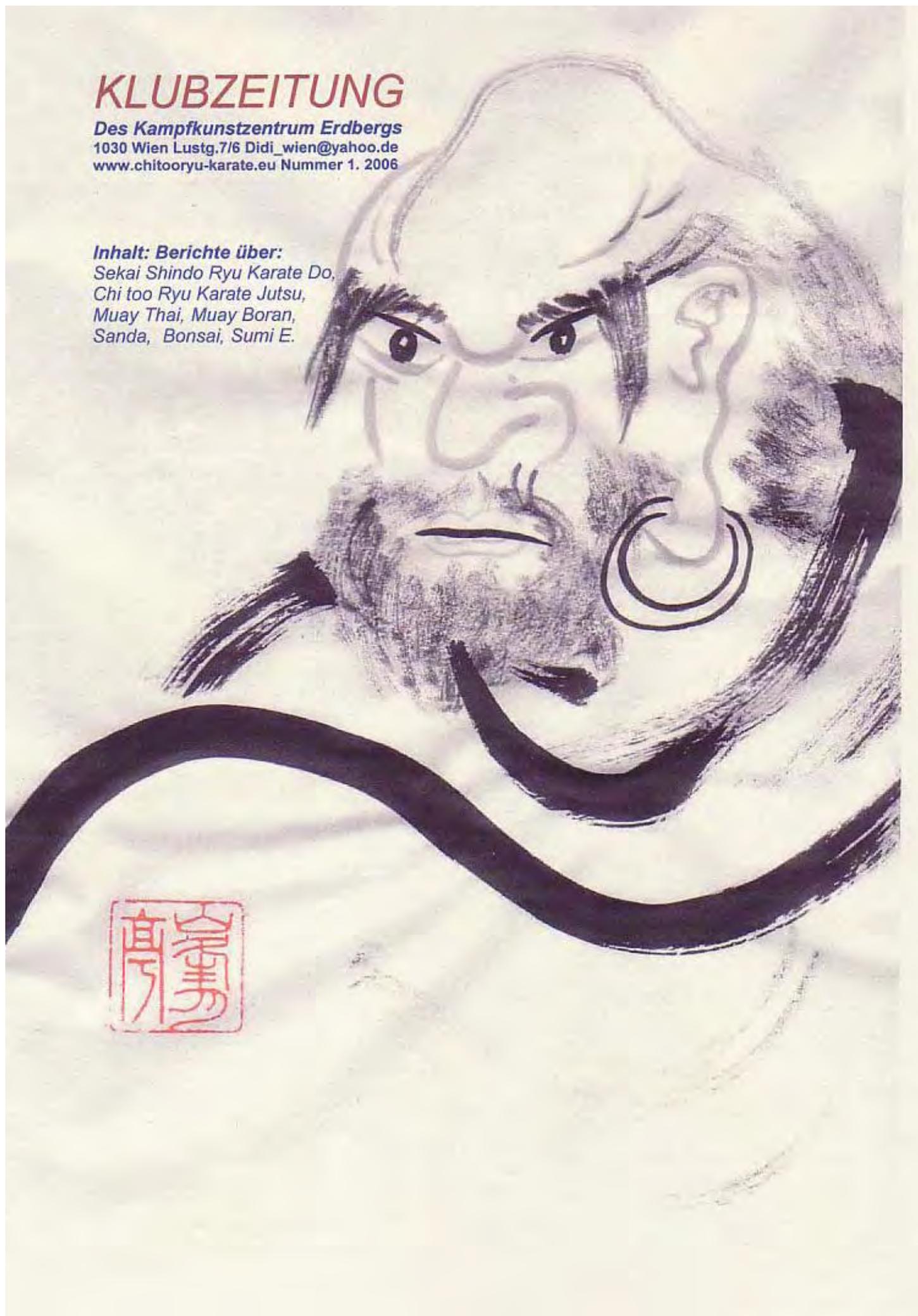


# KLUBZEITUNG

Des Kampfkunstzentrum Erdbergs  
1030 Wien Lustg.7/6 Didi\_wien@yahoo.de  
www.chitooryu-karate.eu Nummer 1. 2006

**Inhalt: Berichte über:**  
Sekai Shindo Ryu Karate Do,  
Chi too Ryu Karate Jutsu,  
Muay Thai, Muay Boran,  
Sanda, Bonsai, Sumi E.



# 世界真道流空手道連盟

Sekai Shindo-Ryu Karate-Do Renmei  
WORLD REALITY WAY STYLE EMPTY HAND WAY FEDERATION

*Liebe Mitglieder, Freunde und Interessenten!*

Vor euch liegt unsere Vereinsbroschüre.

Sie soll ab nun regelmäßig erscheinen.

Ihr Zweck ist das Informieren und  
Präsentieren.

Vielleicht findet ihr nützliche Informationen  
zum Thema Kampfkunst und Ähnlichem.

Bitte gebt uns auch eine Rückmeldung, wie  
euch dieses Werk gefällt.

Ich wünsche uns allen viel Spaß beim Lesen,  
mfg euer Didi

# Was ist eigentlich Chi Too Ryu? Oder was wird eigentlich in unserem Klub unterrichtet?

Prinzipiell verstehe ich, Karate als allgemeine Kampfkunst (Bu Jutsu)

治  
闘  
流

**Chi** steht für Heilkunst, (Kappo Jutsu, Shiatsu)

**Too** steht für Kampf (bewaffnet, unbewaffnet)

**Ryu** steht für Schule bzw. Überlieferung

Im späteren Verlauf der Ausbildung fließt das Koho Igaku Shiatsu ein,  
z.B. in der Art wie in manchen Übungen die Meridiane stimuliert werden.

Wobei gleich vom Beginn der Ausbildung an am Verstehen und Verständnis der  
gezeigten und geübten Techniken gearbeitet wird.

Also kein stures auswendig lernen und herunterbeten eines Prüfungsprogramms.

Sondern ein gemeinsames Erarbeiten der gezeigten Übungen, ohne Behinderungen durch  
unser Ego.

Somit wird aber von allen Übenden eine offene Geisteshaltung vorausgesetzt und  
erwartet. Unter verstehen meine ich auch das Wissen aus fast jedem Schlag (Uchi) oder  
Stoss (Tsuki) einen Hebel (Nage) oder Wurf (Ukemi) ausführen zu können.

Auch dass eine Technik immer in der jeweiligen Situation neu erfunden  
(verstanden), angepasst werden muss.

Und fast jede Übung, Waffe gegen Waffe, Waffe gegen waffenlos ausführen zu können.

Manchmal kommen sich Neulinge in unserer Gruppe überfordert vor, aber bitte bedenkt:  
Ihr braucht euch nicht alles auf einmal zu merken!

Pro Training eine Übung, das ist genug und mit ein wenig Geduld machen sich nach ca.  
6 Monaten die eigenen Fortschritte bemerkbar.

Man soll Spaß an den gemeinsamen Übungen haben. Der Spaß ist der wichtigste Motor in  
uns allen.

Beachtet auch: nicht ihr müsst euch an die Kampfkunst anpassen, sondern die Kampfkunst  
muss sich an eure körpereigene Motorik anpassen.

## Wie wird geübt ?

Uns zeichnet aus, dass vom Beginn an mit einem Partner und oder einem Schlagpolster  
trainiert wird.

Die Techniken sollen nicht Selbstzweck, sondern anwendbar sein.

Fast alle Anwendungen sind aus Formen den Katas entnommen.

Diese Art der Übung nennt man Kata Kumite oder Bunkai.

Wie schon erwähnt, wird zum Überprüfen des Verstehens die gleiche Übung einmal waffenlos und als Variante einmal mit Waffe gegen waffenlos als Abwandlung auch als Wurf, Festhaltetechnik, Stoss, Schlag oder Tritt zum Abschluss geübt.

Kurz gesagt ist Partnerübung

angesagt als Kata Kumite oder als freier Kampf (im Wettkampf mit vollem Kontakt) das Herzstück unseres Klubs.

Das Üben der Katas wäre die Hausübung, aus Platzgründen nur ideell gemeint, aber wenn ihr 5 Minuten zu Hause opfert, sollte jeder seine Lieblingskata im Kopf durchkämpfen.

Kata ist Kampf, zwar ritualisiert, aber sie lehrt uns Koordination, Kombination, Timing und Gleichgewicht und sie ist eine hervorragende Gedächtnisübung.

Abschluss einer jeden Trainingseinheit ist immer ein Konditions- und Dehnungsteil, gefolgt von einer gemeinsamen Schlusskata, als geistigen Abschlusses jedes Trainings.

Fazit: Chi Too Ryu versteht sich als umfassende Kampfkunst. Im Ganzkörper- und im geistigen Bereich.

Fast jeder Körperteil und Gegenstand soll zur Selbstverteidigung benützt werden können.

Wir üben die Schwachstellen eines Angreifers zu erkennen, ihm das Gleichgewicht, die Sicht und die Atemluft zu nehmen.

Reine Spezialisierung, wie nur Kumite und nur Kata, decken wir nicht ab.

Die Erfahrung zeigt uns, dass Menschen, die bei uns trainieren keine Schwierigkeiten haben sich in einer artverwandten Kampfkunst anzupassen, umgekehrt haben sich aber fast immer Probleme ergeben.

# Warum Gruß im Dojo?

Am Anfang und am Schluss eines jeden Trainings halten wir eine kleine Meditation (Moksu) im Kniesitz (Sesa) ab.

Zu Beginn, um unser tägliches Leben abzulegen und uns besser auf das Training konzentrieren zu können.

Mit dem Gruß zum Shinden (vorne, Heiliger Platz) mit Verbeugung.

„Shinden ni Re“, zueinander „Onegaishi mass“ (Wir Üben Gemeinsam) mit Verbeugung.

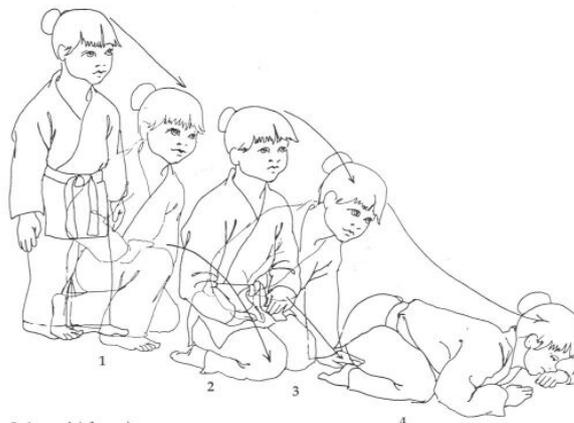
Am Ende gehen wir, gereinigt und mit aufgeladenen Batterien, wieder nach Hause. Und dass mit dem Gruß nach vorne „Shinden ni Re“ und zueinander „Arigato Goseimass“ (Danke fürs Üben) mit Verbeugung.

Erwähnenswert ist auch, dass man beim Betreten und Verlassen des Dojos dasselbe mit einer Verbeugung begrüßt und verabschiedet.

Man braucht aber nicht jedes Mal, wenn man sich etwas holt oder zum Waschraum geht, das Dojo grüßen.

Wohl aber immer den Partner sowie vor und nach dem gemeinsamen Üben, beim Kommando „Otohan ni Re“ mit Verbeugung.

Freundlichkeit und Respekt sollten selbstverständlich sein. Genauso wie die Pünktlichkeit.



# Ikebana

**Ikebana** (wörtlich *lebende Blumen*) ist die [japanische](#) Kunst des Blumensteckens. Sie wird auch **Kadō** (dt. *Weg der Blumen*) genannt.

Im Gegensatz zur dekorativen Form des Blumensteckens in der westlichen Welt, schafft das Ikebana eine Harmonie von linearem Aufbau, Rhythmik und Farbe. Während im Westen die Anzahl und Farbe der Blumen betont und hauptsächlich die Blüten beachtet werden, betonen die Japaner die linearen Aspekte der Anordnung. In dieser Kunst werden ebenfalls Vase, Stängel, Blätter, Zweige sowie auch die Blüten beachtet. Die gesamte Struktur des Ikebana basiert auf den drei Punkten die Himmel, Erde und Menschheit symbolisieren.

Der Ursprung des Ikebana liegt in den rituellen Blumenopferungen der [buddhistischen](#) Tempel im [6. Jahrhundert](#). Dabei zeigten Blumen und Zweige zum Glaubenshinweis stets himmelwärts. Eine fortgeschrittenere Form des Blumensteckens namens Rikka (*stehende Blumen*) erschien im [15. Jahrhundert](#). Der Rikka-Stil gibt dabei die Schönheit der Natur und deren Darstellung wieder. So symbolisieren z.B. [Kiefernzweige](#) Felsen und Steine, [Chrysanthemen](#) einen Fluss oder kleinen Strom. Im [16. Jahrhundert](#) wurde der Rikka-Stil sehr beliebt und wurde zur Dekoration bei zeremoniellen oder festlichen Gelegenheiten benutzt. Heutzutage wird er allerdings als eine veraltete Form des Blumensteckens angesehen und nur noch selten verwendet. Das Rikka ist einer der wichtigsten Stile der Ikenobo Schule. Ikenobo ist die älteste Ikebana-Schule, sie geht direkt auf Ono no Imoko zurück, der sich im Alter Ikenobo Semmu nannte; alle anderen Ikebana-Schulen sind direkt oder indirekt aus dieser Schule hervorgegangen.

Die wichtigsten Änderungen in der Geschichte des Ikebana fanden während des [Muromachi-Shogunats](#) im 15. Jahrhunderts unter [Ashikaga Yoshimasa](#) statt. Die großen Gebäude und kleinen Häuser die Yoshimasa baute, drückten seine Vorliebe für Einfachheit aus. Diese kleinen Häuser besaßen einen [Tokonoma](#) oder [Alkoven](#), wo man Kunstobjekte oder Blumengestecke platzieren konnte. Während dieser Zeit wurde Ikebana so vereinfacht, dass Menschen aller Klassen diese Kunst genießen konnten.

Eine andere größere Entwicklung fand im späten 16. Jahrhundert statt. Eine einfachere Form namens Nageire (dt. *etwas hineinwerfen*) entwickelte sich aus dem *Chabana* (dt. *Teeblumen*), einem Teil der [Teezeremonie](#). Nach diesem Stil werden Blumen so natürlich wie möglich in der Vase platziert, egal was für Materialien benutzt werden.

In den [1890ern](#), kurz nach der [Meiji-Restauration](#), die zur Öffnung gegenüber dem Westen und der Modernisierung Japans führte, entwickelte sich ein neuer Ikebana-Stil namens Moribana (dt. *aufgetürmte Blumen*). Dieser Stil erschien teilweise mit der Einführung westlicher Blumen und der Verwestlichung des japanischen Lebens. Der Moribana-Stil, der eine neue Freiheit des Blumensteckens schuf, wurde für Landschafts- oder Gartenszenen verwendet. Es ist ein Stil der überall genossen werden kann und zu formellen sowie informellen Situationen passt. Im Gegensatz zum Nageire werden die verwendeten Materialien nicht in einer Vase sondern in einer flachen Schale arrangiert. Zur Befestigung wird hierbei ein *Kenzan* (dt. *Schwerterberg*) verwendet der aus Messingnadeln besteht, die in eine Bronze- oder Bleiplatte eingegossen sind.

Neben der Teezeremonie und der [Kalligraphie](#) war Ikebana eine der Künste, in denen Frauen traditionell zur Heiratsvorbereitung geschult wurden. Heute wird Ikebana als eine der traditionellen Künste Japans verehrt. Es wird bei vielfältigen Gelegenheiten, wie Zeremonien und Partys praktiziert, und von modernen Menschen immer noch erlernt.

Ikebana, freier Stil



Rinpa-Stil



Bunjin-Stil



Heika-Stil



# Bonsai



**Bonsai** ist eine alte fernöstliche Art der [Gartenkunst](#).

Das Wort [stammt aus](#) dem [Japanischen](#): *bonsai* „Anpflanzung in der Schale“, [chinesisch](#) [pénjǐng](#), "Landschaft in der Schale" ( *pén* „Schale“, *jǐng*, „Landschaft, Szene“).

Nach altem chinesisches Verständnis ist Bonsai die Kunst, eine Harmonie zwischen den Naturelementen, der belebten Natur und dem Menschen in [miniaturisierter](#) Form darzustellen: Die belebte Natur wird hierbei meist durch einen [Baum](#) dargestellt. Die Naturkräfte vertritt – nach einem anderen Ausdruck für Landschaft *shānshuǐ* (wörtlich) „Berg und Wasser“ – ein [Stein](#) und feiner [Kies](#) (der traditionell in [Gärten](#) Wasser symbolisiert). Der Mensch wird in Form seines Werks, einer [Pflanzschale](#), dargestellt. Nur der Einklang dieser drei Elemente macht einen gelungenen Bonsai aus.

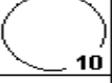
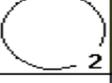
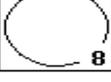
Im westlichen – vom [weltanschaulichen](#) auf das rein [formal-ästhetische](#) reduzierten – Verständnis bezeichnet das Wort den **Bonsai-Baum**:

Dieser ist ein in einem Pflanzgefäß gezogener Baum, der durch Kulturmaßnahmen ([Formschnitt](#), [Wurzelschnitt](#), [Blattschnitt](#), Drahtung) klein gehalten wird und in künstlerischer Gestaltung in eine gewünschte [Wuchsform](#) gebracht wird. Diese folgt den Prinzipien des [Wabi und Sabi](#) der [Zen-Kultur](#) und den – teils [konfuzianisch](#), teils [taoistisch](#) beeinflussten – Baumdarstellungen der klassischen [chinesischen Malerei](#). In [Japan](#) werden Bonsai im Garten oder in der [Tokonoma](#), einer gestalterisch hervorgehobenen Nische im Zimmer aufgestellt. Bonsaibäume können bei guter Pflege viele hundert Jahre alt und sehr wertvoll werden.

Für Bonsai eignen sich alle verholzenden, kleinblättrigen (bzw. kleinnadligen) Baum- und Straucharten gut. Traditionell werden [Kiefern](#), [Wacholder](#), [Ahorne](#), asiatische [Ulmenarten](#), [Azaleen](#), Fruchtbäume wie [Kulturapfel](#) oder japanische [Aprikose](#) verwendet. In unseren Breiten nimmt man vorwiegend einheimische Gehölze, die an unser Klima angepasst sind, aber auch winterharte Pflanzen aus Japan und anderen Ländern. Besonders beliebt sind kleinblättrige Ahornarten - unter ihnen die rotblättrigen japanischen Ahornsorten - Kiefern, Fichten, Buchen und Wacholder.

Im Zuge der Verbreitung der Bonsaikultur auch im westlichen Kulturkreis wurden die Bonaistechniken auch auf verholzende [Zimmerpflanzen](#) übertragen, so dass hier heute zwischen *Indoor* und *Outdoor* unterschieden wird. Die Kultur von Indoors ist problematisch, da man ihnen die dringend benötigten Lebensbedingungen (durchgehend 2000-3000 Lux 12 Stunden am Tag, Luftfeuchte bei 70 - 90 Prozent bei einer Temperatur von etwa 15 - 30 °C) in normalen Haushalten kaum bieten kann und die Pflanzen daher dahinvegetieren oder eingehen. Einzig kleinblättrige Arten der Gattung [Ficus](#) haben sich als so robust und anpassungsfähig erwiesen, dass sie problemlos als Indoor-Bonsai gehalten werden können. Sie gelten heute als die typische Anfängerpflanzen.

# Rätsel

Grundriß	russ. Dichter Schriftsteller	Haltung	Kfz.-Kennz. für Nürnberg	Tonbezeichnung		Verhältniswort	Detail		europäische Insel	
				Sektenangehöriger						
Geflügelprodukt			weibl. Vorname	Tonbezeichnung			Zeichen für: Schwefel		Kfz.-Kennz. für Amberg	
EDV-Ausdruck					vollends					
Grußwort		Kürzung		Kfz.-Kennz. für Offenburg	Zeichen für: Uran	Unkraut	franz. Freund			
							Kfz.-Z. für Niederösterreich		Tonbezeichnung	
Nebenfluß d. Donau					Internat. Kfz.-Z.f.: Österreich		Römisch: 7		Kfz.-Z.f.: Celle	
Mineral / -verbindung	Abk. für Oberbürgermeister		Kfz.-Kennz. für Ludwigsburg	Abk. für Adverb				Kfz.-Kennz. für Niederlande		Tempobezeichnung in der Musik
					Rennruderboot					
Kfz.-Kennz. für Berleburg				Kfz.-Kennz. für Malta	Tat	Internat. Kfz.-Z.f.: Israel			franz. in	
Singstimme	Spion		übel				Himmelsrichtung (Abk.)	Kfz. für Verein. Arab. Emirate		
				Behälter, Gefäß		amerik. Astronaut		Kfz.-Kennz. für Neufß		
Kfz.-Kennz. für Goslar			Zeiteinheit (Abk.)				Römisch: 1000	Internat. Kfz.-Z.f.: Bulgarien	Fußballausdruck	
deutsche Spielkarte		Kfz.-Kennz. für Tecklenburg	Abk. für: Autobahn		Abänderung					
					Kfz.-Kennz. für Kambodscha		Vermögen			
Zeichen für: Tellur			Uner-sättlich-keit					gleichermaßen		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

# Matsumura Sokon (1792 - 1896)

## Shorin ryu / Okinawa



Er war ein okinawanischer Meister (auch Buseitatsu, Unyu, Bushi Matsumura oder Bucho genannt) des *Tōde*, hauptsächlich okinawanischer Vertreter des chinesischen Shaolin Systems (*Shōrin*), dem Ausgangspunkt zur Gründung mehrerer späteren Stile des *Karate*. Bereits als 10jähriger Junge wurde er von seinem Vater, Matsumura Sofuku, zu dem damals 78 Jahre alten Sakugawa gebracht, um im Karate unterrichtet zu werden. Im Winter 1816 kam er als *Chikudon* (gehobener Beamter) in den Staatsdienst und wurde später der Leiter der persönlichen Leibgarde des 17., 18. und 19. Ryūkyū Königs. Schließlich wurde er Hauptinstruktor für das Kampfkunsttraining in der königlichen Sho-Familie und erhielt vom okinawanischen König den Titel „Bushi“ (Krieger), ein Äquivalent zum japanischen *Samurai*. Ungefähr 1830 ging er nach China und studierte dort mehrere Jahre lang in Fuzhou das *Shaolin Quan fa* und die Waffenkünste. In China nannte man ihn Bu Sei Tatsu (Wu Cheng Da). Man weiß auch, daß er bei mehreren Gelegenheiten als Gesandter des okinawanischen Königs nach Fuzhou (China) reiste. 1860 soll er von einer dieser Reisen den chinesischen Meister Iwah nach Okinawa gebracht haben, mit dem er später zusammen unterrichtete. Iwah war ein Meister des Shaolin Kranichstils (*Baihequan*) und überlieferte über Matsumura eine eigene Form des *Hakutsuru ken* (Stil des Weißen Kranichs), die über Sōken Hōhan ins heutige *Matsumura Seito* gelangte. Bushi Matsumura gehört zu den Schlüsselfiguren des okinawanischen Karate. Zum ersten Mal gebrauchte er für seinen Stil die Bezeichnung *Shōrin ryū gokoku an Karate* (Karate aus dem Shaolin Kloster, zur Verteidigung der Heimat), woraus die Bezeichnung *Shōrin ryū* für die nachfolgenden Systeme übernommen wurde. Sein Stil orientierte sich stark an den alten Shaolin Praktiken, die sehr körperbetont waren. Er überlieferte (oder gründete) die *Matsumura passai*, welche man als Ursprung aller Bassai Formen des *Shuri te* betrachtet. Andere Kata der Matsumura Schule waren *Naihanchi*, *Chanani*, *Chinto*, *Seisan*, *Kūshankū* und *Gōjūshiho*. Außerdem übte er die *Hakutsuru* (Kata des weißen Kranichs) aus China, die in Okinawa lange Zeit als geheim galt. Daneben war er ein Experte des auf Kyūshū praktizierten *Jigen ryū*, ein Schwertstil des Shimazu Clans von Satsuma, den er von Ishiun Yashichiro lernte. Zu Matsumuras Schülern zählten u.a. *Azato Anko*, *Itosu Yasutsune*, *Yabu Kentsu* und *Aragaki Ankichi*.

## Rollstuhl – defense (RD)

„Mit einfachen Mittel zum Erfolg“

### WODURCH zeichnet sich RD aus ? :

- RD ist einfach und schnell zu erlernen.
- RD setzt keine besonderen körperlichen Fähigkeiten (z.B. hinsichtlich Beweglichkeit, Kraft oder Akrobatik) voraus.
- RD beruht auf natürlichen Reflexen und ist deshalb auch unter dem extremem psychischen Druck einer Gewalt- oder Überraschungssituation anwendbar.
- RD ist hoch effektiv.
- RD Techniken erreichen mit minimalem Aufwand maximalen Erfolg, weil gezielt die empfindlichen Stellen am Körper des Angreifers ausgenutzt werden.
- RD ist nicht trainingsaufwendig, weil es einfach ist und auf natürlichen Reflexen beruht.
- RD ist einfach zu behalten.
- Aufgrund der Einfachheit des Systems bleiben die Techniken auch bei geringem Trainingsaufwand abrufbar.
- RD entwickelt sich ständig weiter.
- RD wird permanent überprüft und weiterentwickelt. Für neue Arten von Bedrohungen werden adäquate Lösungen ausgearbeitet.

### Für WEN gilt das Angebot ? :

- RD kann schnell und einfach von Männern, Frauen und Kindern erlernt werden. Es bietet Menschen jeden Alters und jeder Konstitution die Möglichkeit, sich effektiv Selbstverteidigen zu können.

### Kursprogramm :

Das Erfolgsgeheimnis dieses Systems liegt in der Einfachheit und Effizienz, der Nutzung der natürlichen Reflexe sowie der Wahl des kürzesten Weges zum Gegner. Die Kraft- und Zeitersparnis der kurzen Techniken sind ein weiterer Vorteil. "Keep it simple!" Die realitätserprobten Techniken im RD sind betont von einfachen und leicht zu erlernenden Bewegungen, welche auf den natürlichen Reflexen des Körpers beruhen - und die von Frauen und Männern jedes Alters und jeder Stufe körperlicher Fitness leicht ausgeführt werden können. Alle Techniken werden Ihnen zunächst in dramatisierten, realitätsnahen Situationen gezeigt. Wenn Ihr Leben in unmittelbarer Gefahr ist, gibt es keine Regeln. Sie müssen wissen, wie Sie - im Stehen und auf dem Boden - effektiv und kräftvoll Gegenattacken anbringen können, die auf empfindliche Körperregionen des Angreifers zielen - so z.B. die Augen, die Kehle oder den Genitalbereich.

**Bei Interesse einfach anrufen oder mailen!**

**Internet:** <http://members.e-media.at/rollstuhlkarate>

**E-Mail :** [rollstuhlkarate@gmx.at](mailto:rollstuhlkarate@gmx.at)

**Tel.:** 0699/119 64 6 46





## Der Eimer eines Kriegers

Es war Abend, als die Schüler sich im Kreis um das kleine Lagerfeuer versammelten. Die heiße Sonne war verschwunden; die sengende Hitze des Tages hatte nachgelassen. Die Schüler waren sich der angenehmen Gerüche wohl bewusst: Kiefern, Gräser, Blumen - selbst der weite Fluss, der am Lager vorbei floss - alles roch frisch und rein. Ein paar Minuten lang saßen sie ganz ruhig da, und jeder fragte sich, was nun als nächstes geschehen würde. Von anderen, deren Mut und Geschicklichkeit oft getestet worden waren, hatten sie viele Geschichten gehört. Die Schüler saßen mitten auf einer Wiese, die von Bäumen umgeben war. Am blauschwarzen Himmel stand ein voller Mond, der die Landschaft in einen sanften weißen Schimmer tauchte. Eine der Schülerinnen träumte mit offenen Augen von dem, was nun geschehen konnte, als sie plötzlich jemanden hinter sich spürte und etwas ihre rechte Schulter berührte. Die Schülerin sprang auf und drehte sich schnell um. Da stand ein sehr großer Mann mit weißem Bart und kahlem Schädel hinter ihr. In seiner Hand hielt er ein langes Shinai, das mit der Spitze auf sie zeigte. Die Schülerin hob den Blick und schaute in ein strenges, aber offenes Gesicht. Der Mann trug ein Karate-gi und darüber die traditionelle, förmlichere Hakama.

Auf der gegenüberliegenden Seite der runde war eine dunkelhäutige und dunkelhaarige ältere Frau erschienen. Sie trug die gleiche Kleidung wie der Mann und hielt ein gesenktes Shinai in der Hand. In ihrem Gi und ihrer Hakama sah sie stark und schön aus. Die Schüler wurden gebeten, aufzustehen und sich zu verbeugen, als sich diese beiden älteren Lehrer zu ihnen gesellten. Während die Lehrer die Verbeugung der Schüler erwiderten, musterten ihre Augen jeden einzelnen aufmerksam. Dann setzten sich alle. Eine Stunde schien zu vergehen, ohne dass ein Wort fiel. Zuerst genierten sich die Schüler und wollten etwas sagen - irgendetwas! Das Schweigen wurde ihnen fast unerträglich. Gedanken jagten ihnen durch den Kopf. Was werden wir nun tun? Wann werden wir endlich etwas sagen?

Plötzlich wurde das Schweigen von einem der Lehrer unterbrochen: „Wer von euch tut mir den Gefallen und holt mir einen halben Eimer voll Wasser aus dem Fluss?“ Er hielt einen Eimer in der ausgestreckten Hand. Ohne zu überlegen, stand die Schülerin auf und sagte: „Ich.“ Sie ging auf den alten Mann zu. Er lächelte und gab ihr den Eimer.

„Gut, gut, junges Fräulein. Du bist sehr eifrig.“ Während das Mädchen nach unten zum Fluss eilte, spürte sie die Augen der ganzen Gruppe auf sich gerichtet. Warum habe ich mich gemeldet? Dachte sie. Sie hatte den Drang verspürt, das Schweigen zu brechen; sie würde etwas darum gegeben haben, um bloß wieder reden zu können! Als sie am Flussufer niederkniete und den Eimer ins Wasser tauchte, hätte die Strömung ihn beinahe mitgerissen. Das Wasser füllte den Eimer so schnell, dass es über den Rand lief. Der Eimer war nun so schwer, dass sie ihn nur mit Mühe aus dem Fluss ziehen konnte. Sie kippte ihn leicht und ließ die Hälfte des Wassers zurück in den Fluss laufen. Der helle Mond beleuchtete ihren Rückweg zu der wartenden Gruppe. Mit dem schweren Eimer ging sie so einseitig schief, dass Wasser heraus schwappte.

Was will er wohl mit dem Wasser? Werden wir es trinken? Oder kommt jetzt einer der „Tests“, von denen ich gehört habe? Diese Gedanken wirbelten durch den Kopf des Mädchens. Sie setzte den Eimer vor den beiden Lehrern nieder. Der Mann gab der Frau ein Zeichen. Diese schüttelte ablehnend den Kopf und zeigte dann auf ihn. Er schaute die Schüler an, besonders das Mädchen, das ihm das Wasser vom Fluss geholt hatte, und begann langsam den rechten Ärmel seines Gi hochzukrempeln. Alle Schüler fragten sich, was nun geschehen würde. Dann hob der Lehrer seinen Arm über den Eimer und ließ ihn langsam sinken, bis seine Hand darin verschwunden war. Als er darin herumzurühren begann, spritzte das Wasser auf die Erde, und er lächelte dabei. Das Mädchen konnte sich nicht länger beherrschen: „Sensei, entschuldigen Sie die Frage, aber warum machen Sie das?“ „Aus Spaß! Weil es so schön ist!“ antwortete er ernsthaft und lachte dann. Das Denken im Kopf der Schülerin setzte plötzlich aus, als ob sie gegen eine Wand gerannt wäre. Was? - das war das einzige Wort, das ihr im Kopf klang. „Mein Fräulein, von dort aus gibt es keinen Weg hierher“, sagte er. Dann nahm er seinen Arm aus dem Wasser, stand auf und ging weg in den Wald.

**Abgebrannt ist meine Scheune - nichts behindert mehr den Blick auf den hellen Mond.**

Masahide

# 世界真道流空手道連盟

Sekai Shindo-Ryu Karate-Do Renmei

WORLD REALITY WAY STYLE EMPTY HAND WAY FEDERATION



Die Organisation hat viele Mitglieder in England und in Südafrika und eine kleinere Gruppe in Österreich und in Dänemark.

Die Kunst wurde 1984 von Stephen Grayston nach vielen Jahren der Ausbildung in Kobayashi Shorin-Ryu, in Shotokan und in Wado-Ryu gegründet. Er befand, dass allen oben genannten Systemen eine westliche Perspektive fehlte und entwickelte dafür Shindo-Ryu.

Wir sind eine traditionelle Karateorganisation ohne Interesse am Sport. Unsere Funktion ist, das wahre ursprüngliche Karate zu fördern und zu verbreiten und das Erbe des Okinawan-Karate und -Kobudo zu bewahren.

Unsere Organisation ist gemeinnützig und dennoch professionell strukturiert, um sicherzugehen, dass hohe Standards beibehalten werden.

Wir investieren in die Lehrer und in die Technologie, da beides für die Entwicklung der Kunst wichtig ist.

In den meisten Ländern haben wir eine Vorzeigemannschaft, die eine Demonstration von Shindo-Ryu Karate gibt. Wenn Sie eine unserer Mannschaften wünschen, um sich um Ihren Fall zu sorgen, treten Sie mit uns bitte an der angegebenen Adresse in Verbindung und wir freuen uns, Ihnen zu helfen.

Karate Shindo-Ryu ist für jeden, ungeachtet des Alters, der Farbe, der Größe, usw. Die Ausbildung im Karate ändert Ihr Leben zum Besseren, und der härteste Schritt ist der erste.

# 世界真道流空手道連盟

Sekai Shindo-Ryu Karate-Do Renmei

WORLD REALITY WAY STYLE EMPTY HAND WAY FEDERATION

## Geschichte



Shindo-Ryu wurde 1984 gegründet. In der ersten Unterrichtsstunde gab es 82 Kursteilnehmer und das Hauptgewicht in der ersten Lektion war auf Juji Uke und sein Wert.

Die Schulen weiterten sich schnell nach Plaistow im Ostende von London und nach Basildon in der mittleren Region von Essex aus. Neue Unterrichtseinheiten boten sich regelmäßig, während 1989 der erste Shindo-Ryu Karatekurs stattfand. Bei den offenen Shobu Kata Wettbewerben gewannen wir viele der Auszeichnungen. Obgleich unser Ziel nicht das Gewinnen war, sondern das Gesehen zu werden, und über das Shindo-Ryu berichten zu können. Der erste Schwarzgurt (außer dem Gründer) war Scott Geary.

1989 wurde der Name von Washindo-Ryu in Shindo-Ryu geändert. [Grayston-hanshi](#) wurde viele Jahre in Okinawa Karate ausgebildet. Er erkannte danach, dass Shindo-Ryu Karate den Geboten und Weisungen des Okinawa Karate folgen sollte. Sport hat keine Bedeutung im Shindo-Ryu Karate. Das entscheidende Ziel ist es, den Charakter seiner Teilnehmer zu vervollkommen.

Viele Japaner- und Okinawameister haben den hohen Standard an Verständnisses der Shindo-Ryu Kursteilnehmer sowie ihr Niveau des Respekts und der Bereitwilligkeit Karate 'zu studieren' kommentiert.

Einer unserer größten Momente sollte eine Vorführung unserer Organisation bei dem ehemaligen Botschafter Fujii, Mrs Fujii und Muira Anjinkai Matsuri sein. Wir sind auch privilegiert worden, um Demonstrationen bei Minami Hiroshi-sama (ehemaliger Abgeordneter Direktor Botschaft von Japan), Enomoto Tsuyoshi-sama (Botschaft von Japan) sowie bei Hayashi Teruo-socketo 10. Dan (Gründer von Hayashi-ha Shitoryu, Japan) zu geben.

# 世界真道流空手道連盟

Sekai Shindo-Ryu Karate-Do Renmei

WORLD REALITY WAY STYLE EMPTY HAND WAY FEDERATION

## Grayston Hanshi

Stephen Grayston fing 1964, im Alter von 8 Jahren, mit dem Karatetraining an. Sein Lehrer war der späte Tanaka Meiji-kyoshi 9. Dan, ein Japaner von Geburt, dennoch lebte er seit über 23 Jahren auf der Insel Okinawa. Er unterrichtete Kobayashi Shorinryu, das er von Choshin Chibana-sensei erlernt hatte. Grayston reiste zweimal pro Woche nach Fulham in Südlondon, bis Tanaka-kyoshi nach Belgien (Antwerpen) reisen musste (August 1971).

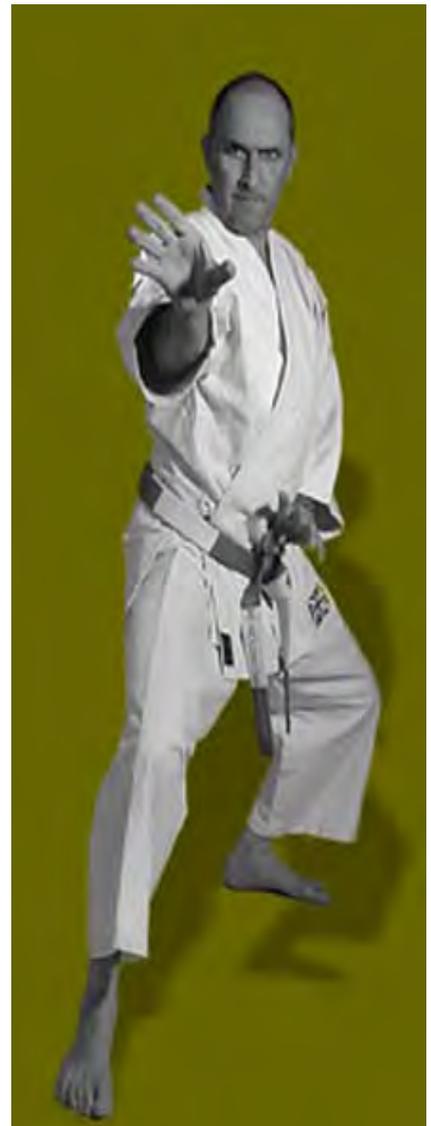
Grayston studierte dann Shotokan bis 1974 unter David Hassard 4 Dan (Essex), er erlangt Shodan (1. Dan) in November 1973. 1984 entschied Grayston, dass es ihm entsprechen würde, bestimmte Elemente von Kobayashi Shorinryu und Shotokan zu kombinieren. Zu dem begann er, Kursteilnehmer anderer Stilrichtungen und Anfänger in diesem eben gebildeten System auszubilden. Für das erste Jahr war die Stilrichtung als Washindo-Ryu bekannt, aber sie sollte bald unter Shindo-Ryu benannt werden. Jedoch glaubte Grayston, daß es ein fehlendes Element zu seinem System gab. 1985 studierte er Karate Wado-Ryu bei Shinohara Yoshi-sensei und Paul Geggus-sensei, lokale Wado-ryu Lehrer, er sah dort eine schnellere Seite des Karate.

Er erreichte Shodan in Wado-ryu bei der lokalen Schule und Nidan bei Paul Geggus. Für die folgenden drei Jahre entwarf Grayston ein neues Konzept, damit sein Stil in einer Übungsstunde unterrichtet werden konnte.

### BOTSCHAFTER

Heute spielt Grayston eine vorstehende Rolle [in den Anglo-Japanischen](#) Beziehungen in Großbritannien und organisiert regelmäßig internationale Besuche von okinawanischen und von Japanischen Meistern. Er ist ein Botschafter für die Kampfkünste in England, und ist auf diese Rolle sehr stolz. Der Familienname Grayston kommt aus York in England und ist eine Kreuzung von 'des Sohns von Reeve' und des Anglo Saxon Gerefa (Greeve) - die früheste Aufzeichnung der Familie ist 1379.

Auf dem [Natsu Kosu](#) (Sommerkurs) 1996, wurde Grayston mit seinem hanshi (Beispiellehrer) menkyo von Minami Hiroshi-sama (ehemaliger Abgeordneter Direktor Botschaft [von Japan](#)) im Namen Sekai Shindo-Ryu Karate- Renmei ausgezeichnet. Er wurde im Juli 2001 von seinem hanshi 10 Dan (Dr. Vernon, der erste Mann, der Karate nach England brachte 1957) mit dem Titel Kudan ausgezeichnet. Diese Auszeichnung führte ihn in die kleine Gruppe der ältesten Karate Meister von England.





Eine Kooperation von Shin Do Ryu-Austria und Chi Too Ryu



## Thai-Boxen „*Muay Thai*“

**Muay Thai** (oder auch *Thaiboxen*) ist eine [Kampfsportart](#). Sie ist ein [Nationalsport Thailands](#).

Muay Thai ist eine der ältesten Kampfsportarten der Welt, die genaue Geschichte kann nicht rekonstruiert werden. Im Krieg zwischen Siam (Thailand) und [Birma](#) von [1767](#) wurde die damalige Hauptstadt erobert und die meisten Aufzeichnungen über die Kunst und Traditionen des Muay Thai wurden vernichtet. Einige Quellen berichten, das Thaiboxen gehe bis auf das Jahr [1560](#) zurück, als König [Naresuan](#) von Siam in burmesischer Gefangenschaft war. Man sagte ihm Freiheit zu, wenn er in einem Zweikampf die burmesischen Champions besiegen könnte. Der König hatte Erfolg und das Thaiboxen wurde zum Nationalsport.

Das Muay Thai entwickelte sich aus regulären Kampfkünsten. Wenn [Schwert](#) und [Speer](#) unbrauchbar wurden, hat der Krieger seine Beine, Fäuste und Ellenbogen zum Kämpfen benutzt. Die klassische, traditionelle Art wird [Muay Thai Boran](#) genannt (*Boran* = traditionell, alt [Wortanleihe aus dem Khmer]). Muay Thai Boran ist eine sehr komplexe traditionelle [Kampfkunst](#), welche nicht nur das Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen, sondern auch Bewegungen beinhaltet, die weit über die waffenlosen Techniken des heutigen Muay Thai hinausgehen. Diese Techniken basieren auf der Nachahmung der Bewegungen verschiedenster Tiere, die in Formen zusammengefasst sind. So entstanden über die Jahrhunderte mehrere Tierformen wie z.B. die [Kranich-](#), [Wasserbüffel-](#), [Kampfhahn-](#) und [Tigerform](#), die zu den heutigen Stilen perfektioniert wurden. [Krabi Krabong](#) (Kurz- und Langwaffe) bezeichnet das Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen, wie z.B. *Krabi* ([Degen](#)), *Daab* ([Schwert](#)), *Plong* oder *Sri Sock* (Stock), *Ngauw* (Stock mit einem kurzem Schwertaufsatz), *Dung*, *Kaen*, *Mai Sun*, und *Loh* ([Schild](#)).

Besonders am Muay Thai ist, dass fast alle Körperteile zum Kampf genutzt werden dürfen. In den Regelwerken der internationalen und nationalen Verbände gibt es aber unterschiedlich strenge Regeln, die dieses eingrenzen.

Stilistisch auffällige Merkmale des Muay Thais sind Ellenbogen, Knietechniken und das [Clinchen](#). Je nach [Reglement](#) und Profistufe des Kämpfers können Knietritte zum Kopf zulässig sein. Dabei darf der Kopf des Gegners mit den Fäusten Richtung Boden gezogen werden. Beim Clinchen halten sich die Gegner im Stehen, versuchen sich aus dem Gleichgewicht zu bringen und treten mit den Knien gegen den Oberkörper oder die Oberschenkel des Gegners. Einige Reglements lassen das Fangen und anschließende Halten des gegnerischen Beines zu.

Aufgrund des hohen Verletzungsrisikos durch Ellenbogen- und Knietechniken wird Muay Thai als eine der härtesten Kampfsportarten der Welt bezeichnet. Die Faustschlagtechniken sind ähnlich dem traditionellen europäischen Boxen, es sind aber auch Schläge aus der Drehung zulässig, wobei der Kopf des Gegners mit dem Fastrücken getroffen wird.

Einige Stilarten erlauben [Würfe](#). Da die meisten Muay-Thai-Würfe sehr gefährlich sind, verbieten die meisten Regelwerke sie jedoch.

Ein weiteres Merkmal des klassischen Thaiboxkampfes (Muay Thai Boran) ist der rituelle Tanz ([Wai Khru](#), [Ram Muay](#)), den die Kämpfer zu Beginn eines Kampfes aufführen, um ihren Lehrern Respekt zu zollen, sowie die klassische [thailändische Musik](#), die den gesamten Kampf begleitet.

Thaiboxen wird aus verschiedenen Motiven ausgeübt, aus Fitnessgründen, als Wettkampfsportart, zur [Selbstverteidigung](#) oder als [Kampfkunst](#). In Thailand bekommen die Wettkämpfer häufig einen Teil vom Wetteinsatz, und Thaiboxer sind geachtete und geehrte Idole.

Da viele Muay-Thai-Schulen ihre Kämpfer nur noch dazu anhalten, im Ring gute Wetteinsätze zu erzielen und zu gewinnen, rückt der traditionelle Stil immer stärker in den Hintergrund. Der König von Thailand unterstützt deswegen reine Muay-Thai-Akademien, wie das "Muay Thai Institut", in denen die Schüler sich keine Sorgen um Geld machen müssen und stattdessen den klassischen Stil lernen können.

## Muay Thai Boran

(in [Thai](#):มวยไทยโบราณ, ausgesprochen: *Muay Thai Boraan*),



Der klassische Thaiboxkampf (Muay Thai Boran ist die traditionelle Form des [Muay Thai](#), *Boraan* bedeutet „traditionell“) ist eine sehr komplexe traditionelle Kampfkunst, welche nicht nur das Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen, sondern auch Bewegungen beinhaltet, die weit über die waffenlosen Techniken des heutigen *Muay Thai* hinausgehen. Diese Techniken basieren auf der Nachahmung der Bewegungen verschiedenster Tiere, die in Formen zusammengefasst sind.

So entstanden über die Jahrhunderte wie auch bei anderen Kampfkünsten (aus Indien, China, Vietnam, Malaysia, Indonesien usw.) mehrere Tierformen, wie z.B. die Kranich-, Wasserbüffel-, Kampfhahn- und Tigerform, die zu den heutigen Stilen perfektioniert wurden. [Krabi Krabong](#) (Kurz- und Langwaffe) bezeichnet das Kämpfen mit unterschiedlichen Waffen, wie z.B. Krabi (Säbel), Daab (Schwert), Plong oder Sri Sock (Stock), Ngauw (Stock mit einem kurzem Schwertaufsatz), Dung, Kaen, Mai Sun, und Loh (Schild).

Ein weiteres Merkmal dieses klassischen Thaiboxkampfes ist der rituelle Tanz (Wai Khru), den die Kämpfer zu Beginn eines Kampfes aufführen, um ihren Lehrern Respekt zu zollen, sowie die klassische thailändische Musik, die den gesamten Kampf begleitet.

# Krabi Krabong



ist die Bezeichnung für eine thailändische Kampftechnik mit Waffen, deren Ursprünge vermutlich mehrere Jahrtausende zurückreichen. Aus ihr entwickelte sich der unbewaffnete [Muay Thai](#).

Krabi Krabong beinhaltet sowohl waffenlose Techniken als auch Techniken mit *Krabi* (Degen), *Daab* (Schwert), *Ngao* (Lanze mit langer Klinge) und *Plong* (Stock). Dazu kommen Langschilde (*Maisun*, *Dung* und *Kaen*) und der Rundschild *Lo*. Zweihändige Techniken sind *Daab Song Meu* mit einem Schwert in jeder Hand, und *Mae Sun Sok*, der Kampf mit zwei Unterarmhölzern ähnlich dem japanischen [Tonfa](#).

Heutzutage wird Krabi Krabong als Sportart betrieben. Trainiert wird mit Übungswaffen aus Rattan oder Holz - echte Waffen werden nur bei Vorführungen benutzt, die aus tanzartig choreographiertem Wechsel von Angriff und Abwehr bestehen, der von Tamburin und Flöte begleitet werden. Die Tunikas und die farbige Schärpen der Sportler sollen traditionellen thailändischen Uniformen ähneln.

Die "International Muay Thai Federation" vergibt 9 Grade vom Schüler- bis Großmeisterrang. Die goldene Schärpe des "Buddhai Swan Institute of Swordsmanship" ist jedoch ausschließlich dem König von [Thailand](#) vorbehalten.

# Grade nach Pram Ajarn Grandmaster Vichit Cheechern

Dieses System wurde in der damaligen IAMTF bzw. wird heute in verschiedenen Instituten und Organisationen wie z.B. der AITMA (Assoc. Institute of Thai Martial Arts), aber auch an verschiedenen thailändischen Universitäten wie z.B. Muban Chom Bueng Rajabhat University - Institute of Thai Martial Arts Education, dem Arsom Silp College Bangkok eingesetzt.

1. KHAN "Pohn", "Weiße Schärpe (White Sash)": Basiswissen Krabi Krabong Techniken
2. KHAN "Nahy Sib", "Gelbe Schärpe (Yellow Sash)": Gruppenführer
3. KHAN "Nahy Rawy", "Grüne Schärpe (Green Sash)": Assistenztrainer
4. KHAN "Nahy Pahn", "Blaue Schärpe (Blue Sash)": Trainer
5. KHAN "Meun", "Purpur Schärpe (Purple Sash)": Trainer
6. KHAN "Khun", "Braune Schärpe (Brown Sash)": Experte
7. KHAN "Luang", "Schwarze Schärpe (Black Sash)": Spezialist
8. KHAN "Pra" (Ajarn), "Silberne Schärpe (Silver Sash)": Meister
9. KHAN "PraYa" (Ajarn Yai), "Goldene Schärpe (Gold Sash)": Großmeister

## Grade nach dem *Buddhai Swan Institute of Swordmanship*

Das *Buddhai Sawan Institut* prüft nicht nur das Technikvermögen oder die körperliche Fitness, sondern auch die Gesamteinstellung der Schüler oder Studenten in den Bereichen Kultur, Kunst, thailändische Technikbezeichnungen, Zeremonien (wie z.B. die verschiedenen Wai Kru) und stellenweise auch der religiöse Hintergrund.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die geistige Stärke und Einstellung. Hier wird unter anderem auf die Charaktereigenschaften der Schüler und Studenten geachtet, ob sie wirklich charakterlich gefestigt sind Krabi Krabong auszuüben und weiter zu vermitteln.

Neben den absolvierten Trainingsstunden zählen für die Graduierung die Teilnahmen an Krabi-Krabong-Demonstrationen und die jährliche Anwesenheit am Institut in Thailand.

1. Grad, Gelbe Schärpe: Anfängergrad
2. Grad, Gelbe-blaue Schärpe: Absolvierung von mindesten 326 Trainingsstunden
3. Grad, Blaue Schärpe
4. Grad, Rote Schärpe: *Basic Instructor*, dh. Trainer für Anfänger und Jugendliche
5. Grad, Silberne Schärpe: *Advanced Instructor*, erfahrener Trainer, Techniken entsprechen dem erweiterten Standard

Auf diese Grade folgen 11 Grade goldener Schärpen mit verschiedenfarbigen Streifen, deren höchste nur jeweils einen einzigen Träger haben.

# Chinesische Malerei

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Die **Chinesische Malerei** ist eine Ausprägung der [chinesischen Kunst](#) und kann wie die chinesische Geschichtsschreibung auf einen langen Zeitraum zurückblicken. Wenn auch aus der Zeit von etwa [1500 v. Chr.](#) kaum Werke vorhanden sind, so werden in einigen Dokumenten doch Namen von einzelnen Künstlern genannt.



Eine chinesische Landschaft

Im Gegensatz zur Malerei des [Abendlandes](#) ist die Malerei [Chinas](#) nicht um Originalität und einen persönlichen Stil bemüht, sondern bemüht sich um eine Schultradition und viele Maler finden erst im hohen Alter einen eigenen Stil. Dies bewirkt eine gewisse Zeitlosigkeit chinesischer Bilder.

Für den europäischen Betrachter werden erst die Werke aus der Zeit der [Tang-Dynastie](#) leichter fassbar; damals kam nämlich die Landschaftsmalerei auf, die sich zwar sehr von der abendländischen Landschaftsmalerei unterscheidet, aber immerhin einen guten Einstieg bietet.

Dem chinesischen Maler ist die naturgetreue Darstellung der Landschaft unwichtig, für ihn zählt mehr die Stimmung und Atmosphäre die im Betrachter Empfindungen wecken soll und weckt.

Auch in der Behandlung der Bilder unterscheiden sich beide Kulturen. Im Abendland werden Bilder eingerahmt und an einem festen Platz an der Wand fixiert, während chinesische Bilder auf Seiden- oder Papierrollen gemalt sind und nur hervorgeholt werden, wenn man sie betrachten will.

Die Unterlage für die Bilder ist ein weiterer Unterschied beider Kulturen, der noch einen größeren Unterschied beinhaltet.

Die verwendeten Seiden- oder Papierrollen sind nämlich empfindlich und ermöglichen keinerlei Korrekturen, was den Maler dazu zwingt, das Bild bereits in seinem Kopf entstehen zu lassen bevor er es auf Papier bannt. Die geistigen Voraussetzungen sind also völlig anders.

Da chinesische Landschaftsbilder oft auch der [Meditation](#) dienen, verzichten die Maler auf den übermäßigen Gebrauch von Farbe, die den Betrachter nur ablenken würde.

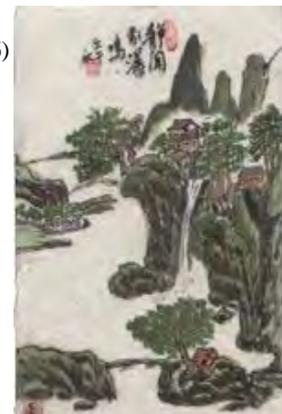
Dafür wird die Farbe aber in den vier anderen Hauptbereichen der chinesischen Malerei stark verwendet. Diese sind:

[Porträts](#), erzählende [Genrebilder](#), [Tierbilder](#) und Blumen- oder [Pflanzenbild](#).

In diesen Bereichen wird meist auf Umrisslinien aus Tusche verzichtet, was ihnen die Bezeichnung *knochenlos* einbrachte. Dem Landschaftsbild hingegen verleihen die *Knochen* dh. Umrisslinien die Konturen.

Die Verwendung von Schriftzügen, die mit dem Bild harmonieren, ist eine weitere Eigenheit der chinesischen Malerei und wird durch die einheitliche Führung des Pinsels erreicht.

*Dem Wind in den Kiefern lauschend* ([Ma Lin](#), 1246)



# Geschichte

## Tang-Dynastie (und die Zeit davor)

**Han Kan:** "Pferde und Wärter", ca. 750 n. Chr.

Während die Bilder in der Frühzeit der ersten 600 Jahre n. Chr. durch sittlich moralische und religiöse Themen, Jagdszenen und die Illustration von Totenkulten geprägt waren, begann sich die Malerei zunehmend in etwa ab dem vierten Jahrhundert, einhergehend mit der Entdeckung der Landschaft, zur empfindsamen künstlerischen Ausdrucksform in Pinselführung und Malduktus zu entwickeln, die über die bloße Abbildhaftigkeit des Gezeigten hinauswies. [Wang Hsi-chih](#) und [Ku K'ai-chih](#) (Gu Kaizhi) sind zwei hierfür beispielgebende Künstler.

Die Landschaftsmalerei aus der Zeit der [Tang-Dynastie](#) (618-907) fand ihre bemerkenswerte Eigenart im so genannten "Blau-Grün-Stil" des Malers [Li Sixun](#) und seines Sohns [Li Zhaodao](#). Blau und grün waren die beiden dominierenden Farbtöne besonders in der Farbgestaltung der Berghänge. Daneben ist die Malerei der Tang-Zeit von [buddhistisch](#) geprägten Bildern aus [Indien](#) beeinflusst. Insbesondere die religiös inspirierte [Fresco-Malerei](#) hatte im achten Jahrhundert ihre seitdem nie wieder erreichte Höhe. Die Zeit unter der Herrschaft des Kaisers [Ming-huang](#) (= Tang Xuanzong 712/13-756) wird als das klassische *Goldene Zeitalter* der "Strahlenden Majestät" bezeichnet. Aus dieser für die Kunst bedeutenden Epoche sind unter anderem Werke der Künstler [Han Kan](#) (Hán Gàn) und [Wang Wei](#) überliefert. Wang Wei wurde besonders durch seine monochrome Tuschmalerei bekannt.

Neben herausragenden Werken der Landschaftsmalerei, Blumen- und Vogelbildern, erlebte auch die höfische Portraitmalerei hohe Anerkennung. Die berühmten Tempel-Fresken (z.B. "der Tod Buddhas") des wohl als höchstes Genie eingeschätzten Malers [Wu Tao-tse](#) (680 – 760) hingegen wurden bei der großen Buddhistenverfolgung des Jahres 843 zerstört.

## Song-Dynastie

Ausschnitt aus "Die Neun Drachen" von Chen Rong (13. Jahrhundert)

Einen Höhepunkt erreichte die chinesische Malerei in der [Song-Dynastie](#).



## Landschaft

Die [Landschaftsbilder](#) etwa gewannen in dieser Zeit einen subtileren Ausdruck. Die Unermesslichkeit von räumlichen Entfernungen wurde etwa durch verschwommene Umrisse, durch im Nebel verschwindende Bergsilhouetten oder eine geradezu [impressionistische](#) Behandlung von Naturphänomen angedeutet. Die Natur wird als majestätisches Ganzes erfasst, aus dem menschliche Tätigkeit weitgehend verbannt wird. Beliebt war in bei derartigen Gemälden eine Kompositionstechnik, die die wesentlichen Elemente im Vordergrund diesseits einer Bilddiagonale zusammendrängt, während der Rest des Bildes die Unendlichkeit andeutet. Als Beispiel kann das [Li Táng](#) (1047-1127) zugeschriebene Werk *Unzählige Bäume und seltsame Gipfel* dienen. Die Gegenposition vertrat [Guō Xī](#) (1020-1090), dem gemäß es Aufgabe eines Gemäldes sei, dem Betrachter den Eindruck zu vermitteln, er befinde sich an Ort und Stelle (*Vorfrühling, Herbst im Flusstal*). Eine eher „gezähmte“ und vom kunstsinnigen Menschen „genossene“ Natur steht indes in den späteren Werken der südlichen Song-Dynastie im Vordergrund, insbesondere denen der Ma-Hsia-Schule. [Mǎ Yuǎns](#) (ca. 1155-1235) berühmtes *Auf einem Gebirgspfad im Frühling* gehört hierher, aber auch die Werke [Xià Guǐs](#) (ca. 1180-1230).

## Figurenmalerei

Weiter entwickelt wurde auch die [Figurenmalerei](#). Sehr lebensnah, um nicht zu sagen „irdisch“ gezeichnet erscheinen der *Kleinkram-Hausierer* auf [Li Sung](#)s gleichnamigem Bild wie auch seine Kundin mit ihren fünf Kindern. Von ganz anderer Art sind die farbigen, in ihrer miniaturartigen Figürlichkeit von manchen Kunsthistorikern als „fast nahöstlich“ beschriebenen Personen auf dem anonymen Historien Gemälde *Die Reise des Kaiser Minghuang nach Shu* oder in [Chao Yens](#) *Acht Reiter im Frühling*. Wie bereits in früheren Perioden werden auch weiterhin gerne Menschen in ehrfürchtiger Kontemplation vor der Natur gezeigt, verschwinden nunmehr aber nicht mehr notwendigerweise vor majestätisch-überwältigenden Landschaftskulissen, sondern nehmen durchaus zentrale Positionen ein. Zu nennen sind in diesem Zusammenhang insbesondere der vermutlich den Dichter [Tao Yuanming](#) darstellende *Vornehme Gelehrte unter einer Weide*, vor allem aber auch [Mǎ Lǐns](#) (ca. 1180-1256) berühmtes *Dem Wind in den Kiefern lauschend*.

[Huizong](#), Finken auf Bambuszweigen (12. Jahrhundert)



## Tiere und Pflanzen

Ein zentraler Gegenstand der Song-Malerei waren auch *Tier- und Pflanzendarstellungen*. Als größter Meister dieses Genres galt der kaiserliche Akademiemaler [Cūi Bái](#) (Ts'ui Po, aktiv 1068-1077). Seine Zeitgenossen beeindruckte er dadurch, dass er seine Schöpfungen ohne jede Vorstudie unmittelbar mit dem Pinsel auf Seide zu malen pflegte und selbst lange Geraden ohne Lineal zu ziehen vermochte. Sein Ruhm gründet sich auf nur ein einziges erhaltenes, aber zu den größten Werken der chinesischen Malerei gerechnetes Bild *Hase und Eichelhäher*. Ein weiterer großer Vogel- und Blumenmaler der Epoche war Kaiser [Huizōng](#) (1082-1135), von dem unter anderem die *Zwei Finken auf Bambusstengeln* stammen. Als begnadeter Katzenmaler galt der Akademie-Künstler [Mao I](#). [Wén Tóng](#) (1018-1079) aus dem 11. Jahrhundert war berühmt für seine [Bambus](#)-Tuschbilder. Er war in der Lage, mit zwei Pinseln in der Hand zwei Bambus-Stängel gleichzeitig zu malen. Aufgrund seiner umfangreichen Erfahrung konnte er sie auch ohne Probleme aus dem Gedächtnis zeichnen.

## Buddhismus

Eine andere Richtung der Song-Malerei nahm schließlich [buddhistische](#) Themen auf. Gerne dargestellt wurden insbesondere versunkene Adepten des sich damals gerade entwickelnden [Zen-Buddhismus](#), etwa in [Shih K'os](#) Bildrolle *Zwei Patriarchen in innerer Harmonie*. Aber auch der orthodoxe Buddhismus fand in den Werken der Song-Künstler vielfältig Niederschlag. Genannt sei [Zhang Shengwen](#) (2. Hälfte 12. Jh.) im Nationalen Palastmuseum zu [Taipeh](#) aufbewahrte Handbildrolle mit den Darstellungen der verschiedenen [Buddha-Inkarnationen](#).

## Abstraktion

Bahnbrechend wirkte schließlich die insbesondere auf [Sū Dōngpō](#) (1037-1101) zurückgehende, [konfuzianisch](#), aber auch [zen-buddhistisch](#) beeinflusste und bisweilen erstaunlich modern wirkende *Wen-Jen-Hua-Schule*. Sie brach mit dem lange unbestrittenen Dogma, Malerei müsse möglichst naturgemäß ihr Objekt wiedergeben. Nach Su Dongpo dient das Thema indes lediglich als Rohstoff, der in ein Bild verwandelt werden müsse. Der Ausdrucksgehalt eines Bildes komme aus dem Inneren des Künstlers und müsse nicht notwendig in Beziehung zum Dargestellten. Häufig bediente man sich hierbei auch extrem unkonventioneller, allgemein als „dilettantisch“ angesehenen Maltechniken. Exemplarisch kommt der Gedanke der Wen-Jen-Hua-Schule etwa in [Liáng Kǎis](#) (1127-1279) berühmten Porträt von [Lǐ Bái](#) (701-762) zum Ausdruck, in dem der Dichter gekonnt mit wenigen Pinselstrichen skizziert wird. Sich selbst nannte er „den verrückten Liang“ und verbrachte sein Leben mit Trinken und Malen. Gegen Ende seines Lebens zog er sich von der Welt zurück und trat in ein [Zen](#)-Kloster ein. Weitere bedeutende Vertreter dieser Richtung sind [Mǐ Fú](#) (1051-1107), von dem keine Werke erhalten sind, sein Sohn [Mǐ yòurén](#) (Mi Yu-jen; 1086-1165), weiter [Mùqī](#) (2. Hälfte 13. Jh.), der insbesondere durch seine merkwürdig abstrahierte *Affenmutter mit Kind* bekannt geworden ist, schließlich [Wáng Tíngyún](#) (1151-1202).

## Yuan-Dynastie

In der [Yuan-Dynastie](#), einer Zeit der [mongolischen](#) Fremdherrschaft, lag die Malerei vorwiegend in den Händen der gelehrter Literatenmaler. Die meisten von ihnen hatten sich unter stummem Protest gegen die neue politische Lage aus dem öffentlichen Leben zurückgezogen und gingen ihrer Kunst im Privaten nach. Eine Hochburg befand sich im südlichen [Yangzi](#)-Delta zwischen [Hangzhou](#) und der Flussmündung. Daneben gab es aber, vor allem in der Frühzeit vor [Kublai Khans](#) Tod 1333 durchaus Maler, die daneben hohe Ämter am Yuan-Hof in Peking bekleideten, wie etwa der Minister [Zhào Měngfū](#) (1254-1322) oder der Gerichtshofspräsident [Gāo Kègōng](#) (1248-1310).

Das künstlerische Erbe der [südlichen Song-Dynastie](#) lehnten die Künstler der Yuan-Zeit weitgehend ab, der Akademiestil am alten Kaiserhof galt ihnen als zu romantisierend, zu „gefällig“, [buddhistische Zen-Malerei](#) indes insbesondere wegen ihrer radikalen Pinseltechniken als „disziplinlos“. Angeknüpft wurde daher vielmehr an die [nördlichen Song](#), vor allem aber an die ältere [Tang](#)-Kunst, von der man insbesondere die verbreitete „Grün-Blau-Manier“ übernahm. Die Tonabstufung der späten Song sind zugunsten kräftig-plakativer Farben verschwunden, Raum und Umwelt werden als Gestaltungsmittel kaum mehr eingesetzt. Im Vergleich zu ihren Vorbildern schmähte man die Yuan-Bilder von der Kunstgeschichte häufig als „zurückhaltend unterkühlt“, als „leidenschaftslos“.

An [Huáng Gōngwàng](#) (1269-1354) wurde indes die Verbindung dieser Zurückhaltung mit „Kraft und Charakter“ geschätzt. Sein Alterswerk *„In den Fuchun-Bergen verweilend“* gilt als eines der einflussreichsten Bilder der chinesischen Kunstgeschichte und wurde dementsprechend häufig von nachfolgenden Malergenerationen kopiert, zitiert und rezipiert. Anerkannt wird auch [Ní Zàn](#) (1301-1374) wegen seines – nach chinesischer Auffassung im besten Sinne – „reizlosen“ Stils und der gewollt „dilettantischen“ Maltechnik, die den Literatenmaler von seinen professionellen Kollegen, der sozial wenig geachteten „Berufsmalern“ unterschied. Insbesondere auf Raumwiedergabe und naturalistische Darstellung von Objekten legte Nizan wenig Wert.

Weitere wichtige Vertreter der Yuan-Malerei waren [Qián Xuǎn](#) (1235-1305), [Wú Zhèn](#) (1280-1354), [Sheng Mou](#) und [Wáng Méng](#) (1308-1385).

Dài Jin - Späte Heimkehr von einem Frühlingsausflug,  
Tusche auf Seide



### Ming-Dynastie

Im Bereich der Malerei etablierten sich in der [Ming-Zeit](#) insbesondere zwei Schulen: Eine davon, die später so genannte [Zhe-Schule](#), knüpfte an die Tradition der Akademien der südlichen Song-Dynastie an und belebte insbesondere den Stil [Ma Yuans](#). Ihre Mitglieder waren vorzugsweise Berufsmaler am Hof der Ming-Kaiser. Wegen ihres gegenüber ihren Vorbildern als unzulänglich empfundenen Stils aber auch wegen ihrer niedrigen sozialen Stellung schlug ihnen von Seiten der der Gelehrtenbeamten Geringschätzung entgegen. Der Hauptmeister der Zhe-Schule, [Dài Jin](#) (1388-1462), starb nach seinem frustrierten Rückzug ins Privatleben in Armut und Verzweiflung.

Gegen Ende des 15. Jahrhunderts entstand in der Gegend um die Stadt [Suzhou](#) die [Wu-Schule](#). "Wu" ist eine alte Bezeichnung für eine Landschaft am Unterlauf des Flusses Yangzi in der Nähe der Stadt. Die Schulrichtung wurde vorwiegend von gelehrten Amateurmalern favorisiert, denen ihre finanzielle Unabhängigkeit volle Hingabe an die Kunst ermöglichte. Zu den bedeutendsten Vertretern gehören der Begründer der Schule [Shěn Zhōu](#) (1427-1509), sowie [Wén Zhēngmíng](#) (1470-1559), [Táng Yín](#) (1470-1523) und [Qiú Yīng](#) (1. Hälfte 16. Jh.). Die Wu-Schule setzte die Landschaftsmalerei der nördlichen Song sowie die Tradition der Yuan-Dynastie fort und knüpfte insbesondere an die Kunst [Ní Zāns](#) und der gelehrten Literatenmalerei an.

Gegen Ende der Dynastie traten überdies Theoretiker auf wie insbesondere [Dǒng Qíchāng](#) (1555-1636), auf den die Einteilung der chinesischen Malerei in eine Nord- und eine Südschule zurückgeht.

### Qing-Dynastie

Zu Beginn der [Qing-Dynastie](#) hatten sich endgültig die Literatenmaler durchgesetzt; die Berufsmaler spielten demgegenüber kaum mehr eine Rolle.

Die Maler der *orthodoxen* Schule orientierte sich weiter an traditionellen Vorbildern, insbesondere an dem Ming-Maler [Dǒng Qíchāng](#). Die Bilder wurden sorgsam Linie für Linie und Ton für Ton aufgebaut, man vermied sicherere, ungebrochene Linien und einfache Flächen. Auch auf technische Kunstgriffe und die Erzielung besonderer Effekte wurde weitgehend verzichtet. Die Schule wird von der Kunstgeschichte außerhalb Chinas meist als epigonal und zweitrangig betrachtet. Wichtige Vertreter sind die vier Brüder Wang, [Wáng Shímǐn](#) (1592-1680), [Wáng Jiàn](#) (1598-1677), [Wáng Huī](#) (1632-1717, siehe auch: [Südreise des Kaisers Kangxi](#)) und [Wáng Yuánqí](#) (1642-1715) sowie [Wú Lì](#) (1632-1718) und [Yùn Shòupíng](#) (1633-1690) („Die Sechs großen Orthodoxen“). Sie lebten in relativ starkem Kontakt zum bürgerlichen Alltagsleben und bekleideten oft hohe Beamtenposten.

Dem steht die zeitgleich auftretende sog. *individualistische* Schule gegenüber. Ihre Vertreter führten meist ein eher weltflüchtiges Leben und zogen sich in Klöster und Einsiedeleien zurück. Sie pflegten einen freieren Stil, arbeiten häufig mit aufgelösten, körperlosen Formen sowie [Licht-und-Schatten-Effekten](#) und schufen so unter anderem sehr stimmungsvolle, beseelte Landschaftsbilder. Teilweise zeigten sie [exzentrische](#) Züge wie der abwechselnd zu Stummheit und unartikulierten Schreien neigende [Zhū Dā](#) (1626-1705). [Shí Tāo](#) (auch Daoji; 1642-1707) indes wirkte auch als Malereitheoretiker. Seine zahlreichen visuellen Anregungen verdichtete er zu einem begrenzten und geordneten System von Formen, die Ursprung aller Erscheinungen in der Welt seien. Bekannt wurde er u.a. durch eine Illustration zu [Tao Yuanmings](#) *Geschichte vom Pfirsichblütenquell*. Weitere bedeutende Vertreter der individualistischen Schule sind [Kūn Cán](#) (1610-1693), [Hóng Rén](#) (1603-1663) und [Gōng Xián](#) (1618-1689) (sog. „Nankingschule“).

Im 18. Jahrhundert kam als dritte Malerschule der Qing-Zeit die der [Yangzhou-Exzentriker](#) dazu. Sie knüpften an den freieren Stil der Individualisten an, entwickelten aber mitunter geradezu bizarre Maltechniken. [Gāo Qípeì](#) (1660-1734) etwa, bereits mit acht Jahren ein anerkannter Maler, malte seine Bilder mit Händen und Fingern, vor allem aber deren Nägeln. [Jīn Nóng](#) (1687-1764) pflegte mit einer unentwirrbaren Mischung aus fehlendem technischen Talent und „bewusster“ Unbeholfenheit zu kokettieren und das zeitgenössische Publikum durch seine verflacht-pastosen, geradezu [naiv](#) wirkenden Schöpfungen zu verwirren („Junger Mann am Lotusweiher“). Als Meister des Weglassens und Beschränkungen profilierte sich der insbesondere durch seine Vogelbilder bekannt gewordene [Huá Yán](#) (1682-1765). [Luó Pīn](#) (1733-1799) schließlich ist der Nachwelt durch das schwermütig-ausdrucksvolle Porträt seines Freundes I-an im Gedächtnis.

# Diverse Sumie



# Austrian Junior Open 2006

Bei dieser Veranstaltung kämpfte zum ersten Mal unser Dominik Platzer mit. Er verlor zwar, zeigte aber vollen Einsatz und Engagement.

Sein holländischer Gegner war ca. um 2 Köpfe größer und war in der Graduierung um 3-4 Stufen höher.

Hätte Dominik sein Anfangstempo gehalten, wäre der Kampf sicherlich anders ausgegangen.

Da wie schon erwähnt, der Gegner entsprechend höher graduiert war und dementsprechend mehr Erfahrung im Kämpfen hatte, machte er durch zweimalige Kopftreffer seine Punkte.

Wie schon gesagt, Dominik hatte bei diesem Turnier Premiere und diese hat er meisterhaft absolviert!!

**GRATULATION – Dominik !!!!!!!!!**



## Bericht über die int. Schweizer Sanda / Sanshu Open Meisterschaften, am 2. 8. 2006

Am Freitag, den 1. 8., trafen sich unsere Heldin/Held (ich blute) bereit zur Abfahrt in die Eidgenossenschaft, d.h. Eloras Mutter mit 3 Wauwau, 1 Kämpfer Sedim vom Fox Gym, Elora, Daniel und Didi.

Nach einer kleinen Zielpunktorgie - Lebensmittel für 3 Tage und 1 Hallentag (15.5 St) zu kaufen - fuhren wir los. In Aschbach, NÖ trafen wir kurz (warum weiß keiner) mit den NÖ zusammen. Danach ging's los nach St Gallen, zur Wohnung von Eloras Mutter und Vaters, wo wir herzlich aufgenommen wurden. Nach einem kleinen Spaziergang mit ein bisserl Pool Billard ging dieser Abend zu Ende.

Der liebe Koch gönnte sich noch ein kleines Spaghetti Plauscherl, die Kämpfer durften Diät halten. Beim anschließenden DVD schauen sind wir alle 4 dann eingeschlafen. Elo, die Glückliche, hatte ihr eigenes Zimmer. Sedim und Daniel genossen Didi's kleine Nachtmusik (Schnarch).

Nach ausreichendem Schlaf – ca. 4 St. - ging's um 6 Uhr Früh ins 110 km entfernte Berlikom zum Turnier. Da wir uns ein bisserl verirrt, brauchten wir nur 3 Stunden dafür. Frisch ausgeruht standen wir um 9 Uhr bereit zur Abgabe. Sedim startete bis 75 kg und war der erste unserer Truppe (ca. 12.30 Uhr).

Er kämpfte technisch überlegt ohne Emotionen und gewann seriös und ohne Probleme seinen ersten Kampf. Ca. 2 Stunderln später war der Augenblick der Wahrheit für unsere Elora da.

In der ersten Runde fand sie erst gegen Ende zu ihrer Form, somit ging diese Runde an ihre Schweizer Gegnerin. In der zweiten Runde konnte sie dort weitermachen, wo die erste endete, ihre Gegnerin hatte nichts zu lachen. Elora deckte sie mit einem Hagel von vorderen und hinteren Geraden mit einigen sehr schön platzierten Low Kicks ein. Schön zu sehen war wie weit die Augen ihrer Gegnerin rausgekommen sind bei Elos Low Kicks. Somit klarer Sieg der zweiten Runde. Somit war es unentschieden. Und es folgte Runde 3.

Auch diese Runde gehörte ihr. Somit hat sie bei ihrem ersten Sanda Turnier einen Sieg über eine erfahrene Gegnerin eingebracht. Sie konnte in diesem Kampf alle ihre Vorsätze verwirklichen, alles umsetzen, was sie sich vorgenommen hatte. Nur weiß ich nicht, wer wen beruhigt hat - Elo ihre Mutter oder umgekehrt. Der armen Frau war das Entsetzen ins Gesicht geschrieben.

Sedim's zweiter Kampf war wie der erste - ohne Emotionen, technisch ausgereift mit viel Erfahrung: ein glatter Sieg.

Eloras zweiter Kampf ging leider nicht so glücklich aus wie der erste. Sie bekam eine sehr erfahrene Kämpferin zur Gegnerin, die zwar auch mit Elo's netten low Kicks und ihrer Handschrift Bekanntschaft machte, aber die einfach öfter traf und somit punktete. Diese Runde endete in einem blutigen Gemetzel, beide Mädchen bluteten stark aus den Nasen. Diese Runde ging an Elo's Gegnerin.

In Runde 2 musste Elora nach einem starken Treffer mit anschließendem Stoss von der Plattform w.o. geben. Was wäre, wenn sie sich zu ihrem 2. Kampf genauso motivieren hätte können wie zum 1. glaube ich hätte es anders sein können.

Sedim's 3. Kampf war ein blutiges Gemetzel. In der Pause schob der Arzt Sedim eine blutstillende Watte in die Nase, leider bekam er dann keine Luft und schoss die Watte als kleinen Blut/Rotz Klumpen zwischen unsere Füße vor die VIP Tische. Trotz angeschlagener Nase lieferte er noch eine gute Vorstellung seines Kampfgeistes und guter Technik. Er verlor aber klar gegen seinen Schweizer Gegner.

Somit war nur noch Daniel im Rennen. Um 18.30 Uhr war es dann soweit und er durfte ran an den Feind. Mit seiner selbstausgedachten Taktik den Gegner kommen zu lassen, überraschte er uns alle. Er ließ sich 1 1/2 Minuten schlagen und treten, bis sein Gegner müde war, knapp vor dem Ende der 1. Runde verpasste er einem sichtlich ermüdeten Gegner einige nette Treffer innen/außen Lk. mit einigen netten Geraden. Das Runden Ende rettete seinen Gegner vor dem k.o. Das holte Daniel dann nach ca. 40-50 sec nach. Somit gewann auch Daniel seinen 1. Sanda Kampf souverän mit k.o.

Daniels zweiter Gegner war ein international erfahrener Russe vom deutschen Nationalteam (vom Coach angefangen, Präslmeier und Kämpfer waren alle Germanen Russen). Der in der ersten Runde kurzen Prozess mit unserem Daniel machte. 2x rausgeworfen von der Kampfplattform - das war's.

In der 2. Runde konnte Daniel einige Male mithalten, aber durch die Erfahrung seines Gegners war dieser niemals gefährdet. Auch diese Runde ging vorzeitig an russ... ä nemetzki (Deutschland).

Da aber ab dieser Runde nur noch 4 Teilnehmer übrig waren, stand Daniel im kleinen Finale zum 3-4 Plz. Er konnte sich genügend motivieren, um seinen Gegner keinen Hauch von einer Chance zu lassen.

Klarer Sieg für Daniel. Somit 3. Platz und 70 sfr. Preisgeld.

Rückwirkend betrachtet kann man sagen, dass Elora und Daniel taktisch, technisch und vom Bums her in den oberen Reihen mitspielen können. Da brauchen sie sich nicht verstecken. Was noch fehlt, ist Erfahrung, die man von Turnier zu Turnier gewinnt, um locker und selbstsicher zu werden.

Zu erwähnen ist auch: Wer Didi's Coaching überlebt, ist ein wahrer Kämpfer/in. Mit superprovisioneller Ausrüstung ausgestattet, Mineralwasserflasche mit Trinkstutzen vom Supermarkt das Wasser zwischen Zahnschutz und Zähne geschossen oder ein ordentlicher Schluck in den Rachen geschoben, alles war drinnen. Oder Elo's tolle Kampffrisur unter den Helm in das Haarband zu schieben - über den Umweg zuerst mit dem Zeigefinger ins Auge zu stoßen. Das nächste Mal richte ich ihre Frisur mit Schmalz oder Stauferfett, dann hält auch der Helm besser. So unkollegial es klingt: über die anderen Össis NÖ Xiberger weiß ich leider nicht viel. Einer aus NÖ hat sich die Elle gebrochen und muss operiert werden. Sie alle kämpften tapfer und stark.

Manche mussten sich wie unsere Elora mit Blech begnügen. Wir feuerten uns auch gegenseitig an, sie halfen uns mit Kampfwesten aus.

Aber wir hatten unseren eigenen Stress zu verarbeiten: Play-station ausprobiert; Elo's Eltern und Hunde beruhigen usw.

Fazit zur Veranstaltung: Sie war mit ca. 120 Startern aus der Schweiz, Italien, Deutschland, ein Irländer und die Fahne hoch Österreich gut besucht. In der Frauenklasse von 14 Mädels waren die Hälfte nationale/internationale Haudegen und Meisterinnen, z.B. eine amtierende WM im T Boxen, eine amtierende Sanda Meisterin (die 2 vom selben Verein machten sich das Finale aus, trotz Kolleginnen schenkten sie sich nichts. P.S.: Sanda gewann), wobei einige der Mädels sicher Schwierigkeiten bei einem Sextest hätten. Auch bei den Herren wimmelte es von Titelträgern.

Ein großer Pluspunkt waren die ausgezeichneten Schiri Leistungen - kompetent und fair.

Fragen muss man aber doch, ob es nötig ist 95 Kämpfe auf einer Plattform abzuhalten.

Start 10.15 Uhr und Ende der Siegerehrungen 00.45 Uhr. Man könnte doch die Vorrunden auf mehreren Matten abhalten und erst die kleinen und großen Finalen (hier 10 Kämpfe) auf einer zentralen Plattform abhalten, z.B. als Abendgala. Mit Showprogramm. Ansonsten tolle Organisation, viele Sponsoren (Hut ab) Preisgelder von 1-5 plz, Pokale für die 1-3.

In jeder Gw klasse wurde unter den Startern je 1 mobile Play station, 1 DVD Recorder verlost. Ferner konnten sich 1-5 noch Sachpreise von der seife, Handtücher, Sanda Hosen usw. bedienen. Wir erlebten ein spannendes, zu langes Turnier, hatten aber unseren Spaß, z.B. Elo und Sedim blutete aus den Nasen - sie brauchten fast eine Infusion, beim Daniel tropften 3 Blutropfen aus der Nase, mit dem geschockten Kommentar „Mein Gott, ich blute ja“, brach er fast zusammen. Wir anderen lagen lachend am Boden. Mit Sedim hatten wir einen guten Kameraden und erfahrenen Kämpfer.

Unsere Rückreise nächsten Tages war eine Fahrt von Stau zu Stau. Unser spezieller Dank gilt Elora und ihrer Familie: ohne die das Ganze nicht möglich gewesen wäre: sie haben uns bekocht, ihr Auto, eine Unterkunft gegeben.

Ich möchte ihnen allen vom ganzen Herzen danken. Ich glaube, Elora und Daniel hatten einen guten Einstand ins Össi Sanda National Team.



01.07.2006

Clubzeitung / Ausgabe 01

## Offene österreichische Meisterschaften in Sanda/Sanshu

Am 8. 04.2006 fuhren wir Martin, Oliver und Sebastian, unsere Fechter mit einigen bg Schlachtenbummler und Georg/Didi als Betreuer, nach Aschbach.

Martin und Oliver waren schon durch unsere 2 eigenen kleinen Hausgalas vorbereitet auf den Wettkampfstress.

War zwar im tb., aber es geht ja um das Drumherum.

Die Veranstaltung fing an sich in die Länge zu ziehen und wir mussten warten und warten. 1 Kampffläche für eine Sanda Veranstaltung dürfte Usus sein ;-).

Unser Oliver lieferte sich wahre Blutorgien in seinen Gefechten; im ersten Gefecht startete er souverän und dominant mit ein paar guten Fausttreffern ins Gesicht. Problemlos gewann er alle Runden und somit den Kampf. Martin erkannte zwar (sprachlich usw.), dass sein Gegner Tschetschene und Ringer war - wo auch seine Wurzeln liegen - begann aber trotzdem zur großen Freude seines Coachs und seines Gegners high Kicks zu treten.

Natürlich wurde er x mal geworfen. Somit Punktesieg seines Gegners.

Martin zeigte Mut und schöne Techniken, aber an seiner Kampftaktik müssen ma no arbeiten.

Sein Coach wurde auch einige Male verwarnt nicht so reinzubrüllen, der Arme war knapp vorm durchdrehen.

Olivers und sein nächster Gegner, ein Xiberger vom ö. National Team, lieferten sich ein mörderisches Match, mit allen drum herum, treten, werfen, schlagen, bluten, die ham ausgeschaut - a Wahnsinn: Sport ist Mord.

Zum Schluss konnte der Oliver noch stehen, doch seinem Gegner wurde vom Arzt das Weitermachen verboten.

P.S.: Auch der Oliver überstand den Kampf mit einer leichten Gehirnerschütterung. Dadurch durfte auch er nicht zum Finale antreten. Somit 2. Platz und viel Aspirin usw. für unseren Oliver.

Martin kämpfte in seinem 2. Kampf dieses Tages um Platz 3-4. Dieses Mal war er besser auf das Reglement eingestellt und kämpfte klüger, somit einstimmiger Punktesieg für Martin und 3. Platz.

Der arme Sebastian musste als schwerster am längsten auf seinem Einsatz warten. Endlich im Finale, konnte er sich nicht mit dem Regelwerk, das Ringer leicht bevorzugt, anfreunden und verlor gegen seinen tschetschenischen Ringer. Ergebnis 2. Platz. Übrigens standen am Treppchen ganz oben fast immer Ringer. Außer es waren keine am Start. Resümee: Es war unser 2. Auftritt beim Sanda. Voriges Jahr erreichte der Oliver einen 3. Platz.

Wir sind auf dem Wege uns zu etablieren und zu steigern, heuer starteten wir mit 3 Kämpfern und kommen mit zwei 2. Plätzen und einem 3. Platz heim.

Wir gratulieren allen drei zu ihrer guten Leistung und hoffen, dass sie ihren Weg finden werden.



# Auflösung

					A			U		I
P	L	A	N		I	M	A	M	I	T
	E	I			S	I		S		A
	S	R	A	M		T	O	T	A	L
	K		N					A	M	I
B	O	N	J	O	U	R		N		E
	W	A	A	G		A		D		N
		C			A	D	V		C	
K	O	H	L	E		E	I	N	E	R
	B	L	B				I	L		I
		A		M	A	U			E	T
B	A	S	S		K		O		N	E
	G	S		S	T	D				N
	E			A		U	M	B	A	U
U	N	T	E	R		K		G	U	T
	T	E		G	I	E	R		S	O
I	R	A	K	P	O	L	I	T	I	K

治  
闘  
流



CHI  
TO  
RYU

Karate/Kobudo/Jai Jitsu/Shiatsu

Trainingszeiten:

Di: 18<sup>00</sup>– 19<sup>30</sup> Erwachsene

Do: 18<sup>00</sup>– 19<sup>30</sup> Erwachsene & Kinder

Fr: 18<sup>00</sup>– 19<sup>00</sup> Kinder

19<sup>00</sup>– 20<sup>30</sup> Erwachsene

Eslarngasse 10/ Ecke Tel. :

Barmherzigengasse 0664/ 381 22 34

A- 1030 Wien 0676/ 627 67 54

Homepage: [www.go.to/kampfkunst](http://www.go.to/kampfkunst)

**Erste Woche Gratis**