

Top Training am Wochenendlehrgang des Lembukan Karate Dojo Simbach am Inn e.V. (SKID)

Beim Frühlingslehrgang des Lembukan Karate Dojos Simbach am Inn in der Realschulturnhalle, wurde mit Eugen Landgraf Sensei, 8. DAN und Andy Schnirel, 5. DAN der jährlich stattfindende Wochenendlehrgang abgehalten und sehr gute Gürtelprüfungen abgenommen. Da sich der Bundestrainer Akio Nagai Shihan, 9. DAN in Japan befindet, werden die Lehrgänge des Verbands Shotokan Karate International Deutschlands (SKID) nun bundesweit von hohen Danträgern abgehalten. Allen voran Eugen Landgraf Sensei, 8. Dan, der regelmäßig für besonders interessante Trainings sorgt.

Viele Helfer/-innen beteiligten sich am Aufbau und organisatorischem Vorbereiten der kommenden Veranstaltung. Kurz nach Mittag trafen die ersten Teilnehmer aus ganz Bayern und dem angrenzenden Österreich ein.

Pünktlich startete der Lehrgang mit einem Begrüßungswort von Dojoleiter Alex Schifferer, 7. DAN. Nach einer gemeinsamen ersten Einheit mit Erwärmung und koordinativ anspruchsvollen Grundtechniken (Kihon) wurde in Oberstufen- und Unterstufentraining aufgeteilt. Die für diesen Lehrgang eingeladenen hochkarätigen Trainier Eugen Landgraf Sensei, 8. DAN und Andy Schnirel Sensei, 5. DAN vermittelten den Lehrgangsteilnehmern immer wieder neue Technikvarianten und Selbstverteidigungsübungen. Einzelne Sequenzen aus Katas (Formen) und die dazugehörige praxisnahe Bunkai (Anwendungen) wurden im Partnertraining geübt. Es wurde sehr viel Wert auf die Verlagerung des Körperschwerpunkts und die richtige Körperhaltung gelegt, sodass jeder Teilnehmer die maximale Kraft entwickeln kann und die Techniken ein Stück weit effektiver angewendet werden können.

Im Foyer sorgen freiwillige Helfer/-innen des Karatevereins mit Kuchen, Wurstsemmeln und Vielem mehr für das leibliche Wohl von Zuschauern und Teilnehmern. Ein herzliches Vergelt's Gott an Kuchenspender und auch den fleißigen freiwilligen Helfern und Helferinnen, die den Verkauf ermöglichten.

Im Anschluss starteten die Gürtelprüfung für Prüflinge aus ganz Bayern. Mit großem Eifer und voller Begeisterung absolvierten 55 Teilnehmer die Prüfung erfolgreich. Aufgeteilt in drei Prüfungsteile Kihon (Grundlagen), Kumite (Zweikampf) und Kata (Formen). Als Prüfer wurden Schifferer Alex, 7. DAN, Hans-Peter Lechner, 2. DAN, Andy Schnirel, 5. DAN, Hans Brieschenk, 4. DAN sowie Eugen Landgraf Sensei, 8. DAN und Marcus Ebertseder, 3. DAN eingesetzt. Herausragend waren die Prüfungen zum 4. Kyu (2. Violettgurt) die alle mit der Bestnote „A“ bestanden wurden! Herzlichen Glückwunsch an alle Prüflinge, die die nächste Stufe des Karate-Do (Weg des Karate) angetreten haben.

Nach verkünden der Prüfungsergebnisse wurde nach kurzem Frischmachen, ein gemütlicher Abend in der Pizzeria Il Salento und der verdiente Abschluss gefeiert.

Auch am Sonntag, dem zweiten Trainingstag, waren auf jeden Gürtelgrad zugeschnittene und sehr interessante Übungen dabei, sodass es für alle Teilnehmer ein gelungenes und lehrreiches Wochenende war.

