



Neujahrslehrgang 2007

Alljährlich findet Anfang Januar ein Neujahrslehrgang statt, um nach der Weihnachtszeit und dem Jahreswechsel wieder in das Trainingsgeschehen hineinzufinden. So trafen sich auch dieses Jahr Schüler aller Dojo am Sonntag, den 07. Januar, um zusammen unter Shihan Christian Wiederanders das erste Training des Jahres zu begehen. Um zehn Uhr ging es los. Nachdem wir uns aufgewärmt hatten, galt es, einen Hindernisparcour zu bewältigen. Zuerst konnten wir alleine unser Glück versuchen, mussten uns dann aber in Gruppen bewegen. Hier wurde schnell klar, dass es uns sehr an Wachsamkeit gefehlt hatte. Wir sollten uns und das Gelände gegenseitig absichern und aufmerksam



prüfen. In einem zweiten Durchgang mit Gruppe konnten wir das unter Beweis stellen, allerdings wurden diesmal



Gegner in der Halle versteckt, die wir zu entdecken hatten. Danach sollte die Gruppe den Parcour schließlich mit verbundenen Augen überqueren. Gerade hierbei wurde klar, wie sehr man sich auf einen einzigen Sinn fixiert hatte. Als nächstes gingen wir partnerweise zusammen und versuchten,

Techniken sinnvoll einzusetzen. Ein Partner stand in einer Angriffsstellung, der andere sollte versuchen, weiterführende Techniken am Partner anzusetzen. Schließlich teilten wir die Gruppen, eine trainierte bei Shihan Christian Wiederanders, eine bei Sensei-ho Thorsten Klein. Beim Shihan übten wir, uns aus einer benachteiligten Position zu befreien bzw. zu kontern, nämlich wenn der Gegner uns zu Boden gebracht hat. Der Sensei-ho ließ uns mit der Pratze üben, wobei es dabei auf Kräfteinsatz und sinnvolle Aneinanderreihung von Techniken kam. Einer hielt die Pratze und ein Shinai, Aufgabe war es, zuerst die akute Bedrohung für sich selbst auszuschalten, um sich dann der nächsten Bedrohung, dem Gegner, zuzuwenden. Als letztes fanden wir uns wieder alle in der Halle ein und jeder sollte zuerst die Pratze bearbeiten, und dann so schnell es geht durch den Parcour heizen. Danach setzten wir uns draußen auf die Wiese und meditierten, um den Körper wieder runter zu holen.

Stimmen zum Lehrgang:

ANGELA DAMIAN: „Der Lehrgang führte nach der Weihnachtszeit wieder zum eigenen Körper zurück und zeigte, woran man im kommenden Jahr arbeiten kann. Er aktivierte den Körper wieder und war wie jedes Jahr sehr lehrreich.“

TOBIAS WOLF: „Der Lehrgang war ein gelungener Wiedereinstieg in den Trainingsalltag nach den Feiertagen und bot die Möglichkeit mit den Mitgliedern der anderen Schulen zu





Tatsu-Ryu-Bushido



„Bericht: Neujahrslehrgang 2007“

trainieren. Außerdem konnte man sich durch ein Vergleichen mit dem letzten Lehrgang ein Bild davon machen, wie weit man sich im Verlaufe des Jahres weiterentwickelt hatte.“

SEBASTIAN HARTTIG: „Es war ein, zwar nach den Weihnachtsferien mit viel Essen und wenig Aktivität, anstrengendes, aber dennoch sehr interessantes und lehrreiches Training. Besonders das Training beim Shihan war toll.“

<i>Autor:</i>	<i>Angela Damian</i>
<i>Bilder:</i>	<i>Tatsu-Ryu-Bushido – Canon 350 D</i>
<i>Erstellt am:</i>	<i>01/2007</i>
<i>Copyright:</i>	<i>1987-2008 www.tatsu-ryu-bushido.com</i>