

## Wado-Ryu, DAN-Vorbereitungslehrgang in Itzehoe.



An dem aktuell stattgefundenem Vorbereitungslehrgang für Karatekas, die den 1. Meistergrad, also den 1. DAN, oder einen höheren DAN-Grad im Wado-Ryu Karate anstreben, nahmen Teilnehmer aus Rendsburg, Itzehoe, Eckernförde, Kappeln, Gettorf, Kiel, Hamburg und Nordenham teil. Der ausrichtende Verein Kioto Itzehoe e.V. hatte wieder eine optimale Sporthalle zur Verfügung gestellt.

Die drei Lehrgangsleiter, Migo Krüger 6. DAN, Andy Frahm 6. DAN und Klaus Dobberitz 5. DAN – Leiter und Trainer von Kioto Itzehoe, sind ein sehr gut eingespieltes Team, welches die Schülerinnen und Schüler von Beginn an mitnahmen und begeistern konnten. Ebenso wurden aber auch die Teilnehmer, die aktuell keine DAN-Prüfung ablegen, individuell durch Ansprache und dem Zeigen der praktischen Inhalte immer wieder korrigiert.

Nach einem guten Aufwärmprogramm ging es in die entsprechenden fachlichen Prüfungsinhalte, wie z. B.: Der Ausführung der Basistechniken – dem Kihon, den festgelegten Formenläufen – den Katas, den Partnerkampfübungen – dem Kihon Kumite, dem Bodenkampf – dem Idori, sowie der Messerabwehr – dem Tantotori, je nach Graduierung. Und dies in den jeweiligen Gruppen mit entsprechend gleichen Graduierungen.

Die Trainer schafften es, dass den Teilnehmern noch einmal der bisherige Kenntnisstand in Theorie und Praxis geschärft wurde, und zugleich mit Schwerpunkt auf die neuen Anforderungen optimal trainiert wurde.

Zum Ende des Lehrganges bekamen die Teilnehmer, von den Lehrgangsleitern, ein durchweg positives Feedback mit auf dem Heimweg, aber auch die

Teilnehmer bedankten sich bei den Lehrgangslernern, das sie sich für diesen Lehrgang wieder die Zeit nahmen und während des Lehrganges zielgerichtet und individuell die Prüfungsinhalte sehr gut vermittelten.

Ein großes Dankeschön bekam der Itzehoer Karateverein Kioto, unter der Leitung von Klaus Dobberitz, der mit seinem Helferteam für alle Sportlerinnen und Sportler eine feine kostenfreie Cafeteria anbot, die auch dankend angenommen wurde.

Somit war es für die Lehrgangslernern wie auch für die vielen Teilnehmer ein schöner, aber auch ein sehr aktiver Tag.

**Ingo Lukes**