

# *Ereignisse des Jahres 2022*

Budo Akademie Berlin



Herausgeber:



Malteserstraße 139-143, 12277 Berlin  
Nachdruck - auch auszugsweise - nicht gestattet.



Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde!

In dieser schwierigen Zeit ging es Anfang des Jahres um eine gravierende Entscheidung: Den Mietvertrag über den 1. August verlängern oder nicht. Das war eine der schwersten Entscheidungen, weil niemand wusste, wie es wirklich weitergeht und ob es weitergeht. Die Entscheidung fiel positiv aus, noch weitere 5 Jahre Budo Akademie Berlin. Dann ging es nach den letzten Stressjahren darum, können wir oder können wir nicht unsere 15 Jahre feiern. Einen Raum mieten und dann absagen ist schlecht und zu spät buchen ist ergebnislos. Wir haben es geschafft, auch wenn der Termin kurzfristig und damit nicht für alle zu Ehrenden passend war. 15 Jahre ist schon eine Hausnummer. Danke an alle, die uns in den letzten Jahren die Treue gehalten haben.

Auch das Turnierleben war wieder möglich, wenn auch erst einmal verhaltener als sonst. Einige trauten sich noch nicht, andere waren sportlich noch nicht wieder so fit, weil die Übung fehlte. Alles egal, Hauptsache es geht wieder normal weiter.

Die Mitgliederentwicklung konnte zu den Schreckensnachrichten in den Nachrichten verglichen werden. Kamen „Vorhersagen“, dass wir alle krank werden, kamen keine Neumitglieder. Kam die vorsichtige Nachricht, wir haben es wohl überstanden, kamen Neumitglieder. Am Jahresende war der Stand wie 2010.... Egal, es geht weiter.

Nur mit positiven Gedanken geht es vorwärts und so starten wir in ein ganz normales Jahr 2023 mit den besten Wünschen, Hoffnungen und Plänen. Wir freuen uns auf viele Mitstreiter! Auf gehts!

*Marion*



# Valentinstag 2022



# Workshop Tango Argentino am 19. Februar 2022



Seit - gefühlt - Jahren gab es endlich wieder eine Veranstaltung mit unseren Mitgliedern im Dojo. Was für ein Gefühl!!!

Es ging um Distanzgefühl zum Partner, Konzentration, Festhaltetechniken, Verzicht auf Wirkungstreffer an den Füßen und die Entwicklung von Leitungskompetenz bzw. Paar-Kommunikation. Also es ging NICHT um Karate sondern um Tanz, ganz genau um Tango Argentino. Die Karateka hatte gegenüber anderen wirklich Vorteile, weil einige der wichtigen Voraussetzungen auch im Karate vorhanden sind.

Wir hatten bei Britta und Oliver am Weichselplatz in Berlin-Neukölln bereits an einem Workshop teilgenommen. Die Art der beiden und die Inhalte haben uns sehr gut gefallen. Auch im Dojo war bei anderen Paaren auch Interesse und so luden wir Britta und Oliver zu einer privaten Veranstaltung - alles unter Corona-Bedingungen und alle geboostert - zu uns ins Dojo ein. Zwei Stunden mit Hypnose des Partners, die Grundlagen des Tango Argentino, die ganz anders sind als bei Standardtänzen, Körperkommunikation und erste Tanzschritte standen auf dem Programm.

Die Zeit war sehr schnell vergangen und zur Feier des Tages begossen wir diese neue Freiheit mit einem kleinen Limoncelli.

Danke an Chriss und Yvonne, die uns beim Auf- und Abbau der Matten geholfen haben. Dieser Teil der Veranstaltung war weniger toll aber war zu meistern.

Wer Interesse hat, kann sich gern direkt an Britta und Oliver im Zentrum für Bewegung & Kommunikation wenden.

*Marion*



Tango Argentino

Konstanten <sup>Tanz</sup> <sup>Übersinnlichkeit</sup> Musik

Konzentration <sup>Öle</sup> <sup>Deutlichkeit</sup>

Schwermut <sup>Gefühl</sup> <sup>Partnerschaft</sup> <sup>Partnerschaft</sup>

Liebe <sup>Partnerschaft</sup> <sup>Partnerschaft</sup>

Konnotation <sup>getragene Musik</sup> <sup>Partnerschaft</sup> <sup>Partnerschaft</sup>

Harmonie <sup>Partnerschaft</sup> <sup>Partnerschaft</sup>

Gefühle <sup>Partnerschaft</sup> <sup>Partnerschaft</sup>

Rhythmus <sup>Lebenslust</sup> <sup>Gitarre</sup>

gar nicht so <sup>Schöne Schritte</sup>

Komplexität <sup>Schritte</sup>

Sanfte <sup>Leiden schaff</sup>

FRANKEN



## Fasching mit „Helau“ im Februar und März 2022



„Früher“, als die Welt noch in Ordnung war, fand an einem Tag Fasching in zwei Trainingseinheiten mit sehr vielen Kids statt. Letztes Jahr, gab Zoom-Training mit Verkleidung und dieses Jahr - eine kleine Verbesserung - Training während des Trainings. Wegen der Personenbeschränkung, fand das Training mit Verkleidung an drei Tagen in jeweils 2 Einheiten statt, damit möglichst viele Kinder daran teilnehmen konnten. Natürlich gibt es auch „Faschingsmuffel“, die sich dann als brave Karatekinder verkleidet hatten. Wichtig ist aber der Spaß beim Training mit Stopptanz, Ritter der Kokosnuss, Bonbons mit Stäbchen einsammeln, Becher abwerfen, Mäuserennen usw. nach Alter der Kids entsprechend.

Das Wichtigste ist natürlich der Bonbonregen am Ende. Alle mussten auf ihren Plätzen bleiben und nicht gleichzeitig auf die Bonbons stürmen.

Nett war, dass mich eine 5-Jährige belehrte, dass man nicht mit Bonbon wirft- sie hat natürlich recht. Ich erklärte also der Gruppe, dass man an Fasching z. B. Helau ruft und dann werden Bonbons geworfen. Die Kleine informierte ihren Vater am Ende des Trainings, dass ich Helau gesagt habe und dann gab es Bonbonregen...

Meine Verkleidung war dieses Mal sehr eintönig, nämlich immer als Sensei Wu mit Weißer Hose, Schwarz-weißer Jacke, Zopf und Hut. Nach jedem Faschingstraining gab es noch eine „normale“ Trainingseinheit, in der ich nicht als Piratin, Clown o. ä. stehen wollte. Im nächsten Jahr ist es hoffentlich besser und ich kann mich wieder richtig verkleiden.

Helau!!!!

*Marion*





## Central Europe Open am 6. März 2022 in Polen



Während wir hier noch mit Hygienemaßnahmen für Turnierausrüstung bis zum Abwinken kämpften, finden u. a. in Polen wieder Meisterschaften statt.

Durch die guten Kontakte von Piotr nach Polen, ist er immer bestens informiert und gern zum Starten bereit. Bei seinem Trainingsfleiß ist das auch richtig, wie es sich wieder gezeigt hat!



Piotr belegte in der Kata-Klasse +55 Jahre den 1. Platz.  
Herzlichen Glückwunsch!

*Marion*



## Malta Open am 11./12. März

Auch auf Malta war ein Start auf dem Turnier mit zumutbaren Hygieneregeln möglich und so startete Caro in Kata und belegte den 2. Platz.

Herzlichen Glückwunsch!





Mönchengladbach ist doch ganz schön weit weg - über 570 km pro Strecke.. Was sind schon 5 Stunden Fahrtzeit, wenn man nach diesen vielen Wochen endlich wieder die Kollegen live und in Farbe sehen und anfassen kann!

Das Dojo von Sascha ist riesig, aber sein Traum. Glückwunsch, zu diesen Standort und danke, dass wir Gäste sein durften. Dank auch an Toni Dietl, der diese Treffen initiiert und möglich macht.

Auf dem Programm standen unterschiedliche Themen wie Personal, Finanzen usw. Es kamen auch eine Mitarbeiterin und ein Mitarbeiter von Sascha zu Wort, die aus ihrer Sicht einmal ihren Werdegang und ihre Jobs erklärten, die sie machen. Es war sehr interessant, wie sich das Berufsbild vom Freizeittrainer bis zum Bachelor bzw. bei Alina zum Master verändert hat. Sascha hat ja immer von allem sehr viel: viele Standorte, viele Mitglieder und viele Angestellte. Bei ihm ist immer die breite Palette von Möglichkeiten abgedeckt, was für so eine Veranstaltung von Vorteil ist.

Interessant war auch ein Vortrag von Thomas Lauterbach über die finanzielle Gesundheit! Ein Thema für die meisten ist das Einkommen im Alter. Wie kann man den Ruhestand so vorbereiten, dass es ein sorgenfreier Ruhestand wird. Dieses Thema betraf uns nicht so sehr, da wir schon Ruheständler sind aber es war sehr interessant und viel mehr Jüngere - nicht nur Selbständige - sollten sich darüber rechtzeitig Gedanken machen.

Bevor es zum wichtigsten Teil der Veranstaltung ging, dem Smaltalk und Netzwerken mit den Kolleginnen und Kollegen, wurde Sascha der 6. Dan verliehen. Alle waren sich einig, dass er genau der Richtige für diese Verleihung ist. Ganz herzlichen Glückwunsch und weiterhin viel Erfolg!

*Marion*





## Dan-Vorbereitungslehrgang am 26. März 2022



Ja, es geht wieder! In diesem Jahr können wir endlich wieder im Vorfeld einen Vorbereitungslehrgang unter 3G-Regel durchführen. 9 Interessenten waren vor Ort, von denen 8 am 30. April antreten werden. Der 9. Interessent ist erst im nächsten Jahr Dananwärter aber man kann sich nie früh genug vorbereiten.

Nach diesen knapp 2 Stunden weiß jede und jeder, was sie oder er noch üben wird. Das gibt Sicherheit und beruhigt die Nerven für die „Ersttäter“. Juniordane und 1. Dan-Träger haben das alles schon einmal erlebt und offensichtlich gut überstanden!

*Marion*



## Berliner Meisterschaften am 2. April 2022



In Adlershof fanden in diesem Jahr die Meisterschaften statt und natürlich waren wie vor Ort, um Caro und Piotr zu „unterstützen“. Ihre Disziplinen waren für 17.30 Uhr angesetzt und um 20 Uhr sind wir dann gegangen, da noch immer keine Siegerehrung war. Um 23 Uhr konnten die beiden dann die Halle verlassen und zwar Caro mit 3 x Gold und Piotr mit 2 x Silber. Bei den Damen ist die Beteiligung ziemlich schwach gewesen. Bei den Männern Ü55 gab es 12 Starter. Glückwunsch an beide für diese Leistungen!

*Marion*



## Geburtstagstraining am 13. April 2022



Kurz vor Ostern kam die „Vormittags-Partygruppe“ noch einmal zusammen.

Claus-Dieter hat nach einem Geburtstagsständchen Sekt und Schokolade anlässlich seines 87. Geburtstages ausgegeben! Das muss man erst einmal schaffen.

Leider kann Claus-Dieter nicht an unserer Dan-Prüfung Ende April teilnehmen aber im Herbst MUSS er dabei sein!

*Marion*



Die Vormittags-Party-Gruppe hat endlich wieder einen Grund zum Feiern! Die neuen Danträger Hartwig, Wolfgang und Ingo. Sie brachten (alkoholfreien) Sekt und Süßigkeiten mit und wir konnten auf das Erreichen der ersten Etappe im Karate anstoßen. Prosit!

[#budoakademieberlin](#)

[#gojuryu](#)





## 13. Kids Games am 9. April 2022



Nach einem Jahr Pause in der Sporthalle, konnte in diesem Jahr das Turnier wieder in der Bosestraße stattfinden. Der Termin war nicht perfekt, weil heute Ferienbeginn war aber perfekt, weil es keine Beschränkungen und kein Hygienekonzept gab und wir mit 64 Meldungen starten konnten. Die Veranstaltung begann aber wie immer mit der Ausgabe der T-Shirts mit Namen auf farbigen Untergrund, der die Altersklasse widerspiegelte.

Wie immer, konnten nicht alle teilnehmen, aber wie immer gab es eine super gute Stimmung in der Halle. Die Eltern sind hauptsächlich dafür verantwortlich und feuerten alle Kids an. Die jüngsten Kids waren 3 und die ältesten 11 Jahre alt. Es gab wie immer 5 Disziplinen: Hampelmann, Seilspringen, Parcours, Japan-Test (Zick-Zack-Lauf) und zum Schluss Lauf um die Halle.

Die Übungen hören sich einfacher an als sie sind, denn Geschicklichkeit gepaart mit Schnelligkeit ist nicht so einfach und 30 Sekunden Hampelmänner ausführen, ist echt anstrengend und können kleine 3-Jährige schon anstrengen. Aber die Kids haben alles gut gemeistert. Natürlich gab es Kleinere die geschwächelt haben, aber mit Unterstützung lief es dann doch noch.

Bemerkenswert ist immer der Eifer und die Freude der Helferinnen und Helfer. Nach den Kids Games haben wir immer schon Zusagen für die nächste Veranstaltung. Die Kids waren sehr diszipliniert und hielten sich an die Vorgaben, was die Durchführung sehr vereinfachte und auch verkürzte.

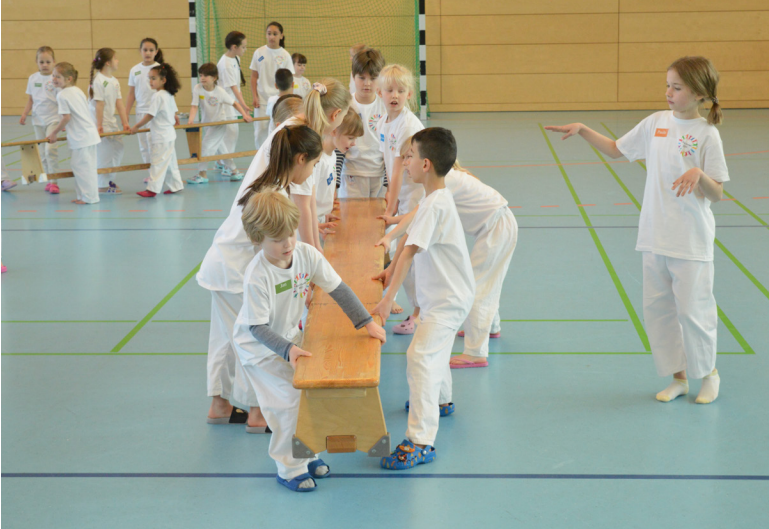
Es gab auch wieder Starter aus anderen Dojos und zwar ESV Potsdam zum wiederholten Mal und ganz neu von Tsoy Martial Arts/Zanshin Karate Auch diese Kids hatten sehr viel Spaß und „meldeten“ ihre Teilnahme im nächsten Jahr schon vor Ort an.

Bevor es zur Siegerehrung nach 1,5 Stunden ging, bedankten sich die „grünen“ Mädchen bei den Helferinnen und Helfer mit einer süßen Kleinigkeit. Danach konnte es endlich zur Siegerehrung gehen und immer gleich Aufstellung für das Gruppenfoto. Damit das gut funktioniert, gab es den Lolly - in diesem Jahr für alle - erst kurz vor Aufnahme des Gruppenfoto und nicht schon zusammen mit der Teilnehmerurkunde.

Es war ein kurzweiliger und erfolgreicher Vormittag. Glückwunsch an alle Kids für diese tollen Leistungen und Dank an die Eltern und Helferinnen und Helfer für die Unterstützung.

*Marion*









## Dan- und Junior-Dan-Prüfungen in Berlin am 30. April 2022



....283, 284, 285, 286. So viele Karateka sind in der Budo Akademie Berlin in den letzten 15 Jahren erfolgreich zu 25 Prüfungen angetreten. Dass Jürgen schon vorher 10 Jahre A-Prüfer im DKV war, spielt bei dieser Zahl keine Rolle! Unser Schnitt liegt also bei 11,44 Prüflinge pro Termin. Ich möchte nicht 0,44 sein, aber der Rest der Karateka hat auch dieses Mal sehr gute Leistungen gezeigt.

Das Spektrum reichte von Ninja bis 2. Dan und die Altersspanne von 9 bis 70 Jahre. Das ist auch nicht überall üblich, aber bei uns ganz „normal“.

Bei den Junior-Danen war etwas Aufregung zu spüren, auch bei den „Zweitältern“. Einige beschleunigten den Ablauf der Prüfung durch eine erhöhte Geschwindigkeit in der Kata, aber das hatte keinen Einfluss auf das Gesamtergebnis. Im Fitnesssteil war nichts von Nervosität zu spüren und die Eltern waren sehr froh, dass sie - anders als bei den ersten Kyu-Prüfungen - die Sprünge nicht zählen mussten. Hätte wahrscheinlich nicht gut geklappt.

Am Ende gab es 5 strahlende Kids und auch die Eltern sahen sehr zufrieden aus. Glückwunsch und weiter so!

Um 12 Uhr kamen dann die Dan-Anwärter bzw. ein Danträger ins Dojo. Ich möchte nicht sagen, dass sie nervöser waren aber es stand auch einigen ein bisschen Panik ins Gesicht geschrieben. Egal, wie wir im Vorfeld alles genau übten und durchsprachen, die Anspannung war da und ließ auch nicht sofort nach, wenn die Karateka das Dojo für die nächste Gruppe verließen. Wir prüfen immer diejenigen zusammen, die auch zusammen trainieren, damit keine „Fremde“ im Dojo sind. Wir machen also alles, um die Nerven so weit wie möglich zu beruhigen. Entspannung setzte erst bei der Danverleihung ein - sicher ist sicher!

Es traten auch zwei Jugendliche zum Dan an, die erwartungsgemäß guten Leistungen zeigten. Yvonne und Wolfgang standen nach rund 3 Jahren bereit, um erfolgreich und überzeugend ihre Prüfungen abzulegen. Zum 2. Dan trat nur Michael an, der schon zum 1. Dan extrem gute Leistungen zeigte und diese wiederholte.

Wir waren mit allen Prüflingen sehr zufrieden und freuen uns, dass wir wieder 12 Karateka ein Stück auf dem Karate-Do weiter nach vorne bringen konnten. Herzlichen Glückwunsch! Dank auch an Roman und Lennart, die als Partner zur Prüfung zum 1. bzw. 2. Dan zur Verfügung standen.

*Marion*





# Kampfrichterfortbildung am 7. Mai 2022



Die Vorbereitungen für den Ladies Cup am 14. Mai laufen....

Jungs üben das Tragen der Schilder und die Kampfrichter und Kampfrichterrinnen werden noch einmal auf den neuesten Stand in Kata Einzel und Team gebracht.

Danke an die Damen - Amelia, Kathi, Petra und Yvonne - für ihren Einsatz als „Übungsobjekt“.

Alle Kampfrichter haben trotz der langen Pause sehr gute Leistungen gezeigt und freuen sich auf den Einsatz am Samstag.

Wann kann man schon so, so viele schöne Karateka sehen.....

*Marion*



# Verabschiedung von Zoe am 27. Juni 2022



Eis für alle!!!!

Das war der Ausstand von Zoe, die nach 4,5 Jahren nach Brandenburg zieht. Alles Gute!

*Marion*







## 6. Ladies Karate-Cup am 14. Mai 2022



Der letzte Ladies Cup war 2019, gefühlt unendlich lange her... Nach 2 Jahren Pandemie, Trainingsausfall und eingeschränktem Trainingsbetrieb bis vor ein paar Wochen, war das Turnier schwieriger als sonst. Die Aufregung wegen der langen Turnierpause war größer und damit war die eine oder andere Starterin unsicherer, es fehlt der Nachwuchs wegen der Schließung und einige „alte“ Karateka traten gar nicht mehr an. Egal, wir hatten am Ende fast 60 Meldungen, womit wir erst gar nicht gerechnet hatten, und das Turnier war - ich glaube, ich kann da so

widergeben - eine Freude für alle. Egal ob Starterin, Coach, Kampfrichter, Helfer oder Zuschauer. Endlich wieder normales Leben!

Pünktlich um 10 Uhr begann der Einmarsch der Kampfrichter und der Kampfrichterin im Hakama und anschließend führten 9 Jungs als Schildträger die Damen der einzelnen Dojos in die Halle. Nach einer Ehrenrunde gab es die Begrüßung und dann ging es schon auf 2 Kampfflächen los, auch wieder mit Anfängerklassen.

Die jüngsten Karateka waren 5 Jahre und es ist schon eine große Leistung, sich allein vor 5 Kampfrichter auf die Fläche zu stellen und seine Kata zu laufen. Dass das nicht immer so geklappt, wie es im Training, muss man einfach hinnehmen. Dort zu stehen, war schon ein großer Akt. Beim nächstem Turnier wird Vieles besser laufen.

Wie gewohnt, wurde immer sofort im Anschluss die Siegerehrung durchgeführt. Verleihung der Medaille, Aushändigung einer Urkunde und ab Platz 5 gab es eine großen Lutscher. Weil wir so lange pausieren mussten, gab es für die jüngeren Karateka zusätzlich zur Medaille einen kleinen Lutscher und bei den Größeren einen Stressball mit der Aufschrift: so geht Begeisterung!

Die Meldungen im Team-Bereich waren sehr dünn, nämlich nur 2. Kurz vor dem Turnier fiel eine Starterin aus, sodass es die Wahl zwischen einem Team oder einer Doppelstarterin gab. Ergebnis eindeutig, denn Amina passte in beide Teams und wurde somit einmal Erste und gleich noch Zweite im Team. Im Einzel erkämpfte sie sich dann auch noch einen ersten Platz und konnte tief gebeugt wegen der Last mit drei Medaillen nach Hause gehen. Das gibt es nicht oft, aber nichts ist unmöglich und schon gar nicht bei einem Ladies-Cup!

Danke an die Helferinnen und Helfer, die teilweise zum ersten Mal ein Turnier unterstützt haben und ihren Job sehr gut gemacht haben.

Nach 2 Stunden war für die Starterinnen Schluss und wir konnten mit großer Unterstützung die Halle schnell verlassen, denn abends stand für uns noch eine sportliche Veranstaltung auf dem Programm: Spandauer Sportlerball und statt Kata gab es Walzer, Foxtrott usw.

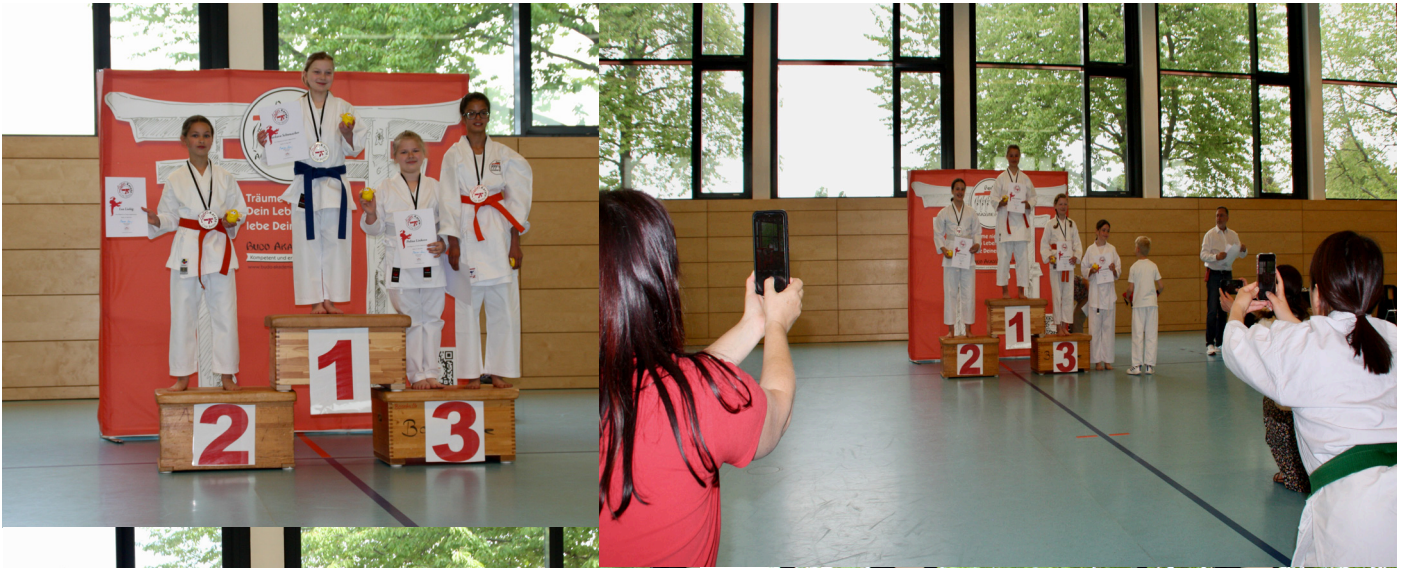
Glückwunsch an alle Mädchen und Frauen, die angetreten sind! Das ist der erste Sieg und der zweite in vielen Fällen eine Medaille.

Lasst uns auf 2023 freuen, wenn alle in Topform auf der Kampffläche stehen.

*Marion*







# Freundschaftliches Übungsturnier am 27. August 2022



In den letzten 2 Jahren gab es weniger Turniere als sonst und die „Neulinge“ konnten zu so gut wie keine Erfahrung sammeln. Die Idee von Felipe Tsoy vom Zanshin Karate war daher dieses Freundschaftsturnier mit Erläuterungen der Kampfrichter über die Bewertung.

Diese Idee war wirklich sehr gut, nur der Termin nicht. Es war genau der Einschulung und damit waren nicht nur die Karateka, die eingeschult wurden, beschäftigt, auch die Kinder der 1. und 2. Klassen waren in Schule für Vorführungen zur Einschulung.



Elf Karateka waren vor Ort und gerade für die Kleinsten war das eine wichtige Erfahrung, allein auf der Matte zu stehen.

Danke an Felipe für die Idee und auch an Günter, der neben Jürgen und mir als Kampfrichter zur Verfügung stand und natürlich an Felicia.

Wir sollten diese Art des „Freundschaftsturniers“ wiederholen, gern auch bei uns!

*Marion*

Das war bisher die kleinste  
Gruppe  
Einschulungskinder:  
6 Kinder



...vor dem Griff in die  
Schultüte



...nach dem Griff in die  
Schultüte

Soviel Freude wünsche ich  
euch jeden Tag in der Schule!





## 17. Int. Banzai Cup am 3. und 4. September 2022



In diesem Jahr konnten wir wieder teilnehmen und zwar unter „normalen“ Bedingungen. D. h. mit Betreuer und Zuschauer und ohne PCR-Test vor der Halle.

Nach 2 Jahren fast ohne Wettkampf und ausreichendem Training war die Gruppe der Karateka sehr übersichtlich. Bei einer Startgebühr von 35 € sollte man auch überlegen, ob ein „Übungsturnier“ auf Weltniveau passend ist. Bis auf Aylin starteten alle nur in Kata.

Es gab insgesamt 1.564 Nennungen für diese beiden Tage aus 225 Dojos aus 31 Nationen. Diese Zahlen sind schon beeindruckend!

Am Samstag waren Aylin (31 Starterinnen), Lennart (19 Starter) und Paul (32 Starter) auf der Matte und schieden nicht überraschend in der ersten Runde aus. Sich diesen Gegnern zu stellen ist schon einmal ein Sieg! Also nicht traurig sein.

Aylin startete noch in Kumite bei 39 Starterinnen nur in ihrer Alters- und Gewichtsklasse und sammelte wertvolle Erfahrungen.

Am Sonntag waren die Kinder und Veteranen am Start. Luca hatte „nur“ 14 Gegner und schied auch nach der ersten Runde aus und bei den Veteranen waren wie immer kleine Teilnehmerfelder und dann kommen auch nicht alle an. Piotr belegte Platz 1 und Caro Platz 3.

Fazit: Nur im Vergleich mit anderen kann man wachsen und deren Ausstrahlung anschauen. Ist vielleicht lehrreicher, als wenn wir das immer sagen.

Für uns war es zwar ein bisschen anstrengend mit knapp 5 km an zwei Tagen in der Halle aber wir haben auch wieder viele alte Weggefährten getroffen. Das ist immer wieder schön zu sehen, dass es noch mehr Karate-Fossile gibt.

Ein großes Dankeschön an Veysel Bugur und seinen Verein Banzai, der wieder dieses Mammut-Event sehr gut ausgerichtet hat.

*Marion*







## Lesung am 7. September 2022 mit Michael Petruwitz



Mit nur 2,5 Jahren Verspätung fand die Lesung mit Michael Petruwitz bei uns im Dojo statt.

Im Jahr 2020 habe ich beim Griff in den Glückstopf beim KampfkunstKollegium eine Lesung mit dem Autor gewonnen. Der Verlag stellte Leseproben zur Verfügung, die Kinder waren gespannt auf einen Autor, der selbst Kampfsport betreibt, meine Ninja-Stirnbänder waren angekommen, alles war für den 2. April 2020 vorbereitet und dann kam der 13. März 2020....

Das war's, dachte ich. Jetzt kam die große Überraschung: die Lesung wird nachgeholt und am 7. September war der große Tag!

20 Kinder wurden angenommen, an der Lesung um 16 Uhr teilzunehmen. Die Lesung erfolgte statt Training, so dass die meisten Eltern in ihrem Trainingsrhythmus waren. 16 Uhr war nicht für alle machbar, aber 20 hatten das Glück, dabei zu sein. Mit Karateanzug und Ninja-Stirnband gut ausgestattet, lauschten alle der Vorlesung. Das Benehmen war vorbildlich!!!! Michael Petruwitz fesselte alle mit seiner Lesung und den passenden Gesten und Stimmlagen. Nach knapp einer Stunde gab es dann eine sehr wichtige Übung für Ninjas, nämlich die Versteinungsmeditation. 1 Minute mussten alle versteinert stehen und durften sich nicht ablenken lassen. Das funktionierte aus meiner Sicht ziemlich gut. 1 Minute kann sehr lang sein! Außerdem wurden die Aufmerksamkeit und das Gedächtnis geprüft.

Danach ging es mit der Lesung weiter aber nicht bis zum Ende der Geschichte. Die Kids hätten gern noch lange zugehört aber es gab den Hinweis, dass es einen Videokanal gibt und zur Zeit 5 Bücher im Handel sind. Das 6. kommt im Dezember.

Zum Ende gab es natürlich ein Gruppenfoto, Autogrammkarten und Bücher wurden signiert. Maximilian hatte bereits alle 5 Bücher und hat diese auch mitgebracht.

Diese Aktion war für die Freude am Lesen extrem gut. Einige haben sich das Buch sofort bestellt oder wollen - egal was die Eltern sagen - den Videokanal abonnieren.

Herzlichen Dank an das KampfkunstKollegium für diese großartige Idee und auch an Michael Petruwitz für diese tolle Lesung.

Diese Aktion schreit nach Wiederholung!

*Marion*









nicht beschreiben. Am Anfang dachte jeder, dass bis Ostern alles vorbei sei, dann kam die Info erst nach den Osterferien und dann kam das große Warten. An diesem Punkt war klar, dass wir nicht einfach zu Hause sitzen und warten konnten. Die Mitglieder mit Informationen zu versorgen, reichte da aus meiner Sicht nicht mehr aus. Die Idee des Online-Training wurde in die Tat umgesetzt. Es gab einen Stundenplan und vormittags und nachmittags Training wie zu „normalen“ Zeiten. Erstaunlich war die Zusammensetzung der Online-Gruppen. Kinder bis 5 Jahre waren sehr aktiv, bis 20 Kinder nahmen an einer Zoom-Sitzung teil. Das hatte nicht nur mit dem Wunsch nach Karatetraining zu tun, sondern einfach andere Menschen sehen. Sie waren eingesperrt, Spielplätze waren geschlossen und saßen so allein zu Hause. Beim Zoom sahen sie ihre Karatefreunde und konnten mir auch ihre neuen Stoff- und lebende Tiere präsentieren. Das war schon eine sehr harte Zeit für die Kleinen. Die Jugendlichen nahmen das Online-Training so gut wie gar nicht an und die Erwachsenen freuten sich über diese Trainingsmöglichkeit. Sogar Faschingstraining und Kids Games in ungewöhnlicher Form wurden online durchgeführt.

Als nächste Erleichterung wurde Outdoor-Training erlaubt. Die Praktiken im Dojo, dass jedes Kind auf einem Punkt stehen muss, hat dieses Training erst möglich gemacht, denn der Parkplatz wurde die ganze Zeit über genutzt. Zur ersten Stunde erlebte ich die erste Überraschung, weil der Boden des Parkplatzes ganz anders war, als ich dachte. Man achtet nie darauf und so war mir gar nicht aufgefallen, dass es Schotter, Beton, Betum und Gleise gab und meine Kreide nicht optimal war. Als die Kinder zum Training ankamen, suchten sie sofort ohne Aufforderung die Punkte und stellten sich brav darauf und niemand kam auf die Idee über den Parkplatz zu rennen. Dieses Training ging ja über Wochen, wurde unterbrochen und wieder aufgenommen. Von frischer Luft über Hitze und Kälte von 4° Grad war alles dabei. Es war besser als online aber trotzdem furchtbar.

Als wir dann wieder im Dojo trainieren durften, war auch nicht alles glatt. Abstands- und Hygieneregeln, Personenbeschränkungen, Impfstunde und Testergebnisse prüfen und alles dokumentieren. Die Trainertätigkeit war eigentlich nur noch am Rande möglich.

Diese Beschränkungen durch Schließung und Personenanzahl hat dazu geführt, dass ich rund 1 Jahre keine Neumitglieder aufnehmen konnte. Erst müssen die treuen Mitglieder trainieren können und dann erst Neue. Über die ganze Zeit haben mir alle die Treue gehalten, wofür ich mich ausdrücklich bedanken möchte. Ich habe keine öffentliche Unterstützung bekommen, so dass ich nicht „doppelt kassiert“ habe. Nachdem alles wieder halbwegs normal wurde, kamen dann die Kündigungen, weil bei langjährigen Mitglieder „die Luft raus“ war. Es fehlte die Motivation wieder einzusteigen und bei den Kindern und Jugendlichen fehlte einfach die alte Trainingsgruppe, die sich in der langen Schließzeit aufgelöst hatte und die Verbindungen zerbrochen. Die Austritte sind heute nicht höher als früher aber die Eintritte durch die Schließung konnten nicht aufgeholt werden. Wer 2020/2021 Interesse an Karate hatte, kommt nicht im Jahr 2022 zum Probetraining.

Jetzt werden auch in einigen Bereichen die Folgen der 2 ½ Jahre bei den Kleinen sichtbar. Z. B. konnte eine fast 5-Jährige gar nicht verstehen, warum man Bonbons durch die Luft werfen darf. Ihr war kein Rosenmontagszug bekannt und ich musste ihr erklären, dass Bobonwerfen



erlaubt ist, wenn man Helau ruft. Das ist zwar nicht ganz richtig aber zu Faschingszeiten auch nicht ganz verkehrt. Wie viele Bereiche wird es geben, wo so langsam diese fehlende Entwicklung auftaucht?

Zu diesen ganzen unschönen Situationen in der Pandemiezeit kam noch ein Problem hinzu: Am 31. Januar d. J. musste ich mich entscheiden, ob ich am 31. Juli 2022 schließe oder den Vertrag um 5 Jahre verlängere. Das war eine extrem schwere Entscheidung. Jürgen war auch nicht sicher, ob er weitermachen wollte oder nicht. Ich hatte auch die Idee, eine Etage zu kündigen, oder ganz aufzuhören oder vielleicht ein ganz kleines Dojo für 10 Personen zu eröffnen. Alle Ideen verursachten Bauchschmerzen und ich entschied mich, den Vertrag zu verlängern. Ob das die richtige Entscheidung war, wird sich zeigen. Die Energiekri- se mit den hohen Kosten waren Ende Januar noch nicht vorhersehbar.

Wir können nur hoffen, dass wir gesund bleiben, die Energiekosten tragbar sind und natürlich dass unsere Mitglieder noch ausreichend Ein- kommen haben, um sich das Training leisten zu können. Diesen Punkt darf man natürlich nicht unterschätzen.

In dieser Veranstaltung werden langjährige Mitglieder für ihre Treue und Loyalität geehrt. Aus unterschiedlichen Gründen konnten 7 zu Ehrende nicht teilnehmen. Allen ganz herzlichen Dank für die Treue:

Ausgezeichnet wurden mit der Nadel

in silber für 10 Jahre Mitgliedschaft:	in bronze für 5 Jahre Mitgliedschaft:
Lennart (heute 17 Jahre)	Luca (10 Jahre)
Angela	Emir (10 Jahre)
Kay	Lisa
Wolfgang	Ingo
Paul (heute 15 Jahre)	Michael
Heinrich	
Anke	
Piotr für besondere Verdienste	

Zu dieser Veranstaltung gehört auch ein bisschen Statistik:

Zurzeit gibt es 200 Mitglieder, männlich/weiblich fast gleich.

5 % sind über 10 Jahre dabei, 35 % über 5 Jahre und 44 % über 3 Jahre.

Fazit: 40 % sind über 5 Jahre dabei, davon 50 % unter 18 Jahre und 84 % über 3 Jahre

In den 15 Jahren wurden

26 Danprüfungen mit insgesamt 302 Teilnehmer durchgeführt

113 Turniere besucht und

103 Veranstaltungen selber organisiert – ohne Fasching, Halloween etc.

Vor Ende des offiziellen Teils überreichte mir Toni die Auszeichnung als Kampfkunstschule des Jahres 2022. Herzlichen Dank, wir werden unser Niveau weiter halten.

Lasst uns positiv auf die nächsten 5 Jahre schauen und jeden Tag genießen! Danke auch für die vielen Glückwünsche und Präsente.

Marion

## 7. Kata-Cup am 17. September 2022



Ein Turnier mit einjähriger Zwangspause, das Rekorde aufstellte: 140 Meldungen für 21 Disziplinen von 11 Dojos aus drei Ländern (Österreich, Polen, Deutschland), aus den Bundesländern Baden-Württemberg, Brandenburg, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und natürlich Berlin.

Der Anteil der weiblichen und männlichen Karateka war fast ausgeglichen und über 40 % der Karateka starteten in der Anfängerklasse. Diese Zahlen zeigen, wie groß das Interesse bei den weiblichen Karateka geworden ist und wie wichtig die Anfängerklassen sind. Niemand tritt erstmalig gegen Braun- oder Schwarzgurte an und später ist vielleicht nicht mehr der Mut da, um nach ein paar Jahren den Start auf einem Turnier zu wagen.

Wir fingen pünktlich um 10 Uhr auf drei Kampfflächen an und hatten das Ziel, in drei Stunden fertig zu sein. Ziel erreicht! Um 13 Uhr war das Turnier beendet und wir konnten aufräumen. Diese Leistung war nur durch die vielen Helferinnen und Helfer als Kampfrichter und Listenschführer möglich. Auch unsere Starter waren bereit, vor oder nach ihrem Start als Kampfrichter oder Kampfrichter zur Verfügung zu stellen. Alle haben hervorragende Wertungen gezeigt. Ganz herzlichen Dank, dass so viele mitgemacht und auch Spaß gehabt haben. Natürlich bedankt man sich bei diesen wichtigen Personen mit etwas ganz Besonderem: Pillen Urlaub Extra und mit Klugscheißeritis Pillen. Diese Medizin kam sehr gut an!

An den Meldungen war schon zu erkennen, dass die Karateka wieder Lust auf ein unbeschwertes Turnier ohne Einschränkungen hatten. Einzelne Disziplinen waren mit 11, 14 oder 16 Teilnehmern sehr gut besetzt.

Unser Erststarter Davyd, seit August bei uns, belegte den 7. Platz von 16 in der Klasse 9 – 12 Jahre, bis 6. Kyu. Im nächsten Jahr wird er sich bestimmt nach vorne arbeiten.

Herausragend war auch Lennart, der jeweils den 1. Platz bei den Kadetten 13 bis 17 Jahre und den Senioren, 18 bis 35 Jahre, belegte. Auch die kleineren Karateka 6 bis 8 Jahre ab 5. Kyu waren sehr erfolgreich. Aleksander belegte im Einzel den 1. und Team den 3. Platz. Sein Teamkollege Yazen folgte ihm im Einzel auf den 2. Platz.

In einigen Disziplinen ist noch Luft nach oben, wie z. B. bei den Veteranen, Menschen mit Behinderung und Kadetten bis 6. Kyu. Wir hoffen, dass das Wettkampfgeschehen nicht mehr beschränkt wird und wir im nächsten Jahr alle wieder gut vorbereitet um Medaillen kämpfen können. Vielleicht sind dann auch die Lieferprobleme vorbei, z. B. bei Lutscher....

Glückwunsch an alle, die den Mut hatten, zu starten und an diejenigen, die es auf das Siegerpodest geschafft haben!



*Marion*











## World Countries Shotokan Champions am 11. September 2022 in Tschechien



Er hat es wieder getan: Letztes Wochenende wird Piotr beim Int. Banzai Cup in Kata Erster und am 11. September ebenfalls 1. beim World Countries Shotokan Champions.

Am Samstag hat er dann noch kurz die silberne Ehrennadel der Budo Akademie Berlin für besondere Verdienste erhalten.

Piotr ist nicht zu stoppen. Für das nächste Wochenende viel Glück. Herzlichen Glückwunsch!

*Marion*



## Tonfa-Lehrgang am 10. Dezember 2022



Kurz vor Jahresende endlich mal wieder ein Lehrgang. Trotz Grippewelle hatten 8 Karateka die Gelegenheit, sich mit dem Tonfa in Theorie (rechtliche Grundlagen) und Praxis auseinander zu setzen. Verletzungen gab es nicht aber zum Glück liegen Matten auf dem Laminat, so dass auch dieser unbeschadet blieb....

Alle hatten Spaß und würden gern weiter in das Thema Tonfa einsteigen. Der nächste Lehrgang findet garantiert im nächsten Jahr statt!

*Marion*







Am ersten Wochenende des Monats Oktober treffen sich die Betreiber unterschiedlicher Kampfsportschulen am Bodensee auf Einladung von Toni Dietl. Es sind immer hochkarätige Referenten zu den verschiedensten Themen eingeladen, die nicht mit Kampfsport direkt zu tun haben, aber für uns wichtig sind.

In diesem Jahr hat sich Toni fast übertroffen: Fabian Mahnke, Experte für den Einsatz künstlicher Intelligenz.

Das war erst einmal nichtssagend aber die Abbildung des Buches von Fabian Mahnke, „Smarter Schreiben“, zeigte schon auf, wohin der Weg gehen soll.

Jeder von uns nutzt KI im täglichen Leben. Wenn ich nach Hause fahre, zeigt mein Display im Wagen an, dass auf der Leonorenstraße wenig Verkehr ist. Wenn ich freitags gegen 13.30 Uhr häufig meine Stoppuhr im Handy nutze, steht im Display freitags um 13.30 Uhr „Stoppuhr starten“. Bei Whats-App Nachrichten werden uns nach dem ersten Buchstaben schon Wörter vorgeschlagen, die wir immer in einem bestimmten Zusammenhang nutzen.

Also sind wir alle schon vertraut mit KI, ohne darüber nachzudenken.

Was ist nun beim Schreiben anders? Wir konnten vor Ort Fragen stellen oder Begriffe erklären lassen und das Ergebnis war verblüffend. Wenn nur ein Faktor bei der Frage verändert wurde, kam z. B. bei freundlich zu wissenschaftlich der Inhalt in einem ganz anderen Stil zustande. Das war so faszinierend und so schnell und präzise, dass keine natürlich Intelligenz in der gleichen Zeit mithalten kann. Es wurde nicht nur ein Ergebnis sondern verschiedene zur Auswahl angezeigt. Einfach genial.

Beim Herstellen von Flyer usw. sind wir alle auf Bilder angewiesen. Ohne Bild keine Aufmerksamkeit. Natürlich kann man seine Mitglieder fotografieren und alle Zustimmungen für die Veröffentlichung einholen oder Bilder kaufen aber man kann es auch anders machen: mit KI. Hier kann ich Bilder oder Zeichnungen in verschiedenen Stilen erstellen lassen – ein Beispiel wurde uns gezeigt mit dem Ergebnis vom weiblichen Steven Hawking-Hulk -, die ich ohne Bedenken oder Verletzung von Copyright etc. nutzen kann.

Zwei Kollegen haben sich abends noch mit dem Programm beschäftigt, weil sie so wie ich total begeistert waren. Ich konnte meine Geduld zügeln, denn mit dem Handy ist es doch nur ein kleines Vergnügen und das Programm ist so kompliziert, dass man sich erst einarbeiten muss.

Danke an Toni Dietl für dieses tolles Event, an dem wir uns abends und am nächsten Tag noch mit den Kollegen austauschen konnten und nach einer Nacht schlafen immer noch von dem Einsatz der KI begeistert waren.

1.479 km für Hin- und Rückweg bei insgesamt 7 Stunden Regen waren die Veranstaltung Wert.

## Halloween-Training in 5 Einheiten am 31.10./01.11. 2022



Früher war ja alles anders und jetzt auch! Dieses Jahr total entspanntes Halloween für mich.

Nachdem die Sitzung im Berliner Senat über Maskenpflicht in Innenräumen wieder Thema war, habe ich mich für „normales“ Training - gern in Verkleidung – am Montag und Dienstag entschieden anstatt Halloweentraining mit mehreren Gruppen gleichzeitig. Außerdem durften die Eltern nicht in den letzten 15 Minuten wie üblich zuschauen, was sie gut verkräftet haben.

Zu Halloween gibt es immer Orangen in Kürbis-Look und ich musste schätzen, wie viele ich brauche, da natürlich keine Anmeldung zur normalen Trainingseinheit erforderlich war und sehr viele Karateka verreist sind. Ich habe mich für 5 Orangennetze mit je 9 Früchten entschieden. Wären am Montag wider Erwarten viele Karateka gekommen, hätte ich am Dienstag nachlegen können. Alles sah gut aus und am Dienstagabend zählte ich dann schnell noch die Früchte nach und es reichte ganz genau! 45 Karateka waren an den zwei Tagen erschienen. Das war knapp! In den unterschiedlichen Altersklassen gibt es natürlich immer Klassiker wie Ritter der Kokosnuss, mit Leuchtflummies die mittlere Gruppe abwerfen, Mumie einwickeln, Spinnennetz aus Wolle spinnen, Steptanz, Mäuserennen, zu zweit laufen mit Luftballon, Frösche springen lassen sowie „Familie Meyer geht in den Zoo“ spielen. Natürlich gab es auch Karate in Form von Kata laufen nach der Musik „Thriller“. Es gab immer Sieger und Verlierer und Belohnung oder Straf. Diese waren ganz unterschiedlich wie Kohle essen, Blut vom Finger lutschen, Giftpillen schlucken und Spinnenbeine essen. Schön ist, dass es immer wieder Kinder gibt, die mich völlig entsetzt anschauen, wenn ich die Strafen und Belohnungen verkünde. Die Überraschung ist immer schnell vorbei, wenn sie erkennen, welche Leckereien dahinter stecken und freuen sich auf die nächste Runde.

Es hat wieder allen Spaß gemacht und mir auch!

*Marion*







## Dan- und Junior-Danprüfungen am 19. November 2022



Wie immer, war die Aufregung groß, egal, ob es die erste oder die zweite oder dritte Prüfung ist. Es traten Prüflinge im Alter von 9 bis 87 Jahre an. Genau, 87 Jahre ist Claus-Dieter und hat erst mit 80 Jahren mit Karate angefangen. Viel Übung, trotz Ausfall durch Coronazeit und Fußverletzung, hat es jetzt endlich mit der Danprüfung geklappt.

Aus dem ShoShin Karatedojo in Rostock traten 2 Anwärtnerinnen zum Juniordan Ninja an und Alina, Luca und Mia aus unserem Dojo, wobei es für Alina die erste Juniordanprüfung war. Erstaunlich war, dass von den 5 Juniordananwärtern nur ein Junge antrat. Das nenne ich Mädchenpower!

Zum ersten Dan traten neben Claus-Dieter noch Klaus als Lebensälterer und Dean als junger Mann an sowie 4 ehemalige Juniordane legten jetzt mit 15 Jahren die Prüfung zum 1. Dan ab. Petra und Peja bestanden die Prüfung zum 3. Dan.

Aus Rostock kamen ebenfalls drei ehemalige Juniordane und sind jetzt auch Shodanträger.

Wir hatten die Prüfung wieder in zwei Etappen durchgeführt, und zwar um 11 Uhr die Juniordane und ab 12 Uhr die Dananwärter. Dieses Vorgehen hat sich bewährt, weil bei den Juniordanen die Eltern mit anwesend sein durften.

Zum Ende der Danprüfung traten alle jungen Dananwärter vor allen anderen Anwärtern und der Fangemeinde in Kumite an. Der Druck war schon größer, als wenn man unter sich ist. Aber, das muss so sein, die Freude am Ende ist dann um so größer.

Es war - ich zitiere Zuschauer und Anwärter - eine tolle Veranstaltung! Das hört man gerne und dann ist der Tag auch nicht mehr so lang für uns, wenn alle zufrieden sind. Herzlichen Glückwunsch an alle Karateka, tragt mit Stolz eure Gürtel.

Herzlichen Dank auch an Angela und Annette, die als Bunkai-Partnerinnen für Petra bzw. Claus-Dieter und Klaus zur Verfügung standen und extra kamen.

So, nach der Prüfung ist vor der Prüfung und das fleißige Training sollte unbedingt weitergehen bzw. intensiviert werden.

*Marion*



- 9. Dan Rolf Wirth
- 8. Dan Alfred Gilch, Toni Dietl,  
Hans-Peter Wiegert
- 7. Dan Roland Schellhammer
- 6. Dan Arno Wagner, Armin Singer,  
Thomas Peters
- 5. Dan Michael Gosebruch,  
Maximilian Baden
- 4. Dan Michael Schröter



## Prüfer Prüfung am 26. November 2022



Hohe Dan Prüfungen ab 4. Dan werden immer zentral durchgeführt aber in fast 50 Jahren, in denen ich mit Karate Kontakt habe, ist mir eine derartige Prüfung noch nie vorgekommen, nirgends in Deutschland. Es traten 11 Dojoleiter zur Prüfung vom 4. bis 9. Dan an. Jeder ist sonst selbst als Prüfer aktiv und stand jetzt selber auf der anderen Seite.... Egal welcher Dan angestrebt wird, die Aufregung/Anspannung bleibt, weil jeder sein Bestes geben und zeigen möchte.

Ab der Prüfung zum 4. Dan wird neben dem praktischen Teil ein Vortrag erwartet, dessen Thema jeder selber auswählen kann. Sinn ist, dass man sein Wissen - nicht seine Techniken - an andere weitergibt. Jetzt waren nur Dojobesitzer zur Prüfung angetreten und so wäre es schade gewesen, wenn nur Jürgen und ich die Vorträge gehört hätten.

Die Prüfung wurde nach DIN im Kampfkunstkollegium durchgeführt und Toni Dietl, selber zum 8. Dan angetreten, hatte den genialen Vorschlag, dass alle zusammen im Raum bleiben, damit alle von den Vorträgen profitieren können. Niemand war dagegen und jeder freute sich auf die Ausführungen des anderen. Auch das war einmalig aber aus meiner Sicht völlig richtig. Jürgen und ich würden eine Sackgasse der Ausführungen bedeuten, so aber haben alle davon profitieren können.

Toni stellte jeden einzelnen Dananwärter vor und es war beeindruckend, welche Karatebiografien es gibt. Rolf, der älteste Teilnehmer, ist 73 Jahre alt und betreibt Karate seit 1966 und zwar ohne Unterbrechung. Bei den anderen waren die Zeiten kürzer, weil sie jünger waren. Wir haben also Karategeschichte erlebt und durch diese Prüfung Karategeschichte geschrieben.

Die Vorträge waren unterschiedlich und dadurch so interessant. Mit und ohne praktischen Teil und teilweise mit einer Hingabe vorgetragen, dass man in den Bann gezogen wurde. Karateleidenschaft pur!!!

Es war eine große Ehre und Freude, diese Prüfung in der Budo Akademie Berlin durchführen zu dürfen. Herzlichen Glückwunsch an alle Karateka und hoffentlich ganz lange weiter so.

*Marion*





## TED im Kampfkunstkollegium in Berlin am 26. November 2022



Pünktlich am Samstag vor dem 1. Advent trafen sich auf Einladung von Toni Dietl die Kolleginnen und Kollegen aus dem Kampfkunstkollegium bei uns zum Austausch. Dieses Jahr war es praktisch, da die meisten Teilnehmer auch an der Dan Prüfung am Vormittag teilgenommen hatten.

Jedes Dojo ist anders aber jedes Dojo hat ähnliche Probleme oder Lösungen. In diesem Jahr ging es um den Mitgliedererhalt. Was geht, was wirkt, auf den Punkt gebracht.

Die Budo Akademie Berlin ist ganz weit vorne mit Zahlen und Aktionen und viele Dojoleiter haben Befürchtungen, dass es zu zeit- oder personalaufwendig ist. Hier ist der Vorteil, dass es nur zwei Personen gibt, die auch alle Mitglieder kennen. Aber einige Aktionen können auch bei großen oder sehr großen Dojos mit vielen Satelliten (Zweigstellen) durchgeführt werden.

Es war ein reger Austausch und großes Interesse vorhanden. Nach rund zwei Stunden mit Kaffee und Keksen hatten wir das Thema abgearbeitet und es ging zum gemütlichen Teil mit persönlichem Austausch bei einem kleinen Imbiss mit Hackbraten, Kraut- und Tomaten-Paprikasalat weiter.

Es ist immer wieder toll, sich mit anderen ganz persönlich auszutauschen und Spaß zu haben.

Den Abend beschlossen wir wieder in der Hotelbar des Steigenberger Hotels am Hauptbahnhof.

Für nächstes Jahr hat Toni Dietl schon diesen Termin gebucht, denn Berlin - besonders zur Weihnachtszeit - ist immer eine Reise wert.

Herzlich willkommen im Jahre 2023!

*Marion*



## Tonfa-Lehrgang am 10. Dezember 2022



Kurz vor Jahresende endlich mal wieder ein Lehrgang. Trotz Grippewelle hatten 8 Karateka die Gelegenheit, sich mit dem Tonfa in Theorie (rechtliche Grundlagen) und Praxis auseinander zu setzen. Verletzungen gab es nicht aber zum Glück liegen Matten auf dem Laminat, so dass auch dieser unbeschadet blieb....

Alle hatten Spaß und würden gern weiter in das Thema Tonfa einsteigen. Der nächste Lehrgang findet garantiert im nächsten Jahr statt!

*Marion*



## 82. Geburtstag von Heinrich



Die Vormittags-Partygruppe hatte wieder Gelegenheit zum Feiern. Wegen Krankheit und zu viel alkoholfreiem Sekt, wurde an zwei Trainingstagen auf das Wohl von Heinrich angestoßen.

Herzlichen Glückwunsch, viel Gesundheit und weiter so!

*Marion*





Hurra, hurra, die Weihnachtsfrau war da!!!





## Weihnachtstraining in zwei Gruppen am am 22. Dezember 2022



in diesem Jahr hätte das Weihnachtstraining wie „früher“ mit Eltern für die letzten 15 Minuten stattfinden können. Hätte, aber die aktuelle Grippe- und Erkältungswelle hat mich dazu gebracht, ohne Eltern zu trainieren. 23 bzw. 32 Karateka waren schon genug für den Trainingsraum. Zum Weihnachtstraining konnten - wie erwartet - nicht alle Karateka kommen, weil teilweise ganze Familien krank waren. Gute Besserung, nächstes Jahr wird alles besser. Tüten mit Kleinigkeiten wurden schon in den Trainingseinheiten ab Dienstag verteilt, falls nicht alle am Donnerstag da sind.

Wie immer, fand das Training in zwei Gruppen statt. Die erste Gruppe war von 3 bis ca. 6 Jahre und ab 7. Ältere Geschwisterkinder kamen auch schon in die erste Gruppe, sodass die Altersspanne von 3 bis 9 Jahre war. Also die Gruppen teilen, dachte ich. Für die Jüngeren ist Mäuserennen das Größte. Zu meiner Überraschung wollten auch die Großen Mäuserenne, Frau Holle (Wattebällchen in der Luft halten) und Schneebälle über den Boden pusten. Becher mit Bällen oder Flugsaurier abwerfen und mit Leuchtflummies gegen die Beine werfen war natürlich für alle witzig.

Zum Ende gab es noch eine Überraschung: Seit einigen Tagen hingen Zuckerstangen am Weihnachtsbaum und Schokokringel kamen noch hinzu. Es gab immer wieder die Frage, ob man die auch essen kann. Ja, aber nicht ihr. Wie böse.... Jetzt war der Tag, an dem Karateka die Süßigkeiten direkt vom Baum abnehmen durften, wie wir früher, als noch mehr Süßigkeiten am Baum hingen und vor dem Abschmücken entfernt wurden.

Die zweite Gruppe war richtig voll, trotz Krankmeldungen. Das Programm sah natürlich ganz anders aus. Ritter der Kokosnuss, Ringe auf ein Rentiergeweih platzieren und mit Leuchtflummies abwerfen wurden gut angenommen.

Zur Vorbereitung auf TsT am nächsten Tag halfen dann auch noch einige der großen Karateka, 84 Matten aufzunehmen. Herzlichen Dank! Ganz herzlichen Dank für die vielen Geschenke, das war ja wie Weihnachten....

Allen ein sehr schönes Weihnachtsfest und dass es im nächsten Jahr noch einfacher und besser wird.

*Marion*





## TsT - Trinken statt Training am 23. Dezember 2022



Die letzte Veranstaltung war 2019 und erst rund 4 Wochen vor unserem Termin haben wir uns entschlossen, TsT durchzuführen. Statt Corona gab es viele, viele Grippe- und Erkältungsfälle und 10 Karateka konnten trotz Anmeldung wegen Krankheit nicht kommen.

In den letzten Jahren begann TsT immer mit einer Tai Chi-Vorführung, zum Ende des Jahres zum Herunterkommen. Dieses Jahr war das nicht möglich, da es die Tai Chi Gruppe durch Krankheiten fast gar nicht mehr gibt.

Ohne harmonisches Ende ist TsT auch nicht das Gleiche wie sonst und so gab es für alle eine kleine Überraschung: Alle wurden gebeten, die Mitte freizumachen und Medine, 7 Jahre, 3. Kyu, und Tino, 12 Jahre, Juniordan, führten Tensho nach Tai Chi Musik zu. Ehrlich gesagt hatte ich spiegelverkehrt die Kata mitgelaufen, da wir wenig Zeit zum Üben hatten. Beide machten es sehr gut und bekamen Beifall der Gäste. Warum Tensho? Ganz einfach. Anfang Februar wird es einen Workshop geben und zwar für Karate und Chi Gong Karate. Also Karate ohne Endpunkte, Kihon und Bunkai. Das war die Demonstration dafür, dass es gut geht. Also warten wir auf Februar.

Tino bekam auch noch seine Nadel in Bronze für 5 Jahre Mitgliedschaft, da er im Sommer nicht bei der Jubiläumsveranstaltung dabei sein konnte. Im kleineren Kreis als sonst verbrachten wir eine nette Zeit mit Schmalzstullen, Schwarzwälder Schinken, Gemüesticks und Apfelmehrrettich-dip und vielen, vielen Keksen.

Danke für die Treue und danke für die vielen Präsente.

Wir gehen alle optimistisch in das neue Jahr.

*Marion*





