

Hanbo Stilarten Lehrgang in Duisburg

Am 19.06 fand in Duisburg ein Hanbo Lehrgang mit dem Thema 4.Kyu statt. Referenten waren Steven Utracik und Thomas Gall.

Behandelt wurde der Kihon und nach Rückfrage von den Teilnehmern besonders die Kumite Formen.

Zu Beginn wurde der Kihon für den 5. Kyu noch einmal geübt und auf einige Details eingegangen.

Dann wurde der Kihon für den 4.Kyu an der Reihe. Hierbei stellte sich die Erfahrung im Hanbo bei den meisten als vorteilhaft heraus. Sie konnten die Techniken recht schnell selbständig üben.

Dann stand die erste Pause an.

In der Pause wurden bei gesponserten Kuchen Gespräche über die Stilarten, über die anstehenden Dan Prüfungen und auch über die Dortmunder Stadtmeisterschaft im Kobudo, die von unserem Sportkameraden Uwe Portugall organisiert wird, gesprochen.

Nach der Pause begannen dann die Katai ich Kumite. Die Techniken waren so aufgebaut dass zuerst die Uke Kumite geübt wurde und dann die Katai Techniken daraus folgten. Die „harten“ Techniken konnten alle Teilnehmer schnell umsetzen. Auch wenn es sicherlich bei der einen oder anderen Technik haperte.

Dann folgten die „weichen“ Techniken. Hier merkte man sehr schnell dass die weichen Techniken die größten Probleme bereiten. Das Prinzip des Hebelns, der Gleichgewichtsbruch und das Beherrschen der Waffe.

Bei den folgenden Lehrgänge sollte mehr auf die Prinzipien eingegangen werde. Denn das Gleichgewicht brechen bei der neuen 2. Technik in den Katai Ichi Kumite stellte so ziemlich das größte Problem für alle Teilnehmer dar.

Insgesamt war der Lehrgang ein Erfolg. Denn es wurde einmal wieder gezeigt welche Möglichkeiten der Hanbo hat und was alles hinter dieser Waffe steckt.

Ein besonderes Highlight: Uwe Portugall, seines Zeichen Internationaler Kampfrichter und Uwe Oggermann (beide 4.Dan Karate) beim Üben der Katai Kumite.