

Karateka des PSV Ludwigshafen zu Gast beim Bushido Bühl e.V.

Bernd Drechsler 5.DAN gestaltet ein anspruchsvolles und schweißtreibendes Karatetraining

Die tollsten Aktionen entstehen oftmals aus belanglosen Gesprächen, so auch der Trainingsnachmittag hochgraduierter Karateka aus Ludwigshafen mit der Oberstufe des Bushido Bühl e.V. Bernd und Martin hatten sich zu Beginn des Jahres spontan zu dieser Aktion der beiden Vereine verabredet.

Pünktlich zu Trainingsbeginn kamen die Gäste aus der Pfalz auf den Parkplatz der Alois-Schreiber-Schule gefahren. Ein kurzer Snack, um sich für das Training zu stärken und schon standen die Karateka in einer Reihe im Dojo, um den erfolgreichen Trainer mit seinen Karateka zu begrüßen.

Bernd teilte den Trainingsnachmittag in zwei Blöcke auf. Zuerst wurden Techniken in der Kihon trainiert, die auf das Thema des Tages, die „Kata MEIKYO“, vorbereiten sollte. Tsukis, Uke-Techniken und Geri wurden einzeln und in Kombinationen abgefragt. Sogleich trainierten wir diese in verschiedenen Kumiteformen. Dabei wurde darauf geachtet, dass die Karatekas aus Ludwigshafen und aus Bühl Paarungen bildeten. Unterstützung erhielt Bernd von Stefan Köhler, einem seiner erfolgreichsten Schüler und ehemaliges Bundeskader-Mitglied des DKV.

Die Kata MEIKYO wurde kurz im Ablauf geübt, wobei der Schwerpunkt auf dem Bunkai liegen sollte. Bernd erläuterte die einzelnen Techniken und zeigte verschiedene Varianten der Ausführung.

Nach einer kurzen Pause sollte der zweite Trainingsblock beginnen. Kumite in der Shiai-Form stand auf dem Programm. Die mittlerweile miteinander vertrauten Karateka der beiden Vereine schlugen direkte Konter, griffen den Partner mit Kombinationen an und starteten Angriffe als indirekten Konter. Die Übungssequenzen erhielten nur durch kurze Erläuterungen oder Dehnungsphasen eine kurze Unterbrechung.

Mittlerweile war die Zeit weit vorgeschritten. Fast dreieinhalb Stunden schweißtreibendes Training lagen nun hinter den Aktiven. Da wurde das Angebot von Torsten gerne angenommen die Muskulatur durch gegenseitige Massagen wieder zu lockern, um so den bevorstehenden Muskelkater etwas zu reduzieren.

Nachdem das Training von Bernd beendet war, ergriff Peter Schemel, 1.Vorstand des Bushido Bühl e.V., die Gelegenheit sich für das Training mit einem Weinpräsent zu bedanken. Der Abend fand seinen Abschluss beim Griechen in unmittelbarer Nachbarschaft des Dojo.

Die Veranstaltung wird nicht die letzte gemeinsame Aktivität der beiden Vereine gewesen sein. Es werden Besuche in Ludwigshafen folgen, die Freundschaft soll weiter intensiviert werden.

Martin Seebacher, Bushido Bühl