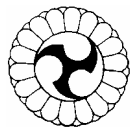


Fudoshin Dojo e.V.

Shotokan Ryu Karate do
Okinawa Kobudo



沖繩古武道



松濤館流空手道



不動心道場

Welchen Zweck verfolgt der Verein ?

Das Fudoshin Dojo wurde gegründet, um Kampfkünste, im besonderen Karate Do und Kobudo, zu pflegen und zu fördern.

Was ist eigentlich Kampfkunst ?

Die Kampfkunst ist ein Weg zur körperlichen und geistigen Beherrschung des eigenen Selbst. Als Grundlage für das Studium des > Weges < (jap. Do) dienen körperliche Übungen, die zur geistigen Reife führen. Sportliche Wettkämpfe stehen nicht im Vordergrund. Die Technik, die auch zur Selbstverteidigung genutzt wird, ist ein Hilfsmittel um "Wegerfahrungen" zu sammeln, die den Charakter des Menschen formen. Der eigentliche Sinn liegt im Üben selbst.

Ist Kampfkunst und Kampfsport das Gleiche ?

Aus unserer Sicht verfolgen Kunst und Sport nicht grundsätzlich die gleichen Ziele. Wir halten Sport für eine sehr wichtige Sache, aber leider wird oft das Erreichen eines Zieles, wie zum Beispiel das Gewinnen eines Wettkampfes wichtiger als die Erfahrungen, die man auf dem Weg dorthin sammelt. Kampfkunst beinhaltet mehr als nur körperliche Übungen oder Selbstverteidigungstechniken, es ist ein Weg zu einem bewußteren Leben. Wir verstehen uns nicht als ein Sportverein und sind deshalb auch nicht im "Deutschen Sportbund".

Wie kann man eine Kampfkunst erlernen ? Nur durch üben.

Voraussetzungen für eine Mitgliedschaft

Die wichtigste Voraussetzung ist lernen zu wollen. Viele angebliche Hindernisse, wie zu alt, unsportlich oder zu beschäftigt lösen sich dann oft in Luft auf.

Wir betreuen Kinder ab acht Jahren und setzen im Alter nach obenhin keine Grenzen. Da das Erlernen der Kampfkunst sehr viel mit körperlichen Übungen zu tun hat, sollte im Zweifelsfall ein Arzt befragt werden. Aber keine Angst, jeder hat die Möglichkeit, mit seinen Voraussetzungen einen Einstieg zu finden.

Was gibt uns eine Kampfkunst in der heutigen Zeit?

Kampfkünste bieten weitaus mehr als nur Selbstverteidigung und körperliche Fitneß. Im Üben von Karate und Kobudo findet man einen Ausgleich zum täglichen Leben. Es wird das Körpergefühl, die Atmung und die Haltung geschult. Das Reaktionsvermögen und die Reaktionsfähigkeit werden verbessert. Eine Harmonie von Körper und Geist wird geschaffen, aus der ein neues Bewußtsein wächst. Worte wie Selbstdisziplin und Überwindung werden erlebt und verstanden. Kampfkunst, ein Weg zur Meisterung des Lebens!

Wie oft sollte man üben?

Wir empfehlen, schon auf Grund der motorischen Anforderungen, zwei mal pro Woche zu üben. Es sollte jedoch diejenigen, die weniger Zeit haben, nicht abschrecken. Zeit findet sich mit dem wachsenden Interesse.

Welche Kampfkünste werden im Fudoshin Dojo gelehrt oder geübt ?

Wir unterrichten Shotokan Ryu Karate Do. Unser großes Vorbild ist Sensei Taiji Kase und Hiroshi Shirai, dessen Linie wir folgen.

Wir üben Okinawa Kobudo, das wir nach den Richtlinien des Sensei Kenyu Chinen erlernen.

Anfängerkurse

Im Anfängerkurs, bei dem einige Grundlagen erlernt werden, kann man sich völlig unverbindlich mit der Materie "Kampfkunst" vertraut machen.

Der Kurs am _____ kostet 30,- Euro und erstreckt sich über 12 Unterrichtseinheiten.

Beiträge

Es wird eine einmalige Aufnahmegebühr von Euro 25,- erhoben. Kinder bis 13 J. 15,- Euro; Jugendliche ab 14 J. 22,50,- Euro; Erwachsene ab 18 J: 30,- Euro **pro Quartal**.

Also probieren geht über studieren. Etwas Interesse und einen Trainingsanzug mitbringen und die ersten Schritte sind getan.

Was ist eigentlich Karate-do?

Karate ist ein aus Ostasien stammendes Nahkampf- und Selbstverteidigungssystem, bei dem Körperteile wie Hände, Ellenbogen, Füße, Knie usw. für Stöße, Schläge, Tritte und Stiche gegen empfindliche Körperteile eingesetzt werden. Griffe, Hebel, Würger und Würfe stehen nicht so im Vordergrund. Das Grundprinzip ist der "finishing Blow", das heißt, man versucht den Angreifer mit einer entscheidenden Technik kampfunfähig zu machen.

Das alles ist jedoch nur der äußere Teil. Der ethisch-philosophische Hintergrund steckt im Do Begriff der Zen-Philosophie. Karate Do ist ein Weg zur körperlichen und geistigen Beherrschung des eigenen Selbst. Die Kampfkunst dient dem Studium des >Weges<, bei der über körperliche Übungen zur geistigen Reife geführt wird.

Wie übt man Karate?

Es gibt drei grundlegende Übungsformen beim Karate : Kihon, Kata und Kumite.

Mit dem **Kihon** (=Grundschule) werden verschiedene Aufgaben bewältigt. Sie dient dem Erlernen und Üben von Techniken, dem Entwickeln von Kraft, Atmung und Ausdauer sowie dem Verbessern des Gleichgewichts, der Motorik und Dynamik. Hier wird das Körpergefühl geschult. Der formale Ablauf ist ein Vor und rückwärts gehen mit Einzeltechniken und Kombinationen.

Die **Kata** ist vergleichbar mit einer Pflichtübung beim Turnen. Hier werden von alten Meistern festgelegte Technikabläufe geübt. Man könnte sagen, dass beim Vortragen der Kata ein Kampf gegen imaginäre Gegner stattfindet. Kata ist jedoch weitaus mehr als eine Perfektionsübung, sie ist die Seele des Karate, denn dort sind die Prinzipien des Stils hinterlegt. So wurde ein System ohne schriftliche Unterlagen von Generation zu Generation übertragen.

Das **Kumite** (=Partnerübung/Kampftraining) ist eine Übungsform, die erst in den 40er Jahren entwickelt wurde ist. Hier werden mit einem Partner zuerst abgesprochene Angriffe und Verteidigungssituationen geübt. Später wird das Ganze freier gestaltet.

Was ist Kobudo ?

Kobudo ist eine Kampfkunst, bei der im Umgang mit sogenannten "Bauernwaffen" aus Okinawa geübt wird. Der Ursprung liegt darin, daß auf Grund eines Waffenverbotes im 14. und 16. Jahrhunderts die Inselbewohner sich mit einfachen Werkzeugen gegen die damals herrschenden Samurai aus Japan verteidigen mußten. So wurde z.B. mit dem Stab des Wanderers (Bo), dem Paddel des Fischers (Eku), der Hacke und der Sichel (Kama) des Bauern sowie dem Zaumzeug von Pferden eine wirkungsvolle Selbstverteidigung verwirklicht.

In der heutigen Zeit der Schußwaffen haben solche Geräte keinen großen Nutzen mehr für die Verteidigung, und so liegen die Ziele beim Betreiben dieser Kampfkunst mehr beim Erhalt der Tradition und bei der Persönlichkeitsentwicklung.

Wie übt man Kobudo ?

Der Unterricht wird so ähnlich wie beim Karate Do gestaltet.

Es existiert eine Art Grundschule (**Hojoondo**), bei der Techniken im Vor- und rückwärts gehen ohne Partner geübt werden.

Die zweite Form ist **Kata**, vergleichbar mit einer Pflicht beim Turnen oder dem Schattenboxen, bei der ohne Partner überlieferte Bewegungsabläufe ausgeführt werden.

Beim **Kumite** wird mit einem Partner fest abgesprochene Angriffs- und Abwehrtechniken geübt.

Info über Fachverbände

Es gibt verschieden Fachverbände die auch teilweise unterschiedliche Ziele verfolgen. Diese Verbände richten Prüfungen aus, vergeben Lizenzen, unterstützen Veranstaltungen usw. Da in vielen Verbänden die Möglichkeit einer Einzelmitgliedschaft besteht, und es uns egal ist, in welchem Verband ein Schüler gemeldet ist, kann die Verbandszugehörigkeit frei gewählt werden. Natürlich werden für die Mitgliedschaft in einem Verband auch Beiträge und bei Prüfungen Gebühren erhoben. Diese Gelder haben nichts mit dem Vereinsbeitrag zu tun. Unser oberstes Ziel ist die Pflege von Kampfkunst, das nur durch üben verwirklicht werden kann. Vereine und Verbände sollen nur den Rahmen bieten. Um die Auswahlmöglichkeiten etwas ersichtlicher zumachen, haben wir die folgenden Informationen zusammengetragen, die nur einen Teil repräsentieren.

DKV, derzeit größter Verband in Deutschland; als einziger vom Deutschen Sportbund anerkannt; Einzelmitgliedschaft ist nicht möglich. Prüfungssystem 9 Kyu Grade, Abnahme durch lizenzierte Prüfer. Landesverband Rheinland-Pfalz : Stefan Andres, In der Märtschelt 18, 56812 Cochem, tel. 02671/5604. Landesverband Baden-Württemberg : Roland Hantzsche, Mühlenstr. 17, 79194 Gundelfingen, Tel: 0761 582464

SKI, Gesamtleiter Shihan Kanasawa, Leitung Deutschland Shihan Nagai. Prüfungssystem 9 Kyu Grade, Abnahme nur durch Shihan Nagai auf Lehrgängen. Einzelmitgliedschaft ist möglich. Geschäftsstelle: Bernd Geupel, PF 11 24, 72120 Pliezhausen, Tel: 07127 18667, Fax 21739.

DJKB, Leitung Shihan Hideo Ochi. Einzelmitgliedschaft ist möglich. 9Kyu-Grade, Danprüfung bei Hideo Ochi. Geschäftsstelle: Petra Hirschberger, am Lerchenhübel 3, 66424 Homburg. Tel: 06841 2904 Fax 64901.

DTKV, Gesamtleitung Sensei Nishiyama. Lizenzierte Prüfer; 9Kyu-Grade. Einzelmitgliedschaft bedingt möglich. Geschäftsstelle: Hubert Girschitzka, Dr. Bayer-Str. 2, Pfarrkirchen, Tel: 08561/6006 Fax 5467.

WSI (World Shotokan Institut) ist ein Verband der von Sensei Hiroshi Shirai geführt wird. Eine Einzelmitgliedschaft ist möglich. Bitte sprechen sie uns bei Interesse hierzu an.

KSK-Academy (Kase Ha Shotokan Ryu Karate Do – Academy) sind die ältern Schüler um Sensei Kase, die sein Lebenswerk weiterführen. Eine Mitgliedschaft ist ab dem 3. Dan möglich. Aus dieser Gruppe heraus hat sich KSK-Deutschland gebildet, die das Karate von Sensei Kase für alle Gürtelstufen fördert. Eine Zielsetzung des Verbandes ist die Ausbildung von Lehrern, die die Ideen von Sensei Kase und dessen Karate weiterentwickeln sowie die Unterstützung in der Ausbildung von jungen talentierten Karateka's.

Wir folgen der Linie von Sensei Taiji Kase und Sensei Hiroshi Shirai. Wir erarbeiten in unserem Dojo die Grundlagen, die nötig sind um Dan Prüfungen bei der KSK-Academy oder der WSI zu bestehen.

Wir haben uns der KSK Deutschland angeschlossen, die ähnliche Ziele wie wir verfolgt.

Die Gürtelprüfungen der unterschiedlichen Verbände und Organisation werden untereinander nicht immer anerkannt.

Sollten die Informationen nicht ausreichen, helfen wir ihnen gerne weiter.

Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll an uns oder Siehe auch unter www.fudoshindojo.net bei den Links zu den Fachverbänden.

Gerhard Scheuriker, Cheftrainer, Tel. 0721 562163 oder 0177 31 61 289

Alexander Werling, Vorstand, Tel. 0160 86 49 583