



Saarländischer
Karate-Verband

KADS

Karate an der Saar

Herbst 2011



Jonathan Horne gelingt „Titel-Hattrick“

Teilnehmerrekord beim 3. Kleinblittersdorfer Kata-Marathon

1. Junior DAN im Saarland

www.karateverband-saar.de



KAITEN

Ihr starker Partner für den Karate-Sport



Eigener Bestickungs-Service und eine super Auswahl an Zubehör:
Taschen, Schützer, Gürtel, DVDs, Bücher, Videos, Fashion Wear, Pratzen, und und und

Auch bei uns: SHUREIDO Anzüge, Schwarzgurte, Makiwara, Kobudo-Waffen

www. KAMIKAZE .de

Kamikaze Sportartikelvertriebs GmbH * Am Butterhügel 6 * 66450 Bexbach
Telefon: 06826 / 9335-0 * Fax: 06826 / 9335-50 * E-Mail: mail@kamikaze.de



Liebe Karateka,

nach über einem Jahr haltet ihr endlich wieder eine Ausgabe unseres Magazins „Karate an der Saar“ in der Hand. Unser Öffentlichkeitsreferent Steven Poggel hat seinen beruflichen Lebensmittelpunkt nach Köln verlegt. Daher freue ich mich, dass Günter Alm für ihn eingesprungen ist und auch dieses Heft gestaltet hat. Ich danke Steven ganz herzlich für die bisher geleistete Arbeit für den Verband und wünsche ihm in seinem Job alles Gute.

Es hat sich wieder einmal gezeigt, wie wichtig die Arbeit des Pressereferenten für die Außendarstellung einer Organisation ist. In den vergangenen Monaten konnten Sportler unseres Verbandes hervorragende Erfolge erzielen. Ich nenne hier die Deutsche Meisterschaft der Länder des Damen Teams, den Europapokalerfolg von Niklas Quint, die Deutsche Meisterschaft von Daniel Saar, die Deutsche Hochschulmeisterschaft von Maurizio Micciché sowie natürlich die Internationalen Titel von Jonathan Horne. So erfreulich

und positiv diese Erfolge für unseren Verband sind, so wichtig ist es auch, dass sich jemand darum kümmert, damit diese Meldungen von der Öffentlichkeit wahrgenommen werden.

Auch unsere Aktivitäten im Breitensport können sich durchaus sehen lassen. Bei all diesen Bemühungen ist es unerlässlich, dass unser neuer Öffentlichkeitsreferent Informationen aus den Mitgliedsvereinen erhält. Ich bitte euch daher um tatkräftige Mitarbeit bei unserer Öffentlichkeitsarbeit. Die Kontaktdaten von Günter Alm findet ihr am Ende des Heftes. Günter freut sich auf eure Beiträge.

Mit sportlichem Gruß

Stefan Louis

Inhalt

Jonathan Horne gelingt EM Hattrick	Seite 4	1. DKV Soundkarate-Lehrgang im Saarland	Seite 15
DM & WSKA World Cup in Chicago	Seite 5	Teilnehmerrekord beim 3. Kata-Marathon	Seite 16
Erster Karate- und Qi Gong Speziallehrgang	Seite 6 + 7	Qi Gong in Steinbach	Seite 17
Erster Junior DAN im Saarland		Teikyo Karate Team	Seite 18 - 21
Erstmals 4. DAN für eine Karateka aus dem Saarland		Ergebnisse 2011	Seite 22
Jugendfreizeit Braunshausen	Seite 9	Termine	Seite 24 - 29
SOK DAN-Prüfung in St. Wendel		Impressum	Seite 31
Urlaubsfeeling in der Türkei	Seite 10 + 11		
Ein Team auf dem Weg zur Erkenntnis	Seite 12 - 14		



Jonathan Horne gelingt EM-Hattrick!

In Zürich gelang Jonathan Horne vom Teikyo Karate Team Saarbrücken der Hattrick! Zum dritten Mal in Folge wird Jonny Europameister. Die Teilnahme an einer EM war für Jonathan Horne vom Teikyó-Karate



Team e.V. nichts Neues, aber nach der verpatzten WM und der langen Pause nach seiner Schulter-OP ging Jonny nicht mit der üblichen Gelassenheit an den Start. Die EM als erster internationaler Vergleich nach der Pause war für ihn selbst auch eine Prüfung, wo er zur Zeit steht. Gleichzeitig wurden an den Titelverteidiger im Kumite +84Kg natürlich hohe Erwartungen gestellt. Schon in der ersten Runde gegen den Schotten Robb war von der An-

spannung nichts mehr zu erkennen. Beim 3:1 sorgte Jonny selbst für den Gegenpunkt, als Strafe für Kontakt. Moreno Shepperd (Platz 8 der Weltrangliste) aus den Niederlanden hatte beim 6:0 keine Chance. Auch in Runde drei war Jonny klar besser als der Slowake Presinski, trotzdem stand es nach der Verlängerung nur unentschieden 1:1. So deutlich wie seine optische Überlegenheit war dann auch der Schiedsrichterentscheid mit 4:1. Den Kroaten Pero Vucic (Platz 30 der Weltrangliste) dominierte Jonny im Halbfinale ebenso deutlich. Dieses Mal konnte er seine Überlegenheit auch in Punkte umsetzen. Das 4:0 war ebenso verdient wie ungefährdet. Es folgte das Finale und hier war nun Jonnys Gegner der Italiener Stephano Maniscalco. Gegen den sechsten der Weltrangliste dieser Gewichtsklasse hatte Jonny in der Vergangenheit mehrere Male gewonnen; leider hatte sich Stephano ausgerechnet bei den Weltmeisterschaften 2008 und 2010 gegen Jonny durchgesetzt.

Da war also noch eine Rechnung zu begleichen! Und tatsächlich ließ Jonny nichts anbrennen. Ohne, dass Stephano überhaupt eine Chance hatte holte sich Jonny mit 3:0 erneut den EM-Titel. Auch in der offiziellen Weltrangliste von karatec.com hat sich Jonathan Horne damit Platz 1 seiner Gewichtsklasse zurück erobert.

**Markus Barth,
Pressewart Teikyó Karate Team e.V.**



...ein glücklicher Jonathan und ein zufriedener lächelnder Trainer



German Open 2011!

... kurz vor Druck des KADS, erreicht uns die Nachricht, Jonathan gewinnt auch zum vierten mal in Folge in der Gewichtsklasse +84 kg die German Open ! Mehr dazu im nächsten KADS.



Herzlichen Glückwunsch Jonny!



... Finalkampf gegen Stephano Maniscalco



... zuvor wurde auch der DM Titel erfolgreich verteidigt



Jonathan Horne wird zum fünften mal in Folge Deutscher Meister in der Leistungsklasse.

Bereits zum fünften Mal in Folge wurde Jonathan Horne vom Teikyō Karate Team am letzten Wochenende Deutscher Meister der Leistungsklasse +84g im Kumite.

Nach der langen Zwangspause im Anschluss an seine Schulter-Operation war die Deutsche Meisterschaft in Villingen-Schwenningen das erste große Turnier für den 22-jährigen. Seit Jahresbeginn hatten er und sein Trainer Sensei Uwe Schwehm auf die DM hingearbeitet und bewusst auf andere Turniere verzichtet, um

kein Risiko einzugehen. Jonny konnte sich zunächst in Ruhe seine Gegner ansehen, denn in der ersten Runde musste er dank eines Freiloses nicht ran. Für den ersten Kampf gegen Amir Redzic erwartete sein Coach zunächst einen vorsichtigen Beginn. Stattdessen legte Jonny gleich richtig los: 9:0 fegte er seinen Gegner vor Ablauf der Kampfzeit von der Matte! Auch Alexander Levtschenko blieb in der nächsten Runde beim 8:0 kaum eine Chance. Das Halbfinale bestritt Jonny gegen Tony Besser. Dieser konnte einige Angriffe abwehren und musste nur drei Punkte hinnehmen.



Selbst gelang ihm aber kein Treffer. 3:0 für Jonny.

Ein altbekannter Teamkollege der Nationalmannschaft wartete im Finale. Enrico Höhne kennt Jonny nun schon seit Jahren und aus dem gemeinsamen Training kennen beide die Kampfweise des anderen. Entsprechend verlief der Kampf interessant und auf höchstem Niveau. Jonny kämpfte sehr stark, hielt sich aber mit Angriffen zurück, weil er Enrico nicht zu Kontern einladen wollte. Kontrolliert aber überzeugend brachte er ein 3:2 nach Hause.

Wir gratulieren zum erneuten Titelgewinn!

und ganz aktuell vom WSKA World Cup in Chicago USA!

Jonathan Horne hat mit dem Team der Deutschen Nationalmannschaft in Chicago/USA den ersten Platz bei der WSKA Shotokan Weltmeisterschaft, (World Cup), belegt.

Das Team bestehend aus: Jonathan Horne (Teikyō Saarbrücken), Enrico Höhne, Matthias Tausch, Heinrich Leistenschneider und Nika Tsurtsumia, konnten in der Vorrunde die starken Teams aus den USA, Canada, Wales schlagen.

Im Finale trafen sie auf die sehr starken Engländer. Das Deutsche Team behielt auch hier die Oberhand und siegte mit 2:0 siegen.

Ein weiterer toller Erfolg für Jonathan Horne und für das Saarland.

Uwe Schwehm



Erster Karate- und Qi Gong Speziallehrgang Erster Junior Dan im Saarland für Lucas Rietheimer ... und erstmals auch 4. Dan für eine Karateka aus dem Saarland

Am 30. Oktober fand der erste Karate und Qi Gong Speziallehrgang, von Volker Schwinn, in der Süd West Halle in Bous statt. Erstaunlich viele Sportlerinnen und Sportler aus der Pfalz und dem Saarland, nahmen an diesem Lehrgang teil. Inhalte waren neben den normalen Karatetechniken, an diesem Tag vor allem die Vitalpunkt-stimulation am Menschen. Die Bedeutung der verschiedenen Vitalpunkte auf die Gesundheit, sowie in der Selbstverteidigung, waren Hauptbestandteil dieses ersten Lehrganges. Wie schmerzhaft eine negative (Schlag oder Stoss) Bearbeitung eines solchen Punktes sein kann, davon konnte man sich beim Partnertraining „ein Bild“ machen. Gerade körperlich schwache Menschen profitieren von dieser Kenntnis, da Angreifer ohne große Kraftanstrengung und Aufwand leicht zu überwältigen sind. Wie wichtig die sanfte Behandlung dieser Punkte für viele Krankheitsbilder ist, auch das erfuhren die Teilnehmer beim Lehrgang. Kampfkunst und asiatische Gesundheitslehre sind sehr eng miteinander verbunden; es kommt nur auf die „Dosierung“ an. Leichter Druck bringt

Heilungserfolge, Schläge und Fingerstöße jedoch Verletzungen.

Im Anschluss an diesen Lehrgang fand eine DAN Prüfung des Deutschen Karate Verbandes statt.

16 Prüflinge hatten sich hierfür angemeldet und sich davor in vielen Lehrgängen intensiv vorbereitet.

Die beiden vom DKV eingesetzten Prüfer, Volker Schwinn und Luigi Schiafone konnten sich vom Leistungsstand der Prüflinge überzeugen.

Alle Anwärter erhielten ihr ersehntes Diplom.

Zum ersten Mal wurde im Saarland auch ein Junior DAN verliehen.

Erfreulich für Volker Schwinn war auch die Tatsache, dass seine langjährige Schülerin, Hildegard Schulz Jungmann ihre Prüfung zum 4. DAN mit Bravour bestand.

Hildegard Schulz Jungmann, vom Dojo Saarwellingen, ist die erste Saarländische Karateka mit dieser hohe

Graduierung.

Nochmals herzlichen Glückwunsch.

Bedanken möchten wir uns bei unseren Helfern/innen und den vielen Kuchenspenden von den Karatefreunden/ innen des Karate Dojo Bous.

Bericht und Bilder Volker Schwinn

Ein Nachtrag von Volker Schwinn, 6. DAN zur DAN-Prüfung in Bous

An dieser Prüfung nahmen Niklas Quint und Lucas Rietheimer teil.

Beide Kader Athleten und überaus erfolgreich. Niki konzentriert sich auf Kumite, was ihm auch die Nominierung zur ESKA einbrachte, ist im Bundeskader und präsentierte, wie auch sein Team-Freund Lucas eine richtig saubere und gute Prüfungsleistung.



... Volker und Carsten bei der Demo



Lucas Rietheimer mit seinem Diplom



v.l. Volker Schwinn, Niklas Quint, Lucas Rietheimer und Luigi Schiafone





Und es zeigt sich immer wieder, wer Karate in allen Facetten erlernt und trainiert, wird immer erfolgreich sein. Bei Niki stand die Kata in keinsten Weise hinter den Leistungen der anderen, sowie das Kumite bei Lucas (obwohl noch so jung und auf Kata konzentriert) richtig gut war.

An euch beiden ein Appell: macht weiter so, vergisst nie die Wurzeln des Karate und ihr werdet auch für die Zukunft immer Spass daran finden und viel neues entdecken.

Volker Schwinn



... und nochmal alle Prüflinge mit ihren Prüfern .

4. KARATE Freundschaftsturnier am 10. April 2011 in Erfweiler-Ehlingen

Das 4. KARATE-Freundschaftsturnier für Kinder wurde dieses Jahr nach 2008 wieder vom Karateverein Erfweiler-Ehlingen e.V ausgerichtet. Die Kinder vom SV Alsbach e.V. und TV Kleinblittersdorf e.V. reisten am 10. April 2011 für 14:00 Uhr an, um sich mit den Sportskameraden/innen aus den anderen Vereinen und dem eigene Verein zu messen. Insgesamt 44 Kinder von 4 bis 12 Jahre hatten in den letzten Wochen sich für den großen Tag vorbereitet. Die Anzahl der Starter aus den 3 Vereinen

Danach, es war ca. 18:30 Uhr, leerte sich die Halle schnell, denn die Kinder mussten am Montag in die Schule oder den Kindergarten. Für die Ausrichter und Verantwortlichen hieß es dann noch aufräumen und anschließend war für alle ein befriedigender und erfolgreicher Tag zu Ende. Bei diesem Turnier war es nicht nur ein Spruch, sondern das ehrliche Motto: „Dabei sein ist alles.“ Alle Kinder konnten mehrfach (mind. 3 Mal) pro Disziplin antreten und viel Erfahrung sammeln und zwar in einer doch noch entspannten Atmosphäre. Also ein großes

ERGEBNISSE vom 4. KARATE Freundschaftsturnier

Gruppe 9. Kyu

Kata:

- | | | |
|----------|-----------------|---------------------------|
| 1. Platz | Felix Görlinger | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 2. Platz | Björn Kühner | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 3. Platz | Anatol Eisler | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 4. Platz | Kevin Knor | TV Kleinblittersdorf e.V. |

Kumite an den Bällen:

- | | | |
|----------|----------------|---------------------------|
| 1. Platz | Kevin Knor | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 2. Platz | Til Rohrbacher | SV Alsbach e.V. |
| 3. Platz | Björn Kühner | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 4. Platz | Felix Kuntz | SV Alsbach e.V. |

Gruppe 8. Kyu

Kata:

- | | | |
|----------|-----------------------|----------------------------|
| 1. Platz | Jonas Hurth | SV Alsbach e.V. |
| 2. Platz | Keanu Alm | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 3. Platz | Natascha Niederländer | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 4. Platz | Leon Wust | SV Alsbach e.V. |

Gruppe 8. + 7. Kyu :

Kumite an den Bällen:

- | | | |
|----------|----------------|----------------------------|
| 1. Platz | Joshua Chill | SV Alsbach e.V. |
| 2. Platz | Sophia Matheis | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 3. Platz | Sören Schäfer | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 4. Platz | Keanu Alm | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |

Gruppe 8. + 7. + 6. Kyu :

Kihon-Ippon- Kumite:

- | | | |
|----------|-----------------------|----------------------------|
| 1. Platz | Jacque Alm | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 2. Platz | Martin Dreher | TV Kleinblittersdorf e.V. |
| 3. Platz | Keanu Alm | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 4. Platz | Natascha Niederländer | TV Kleinblittersdorf e.V. |

Gruppe 7. + 6. Kyu :

Kata:

- | | | |
|----------|---------------|----------------------------|
| 1. Platz | Joshua Chill | SV Alsbach e.V. |
| 2. Platz | Jacque Alm | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |
| 3. Platz | Zoe Nicolaus | SV Alsbach e.V. |
| 4. Platz | Leonie Scheer | KV Erfweiler-Ehlingen e.V. |



waren sehr ausgewogen. Vom KV Erfweiler-Ehlingen als Gastgeber nahmen mit 16 Startern die meisten Kinder teil, gefolgt vom SV Alsbach mit 15 Kids und dem TVK mit 13 Karatekas. Die Zuschauer bestehend aus den Eltern, Geschwistern, Großeltern und die Wettkämpfe auf den 3 Kampfflächen hervorragend beobachten und die Kinder anfeuern.

Der Applaus war dann auch von der Vorrunde bis zum Finale gleichbleibend stark und bescherte den kleinen Athleten den höchsten Lohn der Trainingsmühen.

Die Finale und die Kämpfe um den 3. Platz fanden auf einer Kampffläche mit 5 Kampfrichtern statt. Im Anschluss war für die Kinder das Wichtigste die Siegerehrung. Hier sah man strahlende Gesichter, die der Lohn der Trainer sind. Das Turnier war auch dieses Jahr für Alle dahingehend ein Erfolg, dass den Kinder ohne oder mit wenig Wettkampferfahrung eine Möglichkeit geboten wird, sich in kleinem Kreis mit anderen zu messen.



Lob an alle Teilnehmer für die tolle Leistung. Ich möchte im Namen der 3 Vereine noch unserem Leistungssportreferenten Sven Quint danken, der unser Freundschaftsturnier vom ersten Tag an unterstützt hat. Sei es mit guten Ratschlägen oder auch als Kampfrichter.

Christoph von Oettinger

Anmerkung als Jugendreferent:

Ich hoffe es finden sich weitere Vereine im Saarland die ein solches Turnier für Wettkampf-Neulinge anbieten. Den Kindern kann man kaum einen besseren Einstieg in den Wettkampfsport KARATE bieten. Und sollte es dem einen oder anderen Kind keinen Spaß bereiten, ist dies ein besserer Rahmen als ein großes Turnier oder die Saarlandmeisterschaft.

Der SKV- Jugendreferent





Erfolgreiche SOK Dan-Prüfung in St. Wendel

Unter den Augen von den beiden Prüfern Günter Gard und Manfred Engel legten 6 Prüflinge ihre Danprüfung ab. Alle Prüflinge kamen aus dem Dojo St. Wendel. Marko Zwalla, Jörg Schmidt und Steven Poggel legten, bei hervorragender Darbietung, ihren 3. Dan ab. In der Prüfung war es auch sehr interessant die einzelnen Ausprägungen des Karate zu erkennen. Steven Poggel betreibt seit seiner Kindheit den Stil Yoshukai, die beiden Anderen Marco Zwalla und Jörg Schmidt Shotokan. Auch drei Prüflinge zum ersten Dan waren mit von der Partie. Mit Patrik Metzler, Andreas Molnar und Mathias Paul Rulof waren drei sehr engagierte und gut vorbereitete Karatekas auf der Matte. Alle Prüflinge bestanden ihre Prüfung überzeugend. Herzlichen Glückwunsch auch von Verein des TV. ST. Wendel.
Manfred Engel



Karate und viel Spaß beim SKV Jugend-Sommerncamp 2011 in Braunshausen



Auch in diesem Jahr war die Jugendfreizeit in Braunshausen ein voller Erfolg. Bei hochsommerlichen Temperaturen konnten die 60 Teilnehmer am Freitag Abend von Christoph, Birgit und ihrem Team begrüßt werden. Treffpunkt war bei den Blockhütten der Gästehausanlage des Saarländischen Turnerbundes am Petersberg. Die Eltern wurden nach einer kurzen Begrüßung nach Hause geschickt, sodass 55 Teilnehmer im Alter von 8 bis 16 Jahren gespannt auf das Wochenendprogramm warteten. Am Freitagabend wurde nach dem beenden der Blockhütten und Abendessen noch ein kleines Völkerballturnier in der Sporthalle ausgetragen. Am

nächsten Morgen wurde um 6:45 geweckt und um 7:00 Uhr standen 55 noch etwas verschlafene dreinblickende Kids vor ihrem Frühsport mit Niklas Quint. Nach dem Frühstück war dann noch etwas Zeit zur freien Verfügung bis zum ersten Training um 9:15 Uhr. Die 3 Trainer: Isabelle Gawlick (Kata), Niklas (Niggi) Quint (Kumite) und Tobias Melzer (Soundkarate) nutzten die 3 Stunden um die Kinder mit den verschiedensten Facetten des Karate in ihren Bann zu ziehen. Am Nachmittag wurde dann noch ca. 2,5 Stunden trainiert. Wer jetzt denkt nach so viel Training sind die Kinder erledigt, der hat nicht die super Regenerationszeit der 8 bis 16 Jährigen kennen gelernt. In jeder freien Zeit wurde gerannt, mit Bällen oder allem was zu finden war gespielt.



Am Samstagabend wurde geschwenkt und nach dem „Fahnen spiel“ (mit viel Bewegung) gab es noch am Lagerfeuer Stockbrot. Am Sonntagmorgen wurde nach dem Frühstück zum Aufräumen, Packen und Hüttensäubern aufgerufen. Das zog sich dann nach den beiden anstrengenden Tagen länger hin als geplant, so dass das heraufziehende Unwetter den Umzug aus den Hütten in die Sporthalle zu einem Wettlauf gegen die Regenfluten werden lies. Anstatt dem geplanten KaraGames-Turnier wurde eine Trainingseinheit und Spiele von den Trainern angeboten. Um 12:00 Uhr konnten dann die Eltern ihre müden und größtenteils zufriedenen Kinder bei Sonnenschein abholen. Alles in allem hatten alle Beteiligten ein tolles Wochenende. Hier möchte ich noch den Trainern, Betreuern und dem Versorgungsteam herzlich danken.
Christoph von Oetinger





„Den Laden schmeißen.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Was auch immer Sie antreibt,
wir helfen Ihnen, Ihre Wünsche
und Ziele zu erreichen.
Das ist unser Grundprinzip,
unsere Verpflichtung als
Genossenschaftsbank.

www.vr-bank-saarpfalz.de

Wir machen den Weg frei.

VR Bank
Saarpfalz eG



„VERANTWORTUNG.“

Karate & Tai Chi/Qi Gong –

Lehrgang mit Urlaubsfeeling in der Türkei

Zum 9. Mal organisierte Sensei Volker Schwinn, 6.Dan Shotokan, einen Karate und Tai Chi/Qi Gong-Lehrgang an der türkischen Riviera. Das Konzept ist geblieben und das Resultat war wie in den vergangenen Jahren das gleiche: hervorragend. Aus diesem Grund sind viele Teilnehmer Wiederholungstätter. Aber wie jedes Jahr finden sich auch neue Karatebegeisterte ein. So entstehen neue Bekant- und manchmal auch Freundschaften. Auf jeden Fall hat man eine schöne Zeit mit Gleichgesinten.

Dieses Jahr versammelten sich 45 erwartungsvolle Teilnehmer aus ganz Deutschland am ersten Abend, Samstag dem 07. Mai, in der Lobby-Bar des Amelya Hotels beim ersten Raki begrüßten die Bekannten und machten sich mit den Neulingen bekannt. Der Großteil der Gruppe kam aus dem Saarland, aber auch aus Stuttgart, Nürnberg, Schweinfurt, Darmstadt und aus Hamburg gesellten sich welche dazu. Die Altersspanne reichte von ca. Mitte zwanzig bis Mitte sechzig.

Doch alle hatten ein gemeinsames

Ziel: viel Spaß, Erholung und Karate zu genießen.

Dieses Jahr hatte Volker das Ehepaar Pan aus Orscholz mobilisiert um Tai Chi und Qi Gong sowie Einblicke in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) zu vermitteln. Dies taten Yen Ling und Alexander Pan, die das

te. Diese war dann auch oft die schmerzhaftere. Nachmittags wurde der aktive Tagesabschnitt mit Karate begonnen und bei Yen Ling mit Tai Chi fortgesetzt. Hier war es eine Herausforderung nach dem schnellen, harten Karate die langsamen weichen Tai Chi Bewegungen



Zentrum für TCM in der Rehaklinik Orscholz leiten, sehr professionell. Der Morgen wurde mit Qi Gong mit Alexander begrüßt. Anschließend konnte man die gesammelte Energie im Karatetraining mit Volker einsetzen. Die Kata Niyushiho war dieses Jahr das Hauptthema. Wer Volker kennt, weiß, dass nicht nur der Ablauf der Kata, sondern auch viele verschiedene Anwendungen trainiert wurden. Anwendungen (Bunkai) gab es bei Volker immer in verschiedenen Variationen. Diese waren so abwechslungsreich und von hoher Qualität wie das Essenbuffet am Abend, sodass jeder was für seinen Geschmack bekam. Für Anfänger wurde die Kata eher grundschulmäßig ins Bunkai umgesetzt und für die Fortgeschrittenen gab es dann die eher praxisbezogene Varian-

zu kontrollieren. Doch Yen Ling war eine geduldige Lehrerin und hatte sehr aufmerksame Schüler vor sich. In den Pausen traf man sich am Pool oder eher noch am Strand zum relaxen oder schwimmen. Wer die Erholung pur suchte ging in den Spabereich des Hotels und ließ sich mit Hamam, saunieren oder von Massagen verwöhnen.

Am Dienstag nach dem morgendlichen Training hatte unser gruppen-eigener Reiseleiter Volker für alle Interessierten, wie schon in den vergangenen Jahren, eine Busfahrt an den Wasserfall im Taurusgebirge organisiert. Hier konnte man in absolute harmonischer Natur die Ruhe der Berglandschaft genießen und wer wollte ins kalte Gebirgswasser springen. Vor dem Mittagessen



Volker und Carsten zeigen wie es geht



[frische und teils selbstgefangen Forellen] zeigten Frau und Herr Pan noch die Wirkung der Shiatsu- Massagen. Dies war nur ein kleiner aber wirkungsvoller Einblick in diese sehr effektive Behandlungsmethode der TCM.

Der Mittwoch war trainingsfrei und für eine Schiffsfahrt nach Alanya reserviert. Während der Fahrt an der Küste entlang konnte man ein Schläfchen oder auch das eine oder andere Schwätzchen halten. Auf jeden Fall ging alles einige Schritte langsamer. In Alanya durften wir dann zum Landgang die Stadt durchkämmen auf der Suche nach reicher Beute, die dann doch jeder bezahlte. So richtige Piraten waren wir doch nicht geworden.

Am Donnerstag in der morgendlichen Trainingseinheit hielt Volker noch die Kyu- Prüfungen ab, die sich jedoch eher über die ganze Woche erstreckten. Die Prüflinge, die Volker zur Prüfung zugelassen hatte, bekamen am Abend bei der offiziellen Abschiedsfeier ihre Urkunden und Ausweise überreicht. In der Trainingseinheit am Nachmittag kam unser türkischer Karatefreund Junus Batal (4. Dan) mit ca. 50 Kindern und Jugendlichen aus seinen beiden Karatevereinen aus Manav-

gat und Okurcalar zum Training. Aufgrund des regnerischen Wetters an diesem Nachmittag mussten wir in den Konferenzraum des Hotels, den das Hotelmanagement schnell noch frei räumen ließ, ausweichen.

Über dieses türkisch-deutsche Karatetraining wurde auch gleich 2 Tage später in allen Tageszeitungen der Region berichtet.

Mit Junus, dem Dojoleiter vereinbarte Volker und ich für die kommende Woche noch 2 Termine an denen die Kinder seiner beiden Dojos Soundkarate kennenlernen sollten. Die beiden Einheiten wurden von mir geleitet, da ich in meinem

Verein im TV Kleinblittersdorf bereits Soundkarate seit einigen Jahren praktiziere. Trotz des fehlenden Equipment konnte in Manavgat für ca. 35 Kinder und in Okurcalar für ca. 25 Kinder jeweils eine abwechslungsreiche Soundkarateeinheit stattfinden.

Am Freitagabend wurde der Großteil der Gruppe dann verabschiedet und stieg um 23:40 Uhr in den Bus zum Flughafen.

Wie immer tut der Abschied nach einer so schönen Zeit ein bisschen weh.

Aber die meisten werden sich früher oder später wiedersehen, vielleicht auch im nächsten Jahr beim 10. Karate und Qi Gong Lehrgang mit Volker in der Türkei.

Bericht und Bilder
Christoph von Oetinger



Ein Team auf dem Weg zur Erkenntnis

Prüfungsvorbereitung und Intensivlehrgang 2011 in Lebach

Die Einberufung kam noch im letzten Jahr und eine Verweigerung kam schon gar nicht in Frage, auch nicht aus Altersgründen.

Also stellten wir uns der Herausforderung, nicht ahnend, was auf uns zukam.

Drei Trainingseinheiten in der Woche, zwei Mal zwei Stunden, ein Mal drei Stunden waren die Regel. Als im Januar die eigentliche Vorbereitung begann, kamen dann noch zwei Stunden am Sonntag im „Rohrbacher Keller“ dazu und ab Mai donnerstags zwei Stunden Katatraining, natürlich auch im „Rohrbacher Keller“. Die Spiegelwand war unerbittlich und versteckte nicht einen einzigen Fehler, es sei denn, man ignorierte sie einfach. Das war Grundlagentraining vom Feinsten auf der Suche nach Prinzipien, die Karate zu dem machen, was es eigentlich ist. Nicht eingerechnet sind die Einheiten, die man dann zu Hause der Vertiefung widmete, wenn man wollte und wenn man dazu noch in der Lage war. Man konnte also locker auf sechs bis sieben Trainingseinheiten in der Woche kommen. Ganz schön heftig in unserem Alter. An anderen Sport durfte man überhaupt nicht mehr denken, weil dann die Regeneration gar nicht mehr funktioniert hätte.

Um es vorwegzunehmen:

Es hat sich mehr als gelohnt.

Mit der Grundschule fing alles an. Jede Menge an Kombinationen, bahnenweise und ohne Pausen durchgeführt, erwartete uns, eigentlich das ganze Kihon-Prüfungsprogramm.

„Können wir doch alles schon.“ - Dachten wir jedenfalls. Je länger wir aber daran arbeiteten, desto mehr wurde uns klar, dass sich im Laufe der Zeit Automatismen eingeschliffen hatten, die mehr hinderlich als förderlich waren. Also wieder zurück zu den Grundprinzipien. Allmählich begriffen wir, dass nicht die Technik an sich die Technik ist, sondern alles andere, was

die Technik zwingend fordert. Hikite war bisher immer nur das Zurückziehen der Gegenhand. Dass es aber sehr viel mehr ist, wurde uns erst im Laufe des Trainings bewusst und zeigte sich dann hin und wieder auch in der Bewegung. Der Geist war schon willig, aber das Fleisch ...

Bis der Körper es dann einigermaßen gelernt hatte, verging eine lange Zeit. Hikite braucht aber noch Hüfteinsatz, Vorspannung, Innenspannung und Außenspannung, Beugen und Strecken der Beine, Bewegung der Schulter. Und wenn dann alles stimmt, wenn ..., dann kommt die Technik wie von selbst ... vielleicht. Der Spiegel war inzwischen zu unserem Freund geworden. Er half uns zu erkennen, wo es haperte. Und es haperte immer noch an der Technik und am Timing und überhaupt und überall ... Wo sollte das nur hinführen und wie sollten wir das nur in der kurzen Zeit noch schaffen? Zweifel kamen auf. Aber wir hatten Freunde: einen unendlich geduldigen Roman, der nie müde wurde, immer und immer wieder die gleichen Fehler zu korrigieren, und die Spiegelwand, die unerbittlich jeden Fehler offenbarte, den wir machten und den wir inzwischen auch ganz gut selber erkennen konnten. Und wir hatten uns selbst und die Gewissheit, dass jeder von uns den gleichen Kampf kämpfte. Und das war gut so. Der Geist war willig, aber das Fleisch war... , es wurde zunehmend stärker. Allmählich kam das Körpergefühl, der Kopf übernahm immer mehr die Führung und plötzlich gelangen die Bewegungen. Die Techniken kamen so, dass wir immer öfter verstanden, was Roman meinte.

Der Anfang war gemacht und wir merkten, dass nicht die Technik die Technik ist, sondern dass sie zwangsläufig kommen muss, wenn alles andere stimmt.

Der erste Schritt auf dem Weg zur Erkenntnis war getan.

Du weißt ja, jeder Weg beginnt mit

dem ersten Schritt!

Nach der Grundschule wurde uns allmählich klar, was uns bei der Kata erwarten musste. Aber die Katas beherrschten wir doch, oder? - Denkste. Die Anwendung der Grundschultechniken in der Kata unterliegt zwar den Karate-Prinzipien, folgt aber noch anderen Gesetzmäßigkeiten. Technische Perfektion ohnehin, außerdem Atmung, Timing und Rhythmus, wobei jede Kata ihren eigenen Rhythmus hat. Und den galt es zu erfüllen und zu verstehen.

Manchmal hatten wir den Eindruck, wir stehen erst am Anfang. Es gab zwei Möglichkeiten, damit umzugehen: Entweder man fiel in Depressionen, weil man das Gefühl hatte, nichts, aber auch gar nichts klappte so, wie es sollte. Oder man musste lernen zu akzeptieren, dass gar nicht alles gelingen konnte und schon gar nicht in der kurzen Zeit. Nach vielen Jahren des Trainings hatten wir uns ja schon einiges angeeignet, aber es gab noch so viel, was man erreichen konnte, wenn man es nur richtig anging.

Das zeigte sich auch beim Bunkai. Standarderklärungen für die Anwendung der Katatechniken gab es viele. Das konnte aber nicht der Sinn des Bunkaitrainings sein. In der Kata ist vieles verborgen, sie enthält viel mehr als das, was die oberflächliche Betrachtung oder die mechanische Ausführung preisgeben. Roman riss uns mit, er lebte uns Karate vor, tauchte mit uns ein in die verschiedenen Katas, vermittelte uns einen tieferen Eindruck vom Wesen der Katas und der unterschiedlichsten Techniken. Er verdeutlichte uns, dass jede Anwendung einer Technik nur eine Möglichkeit darstellt, dass jede Technik noch viel mehr bedeutet als die gerade ausgeführte Interpretation. Ausholbewegungen wurden so zu Block- und Angriffsbewegungen, Drehungen und Wendungen zu Würfeln. Leere Bewegungen gibt es nicht, das kannst du glatt vergessen. Und allmählich, ganz

allmählich kamen wir dahin, dass Bunkai Spaß machte. Ganz allmählich fiel es wie Schuppen von den Augen, was alles in einer Kata stecken kann, was unentdeckt geblieben war.

Du musst dich nur einlassen und dann hast du wieder einen Schritt getan!

Hatte die Grundschule dich noch kirre gemacht, waren Kata und Bunkai anfangs noch schwer, so fiel Kumi-te viel leichter, allein schon deshalb, weil unsere Einstellung sich geändert hatte. Bunkai ist bereits Kumite und nichts anderes, das wussten wir jetzt. Wir mussten nur noch an alles denken, was wir bis dahin in Grundschule, Kata und Bunkai gelernt und eingeübt hatten ... und ganz wichtig, es auch machen. Leichter gesagt als getan. Aber technische Perfektion, Hüfteinsatz, Timing, Atmung, Kime und damit Spannung zum richtigen Zeitpunkt, alles ergab sich von ganz alleine, zumindest viel häufiger als am Anfang der Prüfungsvorbereitung. Immer öfter stellte sich das Gefühl ein, dass die Bewegungen wie von selbst richtig ausgeführt wurden. Welch eine Motivation!

Damit war eine Stufe erreicht, auf der Beiläufigkeit und Absichtslosigkeit zu einem Thema wurden. Dies galt es weiter zu verfolgen, auch wenn sich doch hin und wieder – allerdings längst nicht mehr so häufig wie früher - ein Gefühl der Unzufriedenheit einschlich, weil wir nicht alles so umsetzen konnten, wie wir es eigentlich wollten.

Wir hatten also einen weiteren Schritt gemacht auf dem Weg zur Erkenntnis. Schade nur, dass die Vorbereitungszeit langsam zu Ende ging, denn diese Zeit hatte neben den Trainingsfortschritten noch einen anderen beeindruckenden Effekt.

Wir waren ein Team geworden, das auch menschlich sehr zusammengewachsen war:

Roman, Daniela, Wolfgang, Hermann-Josef und Werner

Und dann kam der 29. Intensivlehrgang 2011 in Lebach vom 15.06.-19.06.2011.



Gankaku war die Lehrgangskata für die Oberstufe in Ablauf und Bunkai.

Mittwoch: Zuerst wurde die Kata in kleine Abschnitte zerlegt, die dann zu größeren Blöcken zusammengefügt wurden. Schwerpunkte wurden immer wieder geübt, das Schrittmuster wurde verbessert, das Timing verändert und nach Bedarf angepasst. Schließlich wurde die Kata als Ganzes trainiert. 1,5 Stunden gingen wie im Flug vorbei, für Bunkai blieb nur noch wenig Zeit. Einige Grundgedanken wurden dennoch angesprochen und einzelne Bewegungen in der Anwendung mit dem Partner geübt.

Donnerstag: Die Kata wurde als Ganzes in Erinnerung gerufen, die Technik wurde verfeinert, die Koordination verbessert, Erkenntnisse wurden gewonnen: Atmung ist nicht gleich Atmung, sie muss zur Kata passen. Timing bringt die Techniken auf den Punkt. Der Rhythmus ist speziell der Rhythmus der Kata, nicht irgendein Rhythmus. Der Wechsel zwischen schnell und langsam, zwischen Spannung und Entspannung muss erkennbar sein. Haltung und Zanshin wurden verfeinert, die Kata gewann an Ausdruck und wurde langsam zur Gankaku. Der typische Charakter dieser Kata wurde sichtbar. Und es blieb mehr Zeit für das Bunkai, das die Kata immer mehr verließ und in die Tiefe tauchte und das an die Oberfläche brachte, was in den Techniken verborgen sein könnte.

Freitag: Der rote Faden von Donners-

tag zog sich durch die Trainingseinheit am Freitag.

Die Bewegungsabläufe wurden weiter verfeinert, der Ablauf wurde sicherer beherrscht. Die Kata hatte ein „Gesicht“, weil Timing und Rhythmus zunehmend besser wurden. Die Anwendung im Bunkai eröffnete wieder neue Sichtweisen und zeigte immer wieder neue Interpretationen, die teilweise überraschten, aber dennoch viel schneller und besser umgesetzt werden konnten. Die anfängliche Schwerfälligkeit, dich sich mittwochs noch zeigte, war einer Leichtigkeit gewichen, die viele wohl überrascht haben dürfte.

Samstag: Traditionsgemäß 25-mal Gankaku ohne Korrekturen, nur Ablauf, nur Timing, nur Rhythmus. Die Zählmaschine log nicht, dafür wurde gesorgt, nachdem Roman die Bedienung der Maschine delegiert hatte. 1,5 Stunden volle Konzentration, keine Hetze - die Kata gab den Rhythmus vor. Zu Anfang fand nicht jeder diesen Rhythmus, es wurde aber immer besser, je öfter wiederholt wurde. Dieser Gleichklang, dieser Energiefluss, der deutlich zu spüren war - einfach nur Hühnerhautatmosphäre. Und dann war plötzlich die Zeit um. 1,5 Stunden waren vorbei - aber wo waren sie geblieben? Zum Schluss noch drei Mal die Kata als Atemkata, ohne Kiai und nur so zum cool down ...

und wieder war (wenn auch noch nicht ganz) ein Intensivlehrgang mit Roman Adam zu Ende, der begeis-

terte, der mitriss, der alle Teilnehmer einen großen Schritt weitergebracht hatte und der nur eins offen ließ: die Vorfreude auf den nächsten Intensivlehrgang, der zu einem Jubiläumslehrgang werden wird, nämlich zum 30. in Lebach.

Werner Schorr

Die anschließende DAN-Prüfung haben bei anspruchsvoller und gewissenhafter Leitung durch Roman Adam und Gottfried Gräbner alle Prüflinge bestanden:

Fuchs, Hermann Josef	4. Dan	Lebach	58 Jahre
Herges, Wolfgang	4. Dan	St. Ingbert	52 Jahre
Schorr, Werner	4. Dan	Lebach	63 Jahre
Dünzer-Adam, Daniela	3. Dan	St. Ingbert	47 Jahre
Reinhard, Philipp	2. Dan	Ludweiler	34 Jahre
Bachelier, Alexander	1. Dan	Ludweiler	34 Jahre
Diwo, Christine	1. Dan	Ludweiler	19 Jahre
Gross, Oliver	1. Dan	Ludweiler	43 Jahre
Riemann, Christina	1. Dan	H.Sh. Saarbr.	?? Jahre
Wlodarek, Lukas	1. Dan	Ludweiler	19 Jahre



„Dan-Prüfung Lebach 2011“ „v.l.n.r.: Werner Schorr, Hermann Josef Fuchs, Wolfgang Herges, Daniela Dünzer-Adam, Roman Adam, Philipp Reinhard, Gottfried Gräbner, Alexander Bachelier, Lukas Wlodarek, Oliver Gross, Christina Riemann und Christine Diwo“

Uds- Student gewinnt Deutsche Hochschulmeisterschaft im Karate

... Mannheim, 14.05.2011

Auch in diesem Jahre wurde das Saarland auf der DHM im Karate vertreten. Für die FH für Verwaltung des Saarlandes startete Christina Hoffmann bei den Damen in der Gewichtsklasse bis 55 kg. Im ersten Kampf war die angehende Polizeikommissarin klar überlegen und beendete den Kampf vorzeitig durch ein technisches K.O.. Leider konnte die gebürtige Saarländerin die folgenden Kämpfe nicht für sich entscheiden und landete somit auf dem 5. Platz.

Für die Universität des Saarlandes ging Maurizio Micciché (Mikrotechnologie und Nanostrukturen) an den Start. In der Kategorie Kumite (Freikampf) bis



67 kg setzte er sich in jedem Vorrundenkampf durch. Im Finale traf er auf einen Kontrahenden aus Bayern, den

er mit 4:1 schlug und wurde damit deutscher Hochschulmeister. Steven Poggel hat an diesem Tag die Karateprüfung zum 3. Dan erfolgreich absolviert.

Aufgrund seines DHM-Vizemeistertitels 2010, der EUC-Teilnahme 2009 und der erfolgreichen Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft (in der Runde der letzten 16 ausgeschieden) wurde er, ebenso wie sein Saarbrücker Kommilitone Maurizio Micciché, für die europäischen Hochschulmeisterschaften (EUC) im Juli 2011 in Sarajevo nominiert.

Maurizio Micciché

1. DKV-Soundkarate-Lehrgang des saarländischen Karateverbandes am 19. März 2011 in Rilchingen-Hanweiler

Der 1. DKV-Sound-Karate-Lehrgang des Saarländischen Karateverbandes mit den Trainern Tobias Melzer und Christoph von Oetinger startete am Samstag, dem 19. März um 8 Uhr morgens mit dem üblichen Aufbau vor einem Lehrgang und der Frage: Wieviele Teilnehmer werden wohl kommen?? Ausrichter war der TV Kleinblittersdorf e.V., der hierfür mit der Mehrzweckhalle in Hanweiler/Rilchingen einen idealen Austragungsort gefunden hat. Alle Helfer standen bereit und um 10 Uhr war auch diese Frage gelöst. Es kamen 57 neugierige und gespannte Kinder sowie 13 Trainer um in zwei Trainingseinheiten mehr über Soundkarate zu lernen und anschließend an den KARA-GAMES teilzunehmen. Der Lehrgang begann pünktlich mit einem gemeinsamen Aufwärmtraining, das von Tobias geleitet wurde. Hierbei



konnte man schon feststellen, dass vor allem die Anfänger mit Weißgurt oder mit Gelbgurt in der Mehrzahl vertreten waren. Diese Art Lehrgang bietet sich sowohl für Anfänger als auch für sehr junge Kinder an. Die Jüngsten waren 4 Jahre alt und die „Ältesten“ waren 10 Jahre.

Die Gruppen wurden nach Gürtelfarbe aufgeteilt und der Trennvorhang heruntergelassen. Christoph trainierte mit



den Weißgurten Takt- und Rhythmusübungen in Vorbereitung auf spätere Katas, wobei er von Magdalena Eder unterstützt wurde. Tobias teilte die Kinder nochmals in Kleingruppen auf, die dann Kumiteübungen an 2 auf Stangen übereinander angebrachten Bällen ausführten. Die Bälle ersetzen die Zielpunkte des Trainingspartners (Kopf und Bauch).

Die erste Trainingseinheit dauerte 2 Stunden und die Kinder machten alle mit viel Spaß und einer fast unglaublichen Disziplin mit. Dies freute auch besonders die Eltern und Heimtrainer, die sich mit viel Interesse die Trainingseinheiten anschauten.

In der Mittagspause konnten sich dann alle etwas erholen und sich verbindlich für die KARA-GAMES am Nachmittag anmelden.

Die Halle füllte sich dann schnell wieder, jetzt waren auch die Vereinstrainer im Karateanzug und warteten auf ihre Trainingseinheit bei Tobias Melzer. Im Training für die 13 teilnehmenden Trainer vermittelte Tobias Grundlagen und Anregungen fürs Soundkarate-Training. Die Trainer hatten augenscheinlich viel Spaß, es war aber auch manchmal zu komisch, sich unter Stangen durchzuquetschen oder den Slalom zu laufen. Mit diesen Koordinationsübungen und dem Basisaufbau von Kraft und Koordination lassen sich im Kindertraining gute Grundlagen für das spätere Karate legen. So können auch im sehr jungen Alter oder bei vorhandenen Entwicklungsverzögerungen individuelle Erfolgserlebnisse erreicht werden.

Das motiviert die Kinder und hilft ihnen sich spielerisch weiterzuentwickeln.



Jenseits des Vorhangs bereitete Christoph die Kinder dann auf die KARA-GAMES vor. Diese starteten pünktlich um 15 Uhr.

Nach Jahrgang und Gürtelfarben geordnet wurden verschiedene Pools gebildet, in denen die Kinder dann in den Dreikampf starteten.

Nach jeder Disziplin war eine Pause, in der die Kinder sehr ruhig und gesittet auf ihren nächsten Einsatz warteten. Die Mitstreiter wurden angefeuert und es war eine sehr fröhliche Stimmung. Keine Angst vorm Wettbewerb und kein Druck im Wettkampf.

Der Dreikampf bestand aus den Disziplinen Vierer-Takt, Kumite an den Bällen und Parcours. In jeder Disziplin gab es Spezialisten, so dass an mindestens einem Gerät jeder sein Erfolgserlebnis hatte.

Die Kampfrichter und Tischbesetzung wurden im Laufe des Lehrganges aus den Teilnehmern der verschiedenen Vereine rekrutiert.

Nach 3 Stunden Wettbewerb standen dann die Sieger fest. Manch einer hatte sich vielleicht anders eingeschätzt (oder waren es die Eltern...???) , aber hier zählte die erreichte Punktzahl in allen drei Disziplinen zusammen und keine Einzelwertung. Nach der Siegerehrung verließen viele zufriedene und zum Teil sehr müde Kinder die Halle.

Ein großer Dank an alle Helfer vor und hinter den Kulissen. Ohne sie hätte eine so große Veranstaltung nicht funktioniert. Wenn die Nachfrage nach Soundkarate weiter steigt, wird man beim nächsten Mal sicherlich eine größere Halle brauchen.

Birgit von Oetinger,
TV Kleinblittersdorf

Neuer Teilnehmerrekord beim 3.Kleinblittersdorfer Kata-Marathon am 12.Feb.2011



Am Samstag, 12. Februar 2011 versammelten sich über 220 Karateka in der Spiel- und Sporthalle Kleinblittersdorf zum 3. Kleinblittersdorfer KataMarathon. Ausrichter war auch in diesem Jahr die Karateabteilung des TV Kleinblittersdorf e.V..

Die Vorbereitungen begannen bereits nach dem KataMarathon im letzten Jahr. Ein Termin wurde gefunden, der Trainingsplan ausgearbeitet, die Ausschreibung erstellt und verteilt, alle Medien genutzt den Lehrgang zu bewerben und vieles mehr.

Als dann am Samstagmorgen, nach den letzten Vorbereitungen, die ersten Teilnehmer um 8:15 Uhr eintrafen, war wieder ein Jahr voller Spannung vorbei.

Zum Ablauf der Veranstaltung: Der Kata- Marathon ist ein Konzept, welches von Detlef Herbst erfunden und ausgearbeitet wurde:

Shotokan- Karatelehrgang, an dem 4 Trainer in 3 Hallen abwechselnd in insgesamt 18 Trainingseinheiten verschiedene Kata (Form) anbieten.

Der Lehrgang begann um 9:30 Uhr mit der gemeinsamen Begrüßung und dem Aufwärmen. Anschließend verteilten sich die Sportler in die 3 Hallenteile und trainierten die Kata, welche sie sich ausgesucht hatten. Am Morgen wurden 3 Einheiten und nachmittags ebenfalls 3 Einheiten nacheinander angeboten. Die Mittagspause von 1 Stunde ist dann auch bitter nötig. Dieses Jahr waren als Premieren das „Teach the Trainer“ und das Leistungssportlertraining als zusätzliche Einheiten in der Schulturnhalle dabei. Beide Einheiten wurden gut angenommen und es gab sehr positive Rückmeldungen.

Einige Vorstandskollegen des Saarländischen Karateverbandes ließen es sich nicht nehmen den Lehrgang zu besuchen. Unter ihnen war auch Horst Schuler, mein Freund und Karatetrainer, der nach einem schweren Verkehrsunfall im letzten Jahr wieder soweit genesen ist, dass er sich selbst ein Bild von dem Lehrgang machen konnte.

Die Veranstaltung endete um 18:00 Uhr

mit dem gemeinsamen Abgrüßen und Verabschieden der Trainer und Teilnehmer. Dazwischen lagen 6 Trainingseinheiten von jeweils 1 Stunde und 15 Minuten Pause zwischen den Einheiten. Wer wollte, konnte dann in 6 Stunden Training 6 verschiedene Kata trainieren und viele hatte dieses gewaltige Trainingspensum bewältigt.

Die Trainer waren auch dieses Jahr wie bei den beiden KataMarathon zuvor:

Die Karateka aus dem Saarland und aus ganz Südwestdeutschen (z.B. Trier, Speyer, Heidelberg, Ludwigshafen, Bochum, Lich, Stuttgart, München etc.) und aus Lothringen kamen ob jung (5 Jahre war der jüngste Karateka bis alt (67 war der älteste Karateka) auf ihre Kosten und konnten mit viel Spaß, und dem nötigen Ernst und Ehrgeiz ihr Können noch verbessern.

Es freut uns als Veranstalter des Kata-Marathon im Saarland, dass zu den 3 bis dato durchgeführten Lehrgängen jedes Jahr neue Karatebegeisterte hinzu finden aber auch viele treue Teilnehmer aus vielen Vereinen des Saarlandes und den anderen Bundesländern dieses Kata- Highlight ermöglichen.



Von li. nach re.: Christoph von Oettinger, Volker Schwinn, 6. DAN vom Bushido Bous; Bernhard Milner, 8.DAN vom Budokan Bochum; Detlef Herbst, 6.DAN vom Karatedojo Lich und Tim Milner, 3.DAN vom Budokan Bochum





So stellte der Karateverein Shotokan Saarwellingen mit 28 Karateka die größte Teilnehmerschar, gefolgt von Saar 05 Saarbrücken mit 20 Teilnehmern.

Nach all den positiven Rückmeldungen wird es wohl auch im nächsten Jahr wieder einen Kata- Marathon in Kleinblittersdorf geben.

Hier noch ein ganz dickes Lob an alle Helfer aus der Karateabteilung, ob Eltern oder Sportler. Jeder Einzelne hat eine fantastische Arbeit bei Auf- und Abbau, sowie der Betreuung der Lehrgangsteilnehmer geleistet. Auch für die Kuchen- und Salatspenden möchten wir uns bedanken.

HERZLICHEN DANK

Birgit und Christoph von Oetinger

4. Kleinblittersdorfer Kata-Marathon am 03. März 2012

mit

Bernhard Milner (8.Dan)

Volker Schwinn (6.Dan)

Detlef Herbst (6.Dan)

Tim Milner (3.Dan)

Es werden in 3 Hallen insgesamt 18 Trainingseinheiten, d.h. 18 verschiedene Kata mit Bunkai, angeboten.

Es besteht also die Möglichkeit bis zu 6 Kata zu trainieren.

Es können alle Gürtelgrade teilnehmen.

Info: TV Kleinblittersdorf e.V. Abt. KARATE

Christoph von Oetinger Rebenstr.15,

66271 Kleinblittersdorf 06805 -7055 cvono@web.d

www.karate-kleinblittersdorf.de

Ausrichter: TV Kleinblittersdorf e.V. Abt. KARATE

Qi Gong Einführung in die Welt von Energie

Energie nutzbar machen ist weltweit das Thema Nr. 1. Auch wir beschäftigten uns am letzten Freitag mit diesem Thema, jedoch nur auf einem anderen Niveau und Hintergrund. Die Rede ist von Energie für uns als Mensch, Lebensenergie. QiGong ermöglicht uns, Energie aufzunehmen und zu speichern. Die Atemtechnik in Verbindung mit den Bewegungsabläufen dazu, verleiht uns Vitalität, eine besser Durchblutung der Organe und Zufriedenheit.

Vielmehr noch sind die Ergebnisse durch QiGong bezüglich Gesundheit heute meßbar. Die traditionelle chinesische Medizin praktiziert schon immer mit QiGong als Therapie oder Prävention. Uschi Tschöpe, QiGong-Lehrerin vom Karatedojo Merchweiler, gab uns



vergangenen Freitag viele Informationen und Übungen mit auf den Weg, um selbst die Vorteile von QiGong zu erfahren. In einer Gruppe von 20 interessierten Leuten erfuhren wir Hintergründe, Vorteile und Möglichkeiten zu diesem

Thema. Nun liegt es an jedem selbst einmal auszuprobieren, wie er den Nutzen daraus ziehen kann. Selbstverständlich sind mehr Informationen und Training notwendig um den richtigen Weg zu finden, jedoch als Einstieg ins Thema war diese Schnupperstunde sehr hilfreich. Uschi, selbst Karatemeisterin, stellte auch den Bezug zu Karate her.

Jeder Karateka praktiziert mehr oder weniger bewusst QiGong. Beim sog. Seiza, atmen wir tief und ruhig, ebenso vor dem Start einer Kata.

Somit beruhigen wir uns und machen uns bereit für die Aktion.

Diesen positiven Aspekt kann man sich auch z.B. vor Prüfungen oder Ähnlichem machen. Viele weitere Beispiele zeigten den direkten Zusammenhang von Karate und QiGong, wobei bei Karate die Energie abgegeben wird und QiGong allein die Energie gespeichert wird und für uns selbst genutzt wird.

Bernd, der Trainer in Steinbach, erzählte von seinen Erfahrungen mit QiGong. Nach seinem mehrtägigen Lehrgang bei Uschi Tschöpe vertiefte er das Thema und übte zu jeder Gelegenheit. Das heißt, überall kann man Üben, da jeder immer atmen muß. Man braucht nur bewußter zu atmen und sich darauf zu konzentrieren. Besonders gut geht dies in ruhigen Minuten z.B. beim Autofahren. Er berichtete, dass er durch konzentriertes gezieltes Atmen mittlerweile in der Lage ist, eigene Schmerzen zu lindern. Allein

dieser Erfolg macht QiGong so interessant. Ob alleine oder in kleinen Gruppen, 20 - 30 Minuten am Tag reichen aus um erste Erfolge zu erzielen.

Das hat nichts mit Zauberei oder sowas zu tun, sondern mit mittlerweile weltweit anerkannter Therapie und Heilkunst. Man benötigt eigentlich sehr wenig dazu. Eine angenehme Atmosphäre, frische Luft, vielleicht eine passende



Musik unterstützen das Ziel zu erreichen. Ziele? Die definiert sich jeder selbst. Allgemeines Wohlbefinden, Zufriedenheit, Schmerzlinderung, bessere Sauerstoffversorgung des Körpers und vieles mehr wären solche Ziele. Wie der Erreichungsgrad der gesetzten Ziele ist, beeinflusst auch jeder selbst.

Ich bedanke mich bei Uschi Tschöpe für diesen interessanten informativen Abend und bei all den Interessenten, die sich mit uns diesen Abend gönnten. Zu hoffen bleibt, dass jeder seine eigenen guten Erfahrungen macht und bei Gelegenheit auch dazu was berichten kann.

Shotokan Karate Dojo Steinbach
im September 2011

Bernd Busch

Luxembourg open 2011

Bernadette Ohly siegt in Luxemburg Platz drei für Mandy Böhmer- Schwehm und Svenja Sonnenburg

15. Mai 2011, Differdange / Luxemburg Open.
Wie immer war das in freundlicher Atmosphäre stattfindende Turnier gut besucht; unter den 750 Teilnehmern befanden sich etliche Mitglieder aus Nationalteams. Neben denen aus Europa waren Kämpfer Chile, Nigeria, Indonesien, Algerien und Kroatien angereist.



Die Kämpfer vom Teikyō Karate Team freuten sich auf den Wettkampf, hatten sie doch das gute Abschneiden im Vorjahr noch in Erinnerung. Und das, obwohl beispielweise Bernadette Ohly vor Jahresfrist bereits in der ersten Runde ausgeschieden war.

„Das kann ja nur besser werden“ war da das Motto.

Und tatsächlich bekam die erste Gegnerin zu spüren, was Bernadette im letzten Jahr gelernt hat. Ein klares 7:0 gegen die Holländerin Luzac brachte Bernadette in die zweite



Runde der U12 bis 40Kg. Sie kämpfte auch in der Folgezeit gut und schob mit 5:1, 3:2 und 4:3 die Gegnerinnen auf dem Weg ins Finale beiseite.

Im rein deutschen Finale ließ sie Ngyuyen keine Chance. Das deutliche Ergebnis von 4:1 entspricht Bernadettes guter Leistung an diesem Tag.

Gratulation zur Leistung und zum Titel! Mandy Böhmer-Schwehm und Svenja Sonnenburg waren die „Wiederholungstäter“ in Luxemburg. Im Vorjahr beide auf Platz 2 Ihrer Klassen, kämpften sie sich auch dieses Mal bis in die Halbfinals und traten beide gegen eine der heimstarken Luxemburgerinnen an.

Die nutzten den Heimvorteil zu zwei knappen Siegen.

Es blieb aber noch die Chance auf Platz drei im kleinen Finale.

Mandy hatte erneut eine Luxemburgerin zum Gegner.

Dieses Mal ergriff sie die Initiative und ließ Catellani nicht zu Atem kommen. Folge: ein deutliches 8:0 und damit Platz drei der Leistungsklasse bis 53Kg. Svenja (U10 +35Kg) machte es der Teamkollegin nach, sicherte den

dritten Platz und konnte damit ebenfalls zum zweiten Mal eine Medaille aus Luxemburg mitnehmen.

Dagegen hat es für Sophia Ohly (U10 -30Kg) dieses Jahr nicht bis auf Treppchen gereicht. Nach dem Umweg über die Trostrunde hatte sie sich noch die Chance auf den dritten Platz erkämpft.

Dann ging aber einfach nichts mehr. Zum Schluss blieb der fünfte Platz. Sophia hatte gut gekämpft, trotzdem war der fünfte Platz sicherlich eine kleine Enttäuschung, denn nur zu gerne hätte sie das Ergebnis von 2010 wiederholt.

Dagegen war eben der fünfte Platz für zwei Teamkollegen ein erfreuliches Ergebnis:

Hannah Sonnenburg und Edwin Hertel waren in Vorjahr ebenso in der ersten Runde ausgeschieden wie Bernadette.

Und auch sie wollten es jetzt besser machen.

Hannah (U12 -50Kg) kämpfte konzentriert und rang die Holländerin in Runde eins nieder, bevor sie in Runde zwei richtig auftrumpfte und den



Kampf mit 8:0 zu einem vorzeitigen Ende brachte.

Gegen Klostermann aus Deutschland ging es wieder eng zu aber Hannah ließ sich nicht aus der Ruhe bringen und schaffte mit 7:6 den Einzug ins Halbfinale.

Dort unterlag sie der Luxemburgerin mit 2:5, anschließend sehr knapp mit 6:7 auch der Französin im Kampf um Platz drei.

Für Edwin war ein schwieriger Tag vorherzusehen, denn er musste zum ersten Mal in der U 16 antreten. Wie erwartet waren seine Gegner durchweg größer als er und hatten entsprechend auch eine größer Reichweite.

Aber auch Edwin hat sich weiterentwickelt und konnte seine körperliche Unterlegenheit durch Technik und Einsatzwillen ausgleichen.

Dieser Wille wurde gleich in der ersten Runde auf eine harte Probe gestellt.

Nach 6:6 in der regulären Kampfzeit folgte die Verlängerung. Auch hier unentschieden 2:2.

Und dann wurde Edwins Einsatz belohnt, denn er war der eindeutig aktiviere, was zum 4:1 im Schiedsrichterentscheid führte.

Aber das war knapp und hatte viel Kraft gekostet.

In Runde zwei setzte sich Edwin mit 6:5 durch, verlor aber anschließend deutlich mit 6:0.

Über ein sehr starkes 8:0 in der Trostrunde brachte sich Edwin doch noch in kleine Finale.

Obwohl er auch hier wieder stark kämpfte kam er an den Franzosen nicht heran. Zu groß waren dessen Vorteile, die er dann auch gekonnt in Punkte umsetzte und Edwin auf Platz fünf verbannte.

Neko Cup 2011

Neko Cup in Hanau, 18.06.2011

Nachwuchs erneut erfolgreich
Der erste internationale Neko Cup für Karatekas bis U16 lockte am Samstag den 18. Juni 450 Teilnehmer ins aus ganz Europa hessische Hanau.

Nach dem überragenden Erfolg für das Teikyó Team bei den Landesmeisterschaften vor einer Woche, ging es nun darum, sich auch im internationalen Vergleich zu beweisen.

Daniel Aschenberger zeigte im Kumite Schüler bis 43Kg eine ähnlich starke Leistung wie in Püttlingen.

Nach überzeugenden Kämpfen stand er im Finale Parris Bleu gegenüber, der zum aktuellen Kader der englischen

Nationalmannschaft zählt. Im wohl besten Finale des Tages musste sich Daniel knapp geschlagen geben.

Auch Edwin zeigte sich stark. Bei ihm war es mit Viktor Röhrich ein Mitglied des deutschen Kaders, der ihn im

Halbfinale stoppte. Auch hier war der Kampf sehr eng und mit etwas Glück wäre für Edwin auch mehr drin gewesen.

Platz 3 Kumite Jugend -45Kg.

Im KataWettkampf war das Starterfeld um Maiko Wilharm sehr groß.

Auf vier Pools waren die Teilnehmer verteilt. Seinen Pool konnte Maiko beherrschen und kam als Poolsieger direkt ins Halbfinale. Nach einer Niederlage im Halbfinale endete dann auch der Kampf um Platz drei mit 2:3.

Bei dem starken Teilnehmerfeld ist aber auch der fünfte Platz ein toller Erfolg.

Viola Beyerdörfer und Ellen Dreier hatten das Trainerteam in der



vorigenWoche mit ihren Erfolgen positiv überrascht.

Auch in Hanau zeigten die Mädchen, dass sich das Training gelohnt hat: Bei den Kindern gestartet erreichte beide das Halbfinale.

Wiederum im Einklang verloren auch beide ihre Halbfinalkämpfe, so dass sie sich den dritten Platz teilten.

Alles in allem war es ein Turnier, das Spaß gemacht hat; ein Dank dafür an die Organisatoren.

Uwe Schwelm



Gewaltschutz- und Selbstbehauptungstrainer für Kinder und Jugendliche

Hildegard Schulz-Jungmann und Manfred Schlicher sind Gewaltschutz- und Selbstbehauptungstrainer für Kinder und Jugendliche

Im Rahmen eines Ausbildungsganges des Deutschen Karate Verbandes in Bruchsal wurden Hildegard Schulz-Jungmann (Shotokan Karate Saarlouisen) und Manfred Schlicher (Heiligenwalder Karateclub) zum Gewaltschutz- und Selbstbehauptungstrainer für Kinder und Jugendliche zertifiziert.

Das Ausbildungsprogramm wurde vom Deutschen Karate Verband mit von der Polizei zur Verfügung gestellt-

tem Ausbildungsmaterial zusammengestellt. Dr. Jürgen Fritzsche, Bundeslehrreferent, und Werner Dietrich, Bundesreferent für Selbstverteidigung und Selbstbehauptung, begeisterten die Teilnehmer mit ihrer Kompetenz und ihrer äußerst anschaulichen Vortragsweise.

Die Frage nach einem wirksamen Schutz von Kindern und Jugendlichen vor allen Formen der Gewalt ist ein Thema, das die Gesellschaft immer mehr beschäftigt und auch verunsichert.

Mit einer Vielzahl unterschiedlicher Rollenspiele wurden Gefahrensituationen aus verschiedenen Gesichtspunkten beleuchtet und Lösungsmöglichkeiten



Die zwei saarländischen Teilnehmer Hildegard Schulz-Jungmann und Manfred Schlicher mit den Referenten Werner Dietrich (l.) und Dr. Jürgen Fritzsche



Alle Teilnehmer

zu einer Konfliktvermeidung bzw. – bewältigung erarbeitet. Die Ausgangssituationen waren den tatsächlichen Gefahren, z.B. das Locken von Kindern mit Versprechen: „...ich zeige dir was ganz Tolles...“, usw. den unterschiedlichen Altersklassen zugeordnet. Verbale und körperliche Gewalt, Mobbing, Handygewalt, Erpressung und Abzocken waren genauso Gegenstand des Unterrichts wie Situationen die in öffentlichen Verkehrsmitteln, auf dem Schulweg, Schulhof etc., täglich vorkommen können.

Gewaltschutz und Selbstbehauptung haben nichts mit körperlicher Auseinandersetzung zu tun. Sie enden dort wo Selbstverteidigung beginnt.

Manfred Schlicher

Julius Haub besteht 5. DAN!

Julius Haub vom Karatezentrum Saarlouis hat sich im Rahmen des DKV-Tag in Frankfurt, am 09.09. 2011 der Prüfung zum 5. Dan SOK gestellt. Unter den Augen der Prüfer Fritz Nöpel 9. DAN, Rob Zwartjes 9. DAN, Shuzo Imai 8.DAN und Ulrich Heckhuis , 7.DAN absolvierte Julius erfolgreich seine Prüfung.

Herzlichen Glückwunsch Julius!





Eröffnungstraining in Sulzbach Trainingsbetrieb erfolgreich gestartet

Mit Spannung hatte man den Freitagabend erwartet; wie würde die Eröffnung der neuen Trainingsstätte wohl aufgenommen?

Um 18:00 Uhr war es dann so weit: Mit dem Kindertraining startete der Trainingsbetrieb. Und zur Freude der Verantwortlichen hatten einige Eltern ihre Kleinen zum Probetraining mitgebracht, andere kamen einfach zum Zuschauen.

Das Aufwärmtraining führte Daniel Aschenberger, seit Kurzem der jüngste Danträger im SKV.

Anschließend übernahmen Sensei Uwe Schwehm und Sensei Mandy Böhmer-Schwehm die Leitung.

Die Kinder waren mit Begeisterung bei der Sache.

Auch die „Erstlinge“ fügten sich von Beginn an in die Gruppe ein, bemühten sich und hatten ihren Spaß.

Beide Trainer gaben Hilfestellung und korrigierten kleinere Fehler ohne gerade die Kleinsten dabei zu überfordern.

Teikyó Karate Team e.V.

Saar-Pfalz

Geschäftsstelle:

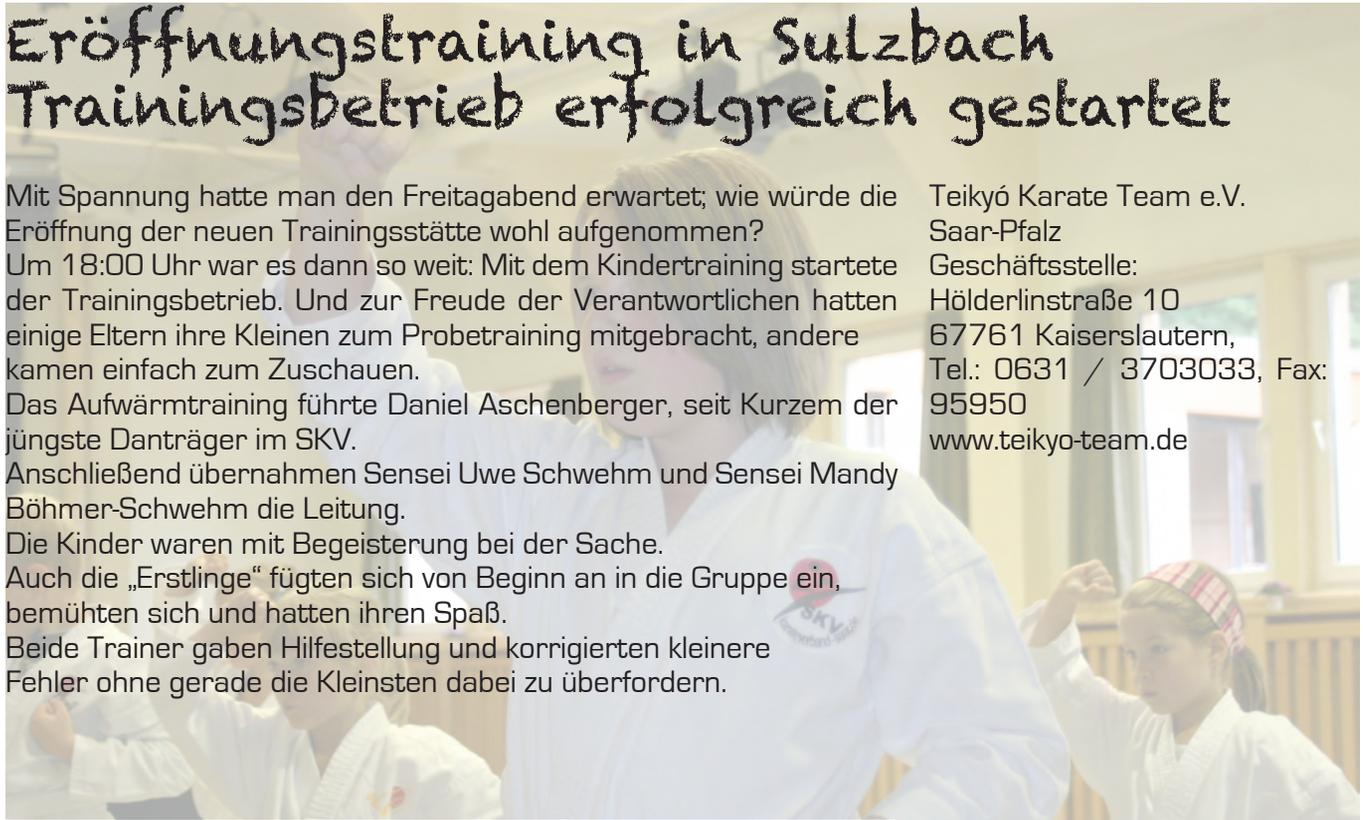
Hölderlinstraße 10

67761 Kaiserslautern,

Tel.: 0631 / 3703033, Fax:

95950

www.teikyo-team.de



... viele Aktive beim Eröffnungstraining. Im Bild in der Mitte unten: Sensei Uwe Schwehm, SKV Präsident Stefan Louis und Europameister Jonathan Horne

... weitere Ergebnisse 2011

Babarossacup 2011 Kaiserslautern

Kata U9

1. Platz Jacquie Alm KV Erfweiler-Ehlingen

Saarlandmeisterschaften U18 & U16 ; Leistungs- und Masterklasse am 26 Februar 2011 in Bous

SM U16 Kata männlich

1. Lucas Rietheimer	SV Alschbach
2. Markus Kraft	SKA Saarpfalz
3. Martin Wohlfahrt	SKA Saarpfalz
4. Jakob Buksch	SV Alschbach

SM U16 Kumite - 52 kg

1. Florian Schmeer	Heiligenwalder KC
2. Jan Schmeer	Saar 05
3. Edwin Hertel	Teikyo Saarbrücken
4. Lucas Rietheimer	SV Alschbach

SM U16 Kumite + 52 kg

1. Aleksandar Blagojevic	SKA Saarpfalz
2. Markus Kraft	SV Alschbach
3. Lukas Lehnhart	KD Bous
4. Andreas Gaul	KD Bous

SM U16 Kata weiblich

1. Jaqueline Ferdinand	KD Köllerbach
2. Alina Funk	KD Köllerbach
3. Franziska Recktenwald	Shotokan Saarwellingen
4. Laura Helmin	Shotokan Saarwellingen

SM U16 Kumite

1. Jaqueline Ferdinand	KD Köllerbach
3. Franziska Recktenwald	Shotokan Saarwellingen
3. Alina Funk	KD Köllerbach

SM U18 Kata männlich

1. Kevin Fuchs	Teikyo Saarbrücken
2. Daniel Fischer	SV Alschbach
3. Daniel Saar	Shotokan Saarwellingen

SM Kumite U18 - 68 kg

1. Kevin Fuchs	Teikyo Saarbrücken
2. Christian Grünagel	KD Bous
3. Sebastian Wlodarek	TV Ludweiler
4. Lucas Rietheimer	SV Alschbach

SM Kumite U18 + 68 kg

1. Niklas Quint	Saar 05
2. Daniel Saar	Shotokan Saarwellingen
3. Antonio De Giorgio	Shotokan Saarwellingen
4. Neeru Ratnakuma	TV St. Wendel

SM Kumite Team U16/U18

1. Shotokan Saarwellingen
2. KD Bous 2
3. KG Heiligenwalder KC/SV Alschbach
KG Bous/TV Ludweiler

SM Kata U18 weiblich

1. Stefanie Polcher	TV Merzig
2. Seda Öztürk	SKA Saarpfalz
3. Adriana Reimsbach	TUS Steinbach
4. Kavena Srikantharaja	TV St. Wendel

SM Kumite U18 - 59 kg

1. Seda Öztürk	SKA Saarpfalz
2. Julia Velten	TV Holz
3. Anna Kunzler	KD Köllerbach

SM Kumite U18 + 59 kg

1. Stefanie Polcher	TV Merzig
2. Katja Braun	Shotokan Saarwellingen
3. Joanna Reichert	TV Holz

SM Kumite Team U16/U18

1. Shotokan Saarwellingen
2. KD Köllerbach

MK U30/40/50 Kata männlich

1. Markus Stäudel Ü 30	KZ Homburg
2. Gottfried Gräbner Ü 50	Ludweiler
3. Thomas Thonet Ü 50	KD Saarlouis
4. Johannes Korosiewicz Ü 50	Bushido Neunkirchen

MK U30/40 Kumite - 80 kg

1. Steven Poggel Ü 30	TV St. Wendel
2. Thomas Jochum Ü 40	TV St. Wendel
3. Markus Stäudel Ü 30	KZ Homburg
4. Baldur Sutter Ü 40	TV St. Wendel

MK U30 Kumite + 80 kg

1. Dirk Dohm	Hayashi Schiffweiler
2. Raphael Jung	TV Ludweiler
3. Thomas Klein	Hayashi Schiffweiler

MK U50 Kumite

1. Gottfried Gräbner	TV Ludweiler
2. Johannes Korosiewicz	Bushido Neunkirchen

MK U30/40 Kata weiblich

1. Katharina Kempf Ü 30	KV Erfweiler-Ehlingen
2. Angelika Heemann Ü 40	Shotokan Saarwellingen
3. Anke Herges Ü 40	TV St. Wendel
4. Tanja Maurer Ü 40	TV St. Wendel

LK Kata weiblich

1. Olga Ulrich	SKA Saarpfalz
2. Mandy Böhmer-Schwehm	Teikyo Saarbrücken
3. Anna Lewkowicz	TV St. Wendel
4. Eva Feidt	TV St. Wendel

LK Kata Team

1. TV St. Wendel

LK Kumite - 58 kg

1. Christina Hoffmann	Heiligenwalder KC
2. Jasmin Albus	Heiligenwalder KC
3. Olga Ulrich	SKA Saarpfalz
4. Laura Martin	KD Bous

LK Kumite + 58 kg

1. Katharina Scharle	Heiligenwalder KC
2. Anna Wirbel	Shotokan Saarwellingen
3. Julia Morschett	KD Bous
4. Nicola Paul	Shotokan Saarwellingen

LK Kumite Allkategorie

1. Christina Hoffmann	Heiligenwalder KC
2. Anna Wirbel	Shotokan Saarwellingen
3. Katharina Scharle	Heiligenwalder KC
4. Jasmin Albus	Heiligenwalder KC

LK Kumite Team

1. Heiligenwalder KC
2. Shotokan Saarwellingen
3. KD Bous

LK Kata männlich

1. Tobias Melzer	KD Köllerbach
2. Bastian Gleiche	SKA Saarpfalz
3. Marvin Minnet	KD Köllerbach
4. Markus Stäudel	KZ Homburg

LK Kata Team

1. KD Köllerbach
2. SV Alschbach
3. Bushido Neunkirchen

LK Kumite - 67 kg

1. Maurizio Micciché	KD Bous
2. Lukas Seimetz	KD Köllerbach
3. Ibrahim Acun	KD Bous
4. Marvin Minnet	KD Köllerbach

LK Kumite - 75 kg

1. Tobias Melzer	KD Köllerbach
2. Sascha Meier	Saar 05
3. Steven Poggel	TV St. Wendel
4. Nico Zöllner	KD Bous

LK Kumite + 75 kg

1. Robert Gier	Shotokan Saarwellingen
2. Julian Becker	KD Bous
3. Björn Backes	KD Bous



LK Kumite Allkategorie

1. Steven Poggel	TV St. Wendel
2. Markus Stäudel	KZ Homburg
3. Lukas Seimetz	KD Köllerbach
4. Sascha Meier	Saar 05

Int. Lions Cup 2011
am 3. März 2011
in Lustenau/Österreich

Kata individual female U 10
3. Platz Jacquie Alm KV Erweiler-Ehlingen

Randori
Waldmichelbach
3. - 5. Juni 2011

2. Platz für Lukas Nagel
vom TV Kleinblittersdorf e.V., KARATE

3. Platz für Daniel Saar
vom Shotokan Karate Saarwellingen e.V.

4. Platz für Niklas Quint
von Saar 05, KARATE

Saarlandmeisterschaften
Schüler
am 18. Juni 2011
in Püttlingen

Kata U9

1. Wentzel Madlena	SKA Saarpfalz
2. Capodic Ilvan	KD Saarwellingen
3. Klauck Michael	KD Köllerbach
4. Zapp Noah	KD Köllerbach

U9/11 Kata Team

1. KD Köllerbach 2
2. KD Köllerbach 3
3. TV Merzig
4. KD Saarwellingen 1

U9 Kumite am Ball

1. Beiersdörfer Viola	Teikyo Saarbrücken
2. Dreicher Ellen	Teikyo Saarbrücken
3. Backes Benedict	KD Bous
4. Alm Keanu	KV Erweiler-Ehlingen

U9 Kumite männl.

1. Backes Benedict	KD Bous
2. Schwarz Janis	SV Alschbach

U9 Kumite weibl.

1. Dreicher Ellen	Teikyo Saarbrücken
2. Beiersdörfer Viola	Teikyo Saarbrücken

U11 männl. Kata

1. Kasterka Konstantin	TV Kleinblittersdorf
2. Henry Yannik	SKA Saarpfalz
3. Gross Lukas	KD Saarwellingen
4. Lehmann Jan	TV Kleinblittersdorf

U11 männl. Kumite -33 kg

1. Gross Lukas	KD Saarwellingen
2. Klier Jamie	KD Klarenthal
3. Henry Yannik	SKA Saarpfalz

U11 männl. Kumite +33 kg

1. Dreher Martin	TV Kleinblittersdorf
2. Lehmann Jan	TV Kleinblittersdorf
3. Haßler Christian	KD Bous
4. Kürsteiner Michael	KD Klarenthal

U11 männl. Kumite am Ball

1. Dreher Martin	TV Kleinblittersdorf
2. Augustin Jan-Gabriel	KD Saarwellingen
3. Lehmann Jan	TV Kleinblittersdorf
4. Kasterka Konstantin	TV Kleinblittersdorf

U11 männl. Jyu Ippon Kumite

1. Gross Lukas	KD Saarwellingen
2. Dreher Martin	TV Kleinblittersdorf
3. Henry Yannik	SKA Saarpfalz
4. Both Marius	KD Köllerbach

U11 weibl. Kata

1. Polcher Nathalie	TV Merzig
2. Richter Laura	TV Merzig
3. Braun Anna-Lena	KD Köllerbach
4. Bremerich Hanna	KD Köllerbach

U11 weibl. Kumite -30 kg

1. Ohly Sophia	Teikyo Saarbrücken
2. Summa Annika	KD Saarwellingen
3. Schäfer Selina	KD Saarwellingen

U11 weibl. Kumite +30 kg

1. Warmann Layan	TV Kleinblittersdorf
2. Recktenwald Lea	KD Saarwellingen
3. Sonnenburg Svenja	Teikyo Saarbrücken

U11 weibl. Kumite am Ball

1. Ohly Sophia	Teikyo Saarbrücken
2. Summa Annika	KD Saarwellingen
3. Recktenwald Lea	KD Saarwellingen
4. Holz Tamina	KD Saarwellingen

U11 weibl. Jyu Ippon Kumite

1. Ohly Sophia	Teikyo Saarbrücken
2. Recktenwald Lea	KD Saarwellingen
3. Summa Annika	KD Saarwellingen
4. Holz Tamina	KD Saarwellingen

U14 männl. Kata

1. Aschenberger Daniel	Teikyo Saarbrücken
2. Nagel Lukas	TV Kleinblittersdorf
3. Altuntas Melin	SKA Saarpfalz
4. Hofstetter Henry	KD Köllerbach

U14 männl. Kumite -38 kg

1. Aschenberger Daniel	Teikyo Saarbrücken
2. Wilharm Maiko	Teikyo Saarbrücken
3. Sander Jannik	KD Saarwellingen
4. Hennrichs Sascha	KD Klarenthal

U14 männl. Kumite +38 kg

1. Nagel Lukas	TV Kleinblittersdorf
2. Spagnolo Fabio	TV Kleinblittersdorf
3. Kraft Johann	SKA Saarpfalz
4. Gaul Tobias	KD Bous

Kata U14 weibl.

1. Bach Zoe	SKA Saarpfalz
2. Koehnke Mona	SKA Saarpfalz
3. Sonnenburg Hannah	Teikyo Saarbrücken
4. Ohly Bernadette	Teikyo Saarbrücken

U14 weibl. Kumite -40 kg

1. Ohly Bernadette	Teikyo Saarbrücken
2. Schommer Jana	KD Saarwellingen
3. Solle Lotta	KD Bous

U14 weibl. Kumite +40 kg

1. Schreiner Jenny	KD Bous
2. Klein Lara	KD Bous
3. Baumann Lena	KD Bous
4. Köhnke Mona	SKA Saarpfalz

U14 Kata Team weibl.

1. Teikyo Saarbrücken
2. KD Saarwellingen

U14 Kumite Team weibl.

1. KD Bous
2. Teikyo Saarbrücken

U14 Kumite Team männl.

1. Teikyo Saarbrücken
2. TV Kleinblittersdorf

Basler Open
in der Schweiz
10. September 2011

Damen:

1. Platz: Jaqueline Ferdinand +54kg
2. Platz: Mandy Böhmer-Schwehm -50kg
2. Platz: Anna Wirbel -61kg
3. Platz: Yasmin Albus -55kg

Herren:

1. Platz: Florian Schmeer -52kg
2. Platz: Lukas Seimetz -67kg
2. Platz: Edwin Hertel -52kg
3. Platz: Günter Alm Kata Ü40 Jahre

Oktober 2011

22. 10. 2011

DAN-Prüfung

im stiloffenen Karate

Dan-Prüfung bis 4. Dan
im Stiloffenen Karate
Merchweiler

Gymnastikhalle in der
Allenfeldschule,
15.00 Uhr

Prüfer sind Manfred Engel, 5. Dan und
Manfred Schlicher, 5. Dan

22.10.2011

DAN-Vorbereitungstraining

Ort:

Turnhalle in der
Friedrich-Ebert-Straße in Bous

Zeiten:

15.00 - 16.20 Uhr **1. DAN**

16.30 - 18.00 Uhr **2. DAN**

Trainer:

Volker Schwinn

29.10.2011

Qi Gong und Karate

Speziallehrgang

mit DAN Prüfung
in der Süd West Halle Bous
siehe Anzeige!

November 2011

19. 11. 2011

20. Internationales

Bambini Turnier

Süd West Halle Bous
ab 9.30 Uhr

26. 11. 2011

Landesliga 2011

Neunkirchen

22.10.2011

DAN-Vorbereitungstraining

Ort:

Turnhalle in der
Friedrich-Ebert-Straße in Bous

Zeiten:

15.00 - 16.20 Uhr **1. DAN**

16.30 - 18.00 Uhr **2. DAN**

Trainer:

Volker Schwinn



Qi Gong und Karate Speziallehrgang

Bushido

Kampfkunst und fernöstliche Gesundheitslehre

Samstag, den 29.10.2011

Süd West Halle in Bous



mit **Volker Schwinn 6. DAN**
kämpfen und entspannen
besiegen und heilen

- 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr Karate spezifisches Partnertraining auf die Vitalpunkte
11.30 Uhr bis 12.30 Uhr Qi Gong - Entspannung und Verteidigung
12.30 Uhr bis 13.30 Uhr Pause
13.30 Uhr bis 15.00 Uhr gezielte Übungen auf die Vitalpunkte in Verbindung mit den Karatetechniken in der Selbstverteidigung
15.00 Uhr bis 15.30 Uhr Qi Gong - als Entspannungsübungen

**ab 16.00 Uhr DAN Prüfungen bis 4. DAN
mit Volker Schwinn und Luigi Schiafone**

Lehrgangsgebühren: 15 €

Teilnahme ab 6. Kyu



Alle Termine unter www.karateverband-saar.de

Landesliga 2011

Veranstalter:

Saarländischer Karate-Verband e.V.

Ausrichter:

Bushido Neunkirchen e.V.

Termin:

26.11.2011

Ort:

Sporthalle Neunkirchen-Wellesweiler

Disziplinen:

Kata Team:

3 Kämpfer/Innen bilden ein Team,
Gemischte Teams erlaubt
Kein Synchronwettbewerb

Kumite Team:

3 Kämpfer /2 Ersatz bilden ein Team
Bei den Teamwettbewerben sind
Kampfgemeinschaften erlaubt.

Nachwuchsrunde Kumite :

- U9 männl. und weibl. getrennt
U12 männl. und weibl. getrennt
U15 männl. und weibl. getrennt
U18 männl. und weibl. getrennt

Bei den Altersklasse U18 dürfen
Landes/Bundeskader Mitglieder
nicht starten.

Bei allen Wettbewerben, auch Kata
Team, ist für Teilnehmer unter 18 Jah-
ren ein Sporttauglichkeitsattest (nicht
älter als 1 Jahr) zwingend erforderlich.

Zeitplan :

- ab 08.30 Uhr
Passkontrolle
09.00 Uhr
Kata Team Vor -und Zwischenrunde
11.30 Uhr

Kata Team Finale

12.00 Uhr

Kumite Nachwuchsrunde Vorkämpfe
und Finale

16.00 Uhr

Kumite Team Vorkämpfe/ Finale

Bitte mindestens 1 Stunde vor Beginn
Kumite in der Halle sein

Teilnehmer :

Alle Karateka des SKV mit einer gültigen
DKV Jahresmarke

Meldung :

Bis zum 12.11.2011 mit
Meldeformular an den Sportdirektor:
Wolfgang Kallenbach
Ludweilerstr. 135
66333 Völklingen
Fax 06898 759320
Email w-kallenbach@t-online.de

Dezember 2011

10. 12. 2012

Dan-Prüfung im Stiloffenen

Karate Dan-Prüfung bis 4. Dan beim Karateclub „ASAHI“ Friedrichsthal e.V. SOK
Bismarckturnhalle, 13.00 Uhr
Prüfer sind Siegfried Wolf 7. Dan und Günter Gard, 5. Dan

10. 12. 2011

4. Gesundheitstag des saarländischen

Karateverbandes
in Dreisbach (Saarschleife)
von 09.30 - ca. 17.30 Uhr
Beachten Sie die Information
auf Seite 25!

17. 12. 2011

DAN-Vorbereitungstraining

Ort:
Turnhalle in der
Friedrich-Ebert-Straße in Bous
Zeiten:
15.00 - 16.20 Uhr **1. DAN**
16.30 - 18.00 Uhr **2. DAN**
Trainer:
Volker Schwinn

17.12.2011

Karatelehrgang mit Markus Gutzmer & Ernes Erko Kalac

Ort:
Mühlbachhalle Schiffweiler
Beachten Sie die mehrspaltige
Information unten!

Das nächste
KADS
erscheint im
Januar 2012

Redaktionsschluss 15. 12. 2011!

Informieren Sie uns rechtzeitig
über Ihre Termine
unter
presse@karateverband-saar.de

Teikyó Karate Team e.V.

präsentiert den

1. Weihnachtslehrgang

für Breitensport mit Kyu & Dan Prüfung
in Sulzbach - Saar

Sensei Uwe Schwehm, 6. Dan

- mehrfacher Deutscher Meister Kata/Kumite
- 18-facher Landesmeister Kata/Kumite
- mehrfacher Shotokan Cup Sieger Kata/Kumite



Lehrgangsgebühr ab 14 Jahre 15.- Euro
Lehrgangsgebühr bis 13 Jahre 10.- Euro

Die Lehrgangsgebühr & Prüfungsgebühr
bitte direkt bei der Anmeldung zahlen!

03. Dezember 2011

Jahnturnhalle, Schnappacherweg 30 | 66280 Sulzbach - Saar



4. Gesundheitstag
in der Jugendherberge 66693 Dreisbach (Saarschleife) Herbergstr.
am Samstag, 10. Dezember 2011
 Dr. Yen Ling Pan/ Dr. Alexander Pan (Ärzte für Traditionelle Chinesische Medizin)
 Diplom Sportlehrer Thomas Dell
 und Volker Schwinn 6. DAN (Karate und Qi Gong Lehrer)
Ausrichter: Saarländischer Karate Verband

09.30 Uhr Begrüßung und Vorstellung der Dozenten

09.45 Uhr wenn die Psyche leidet
 Psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den gesamten Organismus
 Krankheiten erkennen – behandeln – heilen durch TCM
 Dr. Alexander Pan

11.00 Uhr Organ - spezifische Vitalpunkte im Rückenbereich
 Akupressur am Partner/ in
 Dr. Yen Ling und Dr. Alexander Pan

Mittagspause und gemeinsames Essen

13.30 Uhr Qi Gong in der Kampfkunst
 Volker Schwinn

14.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik
 (Kräftigung/ Koordination-Verletzungsprophylaxe/ Beweglichkeit/ Dehnen)
 Diplom Sportlehrer Thomas Dell

15.30 Uhr Kaffeepause

16.00 Uhr Qi Gong
 das Qi nähren
 Dr. Yen Ling und Dr. Alexander Pan

Die Lehrgangsbühren betragen 30 Euro pro Person
 inklusive Mittagessen (ohne Getränke) und Kaffee – Snack am Nachmittag

Anmeldungen an:
 Saarländischen Karate Verband bei gleichzeitiger Überweisung der LG-Gebühren auf:
Bankverbindung:
 Konto-Nr. 0148389500
 BLZ 594 913 00
 VR Bank Saar-Pfalz eG

leichte Sportbekleidung; kein Karate Gi!
 bitte eine Isomatte oder Decke mitbringen

HAYASHI KARATECENTER



KARATELEHRGANG
am 17.12.2011

Sternenregen ist eine
 Spendenaktion der Kirchen
 und RADIO SALÜ. Unterstützen
 Sie die Spendenaktion
 "Sternenregen" und nehmen
 Sie an unserem
 Karatelehrgang teil.



Lehrgangszeiten:

		Teil 1	
09:30 Uhr - 10:30 Uhr	9-6 Kyu	Kata	Marcus Gutzmer
10:45 Uhr - 11:45 Uhr	5 Kyu - Dan	Kumite	Ernes Erko Kalac
		Teil 2	
13:00 Uhr - 14:00 Uhr	9-6 Kyu	Kumite	Ernes Erko Kalac
14:15 Uhr - 15:15 Uhr	5 Kyu - Dan	Kata	Marcus Gutzmer

Lehrgangsgebühr:

Kinder 15€ (bis 15 Jahren)
 Erwachsene 20€

ALLE EINNAHMEN KOMMEN DER AKTION STERNENREGEN ZU GUTE.

Info: Dirk Dohm
 Tel: 0176 571 419 74
 Email: hayashi-karatecenter@web.de

Wo?
 Mühlbachhalle Schiffweiler
 Comeniusstr. 2, 66578 Schiffweiler

Verpflegung: Kleine Stärkungen und Getränke werden angeboten.
 Haftung: Der Veranstalter lehnt eine Haftung für jegliche Schadenfälle ab

Sie sind neugierig auf KARATE geworden? Besuchen Sie unsere
 Internetseite:

www.Hayashi-Karatecenter.com

Wir sind Mitglied im Deutschen Karateverband e.V.



Wir als Ihre Bäckerei
unterstützen Ihre Bemühungen
um eine gesunde Lebensweise
mit wohlschmeckenden und
gesunden Vollkorn-Backwaren:

Roggen-Vollkornbrot

herzhaft und kräftig im Geschmack, mit reinem
 Vollkorn-Natursauerteig gebacken

Weizen-Vollkornbrot

mild und bekömmlich

Sonnenblumen-Vollkornbrot

60% Weizen 40 % Roggen mit extra viel Sonnenblumenkernen

6-Korn-Vollkornbrot

mit Roggen, Weizen, Dinkel, Hafer, Gerste, Mais und Saaten

Dinkel pur

Wie der Name schon sagt: aus 100% Dinkel-Korn

Vollkorn-Mischbrot

50% Roggen 50 % Weizen

Weizen-Vollkornbrötchen

für's gesunde Frühstück

Qualitäts-Garantie:

Das von uns täglich frisch gemahlene
Getreide stammt ausschließlich aus
ökologisch-biologischer Agrarwirtschaft
von Saarländischen Landwirten!



Bäckerei-Fachgeschäfte in:

3 x Dillingen, 2 x Saarlouis,
 2 x Saarwellingen, Roden,
 2x Wallerfangen, Wadgassen,
 Hülzweiler, Hüttersdorf
 und Schmelz!

Und im Internet unter

www.baeckerei-welling.de



Termine 2. Halbjahr 2011 für Landeskader & DAN Vorbereitung

Landeskader Kumite U 16

Wochenendmaßnahmen

Landessportschule Halle 40.2
Beginn 10.30 Uhr

22. Oktober
05. November
03. Dezember

Kadertermine Dienstag

Landessportschule Halle 40
Beginn 19.30 Uhr

18. Oktober Kernkader
25. Oktober Gesamtkader

08. November Kernkader
15. November Gesamtkader
22. November Kernkader
29. November Gesamtkader

06. Dezember Kernkader
13. Dezember Gesamtkader
20. Dezember Kernkader

Für Kadermitglieder sind alle
Maßnahmen Pflicht!

Turniere

(Meldung über Vereine):

08. Oktober
Shotokan Cup, Mendig

29. Oktober
DM Schüler, Lübeck
(Qualifikation & Nominierung)

26. November
Landesliga Nachwuchsrunde
Wellesweiler

Landeskader Kata

Wochenendmaßnahmen

Landessportschule
Halle 40, 40.1 & 40.2
Beginn 9.00 Uhr

15. Oktober Halle 40
16. Oktober Halle 40.1

19. November Halle 40.2
20. November Halle 40.2

03. Dezember Halle 40.1
04. Dezember Halle 40.1

Für Kadermitglieder sind alle
Maßnahmen Pflicht!

Landeskader Kumite Leistungsklasse & U18 Junioren

Wochenendmaßnahmen

Landessportschule Halle 40/45
Beginn 10.00 Uhr

22. Oktober
23. Oktober

05. November

Für Kadermitglieder sind alle
Maßnahmen Pflicht!

Turniere

01./02. Oktober
Int. Euro Grand Prix / U18 & LK
Pilsen

12. November
DM der Länder, Madsterklasse
Brandenburg

26. November
Landesliga
Wellesweiler

DAN-Vorbereitungstraining 2. Halbjahr 2011

22. Oktober
26. November
17. Dezember

Ort:

Turnhalle in der Friedrich-Ebert-Straße in Bous

Zeiten:

15.00 - 16.20 Uhr **1. DAN**
16.30 - 18.00 Uhr **2. DAN**

Trainer:

Volker Schwinn



... und schon vormerken!

Termine 2012

... im Januar

Jahresauftakttraining
voraussichtlich am
14. Januar 2012 an der
Landessportschule Saarbrücke
Ausschreibung folgt!

... im März

07.03.2012
4. Kleinblittersdorfer
Kata-Marathon
Details siehe Ankündigung S. 17

... im April

07.04.2012
10 Jahre KARATE
Osterlehrgang u. a.
Selbstverteidigung Spezial
in Bous/ Saarland
Zentrale DAN Prüfung bis 4. DAN

... im Juni

16.06.2012
Selbstverteidigungslehrgang
mit Fritz Nöpel 9. DAN
Ausschreibung folgt!

23.06.2012

Saarlandmeisterschaft
der Schüler
im Freizeitzentrum in
Blieskastel
Ausschreibung folgt!

... im September

08.09.2012
Herbstauftakttraining 2012
in Ludweiler
Ausschreibung folgt!

15.09.2012
Lehrgang mit Carlo Fugazza
in Saarlouis
Ausschreibung folgt!

www.karateverband-saar.de



autohaus HIMBERT präsentiert



4. Schüler - KARATE - Cup

18. März 2012

Vergleichskampf

Kata

Kihon-Ippon-Kumite / Jiyu-Ippon-Kumite
Kumite an den Bällen

Sport - u. Spielhalle SAARWELLINGEN

Am Schäferpfad

Teilnehmer:

Karatekas im Alter von 6 bis 16 Jahre

KATA Beginn **9:30** Uhr Finale **13:00** Uhr

KUMITE Beginn **14:00** Uhr Finale **17:00** Uhr

Ausrichter u. Veranstalter

Shotokan - Karate
Saarwellingen e.V.

Schirmherr

Bürgermeister
Michael Philippi

Ausschreibung:

Kata	Vorrunde / Hauptrunde	Finale
9. + 8. Kyu	Heian Shodan oder Taikyoku Shodan	frei
7. + 6. Kyu	Heian Shodan und Heian Nidan	frei
5. + 4. Kyu	Heian Sandan und Heian Yondan	frei

Die vorzulehrende Kata wird vom Hauptkämpfrichter angesagt !!

Kata Leistungsklasse

Jeder Teilnehmer zeigt drei freie Katas, aber keine aus unserer Ausschreibung.

In der Vorrunde erfolgt die Bewertung durch Punktsystem.

Die acht Besten erreichen die Hauptrunde, hier erfolgt die Bewertung im Flaggensystem

Kihon - Ippon - Kumite 9. + 8. Kyu

Angriff: Oi-Zuki Yodan; Oi-Zuki Chudan; Mae-Geri
Gruppenaufteilung -/+ 11 Jahre und in 2 Größenklassen

Jiyu - Ippon - Kumite 7. + 6. Kyu 5. + 4. Kyu

Angriff: Oi-Zuki Yodan; Oi-Zuki Chudan; Mae-Geri; Mawashi-Geri

Die Gruppen werden in 2 Größenklassen aufgeteilt

Kumite an den Bällen

Alle Altersgruppen! Kampfzeit 30 Sekunden! Fällt eine Stange um ist der Kampf zu Ende!
9. + 8. Kyu 7. + 6. Kyu 5. + 4. Kyu

Anderungen der Aufteilung vorbehalten !!

In der Vorrunde werden die Teilnehmer in Vierergruppen aufgeteilt, jeder Teilnehmer hat 3 Kämpfe.
Die beiden Gruppenbesten erreichen die Hauptrunde.

Die Hauptrunde wird ohne Trostrunde gekämpft, der dritte Platz wird ausgekämpft.
Ein blauer bzw. roter Gürtel ist nicht erforderlich.

Startgebühr je Disziplin 4,00 € Anmeldeschluss 13. März 2012

Meldungen hiernach werden nicht mehr entgegengenommen !!!

Startlisten mit Gruppenaufteilung und Kampffläche ab 9:00 Uhr an der Anmeldung !!
Startberechtigt sind nur Sportler mit gültigem Karatepass, dieser ist vorzulegen !!



Shotokan-Karate Donaust. 56

Bankverbindung Shotokan-Karate Saarwellingen e.V.

Tel. 06838 - 8 36 68 Fax. 06838 - 8 25 78 E-Mail e.ktz@t-online.de

66793 SAARWELLINGEN

Konto 272 321 001 BLZ 593 501 10

Anmeldeformulare: www.shotokan-karate-saarwellingen.de





Geschäftsstelle

Eva-Maria Scherer
Am Butterhügel 6
66450 Bexbach
Telefon: 0 68 26 / 14 93
Fax: 0 68 26 / 26 55
E-Mail: eva-maria.scherer@karateverband-saar.de

Geschäftsführender Vorstand

Präsident
Stefan Louis
Am Bommersbachstr. 8
66359 Bous
Telefon: 0 68 34 / 32 42
Mobil: 01 70 / 3 47 41 83
E-Mail: stefan.louis@karateverband-saar.de

Vizepräsident
Stefan Wiesen
RA-Kanzlei
Mainzer Straße 161
66121 Saarbrücken
Telefon: 06 81 / 68 57 04 01
Mobil: 01 60 / 1 52 09 21
Fax: 06 81 / 68 57 04 04
E-Mail: stefan.wiesen@karateverband-saar.de

Vizepräsident
Ulrich Nagel
Sonnenhügel 51
66113 Saarbrücken
Telefon: 06 81 / 75 21 75
Mobil: 01 75 / 2 22 07 65
E-Mail: ulrich.nagel@karateverband-saar.de

Schatzmeister
Markus Groß
Auf Hirtenwies 8
66265 Heusweiler
Telefon: 0 68 06 / 95 14 9-0
Mobil: 01 78 / 8 86 70 23
Fax: 0 68 06 / 95 14 9-25
E-Mail: markus.gross@karateverband-saar.de

Sportdirektor
Wolfgang Kallenbach
Ludweilerstraße 135
66333 Völklingen
Telefon: 0 68 98 / 7 87 23
Mobil: 01 72 / 6 83 79 14
Fax: 0 68 98 / 75 93 20
E-Mail: wolfgang.kallenbach@karateverband-saar.de

Erweiterter Vorstand

Frauenreferentin
Anja Martin-Rietheimer
Ziegelhütter Weg 56
66440 Blieskastel
Telefon: 0 68 42 / 5 29 76
Mobil: 01 57 / 75 78 82 87
E-Mail: anja.martin-rietheimer@karateverband-saar.de

Öffentlichkeitsreferent kommissarisch
Günter Alm
Pfarrer-Wilhelm-Str. 3
66440 Blieskastel
Mobil: 01 71 / 8 46 00 19
Fax: 0 68 03 / 98 11 46
E-Mail: guenter.alm@karateverband-saar.de
oder
E-Mail: presse@karateverband-saar.de

Jugendreferent
Christoph von Oetinger
Rebenstraße 15
66271 Kleinblittersdorf
Telefon: 0 68 05 / 70 55
Mobil: 01 76 / 78 01 96 66
E-Mail: christoph.von.oetinger@karateverband-saar.de

Referent für Prüfungswesen, Breitensport
Julius Haub
Brückenstraße 17
66740 Saarlouis
Telefon: 0 68 31 / 8 71 78
Mobil: 01 73 / 1 81 56 98
E-Mail: julius.haub@karateverband-saar.de

Kampfrichterreferent
Horst Schuler
Vorstadtstraße 15
66117 Saarbrücken
Telefon: 06 81 / 7 26 69
Mobil: 01 77 / 6 16 73 54
Fax: 06 81 / 7 26 69
E-Mail: horst.schuler@karateverband-saar.de

Lehr- und Ausbildungsreferent
Manfred Schlicher
Gasstraße 28
66578 Schiffweiler
Telefon: 0 68 21 / 6 44 03
Mobil: 01 63 / 8 64 13 62
Fax: 0 68 21 / 6 44 03
E-Mail: manfred.schlicher@karateverband-saar.de

Leistungssportreferent
Sven Quint
Grenzweg 8
66130 Saarbrücken
Telefon: 0 68 04 / 9 94 64 11
Mobil: 01 63 / 6 61 29 11
Fax: 0 68 04 / 9 94 64 14
E-Mail: sven.quint@karateverband-saar.de

Schulsportreferent
Tobias Melzer
Pickardstraße 9
66793 Saarwellingen
Telefon: 0 68 38 / 9 74 45 31
E-Mail: tobias.melzer@karateverband-saar.de

Stilrichtungsreferent Shotokan
Horst Schuler
Vorstadtstraße 15
66117 Saarbrücken
Telefon: 06 81 / 7 26 69
Mobil: 01 77 / 6 16 73 54
E-Mail: horst.schuler@karateverband-saar.de

Stilrichtungsreferent Stiloffenes Karate
Manfred Engel
Kapellenweg 24
66606 St. Wendel
Telefon: 0 68 51 / 91 21 49
Mobil: 0171 / 10 66 231
E-Mail: manfred.engel@karateverband-saar.de

Beauftragte und Landestrainer

Landestrainer Aktive kommissarisch
Uwe Schwehm
Hölderlinstraße 10
67661 Kaiserslautern
Telefon: 0631/3703033
Mobil: 0170/2840055
Fax: 0631/95950
E-Mail: uwe.schwehm@karateverband-saar.de

Landestrainer Jugend
Manfred Schlicher
Gasstraße 28
66578 Schiffweiler
Telefon: 0 68 21 / 6 44 03
Mobil: 01 63 / 8 64 13 62
Fax: 0 68 21 / 6 44 03
E-Mail: manfred.schlicher@karateverband-saar.de

Landestrainer Kata
Arthur Hannibal
Westpreußenweg 5
66346 Püttlingen
Telefon: 06898 / 63120
Mobil: 0177 / 2179450
E-Mail: arthur.hannibal@karateverband-saar.de

Gesundheitsbeauftragter
Volker Schwinn
Goethestraße 15
66359 Bous
Telefon: 0 68 34 / 16 31
Mobil: 01 71 / 2 66 83 36
Fax: 0 68 34 / 48 97 12
E-Mail: volker.schwinn@karateverband-saar.de



Impressum

Herausgeber und Verleger

Saarländischer Karateverband e.V.

Am Butterhügel 6

66450 Bexbach

Telefon: 0 68 26 / 14 93

Telefax: 0 68 26 / 26 55

Email: geschaeftsstelle@karateverband-saar.de

www.karateverband-saar.de

Präsident:

Stefan Louis

Anzeigenverwaltung und Vertrieb

SKV, Günter Alm

Telefon: 01 71 / 8 46 00 19

presse@karateverband-saar.de

Redaktion/Layout

Günter Alm

Druck:

Krüger Druck, Dillingen

Für namentlich gekennzeichnete Beiträge sind die Autoren verantwortlich

Im nächsten KADS!

-  Rückblick 2011
-  Basler Open 2011
-  Portrait Jonathan Horne
-  German Open 2011
-  20. Bambini Turnier Bous
-  Topfighter Cup

... und vieles mehr!

Das nächste KADS
erscheint im
Januar 2012!

Redaktionsschluss: 15.12. 2011



Zum Glück
gibt's LOTTO



 **LOTTO**
Saartoto

Profis wissen, Qualität macht den Unterschied



SPORTNAHRUNG
ENGEL

...because it's YOU

**Mehr als 1000 Produkte
online bestellen für:**

- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Muskelaufbau
- Verbesserte Regeneration
- Mehr Power, Kraft und Schnelligkeit
- Spezielle Gelenknahrung
- Fettabbau



www.sportnahrung-engel.de
Telefon: 0651 / 1453016

