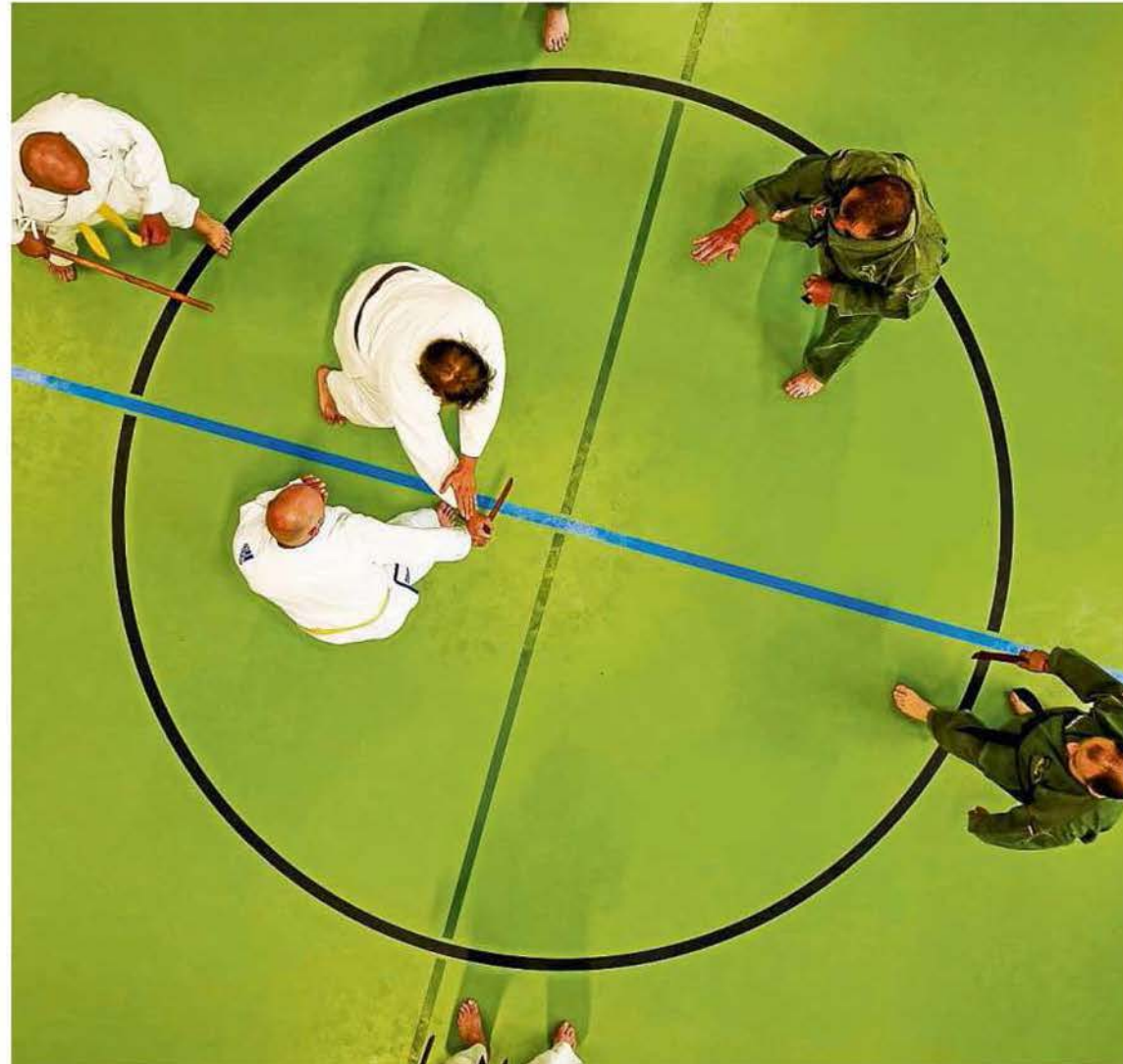
Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

SPORT

Trainingsstart ins 30. Jahr von Karate Do-Kwai

Nordhausen. Das Jahr 2023 ist für den Karate Do-Kwai ein besonderes. Es ist das 30. Jahr des Bestehens. Die gesteckten Ziele liegen aber weniger im Gewinn von Titeln und Meisterschaften, als vielmehr in der Absicherung und der qualitativen Gestaltung des regelmäßigen Trainings. Neben Karate, das namensgebend für den Verein ist, gibt es noch viele andere Trainingsgruppen, die sich in den vergangenen 30 Jahren gebildet haben. Zum einen ist da das Kobudô, das Karate mit Waffen, zum anderen die SaCO mit der praktischen Selbstverteidigung für jedermann. Mit Power und Musik läuft es beim Karate-Aerobic und etwas ruhiger in der Qi-Gong-Gruppe. Um sowohl den Fleiß der Trainierenden als auch derer, die das Training möglich machen, zu würdigen, wird es am 8. Juli eine große Geburtstagsparty geben. In Form eines Tages der offenen Tür kann sich dann jeder ein Bild von den Übungsgruppen machen.



STEVEN HAHNEMANN

Neuer Vorstand für Nordhäuser Karatekas

Montag, 06. März 2023, 00:11 Uhr

Am Freitag fand die diesjährige Jahreshauptversammlung des Karate-Do-Kwai Nordhausen im Jugendclubhaus statt, bei unter anderem auch die Wahl eines neuen Vorstands auf dem Programm stand...



Neuer Vorstand des Karate Do Kwai Vereins in Nordhausen (Foto: S.Schröter)

Gleich zu Beginn hatte der erste Vorsitzende Frank Pelny in seinem obligatorischen Bericht viel Gutes mitzuteilen. Doch die wohl beste Nachricht war, dass die Mitgliederzahl nach dem Tiefpunkt 2021 von 212 mit aktuellem Stand wieder auf stolze 255 geklettert war. Pelny begrüßte die Trendumkehr und nannte es „eine äußerst positive Entwicklung“.

Für den komplett eigenfinanzierten Verein ohne Sponsoren und einnahmengenerierende Wettkämpfe sind die Beiträge nun mal die wichtigste wirtschaftliche Grundlage. In den covidgeprägten Jahren konnte die übliche Fluktuation nicht durch genügend Neuzugänge ausgeglichen werden. Doch nun, da alles wieder ohne größere Einschränkungen läuft, kommen auch wieder die Interessenten. Und gerade dafür wird beim Nordhäuser Karateverein viel getan. An allen großen Events des Kreissportbundes Nordhausen mit den Vereinen waren die Karatekas vertreten. Trainings an Schulen, gute Berichterstattung in den Medien und vor allem die Mundpropaganda zufriedener Mitglieder zeigten den gewünschten Erfolg. Das verheißt auf jeden Fall eine gute Zukunft für den Verein, der in diesem Jahr übrigens seinen dreißigsten Geburtstag feiern wird.

Bevor es am Freitagabend dann zur Wahl kam, wurde noch über eine Satzungsänderung abgestimmt. Diese betraf den Vorstand selbst und neben einer Verschlankung wurden die Bereiche moderner beschrieben und den aktuellen Gegebenheiten angepasst. Danach wurde mit großem Dank der bisherige Sportwart Willi Völz aus seinem Amt verabschiedet, welches er immerhin 15 Jahre mit großem Engagement bekleidet hat. Ebenso schied der Gerätewart Thomas Jung nach seiner 18jährigen hervorragenden Arbeit leider aus dem Vorstand aus. Die anschließende Wahl brachte folgendes Ergebnis: als erster Vorsitzender erhielt zum zehnten Mal Frank Pelny das Vertrauen der Mitglieder, zweiter Vorsitzender Carsten Grabe, Finanzwart Petra Hauschild, Jugendwart Paul Friebe, Sportwart Alexander Reim, Beisitzer Sandra Kersten und Schrift- und Pressewart Sven Schröter. Alle nahmen die Wahl an und werden in der kommenden Zeit ihr Beste geben um den Traditionsverein zu erhalten.

Selbstverständlich gab es auch diesmal im Rahmen der Hauptversammlung Ehrungen von Mitgliedern, die sich im vergangenen Jahr besonders verdient gemacht hatten. Nicht nur der Einsatz und die ehrenamtliche Arbeit von Vorständen und Trainern wurden damit gewürdigt, auch Mitglieder, die stets zur Stelle waren, wenn Hilfe nötig war, erhielten auf diese Weise einen besonderen Dank. Dieser galt diesmal Felix Schröter, Chris Franke, Frank Nordmann, Egbert Gudlat, Willi Völz, Anita Kratzing, Sandra Kersten, Sven Schröter und Heike Prophet.

Darüber hinaus ist auch dem Jugendclubhaus zu danken, welches dem Karate-Do-Kwai wie auch den anderen Nordhäuser Vereinen seit Jahren gern die erforderlichen Lokalitäten zur Verfügung stellt. Genau wie die Vereine selbst, ist das Jugendclubhaus somit ein wichtiger Pfeiler der sozialen Kultur in Nordhausen, welcher uns hoffentlich noch lange Zeit erhalten bleibt.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudō (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter

Stock plus Griff gleich Tonfa

Dienstag, 07. März 2023, 08:29 Uhr

Am ersten Märzwochenende in diesem Jahr fand in Nordhausen der traditionelle Jahreslehrgang der Selbstverteidiger vom Nordhäuser Karate-Do-Kwai statt. Das Thema diesmal: das Tonfa...

Für alle die es nicht kennen sei es schnell erklärt: Ein Tonfa ist ein Schlagstock mit einem kurzen Quergriff. Viele Polizeieinheiten weltweit nutzen dieses effektive Gerät. Seinen Ursprung hat es allerdings in alten asiatischen Kampfkünsten wie dem Kobudô. Und da das Tonfa handlich ist und viele Anwendungsmöglichkeiten bietet, wurde es auch vom Cheftrainer und Mitbegründer der SaCO, Frank Pelny, als Mittel zur Selbstverteidigung in sein Programm übernommen.



Nach der üblichen knackigen Erwärmung ging es für die 30 Lehrgangsteilnehmer aus acht bundesdeutschen Vereinen an die Waffen. Mit einem Drill aus verschiedenen Angriffen und passenden Verteidigungen wurden die Handhabung und der Umgang mit dem Tonfa erlernt und gefestigt. Zwischen den praktischen Übungseinheiten gab es auch wieder einen Theorieteil, diesmal zum Thema Regeneration. Der Leipziger Co-Trainer Sebastian Edelman referierte zu den Grundlagen und Details der Ausgewogenheit zwischen Belastung und Erholung. „Je mehr man dem Körper abverlangt, umso besser muss man sich um ihn kümmern.“ erklärte er die grundlegendste Lehre.

Besonderen Wert maß er dabei der Regelmäßigkeit bei, um dem Körper die Möglichkeit zur Gewöhnung zu geben. Im Anschluss daran ging es um Griffbefreiungen mittels Tonfa. Pelný erklärte anschaulich die verschiedenen Varianten, so dass es den Trainierenden nicht schwer fiel diese selbst mit Partner umzusetzen. Am Ende reisten alle Teilnehmer zufrieden über das hochwertige Training wieder ab und konnten vielen Anregungen mit nach Hause nehmen.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudô (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

SPORT

Neuer Vorstand bei den Karatekas

Der Karate-Do-Kwai Nordhausen geht mit steigenden Mitgliederzahlen und einem guten Gefühl in sein 30. Jahr des Bestehens



Die neue Spitze des Karatevereins Nordhausen: Sandra Kersten, Alexander Reim, Paul Friebel, Carsten Grabe, Sven Schröter, Frank Pelly und Petra Hauschild (von links).

SVEN SCHRÖTER

Nordhausen. Bei der Jahreshauptversammlung des Karate-Do-Kwai Nordhausen wurde eine neue Spitze gewählt. Gleich zu Beginn hatte der Vorsitzende Frank Pelly in seinem Bericht viel Gutes mitzuteilen. Doch die wohl beste Nachricht war, dass die Mitgliederzahl nach dem Tiefpunkt 2021 von 212 mit aktuellem Stand wieder auf stolze 255 geklettert ist. Pelly begrüßte die Trendumkehr und nannte es „eine äußerst positive Entwicklung“.

Für den komplett eigenfinanzierten Verein ohne Sponsoren und einkommengenerierende Wettkämpfe sind die Beiträge die wichtigste wirtschaftliche Grundlage. In den covidgeprägten Jahren konnte die üb-

liche Fluktuation nicht durch genügend Neuzugänge ausgeglichen werden. Doch nun, da alles wieder ohne größere Einschränkungen läuft, kommen auch wieder die Interessenten. Und gerade dafür wird beim Nordhäuser Karateverein viel getan. An allen großen Events des Kreissportbundes Nordhausen (KSB) mit den Vereinen waren die Karatekas beteiligt. Trainings an Schulen und vor allem die Mundpropaganda zufriedener Mitglieder zeigten den gewünschten Erfolg. Das verheißt eine gute Zukunft für den Verein, der in diesem Jahr übrigens seinen 30. Geburtstag feiert.

Bevor es zur Wahl kam, wurde noch über eine Satzungsänderung

abgestimmt. Diese betraf den Vorstand selbst, neben einer Verschlan-
kung wurden die Bereiche moder-
ner beschrieben und den aktuellen
Gegebenheiten angepasst. Danach
wurde mit großem Dank der bishe-
rige Sportwart Willi Völz aus sei-
nem Amt verabschiedet, welches er
immerhin 15 Jahre mit großem En-
gagement begleitet hat. Ebenso
schied Gerätewart Thomas Jung
nach 18-jähriger hervorragender
Arbeit aus dem Vorstand aus.

Als erster Vorsitzender erhielt
zum zehnten Mal Frank Pelly das
Vertrauen der Mitglieder. Zweiter
Vorsitzender wurde Carsten Grabe.
Finanzwart Petra Hauschild, Ju-
gendwart Paul Friebel, Sportwart

Alexander Reim, Beisitzer Sandra
Kersten sowie Schrift- und Presse-
wart Sven Schröter waren die wei-
teren Ergebnisse der Wahl.

Freilich gab es auch diesmal Eh-
rungen von Mitgliedern, die sich im
vergangenen Jahr besonders verd-
ient gemacht haben. Nicht nur der
Einsatz und die ehrenamtliche
Arbeit von Vorständen und Trai-
nern wurden damit gewürdigt, auch
Mitglieder, die stets zur Stelle wa-
ren, wenn Hilfe nötig war, erhielten
einen besonderen Dank. Dieser galt
diesmal Felix Schröter, Chris Fran-
ke, Frank Nordmann, Egbert Gud-
lat, Willi Völz, Anita Kratzing, San-
dra Kersten, Sven Schröter und Hei-
ke Prophet. *red*

KARATE DO KWAI

Es ist selten zu früh und niemals zu spät

Sonnabend, 15. April 2023, 12:28 Uhr

Ein recht junger Bekannter meinte vor Kurzem, dass er bald alt genug wird, um endlich bei den Alten Herren Fußball spielen zu dürfen. Über so viel jugendliche Ungeduld können die alten Herren des Seniorensports beim Karate-Do-Kwai Nordhausen allerdings nur schmunzeln...

Stolze 72 Kerzen brannten zuletzt auf der Geburtstagstorte von Manfred Müller und Dittmar Wedler. Beide Herren hatten davor lediglich als Jugendliche aktiv Sport in einem Verein getrieben. Nun sind sie bereits seit längerer Zeit beim Seniorensport dabei. Natürlich ist Sporttreiben, besonders mit zunehmendem Alter, sowohl eine körperliche als auch eine mentale Herausforderung.



Es ist selten zu früh und niemals zu spät (Foto: Karate Do Kwai)

Aber es lohnt sich. Die positiven Effekte auf Körper und Geist sind auf jeden Fall spürbar. Leistungsgerechtes Training, Spaß in der Gemeinschaft und die Verbesserung von Fitness und Beweglichkeit sind wichtige Faktoren. Unter anderem wird hier sehr viel für die Stärkung des Gleichgewichts und somit für die Sturzprophylaxe getan.

Zudem ist dieses Training speziell auf die gesundheitlichen Einschränkungen im Alter abgestimmt. Und genau das ist der Grund, warum auch Müller und Wedler mit Begeisterung diesen Sport ausüben. „Das Training tut uns sehr gut und ersetzt so manche Physiotherapie.“, bekräftigten die zwei Seniorensportler lächelnd im Gespräch nach dem Training. Neben einem gesteigerten Selbstbewusstsein genießen beide auch eine merklich bessere Lebensqualität. Besonders gut finden sie, dass es keinen Zwang gibt. Die Teilnahme am Training ist eine ständige freiwillige Entscheidung. Und diese wird hinterher mit einer großen Zufriedenheit belohnt.

Wünschenswert wäre es, wenn sich noch mehr Senioren, sowohl Damen als auch Herren, für das Training gewinnen ließen. Die Voraussetzungen dafür sind im Gegensatz zu anderen Sportarten denkbar gering. Da barfuß trainiert wird, benötigt man lediglich eine sportliche Hose, ein T-Shirt und ein klitzekleines bisschen Motivation. Der Rest kommt dann von ganz allein.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

Ein Versprechen, eine Nachtschicht und eine Premiere - die Sportlerehrung in Nordhausen hatte alles, was es brauchte

Sebastian Fernschild

30.04.2023, 11:28 | Lesedauer: 4 Minuten



Zum Ende wurden noch mal alle Geehrten nach vorn gebeten. Die Stimmung in der festlich hergerichteten Wiedigsburghalle war bestens.
Foto: Christoph Keil

NORDHAUSEN. Bei der Sportlerehrung in der Nordhäuser Wiedigsburghalle gab es Überraschungen und jede Menge glückliche Gesichter

So ein klein wenig ahnte er es, als Moderator Marc Nebelung zwar noch nicht seinen Namen vorlas aber seine Sportart beschrieb. Als dann Martin Knappe als beliebtester Sportler vorgelesen wurde, strahlte der Triathlet über beide Ohren. „Damit hätte ich wirklich nicht gerechnet. Wir sind das erste Mal bei dieser Gala, ich das erste Mal nominiert und dann gleich sowas. Das kann man eigentlich gar nicht glauben“, so Knappe hinterher, der verriet, dass er gar keine Werbung für sich gemacht hatte.

Das hatte er seiner Frau überlassen, die damit wohl alles richtig gemacht hatte. Der Ausdauersportler schaute dann aber schon wieder auf die Uhr. Früh schlafen gehen - was an dem Abend aber eher so gut wie unmöglich war - war angesagt. Am nächsten Morgen ging es gleich wieder zur Harzquerung - was sonst.





Martin Knappe (linkes Bild) konnte es kaum fassen, als er aufgerufen als beliebtester Sportler. Gute Stimmung herrschte auch bei KSB-Präsident Gert Störmer (rechts) und Moderator Marc Nebelung.
Foto: Christoph Keil

Die Wiedigsburghalle war aufgrund der festlichen Ehrung gar nicht wiederzuerkennen, was auch KSB-Präsident Gert Störmer und Landrat Matthias Jendricke mehrfach erwähnten. „Wir haben eine Nachtschicht eingelegt und von 21 bis 5 Uhr die Halle umgebaut. Ich denke, das ist uns gelungen“, sagte Fabian Fromm von der Eventfirma, die das Ambiente herbeizauberte.

Sportgala Nordhausen: Die Bilder des Abends



Vor über 300 geladenen Gästen wurde die Wiedigsburghalle in einen festlichen Saal verwandelt. Zu Gast war auch der Ehrenpräsident des Landessportbundes Thüringen, Peter Gösel.

Foto: Christoph Keil

Vor über 300 g

Bild 1 von 177

„Für uns ist es eine Herzensangelegenheit, dass die Ehrung in dem Rahmen stattfindet. Wir haben uns bewusst dafür entschieden, den Rahmen etwas kleiner zu halten und den Sport um den es hier geht, in den Vordergrund zu stellen. Ich bin so stolz auf die Leistungen, die alle erreicht haben. Das kann man nicht oft genug sagen“, ließ Gert Störmer verlauten, der ebenso erklärte, dass der Nordhäuser Sport wieder an Zuwachs erfährt und an Mitgliederzahlen zu den größten Thüringens gehört

und immer wieder im Dialog mit Moderator Marc Nebelung, der hervorhob, dass solch eine Gala immer seltener sei und sie es beispielsweise in Erfurt gar nicht gäbe.



Auftritt von Krimderodes Karnevalsclub.
Foto: Christoph Keil

Nach dem ersten musikalischen Akt von Carolin Schumann und einer **Showeinlage vom Karate Do Kwai Nordhausen**, ging es los. Die über 300 geladenen Gäste warteten schon gespannt und nach einem ausgiebigen Buffet wurden die Namen und Mannschaften verlesen.

Bei den Männern gab es einen kleinen Fauxpas, als Mario Köhler - als Dritter geehrt - sich auf dem Foto nicht wiederfand. Aber solch kleine Pannen machen es durchaus auch liebenswert. Als bei den Frauen die Siegerin Julia Mackerodt aufgerufen wurde, ging der wartende Blick durch die Halle. Thüringens beste Springreiterin aber war nicht da, sie zeigte einmal mehr ihr Können auf einem Turnier.

Kurz darauf gab Patrick Börsch noch ein Versprechen ab, vor über 300 Zeugen. Im kommenden Jahr will er zusammen mit Stephan Klante, dem Bürgermeister der Landgemeinde Harztor, den Halbmarathon beim Harztorlauf absolvieren. In diesem Jahr sollen es erstmal nur acht Kilometer sein. Ein mutiges Vorhaben und Börsch ahnt bereits, auf was er sich da eingelassen hatte. Bis spät

in die Nacht hinein wurde noch getanzt, vor allem die Volleyballerinnen aus Bleicherode, die Zweite wurden in der Kategorie Mannschaft, sorgten auf der Tanzfläche für Stimmung.

Die Geehrten

Sportlerin des Jahres

1. Platz Julia Mackerodt Ländlicher Reitverein Immenrode
2. Platz Franziska Martens SV National Auleben
3. Platz Chantal Rimke LV Altstadt 98 Nordhausen

Sportler des Jahres

1. Platz Martin Knape Triathlon Nordhausen
- 2. Platz Frank Pelny Karate-Do-Kwai Nordhausen**
3. Platz Mario Köhler TSC Neptun Nordhausen

Mannschaft des Jahres

1. Platz 1. Männermannschaft + Frauenmannschaft SV National Auleben
2. Platz Frauenmannschaft Volleyballgemeinschaft Bleicherode
3. Platz 25 Punkte Männermannschaft Ü41 SVC Nordhausen

Nachwuchssportlerin des Jahres

1. Platz Stella Mohrig SV Aktivist Sollstedt Kegeln
2. Platz Isabell Nebelung Schützenverein 1900 Ellrich Bogenschießen
3. Platz Tessa Reichhardt LV Altstadt 98 Nordhausen Leichtathletik

Nachwuchssportler des Jahres

- 1. Platz Nico Reim Karate-Do-Kwai Nordhausen Karate**
2. Platz Thilo Kühne Triathlon Nordhausen Triathlon
3. Platz Till Liesegang Nordhäuser Sportverein Handball

Lions-Club-Sportförderpreis für die Jugendarbeit 2022

- 1. Platz LV Altstadt 98 Nordhausen**
2. Platz SV Bielen 1926
3. Platz Karate-Do-Kwai Nordhausen

KARATE-DO-KWAI NORDHAUSEN

Erfolge bei Deutscher Meisterschaft

Donnerstag, 04. Mai 2023, 07:25 Uhr

Kürzlich fanden in Jena die Deutschen Meisterschaften im Karate mit Waffen (Kobudô) statt. Vier der begehrten Medaillen gingen dabei an die Nordhäuser Teilnehmer...



Erfolgreiche Nordhäuser Karateka (Foto: KDW)

Eingebettet in einen ganztägigen Karate-Lehrgang am Samstag und einen Kobudô-Lehrgang am Sonntag wurden bei gewohnt bestem Wetter die Deutschen Meisterschaften im Waffensport der Stilrichtung Ryûkyû Kobudô Teshinkan ausgetragen. Vom Karate-Do-Kwai Nordhausen waren die beiden Kämpfer Kevin Freyberg und Robert Zinecker mit am Start. Der größte Erfolg gelang dabei Zinecker, der im Finale beim Bô-Shiai (Freikampf mit Langstock) Freyberg auf den Platz des Vizemeisters verwies. „Den Freikampf mag ich am liebsten. Hier kann man sich wirklich direkt mit dem Gegnern messen.“, freute sich Zinecker hinterher über seinen Sieg. Allerdings konnte sich Freyberg in der Kategorie Kata (Formen) revanchieren und erkämpfte sich dort den zweiten Platz, während Zinecker mit Bronze trotzdem recht zufrieden war. Und spätestens Ende Juli bekommen beide in der Nordhäuser Wiedigsburghalle beim Europa-Cup die erneute Chance sich miteinander zu messen.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudô (Waffensport) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Autor: red

Erfolge für Nordhäuser Karate Nachwuchs

Montag, 15. Mai 2023, 08:38 Uhr

Nachwuchsarbeit wird beim Nordhäuser Karate-Do-Kwai großgeschrieben und so veranstaltete der Verein am vergangenen Samstag die Kreisjugendspiele in der Sportart Karate. In insgesamt vier Kategorien wurden hierbei die Besten der zahlreichen Teilnehmer ermittelt..

Zuerst starteten die Anfänger. Gerade hier war die Nervosität groß, da es für viele der erste Wettkampf überhaupt war. Diesen dann noch vor dem anwesenden Publikum aus Eltern, Großeltern und Geschwistern auszutragen tat sein Übriges. Trotzdem konnten schon die Jüngsten mit soliden Leistungen überzeugen. Bei den Mädchen siegte am Ende Lana Kleffel vor Lilly Knoth. Platz Drei teilten sich Luise Henning und Charlotte Beyer.



Mia Thon und Magdalena Aurin zeigten ihr Können (Foto: Karate Do Kwai)

Danach kamen die Jungs. Yusuf Shikharimi setzte sich hier gegen Linus Kuhnt durch. Die dritten Plätze gingen an Connor Hartman und Friedrich Ananias.

Bei der nachfolgenden Gruppe (Gelb- und Orangegurte weiblich) konnte bei den Mädels Magdalena Aurin ihren Sieg vom letzten Jahr sehr überzeugend wiederholen. Mia Thon erkämpfte Silber, Bronze ging an Penelope Kirchhoff und Alina Ricke. Aurin, befragt was sie sich für die Zukunft noch alles vorgenommen hat, sagte: „Ich will später mal so gut werden, dass ich auch Kampfrichterin sein darf.“ Und wer ihr Können in diesem Wettkampf gesehen hat oder ihre fantastische Vorführung bei der diesjährigen Nordhäuser Sportgala, kann sich keinen Grund vorstellen, dass sie ihr Ziel nicht erreichen sollte.

Den letzten Durchgang (Gelb- und Orangegurte männlich) entschied Niklas Werner für sich. Platz zwei erkämpfte sich Collin Hardrath. Die bronzene Medaille errangen hier Alexander Löffler und Tim Einicke.

Alle beteiligten Kinder gaben offensichtlich hoch motiviert ihr Bestes. Bei der abschließenden Siegerehrung bekamen dann die Familien auch noch ausreichend Gelegenheit für würdige Siegerfotos.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudô (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

Nordhäuser Karateverein im Untergrund

Sonntag, 18. Juni 2023, 10:25 Uhr

Am Samstag ging der Nordhäuser Karateverein in den Untergrund. Was sich erst mal spektakulär anhört, erwies sich als sehr interessante und lehrreiche Führung durch den alten Splitterschutzgraben unter dem Spendekirchhof..

Da Sport im Verein viel mehr als nur Training ist, stand für Mitglieder und Angehörige des Karate-Do-Kwai Nordhausen wieder eine Freizeitaktivität für an.



Die Nordhäuser Karate-Kämpfer waren in der Nachbarschaft unterwegs (Foto: Karate Do Kwai)

Thema war diesmal die Erkundung des Nordhäuser Untergrundes. Michael Garke, Fotograf, Heimatforscher, Stadtführer und Buchautor, stimmte die Teilnehmer vorab mit Wissenswertem über die Nordhäuser Geschichte im Allgemeinen und über die Nordhäuser Luftschutzanlagen im Speziellen ein. Danach ging es in den überdachten Splitterschutzgraben unter dem Spendekirchhof.

Da die Restauration dieses in Thüringen einzigartigen Bodendenkmals noch im vollen Gange ist, hatte jeder eine Taschenlampe dabei. Das verließ der ganzen Exkursion nochmals ein besonders abenteuerliches Gefühl. Auf jeden Fall bekam man in dem engen Gang eine Ahnung davon, wie außergewöhnlich die Situation gewesen sein muss, wenn sich die wahrscheinlich mehr als 150 geplanten Menschen schutzsuchend zusammengedrängt hatten. Verblüffend wiederum war, dass es dort nicht nur Öfen für die Beheizung, sondern auch mehrere Wasserklonsets gab.

Als kleiner Bonus ging es im Anschluss noch, quasi nebenan, in die Bohlenstube der Domstraße 12. Diese wurde im 16. Jahrhundert recht aufwendig gebaut und nach ihrer Wiederentdeckung restauriert. Das Besondere an der Stube ist, dass sie aus unbekanntem Gründen einen sehr schiefen Fußboden hat. Beim Gehen in dem Raum gerät man deshalb selbst nüchtern schon mal ins Schwanken.

Ihr gemütliches Ende fand die Veranstaltung dann am Grill bei Steaks und Würstchen. Doch selbst hier wurde weiter gefachsimpelt und durch Michael Garke noch viele weitere interessante geschichtliche Details vermittelt.

Diese Veranstaltung war nur für den begrenzten Kreis der Vereinsmitglieder gedacht. Allerdings unbeschränkt für alle öffnet der Karate-Do-Kwai Nordhausen am 08.07. seine Pforten, denn da feiert der Verein sein 30jähriges Bestehen mit einem Tag der offenen Tür. Von 15.00-17.00 Uhr führen die verschiedenen Übungsgruppen in der Sporthalle Spendekirchhof jeweils Informations- und Mitmachtrainings für alle interessierten Gäste durch. Neugierige Besucher sind dazu herzlich eingeladen und willkommen. Parallel dazu wird es Spiel & Spaß für die Kinder beim Kinderfest geben.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudô (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

30 JAHRE KARATE-DO-KWAI

Von Karate, Kata und Kobudo

Sonnabend, 08. Juli 2023, 20:12 Uhr

250 Mitglieder, 7 Sportarten, 20 Trainer und inzwischen 30 Jahre Geschichte - am Spendekirchhof feierten heute die Kampfsportler des Karate-Do-Kwai ihr Jubiläum und führten vor Publikum die Grundlagen ihres Sports dar..



Frank Pelný und seine Schüler zeigten zum 30. Jubiläum ein wenig von ihrer Kampfkunst (Foto: agl)

Frank Pelný übt seine „Katas“, die Übungsformen im Karate, schon gute 50 Jahre. Seit 36 Jahren gibt er sein Wissen um die fernöstliche Kampfkunst auch an Schüler weiter. So richtig offiziell, mit dem obligatorischen „e.V.“, wurde das ganze aber erst 1993.

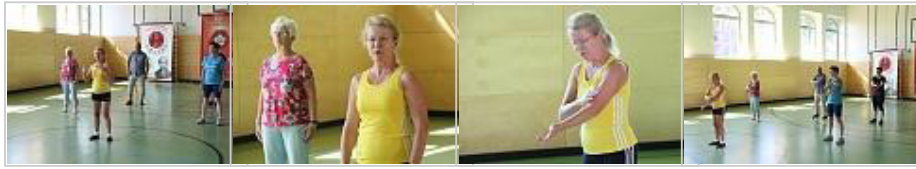
Es ist gut gelaufen seitdem, für Pelný und seine Schüler. Drei Kampfkunstformen bietet man an - klassisches Karate, den Waffenkampf „Kobudo“ und die SaCO-Selbstverteidigung. Das Wissen sich im Ernstfall tatsächlich wehren zu können sei aber mehr ein Bonus bei der Sache, die sportlichen Aspekte seien im Alltag relevanter. „Unser Sport geht an den ganzen Körper, wir brauchen Ausdauer, Flexibilität, Reaktionsgeschwindigkeit und Kraft.“, erklärt Trainer Pelný.

Wenn es nach ihm geht, macht er weiter bis er einmal, eines fernen Tages, in der Halle umfällt. Jedenfalls ist das Alter kein Hinderungsgrund, die älteste Kampfkünstlerin im Verein ist stolze 85 Jahre alt und hält sich mit Karate-Aerobic fit. Die Fitnessangebote sind das zweite Standbein des Vereins, „Basis-Fit“, Qi-Gong und Senioren Sport sind beliebt. Der klassische Karate-Unterricht hat die meisten Teilnehmer, aber es folgt direkt die „Basis-Fitness“. So kommt man mit allem auf 20 Trainingseinheiten pro Woche und inzwischen ist man neben Nordhausen auch in Kelbra zu Hause.

Wie das Training abläuft, davon konnte sich das Publikum heute einen Eindruck verschaffen, bevor man zu Kaffee und Kuchen bat.

Angelo Glashagel





Autor: red

Drucken ...

Urheberrechtsschutz.

© 2021 nnz-online.de



Beim Kubodu in Nordhausen ist auch Altmeister Frank Pelny (links) mit dabei und beobachtet seine Schützlinge genau. SVEN SCHRÖTER

30 Jahre Karate in Nordhausen

Drei Jahrzehnte besteht der Verein Do Kwai, der zum Tag der offenen Tür vielfach ausgezeichnet wurde

Sven Schröter

Nordhausen. Der Karate Do Kwai Nordhausen e. V. feierte am Samstag sein 30-jähriges Bestehen. Zu einem Tag der offenen Tür anlässlich dieses Jubiläums waren Vereinsmitglieder und Gäste eingeladen. Zwar trainieren die Kampfkünstler rund um Vereinsvorsitzenden Frank Pelny schon seit 1987 in Nordhausen, aber nachdem die Mitgliederzahl der Sektion Karate die 100 überschritten hatte, wurde erst im Jahre 1993 der Verein im Register des Amtsgerichtes Nordhausen eingetragen.

Mittlerweile trainieren über 250 Sportler bei 20 lizenzierten Trainern in zwölf verschiedenen Trainingsgruppen und zwei Standorten. Auch bei nationalen und internationalen Wettkämpfen sind Aktive des Vereins erfolgreich. Als Trainer wird Frank Pelny zu Lehrgängen in der ganzen Welt eingeladen. Aber der absolute Schwerpunkt der Vereinsarbeit liegt auf dem Training und der persönlichen Weiterentwicklung der Mitglieder. Deshalb gab es auch zum Jubiläum ein Vorführ- und Mitmachprogramm für Jedermann.

Den Anfang machten die Ninjakids. Gemeinsam mit Kindern aus dem Publikum zeigten sie, dass ein altersgerechtes Breitensporttrai-

ning und erste Schritte im Karate sehr gut vereinbar sind. Ob Rolle vorwärts, Balancieren oder Block- und Kontertechniken mit dem typischen Kampfschrei – es wurde alles präsentiert.

Karatekas gaben Einblick in die Sportart

Den nächsten Entwicklungsschritt zeigten die Karatekas. Mit Kihon (Grundschule), Kata (Formen) oder Kumite (Freikampf) gaben sie den Zuschauern einen Einblick in die Sportart Karate. Beim Kobudō, der

fernöstlichen Kampfkunst mit alten Bauernwaffen wie Langstock, Tōfa oder Sai-Gabeln mussten die Akteure zeigen, dass sie nicht nur ihren Körper, sondern auch die Geräte perfekt kontrollieren können.

Etwas praktischer ging es dann bei der Saco-Selbstverteidigung zu. Hier wurde ein System demonstriert, mit dem sich jeder gegen Bedrohungen und Angriffe im Alltag zur Wehr setzen kann. Nicht ganz so martialisch, aber nicht weniger effektiv waren die folgenden Gruppen. Das Qi Gong schult als innere

Kunst Geist und Körper auf sanfte Weise, während das Karate-Aerobic die Kondition mit Power fordert und fördert. Zum Schluss reichten sich noch einige Gäste in die Übungen des Basis-Fit ein. Hier werden alle Bereiche des Körpers effektiv trainiert. Parallel zu diesem Programm gab es noch ein Kinderfest mit Hüpfburg, Spielgeräten und Kinderschminken.

Karin Henning und Silke Kiel erhielten Ehrennadel vom KSB

Zum Abschluss des „offiziellen“ Teils gab es dann Glückwünsche der Gäste vom Kreissportbund Nordhausen (KSB), Landessportbund Thüringen (LSB) und Thüringer Karate-Verband (TKV). Zudem wurden die Mitglieder geehrt, die sich in den vergangenen 30 Jahren um den Verein verdient gemacht hatten und ohne die der Vereinsbetrieb kaum möglich wäre. So erhielten Karin Henning und Silke Kiel die Ehrennadel des Kreissportbundes. Carsten Grabe, Sandra Kersner, Frank Nordmann, Sven Schröter und Ines Weniger wurden mit der Ehrennadel des Landessportbundes ausgezeichnet. Die Gutmuths-Medaille des Landessportbundes wurde verliehen in Bronze an Stephanie Aurin und Manuela Zupp, in Silber an Thomas Jung und

in Gold an den ersten Vorsitzenden des Vereins Frank Pelny.

Aber auch der Thüringer Karate-Verband hatte Ehrungen mitgebracht. Die TKV-Ehrennadel ging an Egbert Gudlat, Felix Schröter, Willi Völz, Chris Franke und Petra Hauschild. Doreen Schilling hingegen wurde die Ehrennadel der Sportjugend des Thüringer Karateverbandes überreicht.

Für besondere Verdienste in der Kampfkunst Karate wurde Frank Pelny mit der Ehrenmedaille des Deutschen Karate-Verbandes in Gold ausgezeichnet. Und auch dem Verein selbst wurde vom Deutschen Karate-Verband die Ehrenplakette in Silber mit Gold überreicht.

Alle Laudatoren waren sich einig, dass der Verein, seine Trainer und alle anderen Helfer eine hervorragende Arbeit zur Durchführung des Sports in der Rolandstadt leisten. Einen ausdrücklichen Dank erhielt noch Pascal Breitrück für die Neugestaltung des Internetauftrittes des Karate-Do-Kwai. Zusätzlich wurden alle Vorstandsmitglieder und Übungsleiter mit einer Trainingsjacke und einem T-Shirt bedacht, um den Verein auch zukünftig angemessen repräsentieren zu können.

Mehr Infos und Trainingszeiten: www.karate-nordhausen.de



Frank Pelny wurde gleich mehrfach für seine Verdienste ausgezeichnet. SVEN TETZEL

SPORTLICHER BESUCH AUS JAPAN

Ehrung für einen Großmeister

Donnerstag, 27. Juli 2023, 17:49 Uhr

Mit großen, sportlichen Events konnte man in den letzten Jahren in Nordhausen immer seltener aufwarten. Abseits gefüllter Hallen gibt es aber doch immer noch einige Highlights. Heute konnte man zum Beispiel Karate-Großmeister Hidemi Tamayose aus Japan begrüßen...



Hidemi Tamayose konnte heute zum 8. mal in Nordhausen begrüßt werden (Foto: agl)

Der 74jährige ist nicht zum ersten Mal in Nordhausen, Frank Pelly konnte den „Sensei“ bereits zum achten Mal am Ort seines eigenen Wirkens begrüßen. Kennen gelernt hatte man sich 2005 in Tschechien.

Tamayose übt seine Kampfkunst seit 56 Jahren aus und trägt den 10. Dan sowohl im Kobudo, also dem Waffenkampf, wie auch dem klassischen Karate. Höher hinaus geht es hier nicht mehr, außerdem fungiert er als Präsident seines Kobudo-Verbandes und unterweist bis heute Schüler jeden Grades.

Das wird auch an diesem Wochenende nicht anders sein, bis Sonntag wird der Großmeister aus Japan zusammen mit Frank Pelly eine Gruppe internationaler Sportler im „Ryukyu Kobudo Tesshinkan Kyo Kai“ schulen. Trainiert wird in der Okinawa-Tradition, die mehr auf Selbstverteidigung als Wettkampf setzt, erläutert Tamayose am Rande mittels Übersetzer. Ziel sei es, sich selbst stärker zu machen, nicht nur physisch sondern auch in Herz und Seele. Auf dem Programm stünden zunächst die Grundformen, denn nur wer die beherrsche, könne zu höheren Formen übergehen, so der Schwarzgurt, er selber übe sich bis heute in den Grundlagen.

Rund 60 Teilnehmer aus fünf Nationen sind für die Unterweisung nach Nordhausen gereist und wurden heute unter anderem von Landrat Matthias Jendricke begrüßt. Der war auch gekommen, um Tamayose für sein Engagement in der Region mit der Ehrenplakette des Kreises auszuzeichnen.

Angelo Glashagel



Hidemi Tamayose wurde von Landrat Jendricke mit der Ehrenplakette des Kreises ausgezeichnet (Foto: agl)



Große Ehre für einen japanischen Gast

Von Okinawa in den Südharz: Warum der Landkreis Nordhausen einen Meister aus Asien auszeichnet

Helena Heß

Nordhausen. Anlässlich des „Europa-Gasshuku“, dem europäischen Sommertrainingslager der Karate- und Kobudōkämpfer, ist der japanische Großmeister Tamayose Hidemi in Nordhausen, um sein Wissen an Schüler weiterzugeben. Schon seit einigen Jahren ist er des Öfteren bei Veranstaltungen des hiesigen Kampfsportvereins zu Gast. Dafür wird ihm nun eine Ehrung zuteil.

Karate- und Kobudōkämpfer aus mehreren Nationen haben sich am Donnerstag in der Wiedigsburghalle in Nordhausen versammelt. Denn der Karate-Do-Kwai hat erneut zum Trainingslager eingeladen. In Reih und Glied, die Langstöcke in der Hand, bereit loszulegen, stehen die Teilnehmer in der Halle und blicken auf Tamayose Hidemi, der es in Karate und Kobudō zur Meisterschaft gebracht hat.

Japanischer Großmeister erhält Ehrenplakette

An seiner Seite ist David Dekreon, der ihn während des Kurses als Übersetzer unterstützt. Neben ihm steht der Vereinsvorsitzende Frank Pelny. Nach einem kurzen Grußwort, in dem er auch seine Freude über den Besuch Hidemis zum Ausdruck bringt, ergreift Landrat Matthias Jendricke (SPD) das Wort. Denn er ist aus einem besonderen Anlass anwesend.

Auch der Landrat heißt zunächst den bekannten Kampfsportler herzlich in Nordhausen willkommen. Er bedankt sich ebenfalls, dass Hidemi seit Jahren in die Region kommt, um den Karate-Do-Kwai zu unterstützen. Um ihn für sein nachhaltiges Engagement für den Kobudō- und Karate-Sport im Landkreis



Frank Pelny (rechts) und Tamayose Hidemi demonstrieren eine Bereitschaftsstellung aus der Kampfsportart Kobudō.

HELENA HEß

zu ehren, zeichnet er ihn mit der Ehrenplakette aus. Auch der anwesende Kreis-Sportkoordinator Werner Hütcher spricht nochmals seinen Dank an den japanischen Großmeister aus. Dieser ist sehr erfreut über die Anerkennung. Doch er ist vor allem gekommen, um seine Schüler zu unterrichten.

Daher wendet er sich nach ein paar Worten des Dankes auch schon wieder den Kämpfern zu. Er ist sehr glücklich, dass er nach der schweren Coronazeit wieder bei ih-

nen in Nordhausen sein kann, und freut sich auf das gemeinsame Training in den nächsten Tagen.

Und schon verteilen sich alle Teilnehmer in der Halle und lassen sich von dem Großmeister verschiedene Kobudō-Techniken zeigen. Dabei ist es jedoch nicht entscheidend, die schwersten Übungen zur Meisterschaft zu bringen. Das wichtigste sei es, die Grundtechniken zu beherrschen, gibt Tamayose Hidemi zu verstehen. Wenn er Kobudō und Karate trainiere, übe er immer wieder

die Basispraktiken. Der 74-Jährige ist seit 56 Jahren Karatekämpfer, seit 50 Jahren praktiziert er Kobudō.

Es handelt sich bei Letzterem um den Kampf mit Waffen, zum Beispiel dem Langstock, wobei die Bewegungen dem Karate ähnlich sind. Dies lernte er auf Okinawa. Kobudō und Karate wurden auf der japanischen Insel entwickelt und sind dort daher hauptsächlich vertreten. Sein Lehrer war dabei der bekannte Kampfsportmeister Akamine Eisuke. Er lernte die Kampfkünste,

weil er stärker werden wollte, erinnert sich der Großmeister an seine Anfangszeit.

Denn darum gehe es bei den beiden Kampfsportarten, führt er weiter aus. Der Kämpfer soll sich durch Training weiterentwickeln, er soll Herz und Seele stärken. Und der japanische Großmeister ist schon sehr weit gekommen. Er trägt sowohl den zehnten Dan Kobudō als auch den zehnten Dan Karate. Auf die Frage, welche Wettkämpfe er dafür gewinnen musste, erklärt er jedoch, dass es im traditionellen Okinawa-Karate gar keine Wettkämpfe gebe. Denn es gehe bei Karate und Kobudō nicht um den Kampf mit einer anderen Person, sondern nur um Selbstverteidigung. Er selbst lehne Wettkämpfe daher ab.

Frank Pelny ist es zu verdanken, dass der japanische Großmeister aus Okinawa nach Nordhausen kam. Er und Tamayose Hidemi kennen sich schon viele Jahre. 2002 sei er das erste Mal zum Karate-Training nach Okinawa gereist, erzählt Pelny. Sein Trainer dort war Hidemi. In den Jahren darauf kam der Nordhäuser ebenfalls nach Japan.

Da er wollte, dass Hidemi seine Kampfkünste auch an die Nordhäuser Schüler weitergibt, lud er ihn zu einem Wochenendlehrgang in seine Heimatstadt ein. Daher kam der japanische Großmeister 2005 das erste Mal in die Region. Auch beim europäischen Sommertrainingslager waren Hidemi und Pelny zu Gast. Dieses fand zuerst in Tschechien statt. Da die meisten Teilnehmer allerdings aus der Umgebung von Nordhausen stammten, trainieren die Karatebegeisterten seit 2011 in der Kreisstadt. Auch Hidemi war wieder eingeladen und unterrichtete die Schüler in Nordhausen.

Japanischer Großmeister in Nordhausen geehrt



CHRISTOPH KEIL (2)

Nordhausen. In der Nordhäuser Wiedigsburghalle findet seit Donnerstag das Europe Natsu Gasshuku, der jährlich organisierte internationale Lehrgang in der Kampfkunst Kobudô (Karate mit Waffen), statt. Dabei empfängt der Karate-Do-Kwai Nordhausen knapp 60 Kämpferinnen

und Kämpfer aus Algerien, Griechenland, Sri Lanka, Österreich und natürlich Deutschland. Altmeister und Verbandspräsident Tamayose Hidemi aus dem japanischen Okinawa (links im rechten Bild) wurde am Donnerstag für seine langjährigen

Verdienste für den weltweiten Kampfsport vom Landrat Matthias Jendricke (SPD) ausgezeichnet. An diesem Freitag findet der Europa-Cup in Nordhausen statt, in diesem auch der deutsche Meister, Lokalmatador Robert Zinecker, starten wird.

Nordhäuser Karateka holt EM-Silber



Nordhausen. Beim Europacup im Kata, dem Karate mit Waffen, holte sich die Erfurterin Stefanie Dahlke, die im vergangenen Jahr in Japan bereits Weltmeisterin wurde, nun den Europameistertitel. Kevin Freyberg aus Nordhausen durfte sich

zudem in der 4. Nachwuchsklasse über den Titel des besten europäischen Karatekämpfers freuen. Lokalmatador Robert Zincker (links) vom Karate Do Kwai Nordhausen holte in seiner Klasse den Vize-Europa-

meistertitel. Bei den Kämpfen in der Nordhäuser Wiedigsburghalle waren knapp 60 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus weiten Teilen Europas und der Welt am Start, so unter anderen aus Österreich, Griechenland oder Sri Lanka.

KARATE DO KWAI

Spitzenleistungen beim Kobudô

Mittwoch, 02. August 2023, 08:47 Uhr

Am vergangenen Freitag fand der 18. Europa-Cup im Tesshinkan Kobudô (Karate mit Waffen) statt. Mit Spitzenleistungen errangen Kämpfer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen nicht nur ein Mal Gold, sondern auch zwei silberne und fünf bronzene Medaillen...

Als Rahmen für den Wettkampf diente das viertägige Europa-Gasshuku (Trainingslager). Der Großmeister aus Okinawa, Tamayose Hidemi (10. DAN, reiste) höchstselbst aus gegebenem Anlass wieder einmal in die Rolandstadt um sein Können an die wissbegierigen Schüler weiterzugeben.



v.l.n.r.: Das Nordhäuser-Team - Hanan Khoshnaw, Kevin Freyberg, Tamayose Hidemi, Frank Pelny, Heike Prophet, Robert Zinecker (Foto: Karate Do Kwai)

Eröffnet wurde die Veranstaltung in der Wiedigsburghalle bereits am Donnerstag durch den Landrat Matthias Jendricke, dem Kreissportkoordinator Werner Hütcher und den Geschäftsführer des Kreissportbundes Patrick Börsch. Täglich wurde von 09.30-17.30 Uhr trainiert und auch abends beim gemütlichen Beisammensein wurde noch weiter diskutiert und ausgewertet.

Richtig ernst wurde es dann beim Turnier. In der Disziplin Kata (Formen) traten die Gegner nacheinander vor die Kampfrichter. In der Meisterklasse setzte sich die amtierende Weltmeisterin Stefanie Dahlke aus Erfurt durch. Hier konnte der Nordhäuser Christian Hansen einen respektablen dritten Platz erringen. Ganz anders sah es bei den Schülergraden aus. Da dominierten die Schüler von Frank Pelny aus Nordhausen die Konkurrenz und belegte die ersten vier Plätze! Gold ging an Kevin Freiberg, der damit seinen Erfolg aus dem Jahr 2018 wiederholen konnte. Der zweite Platz ging an Heike Prophet und Platz drei teilten sich Hanan Khoshnaw und Robert Zinecker.

Dynamische Kämpfe erlebten die Zuschauer dann beim Bô-Shiai, dem Freikampf mit dem Langstock. Dabei gelang es Marcus Lauenstein aus Leipzig, den Nordhäuser Robert Zinecker auf den zweiten Rang zu verweisen. Bronze teilten sich hier Kevin Freiberg und Christian Hansen.

Doch während beim Wettkampf die Athleten gegeneinander antraten, hatte man am nächsten Tag bei den Prüfungen nur einen Gegner: sich selbst. Alle waren gut vorbereitet und besonders die anspruchsvollen Anforderungen für die Schwarzgurte hatten es in sich. Aber auch das gehört dazu. Sich mental einer solchen Herausforderung zu stellen ist ebenfalls ein Element der Kampfkunst. Und so schafften es am Ende vier DAN-Prüflinge unter den strengen Augen des japanischen Großmeisters und Frank Pelny's zu bestehen. Dass es dazu noch aktiven Nachwuchs gibt, dokumentieren die zusätzlichen vier bestandenen Prüfungen zum gelben Gürtel.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudô (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

SPORT

Unter den Augen des Großmeisters

Karate: Erfolgreiche Lokalmatadoren beim 18. Europa-Cup in der Nordhäuser Wiedigsburghalle

Sven Schröter

Nordhausen. Mit Spitzenleistungen haben Kämpfer vom Karate-Do-Kwai Nordhausen beim „18. Europa-Cup“ im „Tesshinkan Kobudô“ (Karate mit Waffen) gegläntzt. In eigener Halle sprangen nicht nur eine Gold-, sondern darüber hinaus auch noch zwei Silber- sowie fünf Bronzemedailles heraus.

Als Rahmen für den Wettkampf diente das viertägige Trainingslager. Der japanische Großmeister aus Okinawa, Tamayose Hidemi (10. Dan) war höchstselbst erneut in die Rolandstadt gereist, um sein Können und sein Wissen weiterzugeben. Eröffnet wurde die Veranstaltung in der Wiedigsburghalle durch Landrat Matthias Jendricke, dem Kreissportkoordinator Werner Hütcher sowie dem Geschäftsführer des Kreissportbundes Patrick Börsch.

Täglich wurde von 9.30 bis 17.30 Uhr trainiert. Und abends, nach den Einheiten, ging es noch weiter, wurde doch weiter diskutiert und die Einheiten ausgewertet. Richtig ernst wurde es dann beim Turnier. In der Disziplin „Kata“ (Formen)



Starke Gruppe beim Karate-Weltcup in Nordhausen: Hanan Khoshnaw, Kevin Freyberg, Tamayose Hidemi, Frank Pelný, Heike Prophet und Robert Zinecker (von links).

SVEN SCHRÖTER

traten die Gegner nacheinander vor die Kampfrichter. In der Meisterklasse setzte sich die amtierende Weltmeisterin Stefanie Dahlke aus Erfurt durch. Hier konnte der Nordhäuser Christian Hansen einen respektablen dritten Platz erringen.

Ganz anders sah es bei den Schülergraden aus. Dort dominierten die Schüler von Frank Pelný aus Nord-

hausen die Konkurrenz und belegte die ersten vier Plätze. Gold ging an Kevin Freyberg, der damit seinen Erfolg aus dem Jahr 2018 wiederholen konnte. Platz zwei sicherte sich Heike Prophet, Rang drei teilten sich Hanan Khoshnaw und Robert Zinecker.

Dynamische Kämpfe erlebten die Zuschauer in Nordhausen dann

beim „Bô-Shiai“, dem Freikampf mit dem Langstock. Dabei gelang es Marcus Lauenstein (Leipzig), den Nordhäuser Robert Zinecker auf den zweiten Rang zu verweisen. Bronze teilten sich Kevin Freyberg und Christian Hansen.

Doch während beim Wettkampf die Athleten gegeneinander antraten, hatte jeder bei den folgenden Prüfungen in der Wiedigsburghalle nur einen Gegner: sich selber. Speziell die Anforderungen für die Schwarzgurte hatten es in sich. Aber auch das gehört dazu. Sich mental einer solchen Herausforderung zu stellen, ist ebenfalls ein wichtiges Element der Kampfkunst.

Dennoch gelang es vier Dan-Prüflingen, unter den strengen Augen des japanischen Großmeisters sowie von Frank Pelný zu bestehen. Sie bewiesen damit nicht nur athletische und koordinative Fähigkeiten, sondern auch, sich voll fokussieren zu können, wenn es darauf ankommt. Dass es dazu noch aktiven Nachwuchs gibt, was die Verantwortlichen naturgemäß freute, dokumentieren die zusätzlichen vier bestandenen Prüfungen zum gelben Gürtel.

KARATE DO KWAI Zurück im Training

Freitag, 25. August 2023, 09:09 Uhr

Nach der erholsamen Ferienzeit beginnt nun nicht nur die Schule wieder, sondern auch das reguläre Training beim Karate-Do-Kwai Nordhausen...

Auch wenn die letzten sechs Wochen Urlaubszeit waren, beim Nordhäuser Karteverein war es trotzdem nicht ganz entspannt. Nach einer tollen Jubiläumsfeier, mit der 30 gemeinsame Jahre gewürdigt wurden, gab es da auch noch das Europa-Trainingslager der Kobudōka.



Auch die Karateka sind die Ferien vorbei (Foto: Karate Do Kwai)

Zu Gast waren einige internationale Kampfkünstler z. B. aus Algerien, Österreich und Polen, einschließlich des Verbandspräsidenten Tamayose Hidemi aus Okinawa. Und nicht zu vergessen der Europa-Cup mit einigen Erfolgen für die Nordhäuser, der auch noch stattfand.

Doch nun heißt es weitermachen und den Schwung in den Alltag zu übernehmen. Der Trainingsplan steht und schon am Ende dieses Jahres sind wieder einige Prüfungstermine angesetzt. Bis dahin wird aber nicht nur trainiert, auch eine Vorführung anlässlich des Nordhäuser Citylaufes muss auf die Beine gestellt werden. Ebenfalls werden wieder an den Wochenenden zusätzliche Intensivkurse angeboten. Natürlich steht jedermann die Möglichkeit offen, bei Interesse in die verschiedenen Trainingsgruppen zu einem vierwöchigen Probettraining einzusteigen.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudō (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter, Karate-Do-Kwai Nordhausen

KARATE DO KAI UNTERWEGS:

Abschlag statt Zuschlag

Donnerstag, 21. September 2023, 08:28 Uhr

Gestern wagte sich der Nordhäuser Karateverein auf ungewohntes Terrain. Als eine der gemeinsamen Aktivitäten für die Mitglieder außerhalb des Trainings ging es diesmal nach Neustadt in den Golfpark...



Karatekas besuchten die Golfer in Neustadt (Foto: S.Schröter)

Dank einer freundlichen Einladung sowohl des Vereins Golfpark Neustadt, als auch des Betreibers der Anlage, durften sich die knapp dreißig Gäste aus Nordhausen einmal auf dem Grün an den Golfschlägern versuchen. Zuerst wurden Abschlag und Einlochen geübt, so dass man erst einmal ein Gefühl für diese Sportart bekommen konnte. Dabei stellte man schnell fest, dass die grundlegenden Körperbewegungen der Sportarten Golfen und Karate gar nicht so weit auseinander liegen. Danach ging es in kleine Gruppen aufgeteilt auf den Rasen. Dort wurde jedes der sechs Löcher des Parks gespielt. Der Vorsitzende des Golfclubs, Andreas Meyer, sowie einige seiner Kollegen, begleiteten die Grüppchen und wurden nicht müde, Wissenswertes zum Thema Golf zu vermitteln und die Schnuppergolfer bei ihrem Spiel zu unterstützen. Nach rund drei Stunden waren die Köpfe voll und die Akkus leer. Da kam es gerade recht, dass mittlerweile der Grill schon voll im Gange war. Getränke und Leckeres vom Rost wurde freundlicherweise von einem Mitglied beider Vereine gestiftet. Beim gemütlichen Zusammensein klang der Tag mit angeregten Gesprächen dann aus.

Wie es hinterher Andreas Meyer so schön formulierte, sorgte das „Vereine treffen Vereine“ für einen tollen Tag, der allen Teilnehmern viel Spaß und Freude gemacht hat. Ein herzlicher Dank gilt daher allen Organisatoren sowie jenen, die zum Gelingen des schönen Nachmittags beigetragen haben!

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene, nach Alter, gestaffelte Trainingsgruppen für Kinder, Erwachsene und auch eine eigene Senioren-Gruppe. Für Kobudō (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerichtet in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter

Ein Diamant für Unermüdliche

Freitag, 22. September 2023, 20:30 Uhr

Ohne das Ehrenamt würde vieles nicht funktionieren, gerade auch im Sport. In vielen Vereinen, bei Wettkämpfen und Sportfesten wirken zahllose Hände freiwillig im Hintergrund. Dieses Engagement wollte der Kreissportbund heute wieder ordentlich würdigen...



30 'Diamanten' des Ehrenamts (Foto: agf)

Zum zweiten Mal kam man dafür im Saal Hue-de-Grais der Landespolizeiinspektion Nordhausen zusammen und wurde hier von Hausherr Thomas Gubert und KSB Präsident Gert Strömer begrüßt.

„Alleine mit ihrer Anwesenheit dokumentieren Sie, wie wichtig die ehrenamtliche Tätigkeit im Sportverein ist“, sagte Strömer, „wer sieht schon die Arbeit und die Mühe, wer sieht die, die früh aufstehen und Brote schmieren, die Sportflächen pflegen, die zu Bestzeiten überhaupt erst motivieren, diejenigen, ohne deren Unterstützung es kein ausgefülltes Vereinsleben geben würde. Ihre Arbeit verdient absoluten Respekt und Anerkennung.“

Der Namen und Gesichter gebe es im sportlichen Ehrenamt viele, so Strömer weiter, dreißig aus dem weiten Kreis hat man ausgewählt um sie mit dem „Diamanten“ des Kreissportbundes als Symbol der Wertschätzung auszuzeichnen. Eben diese müsse öfter offensichtlich sein, gerade auch weil es im Ehrenamt vielfach am Nachwuchs fehlt.

Grußworte, Dank und Lob gab es auch vom Alterspräsidenten des Landessportbundes Peter Gösel, dem ersten Beigeordneten des Kreises Stefan Nüßle und Stephan Klante dem Vorsitzenden des Gemeinde- und Städtebundes. Kitt- und Schmierstoff der Gesellschaft sei das Ehrenamt, in jeder Kommune. Corona habe viele Lücken gerissen aber gemeinsam werde man die Lücken wieder schließen können.

Nach musikalischer Untermalung durch das Vater-Tochter Duo Jens und Jona Schilling ging es an die Auszeichnung. In der langen Liste finden sich viele Unermüdliche, Trainingsleiter, Vorstandsorganisatoren,

Schatzmeister, Aktivposten, gute Seelen in Verein und Ort, Antreiber und Zusammenhalter.

- › Manuela Henning, SV Bielen
- › Helmut Läufer, Hydro Nordhausen
- › Gunnar Haase, LV Altstadt 98
- › Helga Dahlke, LV Altstadt 98
- › Petra Hausschild, Karate Do Kwai
- › Phillip Heise, SV Hannovera Niedersachswerfen
- › Frank Hanf, TSV 03 Urbach
- › Angelika Weber, SV Aktivist Sollstedt, Kegler,
- › Kirsten Ehrhardt, Schützenverein Großlohra 1899
- › Heiko Stein, Schützenverein 1900 Ellrich
- › Wolfgang Andres, Schützenkreis Nordhausen
- › Kristin Goepp-Erny, Academy of Life
- › Kerstin Aurich, SV Glückauf Bleicherode
- › Dieter Schlichting, Schützenverein Limlingerode
- › Gerhard Biermann, TSG Salza

Handwerk trifft Sport, Sport trifft Handwerk

Soweit der erste Teil der Ehrungen, nach einer kurzen Pause hatte man noch eine Ankündigung zu machen: Kreissportbund und Kreishandwerkerschaft werden in Zukunft enger zusammenarbeiten. Beide Seiten sehen Vorteile in der Symbiose um die Attraktivität und Lebensqualität der Region zu verbessern. Wer in den rund 700 Handwerksbetrieben zwischen Eichsfeld und Nordhausen eine Lehre macht, kommt um die Kreishandwerkerschaft nicht herum. Einen großen Pool an jungen und mitunter unentschlossenen Leuten finden sich auch in den Sportvereinen. Als Ansprechpartner steht die Kreishandwerkerschaft gerne bereit, man hat mit dem Aus- und Weiterbildungszentrum aber auch ganz praktisches Know-How zu bieten. „In unserer Tischlerwerkstatt gibt es nicht nur Waldschenken, wenn es aus Holz ist, machen wir alles“, bot der Vorsitzende der Kreishandwerkerschaft Marc Weinrich an. Wenn sich jeder ein wenig engagiert, gerade auch ehrenamtlich, dann werde das Miteinander wertvoller.

Gemeinsam soll es weitergehen, für die Vereine, die Ehrenamtler im Interesse des Sports und des Handwerks.

Im weiteren wurden geehrt:

- › Ivette Meyer, Schützenverein Leimbach 1877
- › Andrea Manz, Osteröder Schützenverein
- › Thomas Spieß, Rehabilitationssportverein Ilfeld
- › Detlef Steding, Südharzer Volleyballclub Nordhausen
- › Nadine Myler, SV Blau-Weiß 90 Lipprechterode
- › Kerstin Ostwald, LSG Blau-Weiß Großwechungen
- › Karsten Pluschkat, Schwimmverein Nordhausen 90
- › Dietmar Rehder, SV Germania 08 Heringen
- › Barbara Berndt, LV Altstadt 98 Nordhausen
- › Mario Vollack, Triathlon Nordhausen
- › Astrid Seifarth und Marlies Hildebrand, Nordhäuser Sportverein
- › Falko Güntzel, SV Eintracht Wipperdorf
- › Detlef Keilholz, Schützenverein 1808 Sollstedt
- › Rene Krug, TSG Nordhausen-Krimderode

Ein Diamant für das Engagement

Kreissportbund Nordhausen hat mit der zweiten Auflage verdienstvolle Ehrenamtliche gewürdigt

Sandra Arm

Nordhausen. Eine Bühne für das Ehrenamt: Den bot die Landespolizeiinspektion Nordhausen mit dem Hue-de-Grais-Saal. Eingeladen hatte der Kreissportbund (KSB) Nordhausen. Nämlich zu seiner Ehrenamtsveranstaltung. Ausgezeichnet wurden 30 Ehrenamtliche, die sich besonders aktiv für den Sport im Landkreis eingesetzt und verdient gemacht haben. Für den musikalischen Part sorgten Violinen-Virtuose Fabian Fromm sowie Jens Schilling mit Tochter Jona.

Eine Ehrung, wie sie sein soll: ein lauer spätsommerlicher Abend, eine schöne Atmosphäre auf der Terrasse, angeregte Gespräche bei Getränken und ein „Hoch auf uns“, gespielt von Fabian Fromm auf der Violine. Nach diesem stimmungsvollen Auftakt begrüßte KSB-Präsident Gert Störmer die zahlreichen Gäste und den Hausherrn Polizeiobererrat Thomas Grubert noch vor dem Saal. „Für mich fühlt es sich so ein bisschen wie nach Hause kommen an. Ich fühle mich hier wohl“, sagte Störmer. Denn bereits im Vorjahr fand die erste Auflage der Ehrenamtsveranstaltung in diesem ehrwürdigen Gebäude statt.

Höchster Respekt von allen Verantwortlichen

Die Freude war beiderseitig, denn auch Thomas Grubert hieß die Gäste herzlich willkommen und übermittelte gleich zu Beginn damit die erste Kernbotschaft: „Besonders freue ich mich, dass sie geehrt werden. Also diejenigen, die eigentlich im Hintergrund die Arbeit machen.“ Ausschlaggebend für die Auszeichnung war die Benennung der Personen durch die Vereine. Relativ schnell erreichte die Geschäftsstelle des KSB eine Vielzahl an Vorschlägen. „Das Ehrenamt hat viele Namen und Gesichter. Eine Vielzahl dürfen wir heute Abend begrüßen und auszeichnen. Diamanten sind die wertvollsten Steine der Welt, deshalb haben wir sie als Symbol der Wertschätzung und Dankbarkeit auserkoren“, sagte Gert Störmer in seiner Eröffnungsrede.

Dieser Abend gehörte dem Ehrenamt. Also jenen eingeladenen Ehrenamtlichen, die sich in den unterschiedlichsten Sportvereinen engagieren, sei es als Übungsleiter, Schatzmeister, Kampfrichter oder Vorsitzender. „Wer sieht schon die Arbeit und Mühe von denjenigen, die früh aufstehen, die Brote schmieren und die dafür verantwortlich sind, dass die Sportflächen



Einen schönen Abend mit der würdigen Ehrung erfuhren die Ehrenamtlichen aus den Sportvereinen des Landkreises Nordhausen.

PATRICK BÖRSCH

Die Geehrten im Überblick

- Helmut Läufer (TTV Hydro Nordhausen)
- Gunnar Haase (LV Altstadt '98 Nordhausen)
- Helga Dahlke (LV Altstadt '98 Nordhausen)
- Petra Hausschild (Karate-Do-Kwai Nordhausen)
- Philipp Heise (SV Hannovera Niedersachswerfen)
- Frank Hanf (TSV Urbach)
- Angelika Weber (SV Aktivist Sollstedt)
- Kirsten Ehrhardt (Schützenverein Großlohra)
- Heiko Stein (Schützenverein Ellrich)
- Wolfgang Andres (Schützenkreis Nordhausen)
- Kristin Goepp-Erny (Academy of Life)
- Kerstin Aurich (Glückauf Bleicherode)
- Dieter Schlichting (Schützenverein Limlingerode)
- Gerhard Biermann (TSG Salza)
- Ivette Meyer (Schützenverein zu Leimbach)
- Andrea Manz (Osteröder Schützenverein)
- Thomas Spieß (RSV Ilfeld)
- Detlef Steding (SVC Nordhausen)
- Nadin Myler (SV Lipprechterode)
- Kerstin Ostwald (LSG Großwechungen)
- Karsten Pluschkat (Schwimmverein Nordhausen)
- Dietmar Rehder (Germania Heringen)
- Barbara Berndt (LV Altstadt '98 Nordhausen)
- Mario Vollack (Triathlon NDH)
- Astrid Seifarth und Marlies Hildebrandt (Nordhäuser SV)
- Falko Güntzel (Eintracht Wipperdorf)
- Detlef Keilholz (Schützenverein 1808 Sollstedt)
- René Krug (TSG Nordhausen)

der Sportstätte gepflegt werden. Meistenteils stehen im Mittelpunkt die Sportler und Sportlerinnen, die um Meter und Sekunden kämpfen und die Ergebnisse einfahren. Das wäre nicht möglich ohne ihre Tätigkeit. Ihr Engagement in ihren Vereinen verdient unseren absoluten Respekt und damit auch die höchste Anerkennung. Ohne sie gäbe es kein ausgefülltes Vereinsleben“, betonte Gert Störmer.

Mehrere Überraschungen bei den Geehrten

Zu den Auserwählten zählte unter anderem Dieter Schlichting vom Schützenverein Limlingerode. „Wir ehren aus diesem Verein einen

Schützenbruder, der sich seit vielen Jahrzehnten vorbildlich im Verein engagiert hat. Besonders das kulturelle Leben im Schützenverein und die Wirksamkeit der Schützen in der Ortschaft Limlingerode liegen ihm am Herzen“, heißt es in der Begründung. Sichtlich erfreut nahm er die Auszeichnung entgegen.

Geahnt hatte er nichts: „Es war für mich eine große Überraschung. Es gibt sonst kaum Anerkennung für dieses Amt. Es sind viele Stunden, die man einfach damit zubringt. Ich war jetzt 30 Jahre als Schatzmeister im Schützenverein und noch zehn Jahre als Schatzmeister im Tischtennisverein Klettenberg tätig.“

Weiterer Empfänger eines Ehrenamts-Diamanten war Gunnar Haase. Er leitet als lizenziertes Übungsleiter eine Leichtathletik-Trainingsgruppe und ist Mitglied des Vereinsvorstandes. Vor allem kümmert er sich um die Förderung junger Sportlerinnen und Sportler und organisierte kürzlich die Gründung eines Leistungszentrums für Leichtathletik-Talente. „Es war ein gut organisierter Abend. Ich finde es immer wieder gut, dass das Ehrenamt in den Fokus rückt. Es ist eine Wertschätzung, wo man weiß, wofür man es macht. Obwohl es manchmal sehr aufreibend und kräftezehrend ist“, sagte der Vizepräsident des LV Altstadt '98 Nordhausen.

Karate im Advent

Sonntag, 10. Dezember 2023, 22:21 Uhr

Es gibt viele Traditionen in der Adventszeit. Beim Karate-Do-Kwai Nordhausen ist es nicht das Plätzchen backen und auch nicht das Kränze basteln, sondern der Weihnachtslehrgang in Kelbra, der jeweils das aktuelle Lehrgangs- und Wettkampfsjahr abschließt. Gestern fand er in der Zweifelderhalle statt...



Auch im Advent wird Kampfsport getrieben (Foto: S.Schröter)

Allein die Anzahl der Interessenten war ein deutlicher Hinweis auf die Qualität des Lehrgangs. Stolze 80 Teilnehmer aus drei Vereinen fanden ihren Weg in die Stadt am Fuße des Kyffhäusers. Trainiert wurde in drei verschiedenen Leistungsgruppen, wobei jede Gruppe jeweils zwei Trainingseinheiten absolvierte. Als Trainer agierten der Nordhäuser Cheftrainer Frank Pelny (7. DAN) und Olaf Reichelt (6. DAN), der Vereinschef aus Bad Frankenhausen. Zusammen bringen die beiden Trainer gut 85 Jahre Erfahrung im Karate mit. Während Frank Pelny in gewohnt methodischer Weise erstklassiges Grundlagentraining vermittelte, lag der Schwerpunkt von Olaf Reichelt darauf, auch einmal andere Sichtweisen kennenzulernen. So wurden in der Oberstufengruppe anhand einer neuen Kata (Form / Ablauf) Techniken verdeutlicht und verschiedene praktische Anwendungen gezeigt. Aufschlussreich waren auch die Erklärungen zu verschiedenen Körperpunkten, die man sonst nur aus der Akupunktur kennt. So hatte jeder Trainer seine persönliche Art, die verschiedenen Facetten des vielfältigen Karate zu verdeutlichen. Ein wichtiger Aspekt ist auch immer das Verständnis, dass es im Karate nicht nur auf den Körper ankommt, sondern immer auch auf die geistige Einstellung. Auf jeden Fall konnten die Kampfsportler sowohl schon Bekanntes vertiefen, als auch Neues kennenlernen.

Nach dem Lehrgang bestand die Möglichkeit, sich einer Prüfung für den nächsthöheren Farbgurt zu stellen, welcher ja bekannterweise den jeweiligen Leistungsstand dokumentiert. Jeder neue Gürtel muss anhand eines festgelegten Prüfungsprogrammes hart erkämpft werden. Fast die Hälfte aller Teilnehmer nutzte diese Gelegenheit, nachdem sie in den vergangenen Wochen und Monaten durch ihre Trainer intensiv darauf vorbereitet worden waren. Am Ende hatten elf Anfänger die erste Hürde genommen und dürfen nun den weiß-gelben Gürtel tragen. Zehn Karatekas bestanden zum Gelbgurt, sechs zu Orange und ganze elf zu Grün. Auch in der Oberstufe gibt es nun einen neuen Braungurt.

Im Karate-Do-Kwai Nordhausen gibt es für Karate verschiedene Trainingsgruppen, je nach Leistungsstand und Alter. So kann jeder von 8-60 Jahren Karate lernen. Selbst für sportbegeisterte Senioren jenseits der 60 gibt es eine extra Senioren-Gruppe. Für Kobudō (Waffenkarate) und SaCO-Selbstverteidigung muss man das 14. Lebensjahr schon erreicht haben. Karate-Aerobic ist gerade bei Frauen sehr beliebt und ideal für die Verbesserung der Fitness geeignet. Außerdem gibt es noch eine Übungsgruppe Qi-Gong. Die Kleinsten (4-7 Jahre) werden entwicklungsgerecht in der Ninja-Kids Gruppe an den Sport herangeführt. Wessen sportliches Interesse nicht unbedingt im Kampfsport liegt, der ist in der Gruppe Basis-Fit gut aufgehoben.

Information bekommt man im Internet unter www.karate-nordhausen.de, per Telefon NDH 60 47 36 oder einfach mal zu den Trainingszeiten in die Sporthalle Spendekirchhof des Humboldt-Gymnasiums in der Münzgasse vorbeischaun.

Sven Schröter