

Die Kampfkunst mit dem „Bo“

Aus der ursprünglich japanischen Kriegskunst „**Kobudo**“ hat sich längst eine faszinierende Kampfkunst entwickelt. In **Ossenberg** lehrt Thomas Mayer-Gall die traditionsbehaftete **Selbstverteidigung** mit den diversen Waffen.

VON RENE PUTJUS

OSSENBERG Delia Mayer hält mit beiden Händen den Langstock (Bo) fest und schwingt ihn nach oben. Vor ihr steht Thomas Mayer-Gall. Der 29-Jährige erwidert den Angriff mit zwei Sichel (Kama). In der Ecke schaut Neuling Simon staunend zu. Die Szene in einem der Räume des Sportcenters der Concordia wirkt gefährlich, hat aber einen sportlichen Hintergrund. Die beiden Dan-Träger betreiben Kobudo, eine wenig bekannte japanische Kampfkunst in Deutschland mit etwa 1500 Anhängern.

Ursprung auf den Ryu-Inseln

Gendai Goshin – so nennt sich die Stilart, die Mayer-Gall seinen Schülern immer Dienstagabend in Ossenberg lehrt. Die Tradition kommt bei all der Praxis nicht zu kurz. Werte der Jahrhunderte alten Kampfkunst, die ihren Ursprung auf den Ryu-Inseln hat, werden ebenso vermittelt. „Kobudo ist eine sehr anspruchsvolle Sportart, da sehr viel Koordination gefragt ist“, erläutert der 29-Jährige, der vor mehr als zehn Jahren zu der Kampfkunst mit den vielen Basiselementen aus dem Karate gekommen ist. Mittlerweile trägt er den 2. Dan und hat unter anderem 2004 an der Weltmeisterschaft teilgenommen.

Fünf Waffen zur Auswahl

Fünf Waffen zur Selbstverteidigung lernen seinen Schüler nacheinander kennen. Zunächst die Hauptwaffe Hanbo (Stock/91 Zentimeter), dann Bo (Stock/182 Zentimeter), anschließend Kama (Sichel), Tonfa (Schlagstock mit Seitengriff) sowie zum Schluss Sai (dreizinkige Kampf gabel). Es braucht seine Zeit, um die Waffen ohne Verletzungsgefahr im Trai-



Thomas **Mayer-Gall** bietet in Ossenberg die japanische Kampfkunst **Kobudo** an. Hier ist der 29-Jährige mit Delia Mayer und der Stockwaffe „**Bo**“ zu sehen.

RP-FOTO: RALF HOHL

ning benutzen zu können. Der erfahrene Mayer-Gall überlässt das nichts dem Zufall. Das hat er von Rainer Seibert gelehrt bekommen. Beim aktuellen Bundestrainer ist der Endzwanziger auch heute noch regelmäßig auf Lehrgängen.

Beim Training in Ossenberg ist ihm die Anstrengung und Konzentration deutlich im Gesicht abzulesen. Mayer-Gall, der oft als Kampfrichter an der Matte sitzt, unterstreicht, dass jedermann die

INFO

Bauern-Werkzeug

Übersetzt bedeutet **Kobudo** etwa alte (Ko) Kampf (bu) -künste (do). Es ist eine Kampfkunst mit diversen Bauern-, Fischer- und Handwerkerwerkzeugen. Erstmals wurden die **Waffen** im Jahr **1243** erwähnt.

www.kobudo.de

Kampfkunst, auch ohne Karate-Vorkenntnisse, lernen könne. Der Kobudoka weist daraufhin: „Nach den Einheiten sind die Teilnehmer oft geistig platter als körperlich.“ Die Erfahrung können Neugierige selber machen. In der Gruppe sind noch Plätze frei.

Schnupperkurs: Den gibt's am 24. Februar von 10.30 bis 14.30 Uhr im Sportcenter Ossenberg (Kosten: 10 Euro). Tel. 0173/7240982.