

Mitglied im Deutschen JKA-Karate Bund e.V. (DJKB) – Landessportbund Niedersachsen e.V. (LSB) – Stadtsportbund Wolfsburg (SSB)

DOJO - INFOBLATT 1/2004

Pressewart

Mai 2004

Liebe Karateka, liebe Mitglieder, ich begrüße euch in diesem Jahr mit dem neuen Dojo-Infoblatt.

Aktuelle Neuigkeiten rund um unser Dojo und Wichtiges aus dem Stützpunkt erfahrt ihr wie gewohnt auf unserer Homepage

www.karate-dojo-fallersleben.de

Wie gewohnt an dieser Stelle begrüße ich unsere neuen Dojo-Mitglieder recht herzlich, die zum 1. Januar 2004 in unseren Verein eingetreten sind: Monique Bartelt, Kenneth Bockmann, André Bona, Annika Dertmann, Jan Lennart Flühs, Jens Jaworski, Sabine Korte, Timo Lehrmann, Dominic Milewski, Tina Müller, Kevin Reubert, Max Rödel, Fabian Scharf, Marcel Scheller, Dennis Wagner, Mathias Willsch. Viel Spaß und Erfolg mit und beim Karate!

Inhalt:	Seite
1. Panamerikanische Meisterschaft in Argentinien	1
2. 8. Deutsche Jugendmeisterschaft in Hagen	2
3. 6. Norddeutsche Meisterschaften in Hannover	2
4. Prüfungen	3
5. Vereinsmeisterschaften und Weihnachtsfeier 2003	3
6. Lehrgang mit Thomas Schulze in Fallersleben	4
7. Neuigkeiten	4
8. Termine	5
9. Wissenssecke	6

(1) Panamerikanische Meisterschaft in Argentinien

Nachdem die vier Seitenkampfrichter die rote Fahne hochhielten und der Hauptkampfrichter Robin Jurzick zum Sieger im Kumite-Shiai im Shobu-Ippon-System der Panamerican Championship World Open in Buenos Aires erklärte, kannte der Jubel keine Grenzen. Die Fallersleber Reisegruppe um Betreuer und Reiseleiter Paolo Demartis, Betreuer Ingolf Pusch sowie Antonio La Pietra, Joachim Pusch und Roland Dietrich, der als WKC-Offizieller mit dabei war, erdrückten Robin fast vor Freude. Erst in der Verlängerung gelang ihm der Titelgewinn gegen den schnellen Daniel Vetrano aus San Luis/Argentinien in einem spannenden und hochdramatischen Finale. Vergessen war die strapaziöse Anreise von fast 30 Stunden und die Enttäuschung vom Vortag, als Robin Jurzick sich im Kata-Shiai mit dem undankbaren vierten Platz begnügen musste. Erst im Stechen musste sich Robin dem Südafrikaner Otti Ntsinare um winzige 0,1 Punkte geschlagen geben und wurde „nur“ Vierter. Sieger

im Kata-Shiai wurde überlegen der italienische WKC-Weltmeister Fabio Comi vor einem weiteren Südafrikaner, Ottis Bruder Walt Ntsinare. Zur Freude der deutschen Fans erhielt



die Kata-Mannschaft mit Robin Jurzick, Timo Peterßen und Martin Schneider mit ihrer synchron vorgetragenen Kata Empi verdient die Bronze-Medaille hinter den Nationalmannschaften aus Chile und Argentinien. Damit hatten sie bewiesen, dass ihr Deutscher Juniorentitel 2001 in Fallersleben keine Eintagsfliege war. Auch die anderen Fallersleber Starter mit

Steffen Probst (unter 18 Jahre) und Tobias Heckendorf (ab 18 Jahre) schlugen sich auf diesem internationalen Turnier achtbar. Den Deutschen Erfolg vervollständigte WKC-Weltmeisterin Chin Ying Sung aus Immenstadt, die im Kumite- und Kata-Shiai siegte. Die Abschlussparty fand in einer riesigen Disco mitten in Buenos Aires statt, wo schätzungsweise 2000 Discobesuchern die Erfolge der deutschen Teilnehmer bis in den frühen Morgen hinein ausgelassen feierten.

Neben der Meisterschaft hatten die Fallersleber Gelegenheit, Land und Leute näher kennen zu lernen. Beim gemeinsamen Training im Boca Junior Karate Club, direkt neben dem Stadion des wohl berühmtesten und beliebtesten Fußballvereins Argentinien, den Boca Juniors, wurden viele Freundschaften mit argentinischen Karateka geschlossen. Weitere Höhepunkte waren die obligatorische Stadtrundfahrt mit einem Besuch im alten Stadtteil

Boca, ein Tango-Abend mit Essen, Tanzen und Gesang und der Besuch einer Gaucho-Ranch außerhalb Buenos Aires. Robin Jurzick sowie Ingolf und Joachim Pusch nutzten die Gelegenheit, um einen Abstecher zu den größten Wasserfällen der Welt in Iguazu und dem gigantischen Wasserkraftwerk in Itaipu, an der brasilianisch-paraguayischen Grenze,

zu machen. Nach einer langen Rückreise endete eine erlebnisreiche und sportlich erfolgreiche Reise für die Fallersleber Karateka, und alle waren glücklich, wieder gesund zu Hause zu sein. Wieder einmal konnten die Farben der Hoffmannstadt im Ausland würdig vertreten werden. Vielleicht geht es 2004 nach Südafrika, aber gewiss 2005 nach Brasilien, wenn dort

im Juni die WKC-Weltmeisterschaften stattfinden werden.

(Originaltext von H.J. Pusch, bearbeitet von T. Kitzmann)

Foto: Kata Mannschaft mit Bronze-Medaille Martin Schneider, Timo Perteßon, Robin Jurzick (v.l.n.r)

(2) 8. Deutsche Jugendmeisterschaft in Hagen

Bei den 8. Deutschen Jugend-Meisterschaften des DJKB in Hagen glänzten die Karatekas des 1. Karate-Dojo Fallersleben mit herausragenden Leistungen in fast allen Disziplinen. 4-mal Gold, 1-mal Silber und 1-mal Bronze war die erfolgreiche Bilanz dieser Meisterschaft. Mit 20 Aktiven und 5 Betreuern reisten die Fallersleber nach Hagen und trafen dort auf 57 Mannschaften aus dem gesamten Bundesgebiet. 612 Teilnehmer stritten um die begehrten Pokale in den Disziplinen Kumite-Einzel, Kumite-Team, Kata-Einzel und Kata-Team in verschiedenen Altersklassen zwischen 9 und 17 Jahren. In der Team-Wertung wird eine Kata von drei Aktiven synchron vorgetragen, wobei die Bewertung nach der Genauigkeit der Bewegungen und

Techniken und der Synchronität des Vortrags erfolgt. In dieser Disziplin entschieden Steffen Probst, Christian Than und Alexander Than die Meisterschaft für sich und diese drei Kämpfer belegten auch in der Kumite-Teamwertung nach harten Kämpfen den 1. Platz und verdienten sich so in jeder Disziplin eine Goldmedaille. Im Jiyu-Kumite (Freikampf) siegte gegen einen starken Gegner Alexander Than und erhielt dafür seine dritte Goldmedaille bei dieser Meisterschaft. Die Wettkämpfe im Kihon-Ippon-Kumite entschieden Maximilian Deck mit Platz 1 und Sebastian Schmidt mit Platz 2 für die Fallersleber und zeigten in der Altersklasse von 12 – 14 Jahren ihre Qualitäten. Im Kata-Einzel der 15-bis 17-jährigen belegte Christian Than nur

knapp hinter dem Zweitplatzierten den 3. Platz. Diese tolle Erfolgsserie rundete Tamara Schmidt in der Altersklasse 12 bis 14 Jahre mit einem 4. Platz ab. Alles in allem glänzten die Fallersleber Farben Gelb und Blau nicht nur durch ihr vielzähliges Auftreten in den Trainingsanzügen, sondern hauptsächlich durch die starken Leistungen der Aktiven.



(3) 6. Norddeutsche Meisterschaften in Hannover



Die „goldene“ Serie der Erfolge unserer Karatekas reißt nicht ab.

Im November des vergangenen Jahres fanden in Hannover die 6. Norddeutschen Karate-Meisterschaften statt, zu der das Karate-Dojo Fallersleben mit 24 Aktiven und 2 Betreuern angereist war. Dort trafen sie wieder auf viele Aktive anderer Karate-Dojos, zu denen wir zum Teil auch freundschaftliche Verbindungen pflegen. Entsprechend freundlich und entspannt war die Atmosphäre dieser Meisterschaft, doch das gewisse Kribbeln und ein wenig Nervosität waren bei den Teilnehmer schon spürbar. Schließlich feierten einige Teilnehmer, vor allem bei den Schülern zwischen 9 und 14 Jahren, ihr Debut bei einer Meisterschaft. Von den mitgereisten

Betreuern Paolo Demartis und Detlef Oberdiek wurden sie jedoch bestens betreut.

Regelmäßige Teilnahme am Training und eine gute Vorbereitung auf die Meisterschaft brachten dann auch die erhofften und verdienten Erfolge. In der Gesamtwertung von 18 teilnehmenden Dojos belegten die Fallersleber Kämpfer mit 4 Gold-, 7 Silber- und 10 Bronzemedallien hinter dem Dojo des BKC-Magdeburg den 2. Platz.

In der Gesamtwertung der 181 Teilnehmer erkämpfte sich Alexander Than mit 2 Goldmedallien einen von vier 1. Plätzen und Maximilian Deck mit 1 Gold- und 1 Silbermedaille einen 2. Platz.

Marc-Pascal Krüger (Gruppe 6. – 4. Kyu) erkämpfte sich im Kihon Ippon Kumite (Freikampf) einen 2. Platz und Tamara Schmidt (Gruppe 6. – 4. Kyu) einen 3. Platz. Im Jiyu Ippon Kumite belegte Fiona Nehls (Gruppe 6. – 4. Kyu) Platz 3 und Inga Jörs in der Gruppe ab 3. Kyu den 2. Platz. Tobias Heckendorf belegte im Kumite in der Gruppe ab dem 3. Kyu (ab 18 Jahren) einen 3. Platz und bei den 15- bis 17-

jährigen erkämpften sich Alexander Than den 1. Platz, Christian Than den 2. Platz und Steffen Probst den 3. Platz.

Auch in der Disziplin Kata-Einzel waren die Fallersleber sehr erfolgreich. In der Altersgruppe 9 bis 11 Jahre belegte Patrick Deck den 4. Platz und in der Altersgruppe 12 bis 14 Jahre Maximilian Deck den 2. Platz. In der weiblichen Konkurrenz errang Tamara Schmidt in dieser Altersklasse den 2. Platz. Bei den 15- bis 17-jährigen belegte Alexander Than den 1. Platz, Christian Than den 2. Platz, Steffen Probst den 3. Platz und Stefan Schneider den 4. Platz. Bei den Frauen belegte Inga Jörs den 3. Platz. Mit den Kata-Mannschaften belegten die Fallersleber Karatekas einen 1., einen 2. und einen 3. Platz.

Mit solch überragenden Ergebnissen in der Tasche traten die Kämpfer und Betreuer gut gelaunt die Heimreise an und bei Toni wurden die Erfolge dann noch ordentlich gefeiert.

(4) Prüfungen

Wieder einmal trug die intensive Jugendarbeit unseres Dojos reife Früchte.

Sechs unserer Karatekas absolvierten ihre Gürtelprüfungen am Ende eines Lehrganges in Bremen, der vom Chef Ausbilder Sensei Hideo Ochi geleitet wurde. Nach drei intensiven Trainingseinheiten nahm Sensei Ochi



am Ende des Lehrganges die Prüfungen ab. Dabei bestan

den Tobias Heckendorf (18) und Martin Schneider (19) die Prüfung zum 1. Dan. Beide gehören seit 10 Jahren unserem Dojo an. Die Prüfungen bestanden wie gewohnt aus drei Einheiten Grundschule (Kihon), dem Kumite und der Kata. Bei der Kata entschieden sich Martin Schneider und Tobias Heckendorf für die Zentai-Kata Empi („Flug der Schwalbe“).

Unser Cheftrainer des DJKB Sensei Hideo Ochi war mit den Prüflingen sehr zufrieden und gratulierte ihnen zu ihren „Meistertiteln“. Gratulationen auch für Inga Jörs, Timo Peterßen, Alexander und Christian Than. Sie freuten sich über die bestandene Prüfung zum 1. Kyu (dritter Braungurt), ein wichtiger Meilenstein auf dem Karate-Weg.

Den erfolgreichen Prüflingen gratuliert das 1. Karate-Dojo Fallersleben und wünscht ihnen alles Gute auf ihrem Weg, dem Karate-Do.

Foto: stehend v.l. Christian Than, Inga Jörs, Alexander Than, Timo Perterßen, knieend v.l Tobias Heckendorf, Martin Schneider

Auch die Altförderer unseres Dojos erreichten einen weiteren Meilenstein auf ihrem „Karate-Do“.



Parallel zur DJM in Hagen absolvierten sie einen Instruktorlehrgang, um sich selbst im Lehren des Karates weiter zu bilden. Unter der Leitung von Shihan Ochi, unterzogen sich die Teilnehmer drei anstrengenden, aber lehrreichen Trainingseinheiten, von je eineinhalb Stunden. Fünf der angereisten Dan-Träger aus Fallersleben hatten jedoch noch ein weiteres Ziel vor Augen, dass sie im Anschluss an den Instructor-Lehrgang auch erreichten. Hellfried Schneider,



Detlef Oberdiek, Siegfried Hartwig, Michael Grese und Paolo Demartis bestanden die Prüfung zum 3. Dan. Auch ihnen herzliche Glückwünsche zur bestandenen Prüfung

Foto: stehend v.l. Paolo Demartis, Siegfried Hartwig, Hellfried Schneider, knieend v.l Michael Grese, Detlef Oberdiek

Weitere 49 Aktive absolvierten im vergangenen halben Jahr eine Gürtelprüfung. **Zum 9. Kyu:** Timo Lehmann, Kevin Reubert, Jan Lennart Flühs, Kenneth Bockmann, Marcel Scheller, Dominic Milewski, André Bona, Fabian Scharf, Max Rödel, Dennis Wagner, Annika Dertmann, Monique Bartel, **zum 8. Kyu:** Rebecca Voigt, Lisa Fekken, Iveta Pokorua, Stefan Walter, Marco Alizzi, Detlev Krüger, Frank



Dietrich, Maurice Pape, Robin Pape, Gerrit Sprenger,

Joshua Klaffehn, Maren Weber, Yul-Cedric Fillweber, Charlene Albrecht, Robin Keller, Kevin Lotsch, Mathias Willsch, Tina Müller, Sabine Korte, **zum 7. Kyu:** Christina-Marie Pape, Isabell Hoppe, Mareike Wittenberg, Christopher Hoppe, **zum 6. Kyu:** Patrick Deck, Kathrin Schmidt, Vivien Heinecke, Dana-Lia-Eileen Bierbaum, **zum 5. Kyu:** Monika Kotzian, Sandra Oberdiek, Carina Rossi, Anna Wang, Victoria Zink, Marius Neumann, Darius Retzlaff **zum 4. Kyu:** Andrea Loel, Claudia Pegg, Marc-Pascal Krüger, Fiona Nehls, Mike Wagner und **zum 3. Kyu:** Tamara Schmidt, Andreas Herbst, Susanne Gundlach, Marvin Richter, Maximilian Deck, Sebastian Schmidt. Herzlichen Glückwunsch.

(5) Vereinsmeisterschaften und Weihnachtsfeier

Auch in diesem Jahr haben wir die Serie der sportlichen Aktivitäten mit der 32. Vereinsmeisterschaft unseres Dojos beschlossen.

Ca. 50 Karatekas unseres Dojos maßen in den Disziplinen Kumite und Kata ihre Fähigkeiten. Dabei präsentierten sich unsere Nachwuchskaratekas auch hier in ausgesprochen guter Form. Dies bestätigte einmal mehr, die erfolgreiche Trainingsarbeit der vergangenen Monate, so wie dies auch schon bei den Deutschen Meisterschaften in Hagen unter Beweis gestellt wurde. Die zahlreich erschienenen Zuschauer erlebten bei dem durch Sportwart Detlef Oberdiek bestens organisierten Turnier, spannende und interessante Kämpfe und Vorführungen, so z.B. auch eine Synchron-Kata,

vorgestellt durch die Deutschen Jugendmeister.

In 11 Gruppen sollten bei dieser Meisterschaft die Meister in den einzelnen Wettbewerben gefunden werden. Besonders erfolgreich waren Victoria Zink, die in beiden Disziplinen (Kata und Kumite) in der Gruppe weiblich, 8 – 11 Jahre ab 9. Kyu, und Tamara Schmidt in der Gruppe weiblich, 12 – 14 Jahre, die 1. Plätze belegten. Im Wettbewerb Kata männlich, 8-11 Jahre, siegte Patrick Deck und in der Altersklasse 12 – 14 Jahre Maximilian Deck. In Kata mixed, ab 15 Jahre ab 6. Kyu siegte Andreas Herbst und in der gleichen Disziplin ab 3. Kyu Christian Than. Im Kumite männlich, 12 – 14 Jahre, 7. – 4. Kyu, war Sebastian Schmidt der Erfolgreichste, im Kumite

mixed, ab 15 Jahre, 7. – 4. Kyu Monika Kotzian und ab dem 3. Kyu Alexander Than.

Ebenso obligatorisch wie die jährliche Vereinsmeisterschaft ist die Weihnachtsfeier des Dojos. Nach soviel



Sport trafen wir uns wieder einmal im

Vereinslokal bei Toni, um bei sehr guten italienischem Essen, kühlen Getränken und Tanz, das erfolgreiche Sportjahr ausklingen zu lassen. Sicherlich ein Höhepunkt dieses Abends war die große Tombola, deren Preise zum großen Teil

von Fallersleber Geschäftsleuten gestiftet wurden. Diesen möchten wir dafür danken, ebenso den fleißigen Helfern Paolo Demartis und Stephan Keller, die die Tombolagewinne gesammelt haben. Den Erlös dieser Tombola haben wir

dem Wolfsburger Verein 'HEIDI', einer Hilfsorganisation für krebskranke Kinder, gespendet (siehe Artikel Lehrgang mit Th. Schulze).

(6) Lehrgang mit Thomas Schulze

Am zweiten Wochenende war das 1. Karate-Dojo Fallersleben bereits zum fünften Male Ausrichter eines Lehrganges mit dem Leiter des DJKB Stützpunktes Nord Thomas Schulze (4. Dan). Der ehemalige WKC-Weltmeister aus Bremen lockte mit seinem lehrreichen Training, wie schon in den Jahren zuvor, an die 100 aktive Karatekas in die Sporthalle nach Fallersleben. In freundschaftlicher Verbundenheit mit dem Fallersleber Karate-Dojo kommt er sehr gerne nach Wolfsburg sagt Thomas Schulze und freut sich schon auf ein Wiedersehen im kommenden Jahr.

Die aus Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen, Sachsen-Anhalt und Bremen angereisten Aktiven erlebten ein spannendes und schweißtreibendes Training, da Thomas Schulze bemüht war, wesentliche Bestandteile des Karate aus dem Kihon, der Kata und dem Kumite heraus zu arbeiten und diese durch

mehrfaches wiederholen perfektionieren zu lassen.

Das Karate-Dojo Fallersleben mit seiner intensiven Kinder- und Jugendarbeit nahm diesen Karatelehrgang auch zum Anlass, krebskranke Kinder zu unterstützen. Die aus dem Losverkauf erzielten Einnahmen einer Tombola anlässlich der Weihnachtsfeier des Dojos sollten einer guten Verwendung zugeführt werden. Viele interessante Preise sorgten dafür, dass alle Lose verkauft werden konnten. Der Erlös von 250,- € plus 50,- € aus der Vereinskasse wurde der Vorsitzenden des Fördervereins für krebskranke Kinder e.V. Frau Ulrike Bartz, vor der Kulisse der Lehrgangsteilnehmer, übergeben. So wurde das soziale Engagement unserer Vereinsarbeit einmal mehr hervorgehoben.

Am Ende des ersten Lehrgangstages trafen sich viele Karateka im Vereinslokal „Treff bei Toni“ um dort die

ausgeschwitzten Flüssigkeiten wieder aufzufüllen und mal wieder mit alten Bekannten aus anderen Dojos zu klönen und zu fachsimpeln.

Nach der letzten Trainingseinheit am Sonntag stellten sich dann noch sieben Karatekas aus Fallersleben den Anforderungen einer Gürtelprüfung, die sie auch alle bestanden (siehe Prüfungen). Alle Aktiven und die Ausrichter dieses Lehrganges freuen sich bereits jetzt auf ein Wiedersehen mit Thomas Schulze im kommenden Jahr.



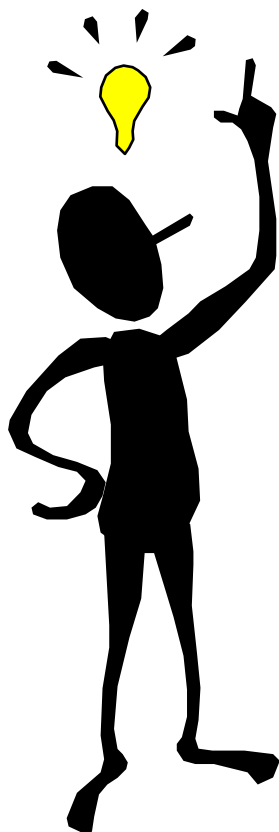
(7) Dojo-Neuigkeiten - Glückwünsche - Infos

- Besondere Geburtstage:
- 40 Jahre – Thomas Salomon, Michael Schulze, Christine Oberdiek, Ralf Herbold, Hans-Dieter Lehner – Herzlichen Glückwunsch
 - 30 Jahre – Sebastian Lynen, Jessica Ritzau, Christiane Kott – Herzlichen Glückwunsch
 - 20 Jahre – Bernd Kurasch - Herzlichen Glückwunsch !
 - 18 Jahre – Inga Jörs, Steffen Probst, Sonja Jacobs, Monika Kotzian, Christian Than, Alexander Than – Herzlichen Glückwunsch
 - 10 Jahre – Jonas Schönfeld, Maurice Pape, Robin Pape, Sebastian Trzynka, Kenneth Bockmann, Robin Keller, Henriette Scharpenberg, Lena-Mailin Schaper – Herzlichen Glückwunsch !

- Besondere Jubiläen:
- 35 Jahre (im Jahr 2003) – Burghard Rebmann
 - 30 Jahre (im Jahr 2003) – Antonio La Pietra (Foto) – Herzlichen Glückwunsch!
 - 25 Jahre (im Jahr 2003)- Peter Schneider (Foto) – Herzlichen Glückwunsch!
 - 10 Jahre – Beate Pusch, Christine Oberdiek, Jörg Schuleit, Hans-Bernhard Hildebrand, Siegfried Hartwig, Hellfried Schneider, Katrin Bone – Herzlichen Glückwunsch !



(8) Terminkalender - bitte unbedingt vormerken!



Juni 2004

- 04.-06. WKC-Europameisterschaft in Caorle (Italien)
- 12. 5. Kinder- und Jugend-LG mit Thomas Schulze in Sulingen
- 14. Dojo-Prüfungstermin Anfänger Erwachsene
- 15. Dojo-Prüfungstermin 8.-1- Kyu
- 16. Dojo-Prüfungstermin Anfänger Kinder
- 19. 2. Stützpkt. Nord-LG in Oberviechtach inkl. Stützpunktvergl.

Juli 2004

- 03.-04. DJKB-Jugendkader-LG in Bottrop
- 04. Bettenrennen in Fallersleben
- 09.-11. Sommerlager Kinder in Schönhagen

August 2004

- 02.-06. Gasshuku in Konstanz
- 20.-22. Sommerlager Erwachsene in Stüde
- 31. Infotraining für Anfängerkurs

September 2004

- 04.-05. DJKB-Junioren-/Seniorenkader in Bottrop
- 06. Anfängerlehrgang Erwachsene
- 08. Anfängerlehrgang Kinder
- 11.-12. LG mit Giovanni Torzi in Stendal
- 18.-19. LG mit Frau Tomie Ochi in Fallersleben
- 25.-26. LG mit Shihan Ochi in Hannover

Oktober 2004

- 09.-10. LG mit Thomas Schulze u. Giovanni Torzi in Magdeburg
- 30. Stützpunkt Nord Lehrgang in Hannover
- 31. 7. Norddeutsche Meisterschaft

November 2004

- 13. Selbstverteidigungskurs für Frauen

Dezember 2004

- 06. Dojo-Prüfungstermin Anfänger Erwachsene
- 07. Dojo-Prüfungstermin 8.-1- Kyu
- 08. Dojo-Prüfungstermin Anfänger Kinder
- 11. Dojo-Meisterschaft und Weihnachtsfeier
- 17. Weihnachtsfeier Kinder

Ggf. aktualisierte Termine findet ihr auf unserer Homepage!

DOJO-STAMMTISCH: Jeden ersten Donnerstag im Monat ab 20.00 Uhr im Vereinslokal "Pizzeria Treff bei Toni"

Alle sind hierzu herzlich eingeladen, um Neuigkeiten auszutauschen, Anregungen, Kritik und Verbesserungsvorschläge einzubringen oder einfach mal ein bisschen zu plaudern.

(9) Wissenssecke/Lexikon japanischer Fachausdrücke

heute:

Die Nijukun (nach Gichin Funakoshi)

1. Karate-dō wa rei-ni hajimari, rei-ni owaru koto-u.

Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.

2. Karate-ni sente nashi.

Im Karate macht man nicht die erste Bewegung.

3. Karate-wa gi-no-tasuke.

Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.

4. Mazu jiko-o shire, shikoshite tao-wa shire.

Erkenne dich selbst zuerst, dann den anderen.

5. Gijutsu yooi shinjutsu.

Intuition ist wichtiger als Technik.

6. Kokoro-wa hanatan koko-o yosu.

Lerne deinen Geist zu kontrollieren und befreie ihn dann.

7. Wazawai-wa getai-ni shozu.

Unglück geschieht immer durch Unachtsamkeit.

8. Dojo-nomino karate-to omou na.

Glaube nicht, daß Karate nur im Dojo stattfindet.

9. Karate-no shugyo wa issho de-arau.

Karate üben, heißt ein Leben lang zu arbeiten; darin gibt es keine Grenzen.

10. Arai-yuru mono-o karate-wa seyo, soko-ni myo mi-ari.

Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, dann wirst du myo finden.

11. Karate-wa yu-no-gotoshi taezu netsudo-o ataezareba moto-no mizu-ni kaeru.

Wahres Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht beständig erwärmst.

12. Katsu kangae-wa motsu namakenu kangae-wa hitsuyo.

Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.

13. Tekki-no yotte tenka seyo.

Verändere deine Verteidigung gegenüber dem Feind.

14. Tattakai-wa keyo-jitsu no soju ikan-ni ari.

Der Kampf entspricht immer deiner Fähigkeit, mit keyo (unbewacht) und jitsu (bewacht) umzugehen.

15. Hito-no-teashi-o ken to omou.

Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.

16. Danshi mon-o izureba hyakuman-no tekki ari.

Wenn du den Ort verläßt, an dem du zu Hause bist, machst du dir zahlreiche Feinde. Ein solches Verhalten läßt dir Ärger ein.

17. Kamae-wa shoshinsha-ni ato-wa shizentai.

Anfänger müssen alle Haltungen ohne eigenes Urteil meistern, erst danach erreichen sie einen natürlichen Zustand.

18. Kata-wa tadashiku jissenwa betsu mono.

Die Kata muß ohne Veränderung korrekt ausgeführt werden, im wirklichen Kampf gilt das Gegenteil.

19. Chikara-no kyojaku karada-no shinshiku waza-no kankyo-o wasaruna.

Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell – alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.

20. Tsune-ni shinen kufu seyo.

Erinnere dich und denke immer an kufu - lebe die Vorschriften jeden Tag.

Die Ausgabe 2/2004 erscheint: (Termin noch offen)

Besucht unsere Homepage:

<http://www.karate-dojo-fallersleben.de>

Vorsitzender: Hellfried Schneider, Wiesenhofweg 7, 38550 Isenbüttel, Tel.: 05374 – 4045, Hellfried.Schneider@web.de
Kassenwart: Michael Grese, An der Mühlenriede 11, 38442 Wolfsburg (Ehmen), Tel: 0174 - 8134506, bloddymike@web.de
Sportwart: Detlef Oberdiek, Maschgartenberg 6, 38524 Dannenbüttel, Tel: 05371 – 62159, Detlef.Oberdiek@volkswagen.de
Jugendwart: Paolo Demartis, Nordring 1b, 38442 Wolfsburg (Fallersleben), Tel: 0171 - 9869533, Paolo.Dem@gmx.de
Frauenwart: Rita Jörs, Wendeberg 26, 38444 Wolfsburg (Heiligendorf), Tel: 0170 – 5381238, RitaJoers1@aol.com
Pressewart: Thomas Kitzmann, Tannenbergr. 18, 38442 Wolfsburg (Mörse), Tel: 05361 – 888065, Thomaskitzmann@gmx.de
Bankverbindung: Sparkasse Gifhorn-Wolfsburg – Konto 015 201 296 - BLZ 269 513 11