



Karate Kyokushinkai

極真會

***Eine Präsentation der
Deutschen Kyokushin Karate und Budo
Vereinigung e. V.
über den von Oyama Masutatsu gegründete
Kampfstil.***

Was ist Karate?



Karate – dt. „leere Hand“ – ist eine Kampfkunst, deren Geschichte sich sicher bis ins Okinawa (eine Inselgruppe im Pazifischen Ozean, die zu Japan gehört) des 19. Jahrhunderts zurückverfolgen lässt. Die japanischen Samurai, die damals die Inselgruppe erobert hatten, verboten den einheimischen Bauern, Waffen jeglicher Art zu tragen oder zu benutzen. Dadurch mussten die Bauern lernen, sich ohne Schwert oder Messer zu verteidigen.

Inhaltlich wird Karate durch waffenlose Techniken charakterisiert, vor allem Schlag-, Stoß-, Tritt- und Blocktechniken sowie Fußfegetechniken.



Hast du gewusst?..

Es gibt noch eine Meinung über die Abstammung des Wortes *KARATE*, u.z. nicht die „leere“ sondern „Chinesische Hand“. Die Japaner lehnen diese Meinung aber ab.

Karate Equipment

- Zu der üblichen Karateausrüstung gehört ein traditioneller Anzug, genannt **Gi**.



Die Ärmel sind ein bisschen kürzer, als bei Karateanzügen anderer Karatestile. An der Brust oben links befindet sich der **Kyokushinkai Kanji** Schriftzug.



- Jeder Karateka trägt einen Gürtel, jap. **Obi**. Die Gürtel haben unterschiedliche Farben, die dem Leistungsstand des Karatekas entsprechen.

» Hast du gewusst?

Früher gab es nur weiße Gürtel. Ein Karateka hat fleißig trainiert. Durch Schweiß, Blut und Unwetter wurde der Gürtel immer dunkler.

Deswegen wird der Karategürtel nach einer alten Tradition nicht gewaschen.



Kyokushinkai

Bedeutung und Symbolik

- **Kyokushinkai** – dt. „die absolute Wahrheit“. Kyokushin ist ein für die Entwicklung der Kampfkunst sehr bedeutender Stil. Es wird im Vollkontakt gekämpft, was Kyokushin zu einem der härtesten Karatestile macht.



Kyokushin Logo, genannt **Kanku**, ist links abgebildet und symbolisiert die vollkommene Verbindung von Kraft und Geist.



Der **Kyokushinkai Kanji** Schriftzug besteht aus drei Zeichen, die in der bekannten Zierform in einander übergehen. Die drei Schriftzeichen lauten **Kyoku** (vollendet), **Shin** (Wahrheit), **Kai** (Gemeinschaft).

Kyokushinkai

Oyama Masutatsu

- **Oyama Masutatsu** – der Gründer des Kyokushinkai , 1923 in Korea geboren, eröffnete sein erstes offizielles Dojo (dt. Schule) 1956 in einem kleinen Gebäude im Norden von Tokio.

Mas Oyama meinte, dass die klassischen Karatestile durch viele Einschränkungen im Kampf dem **Budo-Geist** („Weg des Kriegers“) nicht mehr nachkamen, setzte auf den Vollkontakt im Kampf und auf Kraft und Ausdauer im Training und gewann dadurch in einer kurzen Zeit viele Schüler und Nachfolger.



Die nächsten zehn Jahre baute Oyama seine Organisation auf. 1964 wurde die Internationale Kyokushinkai Organisation (IKO) gegründet. Die besten Schüler von Oyama reisten um die Welt und sorgten dafür, dass Kyokushinkai zu einem der populärsten Karatestile wurde.

Oyama starb im April 1994.



Kinderkarate



- Im Kyokushin ist der Einstieg bereits ab 5 Jahren alt möglich. Im Bushido Center, in der Sechtemer Str. 5, 50968 Köln, wo der Verein DKKBV e.V. seinen Hauptsitz hat, funktioniert eine Kindergruppe, geleitet von lizenzierten Übungsleitern.



- Das Training besteht, wie bei den meisten anderen Karatestilen aus **Kihon** (die grundlegenden Techniken), **Kata** (eine Übungsform, ein stilisierter Kampf) und **Kumite** (Übungen mit Partner in Form eines Freikampfes).
- Natürlich sind im Programm viele Bewegungsspiele, Gymnastik- und Atemübungen.



Kinderkarate und Vollkontakt

Gesundheitsaspekt.



- Wie es bereits hier erwähnt wurde, wird es bei Kyokushin im Vollkontakt gekämpft.
- Unsere minderjährigen Karatekas **müssen** aber im Kumite-Training sowie bei Turnieren spezielle Schutzausrüstung tragen. Es handelt sich dabei um einen **Kopfschutz** (Helm), **Körperschutz** (Weste), **Faustschützen**, **Schienbeinschoner**, sowie **Tiefschutz**.



Die Kinder werden gezielt mental und technisch auf die Turniere vorbereitet. Es gibt mehrere Altersgruppen. Auch Gewichtsklassen sowie Gürtelfarbe spielen meistens eine große Rolle. Gewisse Techniken sind bei Kinderturnieren auch nicht gestattet.





Bausteine des Verhaltenskodex im Dojo

- **Mut.** Nimm dein Herz in die Hand.
- **Bescheidenheit.** Spiele dich nicht in den Vordergrund.
- **Hilfsbereitschaft.** Hilfe deinen Freunden in schwierigen Situationen.
- **Ehrlichkeit.**
- **Selbstbeherrschung.** Beherrsche dich auf Tatami und im Alltag. Der Weg zum Erfolg ist nicht leicht.
- **Ernsthaftigkeit.** Sei pünktlich und diszipliniert.
- **Höflichkeit.** Schimpfwörter haben bei uns nichts zu suchen.
- **Wertschätzung.** Freue dich auf die Erfolge deiner Sportfreunde.
- **Respekt.** Respektiere deine Übungsleiter und Sportkameraden im Training sowie Gegner im Wettkampf.
- **Freundschaft.**



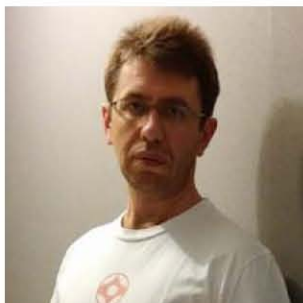
Shehab Ahmed
Shihan, Trainer



Yuya Tinnefeld
Senpai, ÜL



Paul Jagla
Senpai, ÜL



Artem Rubalevskyi
Senpai, ÜL

Kontakt

- **Dojo Adresse:**
Bushido Center
Sechtemer Str. 5
50968 Köln
- **Trainingszeiten Kinder**
(Anfänger und Fortgeschrittene):

Dienstags:
17:30 – 18:30 Uhr

Samstags:
11:00 – 12:30 Uhr
- **Telefon:**

0163-7157158
01578-2374479
- **E-Mail:**

k1kyo3@hotmail.com
nc-alberglu@netcologne.de