



**Ende September veranstaltete die Abteilung einen Schnupper-Lehrgang für Tai Chi mit Hilmar Fuchs aus Florida/USA.**

Es kamen etwa 35 Teilnehmer nach Ingolstadt um eine hervorragende Einführung in die Welt des Qigong und Tai Chi zu genießen. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurde auch gleich Werbung für die Ausbildung zum lizenzierten Tai Chi Trainer des Bayerischen Karate Bundes gemacht.

## Tai Chi Lehrgänge

Im Oktober wurde dann auch die bereits 3. Staffel dieser Ausbildung mit der Lizenzstufe A abgeschlossen. Diese Ausbildungsreihe wird seit 2008 angeboten und hat bisher 35 Lizenzen hervorgebracht, davon 25 mit der A-Lizenz. Alle Termine wurden von der Abteilung Karate & Kobudo des MTV Ingolstadt organisiert, die sich mittlerweile als Ausrichter fest etabliert hat.

**Ende Oktober wurde wieder ein 2-tägiger Kobudo-Lehrgang in Ingolstadt angeboten.**

Als Trainer waren diesmal Richard Grad vom MTV und Peter Dünzelmann aus München im Einsatz. Es waren insgesamt 14 Teilnehmer angereist, darunter auch vier Gäste aus Brüssel. Peter Dünzelmann stellte sein Kihon Ishi No Bo vor, ein von ihm entworfenes Trainingskonzept mit dem Bo um die Grundtechniken systematisch aufzubauen. Richard Grad übernahm die Gymnastik mit Übungen aus dem Yoga und legte dann den Schwerpunkt auf das Training verschiedener Tonfa Kata für Unter- und Oberstufe.

Im Rahmen dieses Lehrganges stellten sich Arno Scholz und Markus Enghart zur Prüfung zum 3. Kyu Grüngurt. Die beiden mussten, zusammen mit zwei weiteren Prüflingen aus Sachsen mit der Waffe Tonfa antreten und ein umfangreiches Programm vorzeigen. Alle Prüflinge zeigten eine recht gute



Arno Scholz und Markus Enghart bei der Tonfa-Prüfung

Leistung und so erhielten auch alle vier verdient die Graduierung zum 3. Kyu verliehen. Das Prüferteam bestand aus den beiden Lehrgangstrainern Grad und Dünzelmann sowie Siegfried Hübner.



Richard Grad beim Training einer Tonfa-Kata

## CRB Lehrgänge

Wie schon seit vielen Jahren waren auch dieses Jahr wieder Vertreter des MTV Ingolstadt bei den internationalen CRB-Lehrgängen Ecole des Cadres (Trainerlehrgang) und Kan-geiko (Winterlehrgang) als Teilnehmer dabei. Dort wurden jeweils die grundlegenden Prinzipien des Tengu Ryu Karatedo von Soke Roland Habersetzer (9. Dan) intensiv trainiert. Die Wiederholung verschiedener historischer Koshiki Kata rundete diese interessanten Lehrgänge entsprechend ab.

## Qigong Lehrgang in Ingolstadt

Ende November führte Siegfried Hübner in Ingolstadt einen Qigong-Lehrgang durch. Dabei wurden exemplarisch ausgewählte Übungen aus verschiedenen Qigong-Zyklen geübt. Anfangen von den acht Brokaten über 18 Bewegungen Tai Chi Qigong bis zu den sechs heilenden Tönen gab es einen interessanten Querschnitt aus dem breitgefächerten Bereich der chinesischen

Heilgymnastik. Begleitend dazu wurde eine einführende Theorie in die Welt der fünf Elemente und Wandlungsphasen, sowie der Meridiane und Energiepunkte geboten. Den Abschluß bildeten ein paar Sequenzen aus 24er bzw. 108er Tai Chi Form.

Schwerpunkt des Lehrganges war der gesundheitliche Aspekt aller Übungen.  
Siegfried Hübner