

Doppel-Trainingslager des Demminer Karatevereins

Der Karate Do Demminer e.V. lud an den letzten zwei Wochenenden vom 27. - 28. Juni und vom 5. - 6. Juli, zu zwei Trainingslagern ein.

Das erste war ein Spaßtrainingslager, wobei weder der Spaß noch das Training zu kurz kamen. Bei diesem Trainingslager fuhren ungefähr 35 Personen, bestehend aus Karatekas, Trainern, Erziehungsberechtigten und Aerobic-Sportlern, mit. Die Trainingseinheiten gestalteten sich sehr abwechslungsreich. In den Einheiten gab es die verschiedensten Themen wie Fallschule, Kihon, Kata, Kumite, so wie einen fast einstündigen Strandlauf, der bereits früh um 6.30 Uhr begann und mit einer Trainingseinheit am Strand endete. Alle Trainingseinheiten wurden von Sensei Dirk Wedell, Träger des dritten Dan´s und Leiter des Demminer Karate Vereins, durchgeführt. Frau Elke Iwer, Trainerin der Aerobicabteilung, welche zum Demminer Karate Verein dazugehört, führte mit den Karatekas Abdehnung und die Entspannungsübungen nach dem Training durch. Natürlich hatten sie auch ihr eigenes internes Trainingsprogramm. Allen Teilnehmern machte das Training in ungewohnter Umgebung großen Spaß. Höhepunkte des Trainingslagers waren ein Bad in der Ostsee oder ein Eis mit heißen Himbeeren, welches der Verein spendierte. Für die sonstige Verpflegung war auch gesorgt, da der Verein in der Sportschule eine Unterkunft mit Vollpension bestellt hatte. Eine besondere Überraschung für alle Vereinsmitglieder war das Training des Erstligisten VFL Wolfsburg, welches direkt auf dem Fußballplatz vor der Sportschule, in der die Karatekas nächtigten, stattfand. Vereinsmitglieder schauten sich das Training an und holten sich im Anschluss Autogramme von Stars wie Marcelineo, der auch brasilianischer Nationalspieler ist.

Untergebracht waren die Spieler in einen Hotel unweit der Sportschule.

Das zweite Trainingslager am darauf folgenden Wochenende fand in Demmin statt. Hierzu konnten die Demminer die Mitglieder des befreundeten Neustrelitzer Karatevereins begrüßen. Der Leiter des Trainingslagers war Sensei Jan Gebhardt, Träger des fünften Dan´s. Er legte in seinem Training besonderen Wert auf Fußtechniken. Sowohl die Demminer als auch die Neustrelitzer konnten in den Übungseinheiten ihr bisheriges Können erweitern und verfeinern.

Der krönende Abschluss der beiden intensiven Karate-Trainingswochenenden waren die Prüfungen zum nächsten Kyu- Grad (Schülergraduierung), die einige der Karatekas ablegen durften. Hierbei standen alle Prüflinge unter besonderer Anspannung, wollten sie doch ihren Trainern beweisen, dass sie würdig sind den nächsten Kyu- Grad zu erreichen. Jeder der Prüflinge bestand seine Prüfung mehr oder weniger gut. Da die jungen Karatekas noch keine Karateausweise haben, wurden ihnen erst einmal ihre Uhrkunden überreicht. Alle anderen freuten sich über die Eintragung in ihren Ausweis und kamen zum Training am nächsten Montag bereits mit ihren neuen Gürteln.

Jean Teichmann