#### SEMINAR-IMPRESSIONEN













Zwischen den Trainingseinheiten sorgte das

#### DOJO AJIA UNDOKAI

mit leckeren Gerichten und Getränken für das leibliche Wohl, das den Budoka ermöglichte 2 Tage lang auf höchstem Niveau zu trainieren.



#### MONDO

Als theoretischer Gegenpol zu den Praxiseinheiten, stellten sich alle Teilnehmer einem Lehrgespräch, dem sogenannten Mondo, das philosophische, historische und kulturelle Aspekte des Budo beleuchtet.

Geleitet wurde die Diskussionsrunde von Christine Rauscher, die für Plauen drei ethische Attribute der Samurai Jin (Humanität), Chi (Weisheit) und Rei (Respekt) als Thema wählte.



AM ENDE DES SEMINARS WURDEN AUBER DEN TEILNEHMERURKUNDEN, EINIGE DAN-, LIZENZ-, TOKUGAWA- UND EXPERT- URKUNDEN ÜBERREICHT. PRÜFUNGSERGEBNISSE:

#### IM KARATE-DO:

Tobias Weise 1.Kyu
Tony Wesely 4.Kyu
Christine Czekaj 5.Dan

#### IM IAIDO:

Andreas Wolf 9.Kyu Jana Staudigl 10.Kyu

13/02/2017

# 1952 - 2017 | 65 Jahre IMAF-KOKUSAI BUDOIN BUNDESZENTRALLEHRGANG DAKO/IMAF DT ATTEM 1. Jubiläums

Vogtland, Sachsen

THE SPIRIT OF

**Germany** 



### THE SAMURAI

MICHAEL FAULHABER, DER DOJOLEITER DES AJIA UNDOKAI VOGTLAND E.V. HAT MIT SEINEM HOCHMOTIVIERTEN TEAM DEN JAHRESERÖFFNUNGSLEHRGANG DER DAKO/IMAF-GERMANY IN HERVORRAGENDER WEISE ORGANISIERT UND DURCHGEFÜHRT.



Das Bild zeigt die Samstag-Gruppe. Sonntag waren viele weitere Teilnehmer gekommen.

#### UNTER DER LEITUNG VON HANSHI H.D.RAUSCHER

wurde an zwei Tagen in vielen verschiedenen Budogruppen unterschiedliche Kampfkunstdisziplinen von folgenden Hauptreferenten gelehrt:



Hanshi Hans-D.Rauscher 9.Antas Combat-Arnis 8.Dan Kobudo 8.Dan Karate-Do u.a.

Ralf Kürschner
6.Dan Jiu-Jitsu
4.Dan Jiu-Jitsu
Ninjutsu-Meister u.a.
u.a.

Gunnar EhrhardtBernd Hempel6.Dan Jiu-Jitsu6.Dan Kickboxen5.Dan laido u.a.4.Dan Karate-Do u.a.

René Menger 3.Dan Kickboxen u.a. Michael Faulhaber 6.Dan Taekido 4.Dan Jiu-Jitsu u.a. **Peter Czekaj** 7.Dan Karate-Do u.a.

**Tobias Rönicke** 6.Antas Combat-Arnis 5.Dan Karate-Do u.a.

Renshi Michael Bonn 5.Dan Aikido u.a. NACH DER VORSTELLUNG DER REFERENTEN BEGRÜßTE AUCH DIE VORSITZENDE DES LANDESSPORTBUNDS ALLE TEILNEHMER UND WÜNSCHTE DER VERANSTALTUNG EIN GUTES GELINGEN.

MICHAEL FAULHABER WURDE FÜR SEINE ERFOLGREICHE DOJO-ARBEIT VON IHR MIT DER BRONZENEN VER-DIENSTNADEL GEEHRT.

Danach wurde in zwei Hallen konzentriert und mit vollem Energieeinsatz trainiert.



FRANZISKA WOLFRAM, SVEN HANITSCH, MAIK BURKHARDT, JENNY BURKHARDT, ALEXANDER MAHLING, TORSTEN SCHAD, RONNY HOPPE, STEFFI RINKE, JANA STAUDIGL UND RICO A.

hatten mit großem Einsatz erfolgreich bei der Organisation des Seminars mitgewirkt.









EIN KLEINER AUSZUG AUS VERSCHIEDENEN TRAININGSEINHEITEN WIRD HIER VORGE-STELLT.





#### KARATE-UNTERRICHT

Hans-D. Rauscher ging bei seinem Karateunterricht u.a. auch auf Feinheiten in der Abfolge von Teiltechniken ein. So sollte bei einer Handtechnik mit Körperdrehung vor der Drehung die Streckung des Armes, Gelenk für Gelenk erfolgen, um der Technik die nötige Schärfe zu geben.

Karateka mit Erfahrung müssen darauf achten, dass Zwischenbewegungen, ohne Unterbrechungen in einer Bewegung gemacht werden. Auch das Kata und Kampftraining kamen nicht zu kurz. Kämpfe mit Schiedsrichtereinsatz wurden jeweils am Ende besprochen und analysiert.

Hans-D.Rauscher wurde unterstützt von Peter Czekaj, einem hervorragenden Karate-Großmeister.



















## COMBAT-ARNIS UND BO-JUTSU

Im Combat-Arnis und Bo-Jutsu wurden im Hinblick auf die kommenden internationalen deutschen Meisterschaften viel Kampftraining mit gepolsterten Stöcken zum Thema gemacht.





Hans-D.Rauscher und Tobias Rönicke gaben wichtige Hinweise und Empfehlungen für geschicktes Taktieren im Kampf, denn Angriffe mit Waffen mit enormer Geschwindigkeit setzen ein gut geschultes Auge voraus, schnell agieren und reagieren zu können.



Dazu wurden auch im Training Übungen zur Entwicklung und Förderung von Reflexen durchgeführt.





Um sich in Kampfsituationen flexibel verhalten zu können ohne viel Vorbereitung auch auf ungewöhnliche oder besonders gefährliche Angriffe einstellen zu können, ließ Hans-D.Rauscher Blöcke und Angriffe mit umgekehrter Handhaltung oder Fixierung des Stockes am Unterarm üben.

Alternative und selten benutzte Blöcke und Angriffe verschaffen in Gefahrensituationen Vorteile, da der Gegner diese Techniken nicht kennt und sich daher nicht so schnell darauf einstellen kann.







#### **KICKBOXEN**

Im Kickboxen betonte **Bernd Hempel** zusammen mit seinem Trainingspartner **René Menger** wie wichtig es sei, aus der jeweiligen Stellung, in der man sich gerade befindet, mit natürlicher Haltung zu agieren und beim Angriff keinesfalls die nötige Deckung zu vergessen. Für Fortschritte im Kickboxen sei es unerlässlich,

Für Fortschritte im Kickboxen sei es unerlässlich, eine Bereitschaft zur Selbstdisziplin zu entwickeln und immer bereit zu sein, sich bei der Ausführung der Techniken so gut wie möglich anzustrengen und mit vollem Einsatz zu trainieren.









#### KRAV-MAGA, JIU-JITSU UND TAEKIDO

Michael Faulhaber musste als Ausrichter des Seminars auch dafür Sorge tragen, dass der Gesamtlehrgang in guter Atmosphäre verlaufen konnte, was ihm hervorragend auch mit Hilfe seines Teams gelang.

Dennoch hat er die Zeit gefunden, mit beeindruckendem Lehrgeschick die Teilnehmer im Krav-Maga, Jiu-Jitsu und Taekido zu unterrichten. Aufgrund seiner großen Erfahrung im Budo gelang es ihm, souverän mit klar verständlichen Ansagen und Demonstrationen seine Budoka zu begeistern und Selbstverteidigungstechniken aus allen Lebenslagen nahe zu bringen.



Auch **Ophelia Frotscher** unterrichtete am Sonntag erfolgreich eine Einheit im Krav-Maga und konnte so das Training von Sensei Michael Faulhaber fortsetzen. Sie lehrte auch rasante Wurftechniken und interessante Bodenkampf-Techniken.









#### JIU-JITSU

Tobias Kompalla zeigte im Jiu-Jitsu raffinierte und effektive Techniken gegen Angriffe jeder Art, wobei auch Abwehrtechniken gegen gefährliche Messerangriffe zum Thema gemacht wurden. Die Techniken begannen im Stand und wurden bis in den Bodenkampf fortgesetzt.



#### **AIKIDO**

Im bewährter Weise stellte Michael Bonn interessierten Budoka die Kunst des Aikido vor. Er zeigte u.a. Übungen mit dem Jo unter dem Aspekt, wie der Stab bewegt wird und welche Abstände man dafür festlegen muss. Der Schwerpunkt beim Training lag weniger beim Einsatz von Blöcken, sondern beim geschickten Ausweichen, um dann den Partner mit entsprechenden Techniken umzulenken. Geschmeidig und elegant demonstrierte er die Bewegungsabfolgen, aber so, dass auch die eher unerfahrenen Teilnehmer sie verstehen und nachmachen konnten.

Auch **Michael Faulhaber** übernahm eine interessante Aikido Einheit.



Bei Messerangriffen muss enorm schnell und treffsicher agiert werden, um überhaupt eine Chance gegenüber dem Angriff zu haben.









#### NIN-JUTSU

Für interessierte Budoka lehrte Ralf Kürschner Techniken aus dem Bereich des Nin-jutsu. Er zeigte dabei den flexiblen Umgang mit Gegenständen, die man in lockerer unverkrampfter Art und Weise für die Verteidigung einsetzen kann. Ralf Kürschner demonstrierte auch wichtige Wurf-und Bodentechniken.





#### **IAIDO**

Das laido Training übernahmen **Christine Rauscher** und **Gunnar Ehrhardt**.

Die Basistechniken der Grundserien wurden anhand unterschiedlicher Methoden gelehrt, die den laidoka die Möglichkeiten gaben, dieselbe Technik von verschiedenen Blickwinkeln her zu betrachten und umzusetzen.

Ein Schwerpunkt war das Sayabanare und dabei die Herausforderung, den Einsatz der linken Hand mehr zu betonen, damit der waagrechte Schnitt besser gelingt.





