

Lehrgang zum Jubiläum

50 Jahre Karate Verein Langenselbold

Langenselbold. In diesem Jahr feiert der Karate Verein Langenselbold sein fünfzigjähriges Bestehen. Aus diesem Anlass veranstaltete der Verein einen Lehrgang, zu dem auch befreundete Vereine aus der Umgebung eingeladen waren.

Ein Wiedersehen gab es mit dem ehemaligen Trainer Walter Lauer, der eine Trainingseinheit in Kobudo anleitete. Hierbei handelt es sich um eine, wie Karate, aus Japan stammende Kampfsportart, bei der ein langer Holzstab als Waffe eingesetzt wird. Für einige Teilnehmer war es an diesem Nachmittag das erste Mal, dass sie Bewegungen mit dem Bo ausführten. Anderen war anzusehen, dass sie diesen Sport regelmäßig betreiben. Aber der Spaß und das Angebot, einmal etwas Neues zu probieren, sollten in diesem Jubiläumslehrgang im Vordergrund stehen.

Für die Karateeinheit hatte sich Trainer Richard von Isenburg ein Spezialtraining für den besonderen Tag ausgedacht und verschiedenste anspruchsvolle Bewegungsabläufe als Koordinationsübungen in sein Programm eingebaut. Die Dan-Träger mussten sich der Angriffe mehrerer Schüler stellen, Pratzten und Schlagpolster kamen zum Einsatz.

Im dritten Programmteil prä-



Szene aus dem Karatetraining.

sentierte Christoph Burbach das Budo Aerobic Programm des Karatevereins. Bewegungen aus dem Kampfsport werden zu rhythmischer Musik zu einem Ganzkörper-Fitnesstraining kombiniert. An diesem Tag waren auch einige Karatekas dabei und passten die ihnen bekannten Techniken in den Beat ein.

Für einige Teilnehmer kam aber der Höhepunkt des Tages erst nach den Trainingseinheiten. Sie hatten sich zu ihrer Kyu-Prüfung angemeldet. Die

Prüfer Otto Lach und Tamara Brand sahen sehr vielversprechende Karateka, die ihre Sache sehr gut machten und sich letztlich über das Lob der Prüfer und den erlangten neuen Kyu-Grad freuten.

Zum Abschluss des Tages wurde gegrillt und bei schönem Sommerwetter geplaudert, bis die nächtliche Abkühlung die Gäste nach Hause schickte.

Um die Zukunft des Vereins sicher zu stellen, wird es in Kürze wieder Einsteigerlehrgänge geben. Erstmals wird Otto

Lach zu Beginn der Sommerferien Kindern zwischen fünf und neun Jahren eine Einführung in den Karatesport geben. Im Rahmen des Nachmittagsangebots der Schule am Weinberg hat er diesbezüglich bereits Erfahrungen gesammelt. Nach den Schulferien wird es dann jeweils einen Kurs für Kinder und Jugendliche, sowie einen weiteren für ältere Jugendliche und Erwachsene geben.

Weitere Informationen gibt es unter www.kvl.info.