



Karate-Dôjô Mukinshôri 「無近勝利」空手道場

JKA 総本部道場・東京 オンライン空手トレーニング

大隈 広一郎 先生 (七段)

2021年4月3日

JKA-Headquarter · Tôkyô »Online Karate-Training« mit Koichiro Okuma-Sensei (7. Dan) 03.04.2021

Teilnehmerbericht von Colin & John Görmann

Für alle DJKB-Mitglieder stand heute ein ganz besonderes Trainingsangebot unseres Verbandes auf dem Programm! Zum ersten Mal gab es ein Online-Training, das »live« aus dem JKA-Headquarter in Tôkyô gestreamt wurde. Als Trainer konnten unser DJKB-Vizepräsident Thomas Schulze-Sensei und das Organisationsteam den JKA-Instructor Koichiro Okuma-Sensei (7. Dan) gewinnen.

大隈 広一郎 先生 ... **Koichiro Okuma-Sensei** ist vielen aktiven Karateka bereits durch sein Training beim Gasshuku in Gundelfingen und Tamm bekannt. Okuma-Sensei ist Jahrgang 1970 und wurde in Kyôto geboren. Er besuchte die Dokkyô-Universität (Präfektur Saitama) unweit von Tôkyô. Okuma-Sensei kann auf mehrere vordere Platzierungen bei den Alljapanischen Meisterschaften zurückblicken.



Unmittelbar im Anschluss an unsere Anmeldung über die DJKB-Homepage bekamen wir einen Zoom-Link per Mail zugeschickt. Mit diesem Link haben wir uns voller Spannung wenige Minuten vor 10 Uhr in die Live-Schaltung aus dem Honbu-Dôjô erfolgreich eingewählt. Japan geht uns während der mitteleuropäischen Sommerzeit (MESZ) 7 Stunden voraus. Also war es in Tôkyô bereits 17 Uhr am Samstagnachmittag.



Karate-Dôjô Mukinshôri 「無近勝利」空手道場



Zoom-Verbindung funktionierte einwandfrei

Wir waren sehr erstaunt, wie stabil die Verbindung über »Zoom« lief. Schließlich lagen rund 9.500 km zwischen unserer Kamera in Deutschland und der Aufnahmekamera im Honbu-Dôjô in Tôkyô. Es gab während des Trainings keinerlei Bild- oder Tonaussetzer. Die Qualität war einwandfrei! Rund 450 Teilnehmer hatten sich zur Teilnahme an diesem Training eingewählt. Es war für uns etwas ganz Besonderes zum ersten Mal über so weite Strecken »live« bei einem Online-Training dabei zu sein!



Koichiro Okuma-Sensei »live« aus Tôkyô

Viele bekannte Wegbegleiter

Abermals konnten wir auf den vielen kleinen Bildschirmen oberhalb des Hauptbildschirmes aus Tôkyô zahlreiche bekannte Wegbegleiter entdecken, die sich die Möglichkeit zur Teilnahme am Online-Training mit Okuma-Sensei ebenso nicht entgehen lassen wollten. Pünktlich um 10 Uhr trat der JKA-Instructor vor die Kamera. Im Namen der JKA übermittelte Okuma-Sensei zunächst Dank und Anerkennung für die Spendenunterstützung die Ochi-Sensei, der DJKB und seine Mitglieder anlässlich der Erdbebenkatastrophe in Japan im März 2011 geleistet hatten. Okuma-Sensei übergab an Thomas Schulze-Sensei, der im Namen des DJKB alle Teilnehmer begrüßte und uns allen ein interessantes und lehrreiches Training wünschte.

稽古照今 ... keiko-shôkon ... »Lerne aus der Vergangenheit!«

Okuma-Sensei brachte ein vorbereitetes Flipchart zu diesem Sondertraining mit und stellte uns zunächst den Begriff »Keiko-Shôkon« vor. Zur Erläuterung dieses Begriffes müssen wir ein wenig weiter ausholen. Das 古事記 ... »Kojiki« ist ein altjapanisches Geschichtswerk, das im frühen 8. Jahrhundert entstanden ist. Wörtlich meint dieser Buchtitel »Aufzeichnung alter Begebenheiten«. Das Wort 稽古 ... keiko steht im Japanischen für Übung, Training, Unterricht. Im Kojiki wurde das Wort Keiko zum ersten Mal in Verbindung mit Shôkon erwähnt. Das Kanji 照 ... shô bedeutet leuchten und 今 ... kon steht für »jetzt« oder »Gegenwart«. Daraus entstand in Japan der aus vier Schriftzeichen bestehende, idiomatische Ausdruck 稽古照今 ... keiko-shôkon. Sinngemäß übersetzt meint dieser Begriff **»Lerne aus der Vergangenheit und nutze diese Erkenntnisse in der Gegenwart«**. Keiko ist nicht nur bloße Übung durch ständige



稽古照今 ... keiko-shôkon

Wiederholungen. Es geht auch um das Hinterfragen dessen was wir tun, wie wir es tun und wie wir uns permanent verbessern können!



Karate-Dôjô Mukinshôri

「無近勝利」空手道場



Begrifflichkeiten freudestrahlend erklärt

Okuma-Sensei & Hakizume-Sensei

Diagonal ausweichen und attackieren

Diagonal aus der Angriffslinie heraus

Auf einem Flipchartbogen hatte Okuma-Sensei einen weiteren Leitspruch geschrieben. Er wies uns darauf hin, welche Vorteile es hat, wenn wir uns diagonal aus der Angriffslinie des Gegners herausbewegen, um anschließend unseren eigenen Angriff aus der Ausfallschrittposition heraus zu starten. Okuma-Sensei stellte uns hierzu seinen Demonstrationspartner 掃詰 友志 ... Hakizume Yushi vor. Hakizume-Sensei nimmt am 研修生 ... Kenshusei-Programm der JKA teil. Diese Ausbildung sieht vor, dass aufstrebende Karateka die Möglichkeit erhalten unter Anleitung erfahrener Meister trainieren und lernen zu können. Was es mit der Möglichkeit des diagonalen Ausweichens auf sich hat, konnten wir in den Bunkai-Übungen zur Kata »Tekki Shodan« gut nachvollziehbar erfahren.

Ablauf der Kata »Tekki-Shodan« und »Tekki Nidan«

Im weiteren Trainingsverlauf widmeten wir unsere Aufmerksamkeit dem Ablauf der beiden Kata 鉄騎初段 ... Tekki Shodan und 鉄騎二段 ... Tekki Nidan. Mit Rücksicht auf die beengten Verhältnisse unseres Home-Dôjô verzichtete Okuma-Sensei komplett auf die Beinarbeit. So legten wir den Fokus auf die Armtechniken und behielten als Grundstellung Kiba-Dachi bei. Eindrucksvoll demonstrierte Okuma-Sensei den Effekt der diagonalen Ausweichbewegung in drei verschiedenen Versionen mit Bunkai-Partner Hakizume-Sensei. Er verhakte sich nach der Abwehr regelrecht, um aus dieser überlegenen Position heraus Druck auf den Angreifer ausüben zu können. Wir durchliefen mehrere Mal beide Kata nur mit den erforderlichen Armtechniken. Erst langsam und mit einem »Speed-up« immer schneller. Beim rasanten Zähltempo von Okuma-Sensei mithalten zu können, war selbst für alle, die diese beiden Kata blind beherrschen, eine kleine Herausforderung!

公益社団法人
日本空手協会
Japan Karate Association



Karate-Dôjô Mukinshôri 「無近勝利」空手道場



Körper und Arme wie eine »Denden-Daiko«

Sehr zur Freude aller Kenner und Freunde der Trilogie »Karate Kid« holte Okuma-Sensei eine sogenannte でんでん太鼓 ... »denden-daiko« hervor. Mit herzerfrischenden Lachen versicherte sich Okuma-Sensei, ob allen Teilnehmern dieses »Instrument« bekannt ist. Es handelt sich bei der Denden-Daiko in Japan eigentlich um ein Kinderspielzeug. Die Denden-Daiko erlangte durch den zweiten Teil der Karate Kid-Serie mit dem Titel »Entscheidung auf Okinawa« große Berühmtheit. Okuma-Sensei verglich die Bewegung unserer Arme und der ruhenden Basis unserer Grundstellung in Kiba-Dachi mit der Denden-Daiko. Durch diesen sinnbildlichen Vergleich konnten sich alle sehr gut vorstellen, was damit gemeint war.



でんでん太鼓 ... Denden-Daiko

Traditionelle Wurzeln der Tekki-Kata

In einem weiteren kleinen Theorieteil referierte Okuma-Sensei über die Entstehungsgeschichte der Tekki-Kata. Ursprünglich hieß diese Form »Naihanchi«. Die wörtliche Bedeutung liegt im Dunkeln. Itosu Ankô – der Lehrer von Funakoshi-Sensei – unterteilte sie erstmals in drei Teile. Shodan, Nidan und Sandan. Funakoshi-Sensei war es, der dieses Formenset schließlich in 鉄騎 ... Tekki ... »Eisenreiter« umbenannte.

Um sich auf das Online-Training vorzubereiten lief Okuma-Sensei das Kata-Set 500 Mal. Er animierte uns es ihm zukünftig gleichzutun und ohne Fußarbeit mit ausschließlicher Konzentration auf die Armtechniken alle drei Tekki-Kata hintereinander zu üben. Auf diese Weise können wir eine stabile Mitte im 肚 ... hara – unserem energetischen Zentrum – entwickeln. Auch dieses Kanji und seine Bedeutung stellte er auf seinem Flipchart vor.

Diese Trainingseinheit bot allen Teilnehmern eine interessante Kombination aus Theorie und Praxis! どうもありがとうございます... dômo arigatô gozaimashita ... wir bedanken uns sehr bei Koichiro Okuma-Sensei für das lehrreiche und inspirierende Training und auch bei den DJKB-Organisatoren, die uns die Teilnahme an diesem Training ermöglicht haben. Wir wünschen allen Teilnehmern des Online-Trainings, allen Karate-Freunden und Wegbegleitern alles Gute. Vor allem weiterhin beste Gesundheit für Euch und Eure Lieben! 押忍 OSS! (^^)

Colin & John Görmann

Karate-Dôjô »Mukinshôri«
03.04.2021

