



Abermals bot der Bayerische Karatebund seinen Mitgliedern ein Seminarwochenende im Benediktinerkloster „Benediktushof“, einem Zen Kloster bei Würzburg an.

Es ist Donnerstag, Fronleichnam – ein langes, schönes und heißes Wochenende. Für die meisten jedenfalls. Nur eine kleine Gruppe von Leuten die „Bewegung und Besinnung hinter Klostermauern“ suchen, begibt sich auf eine Reise die in Erinnerung bleibt.

Karate Do – Der Weg der leeren Hand:

So wie in allen Kampfkünsten, ist es auch im Karate Do, ein lebenslanger Weg der stetig nach oben weist wie eine Spirale. Es soll „Zanshin“ ein körperlicher und geistiger Zustand der erhöhten Wachsamkeit erreicht werden, indem ein Kampf nicht nur angehalten sondern erst gar nicht stattfinden soll. Hier hinter den Klostermauern, in absoluter Stille, kehren wir in uns, besinnen uns auf das Minimalistische, auf den Augenblick des „Hier und Jetzt“. Keine überflüssigen Gedanken, keinem Gedanken nachhängend, sogar bis hin zum Vergessen des Ich – Geistes. Der Körper soll einen Zustand des „Mushin – dem nicht mehr Denken“ erreichen, ein intuitives Handeln soll das Geschehen sein.

Nach der Begrüßung im Kloster und den Erklärungen der Rituale bis hin zum Schweigen im Speisesaal haftete dem Aufenthalt etwas sehr mystisches an. Die vier Lehrgangstage begannen und endeten immer mit einem Sitzen in absoluter Stille um das oben erwähnte „Erreichen der Leere“ zu finden. Hier im Kampf zwischen Trainieren und Abschalten wird klar, dass das ein Kampf gegen sich selbst und nicht gegen Andere ist. Durch den Tag führte uns im körperlichen Training Hilmar Fuchs 8.Dan Karate und Lehrer in weiteren vielen Kampfkünsten, im Zazen, dem Sitzen in der Stille, unterwies uns Ute, eine Kampfkünstlerin hier aus der Gegend.



Ein Ort jenseits aller Worte



Ein Blick in den Zen-Garten des Benediktushofes

Die Übungen im Kloster starteten um 05:45 Uhr mit schnellem Gehen, Kinhin genannt. Es ist noch dunkel, als wir unsere Schritte um den kleinen, runden Kiesplatz lenken. Niemand spricht ein Wort, alle gehen wir im Kreis. Ich denke nicht daran, was an diesem Tag noch vor mir liegt; was ich zu tun habe; was

ab 07:30 Uhr gingen wir zum Frühstück. Im weiteren Tagesverlauf wechselten sich weitere Trainings- und Meditationseinheiten ab. Es wurde auch von allen Teilnehmern eine tägliche Arbeitseinheit absolviert. In stillen Pausen konnte man sich dann zurückziehen und die wenige Zeit die übrig blieb, für sich nutzen.

Der Weg ist das Ziel!

Hinter jeder Biegung suchte ich und fand Dich nicht.

Wie in einem Labyrinth irrte ich umher.

Es trieb mich vom Weg ab in die andere Richtung wie ich meinte nach außen, nicht zu Dir, den ich suchte.

Verzweifelt kletterte ich über Hindernisse und Zäune bis ich merkte, ich war schon immer da.

Der Weg ist das Ziel!

(Willigis Jäger)

von mir erwartet wird. Ich gebe mich einfach dem Strom der Gehenden hin und werde ein Teil davon. Anschließend folgt die Meditation (Zazen) sowie vorab schon beschrieben. Dann wurde geübt in Karate, Kobudo, Tai Chi und im Schwertkampf ohne Schwert, denn die Prinzipien sind überall gleich und mussten auch erkannt und angewendet werden. Erst

Alles in allem hatten wir ein straffes Programm, aber was uns hier geboten wurde war einmalig. Obwohl das Schweigen und die Rituale seltsam anmuteten war es ein eindrucksvolles langes Wochenende und ich hoffe, dass es ein nächstes Mal gibt, denn dieses Wochenende bleibt in Erinnerung.

Herbert Keller

ERGEBNISSE

Gürtelprüfungen der Kinder

Ende Juli absolvierten wieder einige Karate-Kinder ihre Prüfung zum nächsthöheren Gürtelgrad mit Erfolg:

Valentina Schoppmeyer zum 7. Kyu Orangegurt

Lili Plankl sowie Christina von Perponcher zum 6. Kyu Grüngurt



Jubiläum – 50 Jahre Karate im MTV 1881 Ingolstadt

Es ist ein sonniger Morgen, eigentlich Badewetter, aber nicht für alle. Eine kleine Schar von ca. 30 Tai-Chi-hungrigen Teilnehmern aus nah und fern. Aus Landshut, ja sogar bis vom Bodensee sind sie mit Kleinbussen herbei geeilt, um bei einem Tai Chi Lehrgang im Rahmen des 50-jährigen Karate-Jubiläums des MTV Ingolstadt dabei zu sein.

Die Karate-Abteilung des MTV 1881 Ingolstadt wurde im Jahr 1967 gegründet und ist damit die älteste in der Region Ingolstadt. Begonnen hatte alles in der Judoabteilung, die bereits seit 1963 ihren festen Platz im MTV hatte. Dort gab es einige Sportler, die neben ihrer „Hauptbeschäftigung Judo“ auch an der damals noch relativ unbekanntem Karate Interesse fanden. Sie fuhren regelmäßig nach München zu Arthur Hisatake, „dem“ japanischen Karatepionier in Bayern, um diese neue Kampfkunst zu erlernen. In dieser Zeit zog Gerhard Keller, ein Braungurt aus der Schule Hisatakes, nach Ingolstadt. Er wurde Mitglied im MTV Ingolstadt und übernahm auch das Training der Karateka, die mittlerweile eine eigene Abteilung im Verein gegründet hatten. Von da an ging es stetig aufwärts, und die Abteilung konnte über viele Jahre sportliche Wettkampf-Erfolge erzielen. Darunter waren mehrere erste Plätze in Mannschafts- und Einzeldisziplinen auf Bayerischen Meisterschaften sowie weitere Medaillenplatzierungen auf Deutscher Ebene.

Seit 2005 ist Siegfried Hübner als Abteilungsleiter tätig und bildet zusammen mit Richard Grad und Claus Krause den derzeitigen Trainerstab. Er betreibt schon seit 1974 Karate im MTV und ist damit heute der „dienstälteste“ Karateka im Verein.

Zum Jubiläum in diesem Jahr, wurde – gemäß dem Motto „Zurück zu den Wurzeln“ – dieser Tai Chi Lehrgang ausgerichtet.

Siegfried, Inhaber der Tai Chi Lizenzstufe 3, unterwies uns in die tieferen Geheimnisse der 108er Form. Alle, ob Neuling oder auch Fortgeschrittene bekamen eine große Portion Wissen an diesem Tag mit auf den Weg, um zu Hause, das Erlernte weiter zu üben, beziehungsweise weiter zu geben.

Er erklärte uns auf eindrucksvolle Weise „den kleinen Energiekreislauf des Menschen“ und deren Zusammenhänge! Die Übungsteile für die 108er Form sollten wir nun unter diesem Aspekt durchführen und erforschen, alleine sowie auch mit dem Partner.



Ehrung durch DKV-Präsident Wolfgang Weigert

Nach einer kurzen Mittagspause ging es dann mit frischem und klarem Geist weiter an die 108er Form, die, wegen ihrer Komplexität nur in kleinen Sequenzen, aber dafür intensiver geübt wurde.

Ebenso erläuterte Sigi die fünf Elemente, deren Zusammenhänge, sowie ihre Wirkung auf den Menschen. Es wurde nicht nur Teile der Form geübt, sondern es kamen auch hier wieder Partnerübungen zum Einsatz um ein besseres Verständnis dessen, was uns die Form lehren will!

Noch kurz vor dem Ende des Lehrganges gab es noch eine nette Überraschung. Denn

es kam Wolfgang Weigert, der Präsident des Deutschen und des Bayerischen Karateverbandes vorbei und überreichte eine Ehrenurkunde des BKB für 50 Jahre Karateabteilung im MTV Ingolstadt. Eine weitere Auszeichnung bekam Siegfried Hübner mit der Ehrenmedaille des DKV in Gold sowie der BKB-Ehrennadel in Silber mit Gold für über 40 Jahre als aktiver Sportler und Trainer.

Wolfgang hob auch die bisherige erfreuliche Entwicklung des Tai Chi als Baustein im BKB und mittlerweile auch im DKV hervor und sicherte seine weitere Unterstützung für die Zukunft zu. Hilmar Fuchs, Leiter der Ausbildungsreihe Tai Chi ist es zu verdanken, dass nun Tai Chi so bekannt und populär in der bayerischen Karate-Welt geworden ist. Die nächste Ausbildungsstaffel im November steht schon wieder an!

Der Lehrgang war somit ein voller Erfolg. Alle Teilnehmer waren sichtlich beeindruckt und waren bis zuletzt mit voller Aufmerksamkeit und Eifer dabei.

Vielen Dank Sigi im Namen aller Teilnehmer für diesen Lehrgang und für die tieferen Einblicke in das Tai Chi! Wir hoffen, dass noch viele dieser tollen Lehrgänge folgen werden.

Herbert Keller / Bilder: Claus Krause

STEINMETZ A. ZIEGLMAIER GMBH

85080 GAIMERSHEIM

NEUHARTSHÖFE 2
GEWERBEGEBIET 2



NATURSTEINE

FÜR FRIEDHOF UND GARTEN

FILIALBETRIEB IN EICHSTÄTT
EHEMALS STEINMETZ BUCHNER
GEWERBEGEBIET, SOLLNAU 11

FILIALBETRIEB IN INGOLSTADT
EHEMALS STEINMETZ RUSIN
SÜDFRIEDHOF, FAUSTSTR. 55

SAMMELRUF
(0 84 58) 67 03



BESUCHEN SIE UNS AUCH IM INTERNET UNTER:
www.naturstein-zieglmaier-gmbh.de

Bericht zum 50-jährigen Jubiläum der Karate-Abteilung

Kinderausflug in das Freizeitland Geiselwind

Die Karate - Abteilung des MTV Ingolstadt feierte seinen 50. Geburtstag – und wir von der Karate Gruppe für Kinder auch.

Die Freude war groß, als unser Trainer uns verkündete, dass wir zur Feier dieses Anlasses einen Ausflug in den Freizeitpark Geiselwind machen werden! Nach einer ca. eineinhalb stündigen Autofahrt waren wir angekommen und haben erst einmal den Freizeitpark erkundet. Neben einem Horrorhaus (in das sich nicht alle getraut haben), einem „Freefalltower“, einer Wasserrutsche und einem Streichelzoo gab es sehr viele Fahrgeschäfte, die sowohl Groß als auch Klein begeistert haben.

Am Ende unseres Ausfluges haben wir uns dann nach einer kleinen Stärkung sogar an die große Achterbahn gewagt, die mit zwei Loopings für viel Spaß (und Geschrei) gesorgt hat. Vielen Dank nochmal an unseren Trainer, mit dem nicht nur das Training immer wieder Spaß macht, sondern auch dieser Tag in Geiselwind ein schönes Erlebnis wurde.

Christina von Perponcher (14 Jahre)



Trotz Regen präsentierten sich die Abteilungen Fechten, Karate, Volleyball und KiSS beim IN-City Familientag am Rathausplatz. Die Besucher vorallem Kinder und Jugendliche konnten in den verschiedenen Sportarten sich ausprobieren und hatten viel Spaß. Für die tolle Abwicklung Auf- und Abbau und der zur Verfügung gestellten Pavillons bedankte sich Organisationsleiter Franz Hiermeier bei „Winni“ und allen Beteiligten. Nächstes Jahr sind wir wieder dabei!!

