



# Farbgurtprüfung bei den Jugendlichen/Junioren

*Mitte Mai wechselte bei einigen Abteilungsmitgliedern die Gürtelfarbe. Ausnahmslos alle Prüflinge zeigten sich von ihrem Trainer Raimund Strigl bestens vorbereitet und legten ein tolles Prüfungsergebnis vor.*

Barbara und Felix Kral bestätigten während der Prüfung ihr hohes Trainingsniveau und konnten den 5. Kyu entgegennehmen. Den 6. Kyu erhielten Annika Werner und Valentina Novak. Über den 8. Kyu durften sich Stefanie Bräunlein, Veronika Lechner, Katharina Ponschab und Thomas Weber freuen.

Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Prüfung!



Die erfolgreichen Prüflinge mit den Trainern Erich Berle (ganz links) und Raimund Strigl (ganz rechts)



Hilmar Fuchs (rechts) demonstriert einen Fauststoß bei MTV'ler Richard Grad.

# Karate-Lehrgang mit Hilmar Fuchs

Beispiel gewählt und die wesentlichen Prinzipien von Kräfteentwicklung und Atmung erläutert, wobei der gezielte Einsatz des Beckens und des Steißbeines eine besondere Rolle spielte.

Die häufige Wiederholung kräftiger Block- und Schlagtechniken mit bewusstem Atem-einsatz forderten alle Teilnehmer. Hinzu kam das schwülwarme Klima, so dass es für alle

zu einer recht schweißtreibenden Angelegenheit wurde.

Zum Abschluss des Lehrganges gab es noch eine Gürtelprüfung für drei Anwärter, die alle Ihre angestrebte Graduierung erhielten. Mit dabei war auch MTV-Neuzugang Arno Scholz, der die Prüfung zum 5. Kyu mit Erfolg absolvierte.

*Auch dieses Jahr wieder gab es beim MTV Ingolstadt einen Spitzen-Lehrgang mit Hilmar Fuchs aus Florida im Rahmen seiner Deutschland-Tour. Der Lehrgang fand erstmalig in der neuen Turnhalle der Schule auf der Schanz statt.*

Sensei Fuchs hatte wieder ein spezielles Thema vorbereitet: Atmung in Kata und Kumite. Hierfür hatte er die Kata Hangetsu als



Die Teilnehmer des Karate-Lehrganges mit Hilmar Fuchs.