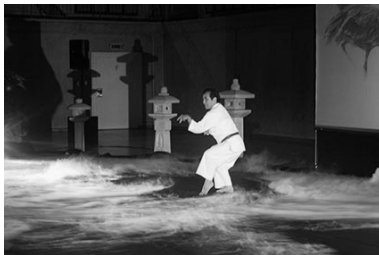




## Karate



Karate, übersetzt „Leere Hand“ bedeutet, ist eine Kampfkunst die eine lange Tradition hat und auf Okinawa ihren Ursprung findet. Dort wurde Sie durch chinesische Einflüsse mitgeprägt und verschmolz mit einheimischen (damals gehörte Okinawa noch nicht zu Japan) und japanischen Traditionen zu einer effektiven Kampfkunst. Nach der Meiji-Restauration fand Karate den Weg nach Japan und nach dem 2. Weltkrieg über die USA in die ganze Welt. Der Inhalt dieser Kampfkunst besteht hauptsächlich in waffenlosen Techniken die vor allem Schlag-, Stoß-, Tritt- und Blocktechniken beinhalten. Es werden jedoch auch Hebel, Würfe, Beinfeger und Nervendruckpunkttechniken gelehrt. Desweiteren finden sich auch Waffentechniken mit Sai-Gabeln, Tonfa, Kama und Bo wieder, da man sich gegen Samurai und andere Besitzer und Agressoren zur Wehr setzen musste, denn Waffen waren verboten. Diese Techniken wurden geheim gehalten und nur mündlich vom Meister zum Schüler weitergegeben. Ende des 19. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde Karate aber immer populärer und einige Meister begründeten Ihre eigenen Stile/Schulen. Sie wurden nun nicht mehr nur zur Selbstverteidigung



genutzt, sondern auch als Körperertüchtigung, Wettkampfsport und Erziehungsmethoden anerkannt und betrieben. Es bildeten sich 4 Hauptstile heraus, die nachfolgend einzeln beschrieben werden. Einige Meister sind heute jedoch der Auffassung, dass der Wettkampfsport das Karatetraining beeinträchtigt, weil viele Trainer hauptsächlich die Techniken unterrichten, die den schnellen Punkteerfolg garantieren und

somit der wahre Weg der Kampfkunst aus den Augen verloren wird.

So bildeten sich in den Entwicklungsjahren 4 große Stilrichtungen.

- Shotokan,
- Shito Ryu,
- Wado Ryu und
- Goju Ryu.



### Shotokan Karate-Do

Funakoshi Gichin, geboren 1868 in Shuri auf Okinawa und ursprünglich als Hauptschullehrer tätig, wird heute als Begründer des Shotokan-Karate angesehen. Sein Stil basiert auf Matsumuras Shorin Ryu. Shoto war Funakoshi Künstlername und bedeutet Pinienrauschen - seine erste eigene Trainingshalle (im Frühjahr 1935 in Tokyo eingeweiht) wurde aus diesem Grund Shotokan genannt. Diese Bezeichnung wurde später für seinen Karate-Stil übernommen. Merkmale des Stils Der Shōtōkan-Stil ist die am weitesten verbreitete Stilrichtung im Karatedō. Charakteristisch für



# Tatsu-Ryu-Bushido



„Artikel: Karate“

diese Stilrichtung ist ein tiefer Stand, der dynamische und kraftvolle Bewegungen ermöglicht. Der tiefe Stand wird in erster Linie im Training der Grundschule Kihon und der Kata sowie in den Basis Kumiteübungen praktiziert. Hintergrund dessen ist, dass so die Muskelatur und die Bänder stets gedehnt werden um im Kampf eine hohe Reichweite zu erzielen. Hauptmerkmal des Shotokan-Stils ist der Kampf in einer möglichst weiten Distanz zum Gegner. Im Kumite-Shihai und im Jiyu-Kumite steht der Karateka locker und um einiges höher. Ein weiteres Merkmal des Shōtōkan-Stils ist, dass jede Hand- und Fausttechnik mit einer Drehung um die Längsachse von Arm und Hand durchgeführt wird. Jede Shōtōkan-Technik kann entweder als eine Angriffstechnik oder als eine Verteidigungstechnik eingesetzt werden. Wendungen der Stände (jap. 回り, mawari; Kommando: 回って, mawatte) werden im Gegensatz zum z.B. Goju-ryu oder Shito-ryu vom hinterem Fuß initiiert. Shōtōkan-Techniken zielen, im Gegensatz zu oben genannten Stilen, auf die vertikale Körpermitte des Gegners, also die Linie vom Kinn über Solarplexus bis zu den Genitalie

## Wado Ryu Karate Do



Die Schule für den Weg des Friedens, Harmonie". Eine der 4 großen Karatestile in Japan. Wurde 1939 von Otsuka, einem Schüler Funakoshis, gegründet. Zeichnet sich durch kurze Schritte, geringerer Endspannung und schnelle Bewegungsfolgen aus. Viele Kata gleichen denen des Shotokan, jedoch wurden ihre ursprünglichen, z.T. chinesischen Namen beibehalten. Wado-Ryu-Karate, das von Sensei Hironori Ohtsuka (1892 - 1982) entwickelt wurde, stellt eine Kombination japanischer Kampfkünste (Yagyu Kenjutsu, Yoshinryu Jiu-Jitsu Kempo) mit dem aus Okinawa stammenden Karate dar, das Ohtsuka Sensei von Funakoshi Sensei, Mabuni

Sensei und Motobu Sensei lernte. Das technische Repertoire der Stilrichtung umfaßt daher aus dem Jiu-Jitsu Techniken wie Hebel und Würfe und aus dem Karate Tritte, Blocks, Schläge und Stöße. Der Name Wado-Ryu (Wa = Frieden; Do = Weg; Ryu = Schule) zeigt an, daß sich diese Kampfkunst als Teil der japanischen Do-Künste versteht, deren Übungsziel der innere Frieden für den einzelnen und damit letztendlich für die Gesellschaft ist. Die dem Wado-Ryu zugrundeliegenden Bewegungsprinzipien, wie z.B. Ausweichen und Mitführen der gegnerischen Technik bei einem Angriff, Eindringen in den Angreifer und Kontrolle des Gegners sowie fließende Übergänge zwischen den einzelnen Techniken, sind denen der anderen japanischen Budokünste wie Kendo, Jodo oder Aikido verwandt.

## Shito-Ryu Karate-Do

Shito-Ryu ist eine der vier grossen japanischen Karate-Stilrichtungen und wurde 1934 von Kenwa Mabuni gegründet. Der Stil ist hauptsächlich eine Kombination zwischen Shorin-Ryu und Shorei-Ryu, den zwei Hauptsystemen die auf Okinawa existierten. Die Bezeichnung Shito leitet sich von den Namen zweier grosser okinawanischer Meister ab (Shi



- Higaonna, To - Itosu), welche die wichtigsten Lehrer von Mabuni waren. Die erste Schule des Shito-Ryu



# Tatsu-Ryu-Bushido

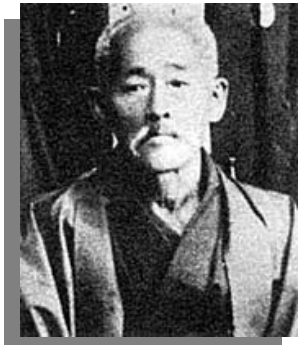


„Artikel: Karate“

(Yoshukan) wurde in Osaka (Japan) eröffnet. Noch heute ist Osaka die Hochburg des japanischen Shito Ryu Karate. Die Kata des Stils sind unterschiedlicher Herkunft: Aus der Itosu-Schule stammen die Pinan, Bassai, Kanku, Nijūshiho, Gojushiho u.a., aus Miyagis Goju-Ryu kommt hauptsächlich Sanchin und Tensho, und ausserdem gibt es noch eine Reihe von Kata, die von Mabuni und seinen Schülern selbst gegründet oder aus fremden Systemen abgeleitet wurden, wie z.B. Shihozuki, Juroku, Nipaipo, Hanenko (Ananku) u.a.

## Goju Ryu Karate Do

Kanryo Higaonna wurde am 10. März 1853, auf Okinawa geboren. Es war die Zeit als die Insel von dem Satsuma Clan besetzt war. Higaonna ist in Nishimura der Stadt Naha als vierter Sohn von Kanryo Higaonna in zehnter Generation geboren. Kanryo Higaonna besuchte im Jahr 1877 für etwa drei Jahre die Stadt Fuchou in China. Eine andere historische Quelle besagt, dass er ab dem Jahr 1873 für fünfzehn Jahre in Fuchou weilte. Kampfkunst Historiker gehen davon aus, dass Higaonna in dieser Zeit den Shaolin Chun Stil erlernte. Eine weitere Überlieferung besagt, dass sein Aufenthalt in China politische Natur waren. Das chinesische System der Faust, welches Kanryo Higaonna von Wie Shinzan und Leu Luko erlernte, war auch bekannt unter dem Namen Pan Gainoon, was soviel bedeutet wie „Eine Hälfte ist hart und die andere Hälfte ist weich“. Die Katas wie Sanchin, Sanseiru, Suparinpei (Pecchurin) die heute in den Goju Ryu Schulen praktiziert werden, stammen ursprünglich aus diesem Stil. 1902, im Alter von vierzehn Jahren begann Chojun Miyagi für drei Jahre die Kunst des Naha-te bei Kanryo Higaonna zu lernen. Im Jahr 1905 reiste Chojun nach China und besuchte dieselbe Stadt Fuchou in Fukien wie dazumal Kanryo Higaonna. Mit seiner charismatischen Ausstrahlung und seinem ergebenen Pflichtgefühl, konnte Chojun Miyagi auf Okinawa erfolgreich sein Karate unterrichten, welches er Goju Ryu Karate nannte, was übersetzt „harte und weiche Stil Kunst der chinesischen Hand“ bedeutet.



## Goju-kai Karate Do



Im Jahr 1931, im Alter von 22 wurde Yamaguchi dem Begründer des Goju Ryu Stils, Meister Chojun Miyagi vorgestellt. Das Treffen hatte einen starken Einfluss auf die Sichtweise von Yamaguchi, was das Karate anbelangte. Im Jahr 1937 gab ihm Chojun Miyagi den Übernahmen Gogen, was soviel wie „hart, das Tor“ bedeutet. Miyagi bestimmte dann Gogen Yamaguchi als seinen Nachfolger des Goju Ryu in Japan. 1951 wurde Yamaguchi dann von Chojun Miyagi zum 10. Dan Grad befördert. Gogen Yamaguchi war als einer der grössten Karate Meister in Japan anerkannt. Nebst dem Goju Ryu Karate auf Okinawa, verbreitete Yamaguchi das Goju Ryu auf dem Festland und nannte seinen Verband später All Japan Karate Do Goju Kai Association.

