

2013

Europameisterschaft Sonderausgabe



Klubzeitung des Chi-Too-Ryu Kampfkunstzentrums Erdberg

Wir sind Mitglied des ASVÖ, World Kobudo Federation,
World Kickbox Federation, Wushu Verband Österreich,
Kyokushin Kan, Chitooryu Karate/Kobudo Renmai

Inhaltsverzeichnis

Liebe Freunde!.....	3
Unser Medaillenspiegel: European Championship WKF in Bregenz 2013.....	4
European Championship WKF in Bregenz	5
EM Bericht.....	7
Der Tag, an dem ich Europameisterin wurde	8
Europameisterschaft 2013	10
Bericht über die Kata Saifa anlässlich der Europameisterschaft in Bregenz 2013	11
WKF Europameisterschaft 2013 oder 40 Stunden Stress	13
Die WKF EM vom 28. Okt. bis 2. Nov. 2013	18
Rund um die EM	21
Trainingsplan.....	22
Ich würde gerne Karate lernen - was muss ich tun?	22
Impressum.....	22

Liebe Freunde!

Jetzt haltet ihr unser zweites Extrablatt in den Händen.

Diesmal über die **WKF EM 2013** von Bregenz im grenznahen Ausland. Zumindest was die Sprache betrifft.

Auch auf die Gefahr hinauf, dass ich mich wiederhole: Das Antreten bei Wettbewerben soll das Salz in der Suppe sein. Das Erproben der eigenen Fähigkeiten unter Stress usw. Und nicht zu vergessen, um Spaß zu haben.

Es soll nicht Selbstzweck sein.

Natürlich genügt es vielen, einzig das normale Training zu erleben. Das ist auch gut so, wir sind ein Kampfkunstklub, der wirklich eine große Bandbreite im Repertoire anbietet.



Bei dieser EM starteten wir mit einem menschlich tollen Team: Michelle Suchomel, Sabrina Kopf, Julia Lameraner, Marion Wisinger, Martin Habenicht, Daniel Kagerbauer, Alexander Lameraner sowie als moralische Unterstützung Rudi Habenicht.

Mein Dank gilt euch allen für eure Menschlichkeit, Hilfsbereitschaft und dem Einsatz, den ihr erbracht habt.

Danke dem Kamikaze Fahrer Daniel, der die Familie Habenicht im Tiefflug von Wien nach Bregenz und retour geflogen, äh, gefahren hat. Da ist Alex schon ein gemütlicherer Reisender.

Danke euch allen für die Zusammenarbeit, z.B. Marion, die freiwillig die Schreiarbeiten übernimmt, Daniel, der geduldige Sekretär, usw. Ihr ward mir bei der Vorbereitung und Einteilung eine große Hilfe.

Ich hoffe, dass wir alle noch viele gemeinsame Reisen (Unternehmungen) unternehmen werden.

Wir alle gratulieren euch zu euren Erfolgen - von jung Küken bis zu den jung Gebliebenen. Ihr habt Grund stolz auf euch zu sein, haltet euer Niveau. Bleibt auf dem Weg der Kampfkunst.

Ich wünsche euch allen viel Spaß beim Lesen

治
闘
流

Liebe Grüße

Didi

Unser Medaillenspiegel: European Championship WKF in Bregenz 2013



Daniel: Silber, Bronze
Julia: Gold, Gold
Marion: Gold, Silber, Bronze
Martin: Silber
Michelle: Gold, Silber
Sabrina: Gold, Silber
Alex: Gold, Gold, Silber, Bronze

European Championship WKF in Bregenz

Offizieller Bericht der NMAC

(mit Erlaubnis von Daniela Klopfer)

Werte Sportfreunde und liebe Nationalteammitglieder,

Vergangene Woche fand in der VlbG. Landeshauptstadt das 2. Großereignis des Jahres statt. Die Europameisterschaft im Kickboxen nach WKF.

22 Europäische Nationen und 318 Athleten, nahmen mit knapp 600 Starts teil. Die Organisation dieser Topveranstaltung übernahm der Bregenzer Verein - Black Dragon Bregenz, mit Unterstützung des VlbG. Landesfachverbandes und der NMAC Austria. Verantwortlicher Funktionär war Harald Folladori.

Die Veranstaltung zeigte Kickboxen von seiner interessantesten und attraktivsten Seite. Die Vorarlberger Bevölkerung nahm regen Anteil und so war die Halle täglich mit 500 Zuschauern gesegnet.

Ereignis: Die Registration und die Meetings der Trainer, Referees und Präsidenten - fanden am Montag und Dienstag statt. Die Eröffnungsfeier und die ersten Ausscheidungskämpfe am Mittwoch und Donnerstag, Freitag dann die Finalkämpfe. Aus Österreichischer Sicht war es DAS Erlebnis und so konnten unsere Sportler SENSATIONELL zum zweiten Mal in Folge die Nationenwertung mit 39 Goldmedaillen gewinnen, noch vor dem Deutschen und Tschechischen Team.

Die Stars waren vor allem im Nachwuchs ... Kinder & Junioren holten die meisten Erfolge. Aber auch die Erwachsenen taten ihren Anteil dazu.

Alles in Allem eine sehr professionelle Veranstaltung, die in Summe 3 Reklamationen behandeln musste und alle waren begeistert von der Qualität unserer Vorarlberger Ausrichter. Ein großes Lob an Daniela Klopfer und ihr Team.

Das WKF Präsidium gab bekannt, dass dies die beste Veranstaltung der WKF war und Prag gerne dieses Team zur Ausrichtung hätte. Nach Varazdin und Bregenz, wäre das der Hatrick.

Aus Österreichischer Sicht waren die erfolgreichsten Vereine:

- Black Dragon Bregenz
- Erdberg Wien
- KKV Hard
- Wiener Neudorf
- KBC Montafon
- Octagon Wien
- Verein Schwadorf

Erfolgreichste Kämpferin war Liebl Julia (Montafon) und Katharina Köhlmeier (Bregenz). Erfolgreichstes Mädchen: Laura Folladori (Bregenz) und erfolgreichster Junge: Koray Güngöromez (Bregenz). Bester Junior: Lukas Reiter (Bregenz) und bei den Herren: Dominik Schuster (Hard). Alle zusammen halten OHNE Teamfights 12 Goldmedaillen. Bei den Formen räumten die Familie Lameraner, Julia und Alex (Erdberg), und Johann Stöger (OÖ) alleine 6 Goldene ab HERZLICHE GRATULATION!

Auch an die Teamchefs und Nationaltrainern, Richard Baumann und Bernd Schäfer, sowie an Nachwuchscoach Katharina Folladori, recht Herzlichen Dank, ihr wart spitze!

Die Veranstalter ruhen sich aber nicht aus, denn in 2 Wochen kommt die Internationale Vlbjg. Landesmeisterschaft, das Bregenzer Open, als letztes Turnier 2013 und erstes Wertungsturnier 2014 an die Reihe.

Danke für Eure Teilnahme und das Vertrauen in uns!

Mit sportlichen Grüßen,

Harald Folladori
NMAC-Austria Präsident

NMAC Austria
Head Quarter NMAC Austria, Mr. Harald FOLLADORI (President),
Achgasse 25c, 6900 Bregenz, Austria

headquarter@nmac-austria.com
www.nmac-austria.com



EM Bericht



Am 1. November 2013 ging ein lang gehegter Traum in Erfüllung, denn ich bin bei einer Karate EM dabei. Die Veranstaltung war großartig.

Mein Karateklub und ich gingen in eine kleinere Halle, um sich mal umzuziehen. Es waren ziemlich viele Länder vertreten, z.B. Frankreich, Deutschland, Ukraine usw. Um ca. 11 Uhr mussten alle Länder sich in Reihen aufstellen. Es wurden die Veranstalter und die Schiedsrichter vorgestellt. Danach wurden die Hymnen für die beteiligten Länder abgespielt.

Als die Einführung vorbei war hieß es warten, warten und warten, bis die Karate Formen ausgeführt worden sind. Ich ging durch die Halle und schaute bei einigen Kick Box Kämpfen zu. Es waren ein paar gute Leute dabei. Nach ca. 3 Stunden war es endlich so weit.

Die Kata Wettbewerbe wurden abgehalten. Ab jetzt heißt es aufwärmen und die Kata ein paar Mal mental durchgehen. Nun war meine Klasse dran. Als erster legte der Deutsche vor und zeigte eine ziemlich gute Kampfvorführung. Nun kam der Favorit dran, ein Ukrainer. Ich schaute vom Mattenrand sehr interessiert zu, denn er zeigte hochtechnische akrobatische Sachen. Aber dann gab er auf, weil er sich in der Kata verirrt hatte. Sein Trainer war außer sich. Und durch den Fehler wurde er disqualifiziert.

Nun war ich dran. Als ich die Matte betrat, war ich sehr nervös. Nach dem Vorstellen fing ich mit der Kata an und ca. bei der Hälfte merkte ich, dass ich mich verirrt hatte, so musste mir etwas einfallen, dass ich am Ende nicht verkehrt da stehe. Deswegen bekam ich schlechte Noten und somit gewann der Deutsche den EM Titel und mein Resultat war der 2. Platz. Damit war ich natürlich auch zufrieden.

Als alles endlich vorbei war, fuhren wir alle ins Hotel, holten unsere Sachen ab und fuhren zurück nach Wien. Mein Vater, meine Schwester und ich fuhren mit dem Daniel wieder zurück. Wir hatten dann so einen Hunger, dass wir beim McDonald's in München anhielten. Nach dem ging es gleich weiter. Später tauchte auf der Autobahn dichter Nebel auf, der aber nach einer kurzen Zeit wieder verschwand. Um ein Uhr waren mein Vater, meine Schwester und ich zu Hause und legten uns sofort ins Bett.

Diese EM war ein tolles Erlebnis. Der nächste große Event ist die WM im November 2014 in Prag und hoffe, dass wir da auch ziemlich erfolgreich sind.

Martin

Der Tag, an dem ich Europameisterin wurde



Es war 7:30 als ich aufstehen musste, ich war noch müde.

Dann um 8:00 Uhr Frühstück mit den anderen. Das Frühstück war sehr lecker, aber viel zu kurz. Denn wir mussten schon zur Turnhalle fahren. Als wir dort ankamen waren schon viele Leute in der Halle.

Aber ich war sehr entspannt. Ein paar Stunden mussten wir sehr lange warten bis wir dran gekommen sind. Das war sehr mühsam für uns. Und eine halbe Stunde bevor wir dran kamen, haben wir uns schon langsam aufgewärmt und sind unsere Katas durchgegangen. Und ich war immer noch nicht aufgeregt.

Dann war es soweit. Die Gegnerinnen kamen zuerst dran. Als ich dann endlich dran kam war ich sehr froh. Ich hatte so viel Energie in mir.

Dann stand ich auf der Matte. Meine erste Kata war Sepai, und meine Gegnerin war 18 und hatte schon den Schwarzen Gürtel. Als ich dann die Kata vorgezeigt habe ich rund um mich alles ausgeblendet. Ich wollte die Kata einfach gut machen. Leider gewann meine Gegnerin und ich wurde Zweite. Das heißt, dass ich Vizeeuropameisterin bin!

Anschließend kam ich nochmal an die Reihe. Diesmal bin ich mit der Xiao Hong Quan angetreten. Nachdem ich meine Kata vorgezeigt hatte, kam die Entscheidung. Bei dieser Entscheidung war ich schon aufgeregt. Diesmal habe ich gewonnen, das heißt, ich wurde Europameister!

Danach fuhren wir alle nach Hause.

Sabrina

Meine erste Europameisterschaft

Ein innerer Monolog von Michelle

Heute ist der 29. Oktober 2013. Ich fahre zur Europameisterschaft nach Bregenz. Mit Alex und Julia. Ich bin seit 7.30 Uhr munter. Frühstücken, Waschen, alles herrichten, nichts vergessen. Den weißen "Pyjama Gi", die schwarze Hose, das Klub T-Shirt und die andere Wäsche. Um halb neun hat Alex gesagt, fahren wir. Um ca. 9 Uhr ist er vorgefahren. Es wird etwas später, denn er hat sein "Werkzeug" vergessen und muss noch mal zurück. Hihi. Nach ein paar hundert Kilometer sind wir da. Bregenz. Zuerst schauen wir in die Halle, dann Marion vom Bahnhof holen und dann ins Hotel. Ich teile mir mit Julia ein Zimmer. Ab in die Pizzeria, was für den Magen holen. So um die Geisterstunde schlafen gehen, morgen ist EM-Tag.

Gut geschlafen. Es ist 5.30 Uhr und ich warte bis 6 Uhr. Mit Sabrina hab ich ausgemacht, dass wir laufen gehen. Sie schläft, also gehe ich alleine in Bregenz laufen. Um halb acht komme ich zurück. Ich habe mich ausgesperrt. Sch... Setze mich am Gang vor die Tür, will niemand stören. Sabrina kommt aus ihrem Zimmer, verschlafen. Ich schreibe Alex auf dem Handy, das ich mich ausgesperrt hab. Er kann darüber nur lachen und Julia öffnet mir die Tür. Schön blöd von mir. Ein bisschen frühstücken und um 10 Uhr oder so in die Halle. Alles mitnehmen.

Ganz schön viel los. Nur das Warten wird fad. Ein paar Mal die Kata üben, aufwärmen, dehnen und herumgehen. Jetzt um 15 Uhr ist es endlich soweit. Ich mache meine Kata Sepai (hoffentlich richtig geschrieben). Richtig gemacht. Denk ich mal. Dafür bekomme ich Silber, ein deutsches Mädchen holt die Goldene. Jetzt umziehen. Für die zweite Form "Kleine rote Faust" ziehe ich die schwarze Hose und das Klub T-Shirt an. Sieht besser aus. Cooler. Für diese Form gibt es Gold. Das freut mich sehr. Alles erledigt, die Nerven haben auch gehalten.

Wir fahren heute noch zurück. Das Edelmetall nimmt Didi mit. Es war eine super Sache für mich. Danke an Alex für das zusätzliche Training, war schon sehr wichtig. Ich freue mich schon auf das nächste Mal. Schaut euch das Video an, dann seht ihr was wir erlebt und gemacht haben.

Michelle

Europameisterschaft 2013



Die EM 2013 fand diesmal in Bregenz, Vorarlberg statt. Wir fuhren am 29. 10. 2013 gegen 08:00 Uhr los. Die Fahrzeit betrug mehrere Stunden, in denen wir schliefen oder hauptsächlich Musik hörten. Als wir um 17:00 Uhr in Bregenz ankamen, waren Michelle und ich bereits aufgeregt. Wir besuchten die Halle, um uns einen Überblick zu verschaffen und die letzten Fragen aus dem Weg zu räumen. Im Hotel angekommen, trafen wir auf Didi und bezogen erstmal unsere Zimmer.

Michelle und ich hatten eines zusammen, während Sabsi sich eines mit Marion teilte. Nachdem wir alle eine halbe Stunde später zusammen gefunden hatten, machten wir uns hungrig auf dem Weg zu einer „in der Nähe“ gelegenen Pizzeria. Angeblich sollte diese nur 500 m entfernt liegen – im Endeffekt gingen wir über 30 Minuten. Nach Luft ringend, suchten wir uns einen gemütlichen Platz.

Gegen elf Uhr waren wir wieder im Hotel angekommen. Wir duschten uns und schliefen gegen ein Uhr ein.

Am 30. 10. 2013 war es dann so weit: Wir frühstückten alle gemeinsam und fuhren dann im Konvoi zur Halle. Im Gegensatz zum vorigen Tag waren nun alle Parkplätze besetzt und viele Menschen anwesend. In der Halle zogen wir uns um und begannen uns aufzuwärmen. Nach dem Anwesenheitsappel, hieß es, dass wir um 14:00 Uhr beginnen sollten. Tja, für die Kämpfer schon, für die Formen begann es erst gegen 15:00 Uhr. So standen wir in der Halle herum und wussten nicht was wir tun sollten. Als es dann WIRKLICH begann, ging es schnell. Ich war erst gegen Ende dran und war noch recht ruhig, doch als nur mehr einer vor mir war, begann ich sehr nervös zu werden. Mir wurde schlecht und mein Puls stieg an. Auf der Matte bemerkte man davon allerdings nichts. Ich gewann 5:0 – und kippte nachher gleich mal um.

Das zweite Mal fiel mir schon etwas leichter. Nun war die Musik-Kata an der Reihe. Wir hatten sie eigens auf mich zugeschnitten und die Musik war „Fighter“ von Christina Aguilera. Zwar zitterten meine Hände wie wild, doch auch hier gewann ich 5:0. Ich war Doppeleuropameister und konnte es nicht fassen. Doppeleuropameister!

Wir blieben in der Halle bis es ganz aus war, packten uns zusammen und fuhren zurück zum Hotel. Dort holten wir unsere Koffer und machten uns auf die Heimreise. Da wir erst gegen 20:00 Uhr fuhren und drei größere Pausen machten, kamen wir erst um 02:00 Uhr daheim an. Überglücklich fiel ich ins Bett.

Julia

Bericht über die Kata Saifa anlässlich der Europameisterschaft in Bregenz 2013

Eine Minute auf dem Boot *



Sobald ich den ersten Schritt auf die Matte setze, ist Umkehr unmöglich. Es öffnet sich die Zeit und ich gehe hinein. Der Raum verliert an Höhe und Weite, und ich richte den Blick auf irgendwohin. Das Kampfgetöse, die Rufe des Publikums, Kommandos der Coaches sind kaum wahrnehmbar im Hintergrund. Und schon im Gehen erinnere ich mich nicht, woran ich am Weg zu den Schiedsrichtern dachte, *wirke kämpferisch, die ersten Sekunden entscheiden*, doch das Denken entgleitet mir wie ein Traum beim Erwachen, es geht mir augenblicklich verloren. Nur das Gegenwärtige ist machbar, das Atmen, das Verbeugen. Ich stehe allein da. Nichts bewegt mich, außer ich mich selbst. *May I start*, frage ich und stelle ein freundliches Nicken fest, das mich weiter in die Stille treibt und mich zurückwirft in die Mitte der Fläche, wo ich die Augen schließe und neu hervortrete mit der ersten Bewegung. Ich stoße in den

Raum, als könnte ich meine Angst mit einem Schlag des Ellbogens vertreiben, *locker bleiben und kraftvoll*, doch meine Füße sind schon weiter gegangen, ohne dass ich es ihnen gesagt hätte. Ich bremsen, versuche zu kontrollieren, da fährt schon der zweite Ellbogen einem anderen Gegner an die Gurgel, und ich finde mich wieder im Kiba Dachi, keine Ahnung, wie ich da hingekommen bin. Meine Handflächen schneiden die Luft vor meinem Gesicht zu einem Sichtfenster, das mir den Blick begrenzt und mir den Gegner vom Leib hält. Da fällt mir ein, den Kopf nach rechts zu wenden, hier naht Gefahr, doch zu spät, der erste Mae Geri ist bereits getreten, ich schaue auf meine Füße, zweifle an mir und verliere an Kraft.

Unbeirrt weiter machen, fast muss ich lächeln, weil ich die Stimme meine Trainers zu hören glaube, und unvermutet ist da Platz in mir. Es ist Zeit in der Zeit, und während meine Fäuste wie von selbst schlagen, *zerschmettern*, bleibe ich ruhig und höre mir beim Schreien zu. Doch dann stehe ich mit erhobener Hand und erschrecke vor der Müdigkeit, die mich nun befällt, als wäre die Energie aus meinem Mund gestürzt und kein Schritt mehr möglich. Mein Blick kehrt in mich ein, ich suche nach einem Bewusstsein, finde es mitten im Pulsschlag und hauche es mir in die Knie, die federnd rotieren und mich an das andere Ende der Kata tragen. Ich atme wieder, bin zeitgleich in mir und auf dem Boden, schreie nochmals und fürchte mich nicht mehr. Fast lässig wende ich, beobachte das Gefuchtel meiner Hände und versacke tief im Kokutso Dachi. Ich bin etwas außer Atem, nun die letzten Bewegungen, rechte Hand in die linke Hand, ausatmen, aufrichten, verbeugen. Ich bin nicht mehr allein.

Langsam kehrt der Tag in mein Blickfeld zurück, im Ring daneben liegt Einer am Boden, neben der Matte wärmen sich andere Sportler auf. Ich höre Applaus und meine Freunde

strecken den Daumen in die Höhe. *Es ist geschehen*, denke ich, irreversibel in Zeit und Form gegossen, kein Schritt ist rückgängig zu machen und Ausdruck dessen, was in dieser Minute möglich war.

Marion Wisinger

* Der Legende nach sollen chinesische Fischer die Kata Saifa entwickelt haben. Man kann sie auf einem Boot durchführen, deswegen sind die Bewegungen der Kata eher nach vorne und nach hinten ausgerichtet als zu den Seiten.

Mit Dank an Gerald Dittrich und Martin Maier.

WKF Europameisterschaft 2013 oder 40 Stunden Stress



Okay, dann wollen wir mal.

Zuerst sollte die EM in der Ukraine stattfinden, „leider“ (gell Marion, Martin und Didi ;-)) kam dies nicht zustande. So wurde entschieden dass diese in unserem Land stattfindet – in Bregenz (Vorarlberg).

Entfernungsmäßig machte das, für uns Wiener aber kaum einen Unterschied. Von der Fahrt (Straßen – oder so ähnlich) aber schon. Für mehr Infos lest euch den Bericht über den Worldcup in der Ukraine durch.

Wie auch immer, durch die örtliche Verschiebung kam es leider auch zu einer zeitlichen. Die EM wurde nach hinten verschoben, leider genau in die Woche wo Julias und mein „heiligster“ Feiertag im Jahr stattfindet – Halloween ☹

Somit gab es dieses Jahr keine Halloween Party bei uns zu Hause. Dankenswerterweise ist eine Freundin eingesprungen und hat die Party „übernommen“.

Dienstag Früh die Abfahrt Richtung Bregenz. Oder sagen wir mal der erste Versuch. Auf dem Weg, um Barbie abzuholen, fragte Julia, glücklicherweise(!), wo denn meine Schwerttasche sei *umpf* - die lag noch zu Hause. Wäre blöd gewesen, meine Schwert Kata ohne Schwert zu machen.

Also wieder zurück die Tasche holen und Abfahrt der 2. Versuch. Dann noch Barbie abgeholt und ab ging es auf die Autobahn. Das war natürlich super – in Wien auf die Autobahn rauf und direkt in Bregenz erst wieder runter. Aber mit ein paar Pausen summierte sich das auch auf rund 7 Stunden Fahrzeit.

Während der Fahrt dann diverse SMS von Didi – „die Kata Bewerbe finden mittwochs statt“....“doch erst am Donnerstag“.....“wieder mittwochs“.....“keiner weiß etwas“....“nur für manche von uns am Mittwoch“....

Da wir alle unsere Kosten für die Turniere selbst zahlen, bin ich natürlich immer darauf bedacht so kurz wie nötig an einem Turnierort zu sein. Auch diesmal „schafften“ wir es nur einmal nächtigen zu müssen – zahlen durften wir aber trotzdem zwei Nächte, weil schon fix vorreserviert war. ☹

Kurz nach 17 Uhr kamen wir dann schließlich in der Halle in Bregenz an und ich konnte mit Harry Folladori (verantwortlicher Funktionär/Black Dragon Bregenz) endlich und endgültig den Ablauf klären – ein Teil der Formen fand am Mittwoch statt (wo auch wir alle dabei waren) und der Rest am Donnerstag.

Normalerweise ist es seit 500 Jahren (oder so) üblich das, egal bei welchem Turnier, die Formen als erstes dran sind. Schon in Hinblick auf die Musikformen logisch – die Musik stört

die Kämpfer. Andererseits ist es auch ziemlich störend während einer Kata das Geschrei der Trainer und Fans (nicht mal der Kämpfer) zu hören.

An dieser Stelle auch einmal ein großes Dankeschön an Harry – seine Aussage „*Die Sportler sind die wichtigsten*“ sollte sich so mancher einmal zu Herzen nehmen.

Kurzer Break für eine (und nicht nur meine) persönlich Meinung – für alle die nur an den Formen teilnehmen ist es bei einem großen Turnier relativ sinnlos schon Tage vorher anzureisen. Warum muss ich Montag anreisen, Dienstag registrieren und erst Mittwoch ist dann der Turnier Start.

Das ist, zumindest, ein verlorener Tag (Dienstag). Bei kurzer Anreise sind das sogar zwei verlorene Tage. Für die Teilnahme an den Formen benötigt man weder eine ärztliche Untersuchung noch eine Abwaage. Es reicht ja den Pass vorzuzeigen und die Teilnahmegebühr zu bezahlen. Damit der Veranstalter auf der sicheren Seite ist kann man diese ja auch vorab überweisen.

So gerne man auf ein Turnier fährt – jeder muss zur Schule oder in die Arbeit und nicht jeder hat die Zeit bzw. das Geld eine ganze Woche an einem Turnierort zu sein. Und wenn man dann hört das MO und DI ja auch dafür da sind um sich den Ort und die Umgebung anzusehen – mal im Ernst, wenn ich das möchte, mache ich dort Urlaub.

Okay, weiter im Text.

Nach unserem Besuch in der Halle ging es sich perfekt aus um Marion vom Bahnhof abzuholen.

Anschließend war es nur noch ca. eine viertel Stunde bis ins nahe gelegene Hotel.

Dort trafen wir nicht nur Didi sondern auch viele Bekannte - Funktionäre, Trainer und Aktive. Während wir unsere Zimmer bezogen kam auch unser zweites Auto mit Sabsi, Martin, Daniel und Rudi an.

Nun war Hunger angesagt. Wir erkundigten uns an der Rezeption bezüglich Möglichkeiten und erfuhren von einer Pizzeria die „*nur 5 Minuten entfernt*“ sei. Didi durfte an einer Funktionärs Sitzung teilnehmen und so machten der Rest von uns sich auf die vermeintlich nahegelegene Pizzeria zu stürmen.

Nach 20 Minuten Fußmarsch, flotter Fußmarsch – kalt und regnerisch, kam uns der Verdacht das „Minuten“ in Bregenz eigentlich „Kilometer“ bedeuten. Kurz nachgefragt in einem Kaffee – „*die Richtung stimmt, nur mehr 2 oder 3 Hundert Meter*“. Nach weiteren 10 Minuten hatten wir auch diese „2 oder 3 Hundert Meter“ hinter uns gebracht und konnten uns in der Pizzeria aufwärmen.

Das Essen war sehr gut, aber wie schon befürchtet auch relativ teuer .Durchschnittlich € 12 für eine Pizza ist nicht gerade ein Schnäppchen. Trotzdem hatten wir viel Spaß dort.

Bereits in der Pizzeria kam ein Anruf vom Didi „*wo seids denn so lange*“ – wir Altspatzen sollten ihm nämlich helfen bzw. kontrollieren beim Schreiben der Formen Starterlisten.

Es ist ja doch eine ziemliche Arbeit die vielen Starter händisch in die Starterlisten einzutragen - ohne jemanden zu vergessen oder versehentlich doppelt zu setzen.

Okay, Daniel und ich waren nicht wirklich eine Hilfe. Wir waren eher „geistiger“ Beistand. ☺ Aber Marion übertrug Didis Ansagen brav in die Listen – sie hat ja auch die schönste Schrift UND vor allem leserlich. Gell Didi?

So gegen ½ 1 ging es dann aufs Zimmer. Noch ein bisschen Video schauen um die richtige Bettschwere zu bekommen und Gute Nacht.

Um ½ 7 war Tagwache. Und schon die erste Nachricht am Handy. Barbie hatte sich mit Sabsi ausgemacht in der Früh Joggen zu gehen. Sabsi verschlief und Barbie ging alleine. Alleine und ohne Zimmerschlüssel! Da sie niemand wecken wollte, saß sie nun vor der Zimmertür.
gg

Frühstück um 7 Uhr. Nach kaum einem Liter Kaffee intravenös, war ich auch schon ansprechbar. Dann ging es auch schon ganz flott. Um kurz nach 8 sollten wir in der Halle sein, da um 9 Uhr der Einmarsch stattfinden sollte. Nach diesem sollten auch gleich die Formen starten.

Durch diverse Trainerbesprechung bzw. Fragen verzögerte sich der Einmarsch bis auf 10 Uhr. Jetzt ratet mal – ja, genau – die Formen starteten auch nicht gleich nach dem Einmarsch, sondern lt. Plan erst um 14 Uhr. Also war erstmal warten angesagt. Glücklicherweise war es ein sehr sonniger Tag und so konnten wir die Zeit auch vor der Halle verbringen. Hier konnten wir auch neue Bekanntschaft mit ein paar Leuten der WKF Italia schließen. Saluti a Italia!

Im Endeffekt starteten die Formen dann kurz nach 15 Uhr.

Ich kam als erster – also nicht nur mein Bewerb, FFS-Forms Freestyle Weapon with Music (Veterans), sondern auch ich persönlich. Nicht gut. *Gar nicht gut*. Meine vermeintlich beste Kata – Ken Shin Sono Ichi (Schwert Kata) – habe ich voll verpatzt. Nicht geschmeidig genug, nicht flüssig genug und zum Schluss beim saya bigi (Schwert in die Scheide stecken) auch noch hängengeblieben. Was soll ich sagen große Enttäuschung meinerseits, „nur“ der 2. Platz.

Uuund dann wurden die Musikformen auch schon unterbrochen – ein Trainer der Kämpfer hat sich über den „Lärm“ beschwert und mit Einspruch bei jedem Kampf seiner Schützlinge gedroht. Finde ich sehr witzig. Hört euch mal am Video an wie laut es während unserer Katas von den Kämpfern (oder eher von den Trainern und Fans) war. Und das darf uns nicht stören??

Whatever, es ging weiter mit den Formen ohne Musik. Hier kam als erste unsere Marion „Snakefighterin M“ Wisinger dran. CFW – Creative Form Weapons no Music (Veterans). Ihre Bo-Kata Ten Ryu brachte ihr den 2. Platz ein. Für die kurze Vorbereitungszeit eine super Leistung.

Dann war meiner einer wieder an der Reihe und es zeigte sich „alt, aber gut“. Also nicht nur ich ;-), sondern auch meine Bo-Kata „Shusi No Kon Sho“. Mit der ersten Waffen Kata die ich gelernt habe konnte ich, im Bewerb CFW – Creative Form Weapons no Music, den 1. Platz erringen.

FWT – Forms Weapons traditional (+18). Hier war der Daniel Kagerbauer an der Reihe. Trotz sehr harter Konkurrenz konnte er sich mit seiner Kanku Dai Non Sai den 2. Platz erkämpfen.

3. Start, 3. Platz. Im Bewerb FVT – Forms Veterans traditional (+36) trat ich mit der Sepai an. Bei 2 Schwarzgurt Gegnern und 5 Wertungsrichtern nur 3 Zehntel Punkte Rückstand fand ich nicht mal so schlecht.

Nun kam unsere Jugend an die Reihe. Als erstes unsere Michelle „Barbie“ Suchomel mit einer Sepai im Bewerb CFS – Creative Forms (-13). Sie erreichte einen 2. Platz, wobei ich sie eher auf dem ersten gesehen hätte. Aber das war halt Geschmackssache der Schiedsrichter.

Sabrina „Sabsi“ Kopf trat auch mit einer Sepai an, CFS – Creative Forms (U18). Sie hatte harte Konkurrenz, konnte aber auch den 2. Platz erreichen.

Nun war ich zum letzten Mal an der Reihe. Im Bewerb FVW – Forms Veterans traditional weapon – gelang es mir mit meiner Lanzen Kata „Shusi No So Sho“ ebenfalls den 1. Platz zu erlangen.

Da war der alte Mann aber stolz auf sich ☺

Der nächste Starter war Martin Habenicht. Sein Bewerb war CFS – Creative Forms, seine Kata die „Suparinpei“. Leider machte er beim Abschluss einen Fehler und statt dem (fast) sicheren 1. Platz wurde es „nur“ ein 2. Platz.

Nun war mein Töchterchen Julia „Pfulchen“ Lameraner das erste Mal an der Reihe. Mit ihrer „Kanku Dai“ trat sie im Bewerb FHS – Formen Hard Style Japanese an. Papa war ganz stolz als Töchterchen den 1. Platz erreichte.

Zum zweiten Mal trat nun „Snakefighterin M“ aka Marion Wisinger an. Ihr Bewerb FVT – Forms Veterans traditional. Ihre Kata Saifa. Nach einem Gleichstand kam es zu einem Stechen das Marion für sich entscheiden konnte und somit den 1. Platz erreichte.

FSS – Forms Freestyle. In verschiedenen Altersklassen waren hier Sabsi und Barbie an der Reihe. Beide mit der Xiao Hong Quan. Beide wie Hamster auf Speed. ☺ Aber beide brav den 1. Platz gemacht.

Nun das letzte Antreten von Julia, aber das erste Mal mit ihrer neuen Musik Kata. Hat sie aber bravourös gemeistert – auch in diesem Bewerb FFS – Formen Freestyle hat sie den 1. Platz erreicht.

Jetzt platzte Papa vor Stolz!!!!



Last but not least kam Daniel nochmal an die Reihe – FHS Forms Hard Style Japanese. Hier gelang es ihm mit seiner „Kanku Dai“ einen 3. Platz zu erreichen.

Donnerstags trat unsere „Snakefighterin M“ Marion überraschend (auch für sie selbst) noch mit ihrer Saifa mit Musik an – laut Didi GAAANZ freiwillig ;-) Dieses Antreten im Bewerb FFS – Forms Freestyle with Music brachte ihr noch einen 3. Platz ein.

Marion nahm am Donnerstag auch alle Medaillen für uns entgegen. Das hätte ich gerne gesehen, Snakefighterin M mit 16 Medaillen behängt.

Für uns andere ging es aber nach dem Turnier ab ins Hotel. Einpacken, zahlen und verabschieden.

Kurz nach 18 Uhr fuhren wir los Richtung Heimat.

Nach kurzer Fahrt auf der Autobahn fiel Barbie in eine Art komatösen Schlaf. Bei der ersten Rast bekamen wir sie kaum munter. Wir mussten erst mal den Puls fühlen, ob sie überhaupt noch lebt.

Leider mussten wir zeitbedingt den geplanten Zwischenstopp in München für ein Abendessen im Hard Rock Cafe canceln. Wir wären erst um 21 Uhr in München gewesen. Durch Parkplatz suchen (das Hard Rock Cafe liegt in der Fußgängerzone), Essen, wieder retour usw. wären wir wahrscheinlich erst um 5 Uhr früh in Wien gewesen. Nach einem so langen und anstrengenden Tag wollte ich mir das nicht unbedingt antun. So kamen wir müde, aber wohlbehalten, kurz vor 1 Uhr früh in Wien an.

Die rund 40 Stunden Stress haben sich aber voll ausgezahlt.

Obwohl nur 7 von unserem Klub antraten, schafften wir es mit 16 Medaillen – davon 7 Europameister Titel(!) - auf Platz 2 der Österreichischen Klubs!



Ein großes Lob und ein dickes Dankeschön an unseren Didi – seinen Mühen und seiner Arbeit haben wir 7 das zu verdanken!!! (Ich hoffe, jeder hat bemerkt, dass ich „dickes“ vor „Dankeschön“ und nicht vor „Didi“ gesetzt habe 😊.)

Alex

Die WKF EM vom 28. Okt. bis 2. Nov. 2013

Alleine die An- und Abreise würde eine Extraausgabe füllen. Ich sage nur 2er Golf.

Unsere gsibergerischen Freunde haben eine tolle EM veranstaltet. Das Rundherum - Halle, Hotel hat voll gepasst. Das Ost-West-Gefälle merkten wir schon, billig war das Hotel Sternen nicht, aber tip top beieinander. Wie immer, wenn die Daniela und der Harald mit ihrem Organisationsteam antreten, hat alles gepasst. Ein wenig zu überbürokratisch sind sie schon, aber das ist das Alemannische an den Ländlern (san hoid do mehr Schweizer als Össis), die Wiener „wird schu irgendwie passen“ Mentalität hams ned.

Ich habe gelernt, dass es Sinn machen könnte, die Ausschreibungen auch zu lesen. Nicht nur den ersten Entwurf kurz überfliegen.

Mir wurde heiß und kalt zugleich, als ich an den Tagesplänen, die Formen erst am Donnerstag gesehen habe. Und nicht wie ich geglaubt habe, "weils jo scho immer so war und ist und immer so sein muss, das mit den Formen begonnen wird". Jetzt war guter Rat teuer, dem Harald san war es wurscht, kein Problem wir tauschen und fangen mit den Formen an. Der Fritz sagt Nein, weil alle Coaches, Trainer und Sportler sich nach diesem Plan richten. Und aus.

Ich habe ein wenig geschwitzt, und warum weil IHR Diven (die immer ein Extrawürschtl brauchen) euch nur den Mittwoch als Start, und Dienstag, Donnerstag als Abreisetag eingeteilt habt. Okay, okay, ich weiß, hätte ich gelesen, usw. ...

Was tu ich armer Tor nur?

Ich bin knien gegangen, zu jedem Sportler, Coach, Trainer, usw. Mit der einzigen Begründung, die wirklich mein Grund ist, das mit den Formen begonnen werden sollte: "Die Musik", weil die Musik die anderen Bewerbe stört und umgekehrt, der Kampfwirbel die Formen. Und wirklich konnte ich durchsetzen (meine Kniescheiben waren hin an diesem Tag), dass wir ab 14 Uhr alle Musik-Formen und so weit es sich ausgeht mit den Formen starten.

Im Nachhinein hatte ich (wie immer) Recht, die Musik hat gestört. Alle sind im Anschluss gekommen, warum hast du nicht gleich in der Früh mit der Musik angefangen. Grummel, grummel, gehts alle s.....en.

Am Donnerstag startete von uns noch die Marion sama, da waren alle anderen schon am Heimweg bzw. schon daheim. Und nur noch ca. 4 Stunderln Formen zu schiedsen.

Danach ging es wie immer nahtlos weiter für mich. Ist auch nix Neues, kenne ich ja schon.

Die Zeit, die wir gemeinsam verbrachten, war eine lustige, freundschaftliche und konstruktive. Sabsi und Michelle haben sich gleich einmal aus ihrem Zimmer ausgesperrt. Meine persönliche Schreibkraft (Marion) durfte meine gekritzelten Starterlisten ins Reine übertragen, unterstützt wurde sie beim Hieroglyphen entziffern von den Herren Alex, Daniel und Martin, während ich alle Kekse beschlagnahmt habe, damit sie nicht abgelenkt wurden.

Wir haben auch gelernt, das im Ländle andere Zeit- und Entfernungs-Richtlinien herrschen als sonst wo. Zum Beispiel: „Wo ist denn die nächste Pizzeria?“ „Ned weit, ca. 500 m geradeaus, zu Fuß.“ Entpuppten sich als 3 km und ca. 1 Stunderl Marsch. Vielleicht haben wir auch nur das gestochene Hochdeutsch, das in Vorarlberg gesprochen wird, nicht verstanden. (Ich hatte meine Gaudi im Hotel Café einen Kaffee zu bestellen. In Papua Neuguinea oder Japan hatte ich weniger Probleme.)

Aber und das freut mich immer wieder, ihr bzw. wir sind wie eine Familie, jede/r ist für jede/n da. Es wird gemeinsam Blödsinn gemacht, gelacht. Getröstet u.v.m. Zum Beispiel den armen überlasteten Didi mit Kaffee zu versorgen. Das ist etwas, was mich immer sehr bewegt, egal wo wir gemeinsam auftreten, als Gruppe seid ihr, sind wir toll. Das haben auch schon andere bemerkt und mit Anerkennung quittiert.



Sportlich habt ihr euch sehr gut verkauft: Wahnsinn. Ohne Worte:

Sabrina, Michelle, Julia, Marion, Martin, Daniel und Alex mit Papa Rudi Habenicht als Unterstützung. Haben 7 x Gold, 6 x Silber und 3 x Bronze bei dieser EM geholt.

Da kann man nichts mehr sagen bzw. schreiben.

Interessante Augenblicke erlebten wir auch z.B. Martin hätte im Finale (sein stärkster Kata Gegner aus der Ukraine war einfach stehengeblieben und wusste nicht mehr weiter) Gold nur noch abholen müssen. Verirrte sich aber zum Schluss in der Suparinpei und zögerte kurz. Somit NUR! Silber. Trotzdem: für deine erste EM ist Silber eine tolle Leistung - Respekt.

Oder Marions Finale mit dem Bo, ihre ukrainische Gegnerin übte tagelang im Hotel, vor dem Hotel, im Regen, in der Halle, Gerüchten zufolge auch am WC, ihre extrem lange Bo Kata. Bei ihrem Start dann (ihre Kata war sehr gut) schlug sie sich mit einem laut hörbaren Doing den Bo auf die Stirn, machte weiter, dann fiel ihr der Bo noch aus der Hand. Somit brauchte Marion sama nur noch durchkommen. Mein einziger Gedanke war. Lass den s..... Stock ja ned fallen oder bleib stehen. Und brav wars. Marion liefert eine seriöse Tenryu ab. Gold.

Diese zwei Begebenheiten sind nur Beispiele, wie es unseren Heldinnen und Helden erging.

Ein Beispiel noch: Daniel san tauschte mit seinem alten Gegner von der Staatsmeisterschaft die Plätze 1 auf 2. Somit knapp Silber bei der EM, aber so ist das Leben, einmal so, das andere mal so. Es gehört auch Glück und Tagesverfassung dazu.

Unser Dreimäderlhaus war ja auch eine Wonne, Daniel wie immer ein seriöser Arbeiter und der Mann der seine Haare unter einer Glatze versteckt war auch ned soo schlecht. Alle hatten sichtlich Freude und Spaß bei ihren Auftritten. Und wie gesagt die gegenseitige Unterstützung ist ein Wahnsinn.

Während nach einer kurzen Abschiedsfeier, die Banausen sprich außer der Marion sich alle schon am Mittwoch verabschiedeten, mit den dubiosesten Gründen: ich muss zu meiner letzten Uniprüfung am Donnerstag, also nichts Wichtiges ;-), wo ich weiter arbeiten durfte. Und bis zum Abend die gute Hallenluft atmen durfte.

Marion, Robert Thier, Stöger Johann (jo, der war auch wieder dabei) und ich durften nach einem kleinen Chinamann Abendessen Arno sans Suche nach dem verlorenen 10tel Punkt anhören. ;-)

Am Donnerstag ließ mich auch die Marion im Stich (Wer bringt mir meinen Kaffee oder übersetzt meine Schrift ins Lesbare?) und verabschiedete sich. Jetzt waren alle weg - schnüüff. Ich durfte wie immer weiter hackln.

Abends traf ich noch unsere Kyokushin Freundin Birgit aus dem Montafon auf ein Kaffeeplauscherl. Haben ein bisschen die alte (hihi) Julia, die Linda und den la lusche Daniel san ausgerichtet, bevor ich w.o. gab.

Am Freitag schafften wir, dass alle Disziplinen fertig ausgekämpft werden konnten: Semi, Leicht- und Vollkontakt, Low Kick, K1, Thaiboxen und MMA. Ein harter Tag, aber es wurde vollbracht. Der Samstag war nun frei, manche fuhren heim. Oder es wurde Bregenz unsicher gemacht. Robert Thier und ich wurden von Daniela und Harald durch Bregenz geschleift. Wir besichtigten Haralds Dojo inklusive Palazzo.

Es wurde noch Resumée über die EM gezogen. Österreich gewann die Nationenwertung vor Deutschland, 318 Teilnehmern aus 22 Nationen und ca. 600 Starts.

Alles in allem eine gelungene EM der WKF. Mit fast keinem Auszucker, mit Meinungsverschiedenheiten. Keine Proteste gegen Schiedsrichterentscheidungen. Das Wichtigste: meines Wissens nach keine ernsten Verletzungen.

Unser Dank gilt allen Sportlern, Teddy aus der Schweiz als Hauptschiedsrichter, Robert aus Wien, Daniela und Harald mit ihrem Organisationsteam, Fritz san als WKF Chef und allen Coaches, Helfern, usw. für die tolle Zusammenarbeit.

Auf Wiedersehen in Prag 2014 bei der WM!

Liebe Mädels und Burschen, Jung und Junggeblieben (Lach Wieher Brüll Duck und Weg): Respekt, tolle Leistung! Euer Einsatz wurde belohnt! Jetzt müsst's nur a bisserl braver werden.

Zum Abschluss: wir waren in der Liste der Össi Vereine an der zweiten Stelle!

Liebe Grüße
Didi

Rund um die EM



Trainingsplan

TAG	UHRZEIT	TRAINING	ORT
Mittwoch	18:00-19:30	Alle	1070 Wien, Stiftgasse 35, Turnsaal
Donnerstag	17:30-19:00	Alle	1030 Wien, Strohgasse 9-11, Turnsaal
Freitag	18:30-20:00	Alle	1030 Wien, Fiakerplatz 7 im Jians-Institut (Hainburgerstraße Ecke Leonhardgasse)

Homepage: www.chitooryu-karate.at

Ich würde gerne Karate lernen - was muss ich tun?

Also gleich vorweg, eigentlich musst du nicht viel tun, pack einen Trainingsanzug ein und komm einfach zu einem Training. **Die erste Woche kannst du kostenlos mittrainieren, ohne etwas zu zahlen oder dich irgendwo einzutragen.**

Probiere das Training einfach aus, und dann siehst du sehr schnell, ob dir Karate gefällt. Den Anzug, den sogenannten Gi, brauchst du nicht von Anfang an, d.h. komme einfach im Trainingsanzug.

Was ist CHI TOO RYU KARATE?

Grundlage bildet das ursprüngliche Kyokushinkai Karate mit vielen Elementen anderer Stilrichtungen. Kata verschiedener Stile, deren Anwendungen, Kampf, Konditionstraining, Selbstverteidigung und Vergleich der Techniken mit anderen Stilen sind nur einige Schwerpunkte des Trainings. Geübt wird vor allem mit dem Partner, wobei besondere Aufmerksamkeit auf gesunde und natürliche Bewegungen der Übenden gelegt wird. Um Beginnenden den Einstieg zu erleichtern und einen persönlicheren Zugang zu ermöglichen, lernen Neueinsteiger von Anfang an gemeinsam mit Fortgeschrittenen.

Alles Weitere erfährst du bei uns und keine Angst, bis jetzt ist jeder in unserer Runde gerne aufgenommen worden.

Hoffentlich sehen wir uns bald!

Impressum

Kontaktperson: **Gerald Dittrich**

Telefon: 0664/3812234

Email: didi_wien@yahoo.de

Homepage: www.chitooryu-karate.at