Karate

Kara=Leer Te=Hand Do=Weg

Karate-Aerobic

beim 1.Bonn-Bad Godesberger Karate-Dojo

Info - Heft 3/2016

空手道

JKA Karate in Bad Godesberg

1965 Jahre 2015

1.Bonn-Bad Godesberger Karate Dojo 1965 e.V.

www.karate-dojo-bonn.de
vorstand@karate-dojo-bonn.de

Liebe Vereinsmitglieder,

wir haben es geschafft: Das 2.Quartal 2016 hat uns viel abverlangt, aber auch eine Menge Spaß im Rahmen der verschiedenen Veranstaltungen gebracht. Wie in den vergangenen Jahren auch, war das 2. Jahresviertel wieder sehr anstrengend. Angefangen mit der 16. Teilnahme als erhenamtliche Helfer beim Bonn-Marathon und natürlich dem Höhepunkt im April: wir haben ganz groß unser 50.Vereinsjubiläum in der Stadthalle Godesberg gefeiert. Und kurz vor der Teilnahme am diesjährigen KATA-Spezial in Tauberbischofsheim durften sich auch noch unsere Karateka bei den Westdeutschen Meisterschaften sehr erfolgreich beweisen.
Und wenn dies noch nicht genug gewesen wäre, hieß es gleich im Anschluss sich auf die Deutschen Meisterschaften in Bochum vorzubereiten, von der wir dann auch wieder erfolgreich mit zwei 3.Plätzen nach Hause zurückkehrten.
Wir danken allen Mitgliedern und Helfern, die sich engagiert und dazu beigetragen haben, dass diese Veranstaltungen zu Highlights in diesem Jahr werden konnten.
Allen Sportlern, die sich im Wettkampf für unseren Dojo eingesetzt haben soll an dieser Stelle auch noch einmal herzlich gedankt werden.

Der Vorstand

Wir gratulieren allen Mitgliedern, die in den vergangenen Wochen Geburtstag gehabt haben und in den drei kommenden Monaten haben werden:

Juli

Schneider Remy
Lindenthal Sebastian
Feldkötter Uta
Küpper Enrique
Mairböck Stella
Bhatti Elias
Fichtenau Alyssa
Brimko Elaya
Hartung Philip
Greger Antonia
Henke Emely
Schwalb Gabriele
Hasan Azad

August

Calagan Talay
Wenschka Janik
Becker Angelika
Sejfi Guntis
Schmidt Ben
Ahdoudi Doha
Linke Paloma
Bel Bahira Douaa
Fellmet Sophie
Felke Frieda
Hasemann Christoph
Quainoo Alexander
Liyanage Christoph
Prisukhin Jakov
Dieckhoff Felix
Klingelhöfer Paula
Harten Joshua
Wiskirchen Sam

September

Brunsmann Leon
Holzinger Ingrid
Rox Andrea
Krupper Andre
Bel Bahira Mouad
Küpper Andreas
Auel Heiner
Dobra Vivien
Chbib Aiman
Peuss Dieter
Ahdoudi Sara

Herzlichen Glückwunsch !

Name	Funktion	Telefon	
Hubert Florent	1. Vorsitzender	0160-2820373	
Hasan Caliskan	2. Vorsitzender	01522-9395977	
Thorsten Deininger	Geschäftsführer	02226 - 168783	
Ingrid Holzinger	Techn. Leiterin	0228-341342	
Claudia Moritz	Kinder- und Jugend Wettkampfwartin	0228-365500	
Sajepan Pannerselvam	Jugend-u. Kinderwart	0177-3828096	
Andre Krupper	Kommunikation/Recht	0178-8140977	

Impressum:

Herausgeber: 1.Bonn-Bad Godesberger Karate-Dojo 1965 e.V.
Kunigundenstr. 25
53179 Bonn
Verantwortlich: Thorsten Deininger
Koenenweg 53
53359 Rheinbach
Druck: Fa.Flyeralarm

Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Beiträge zu kürzen. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht.

DEUTSCHE POST MARATHON

Im 16. Jahr des Bonn-Marathon waren wir wieder der Teil der ehrenamtlichen Helfer, welche die Läuferinnen und Läufer wohl am liebsten zu Gesicht bekamen. Wie gewohnt durften wir die Medaillen im Zielbereich übergeben und so das Glück der Teilnehmer über ihren überstandenen Lauf vollenden. Die Laufstrecke führte die Sportler in diesem Jahr wieder durch die Bundesstadt, entlang des Rheins und vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten und Wahrzeichen der Stadt. Höhepunkt am 10.04.2016 war wie immer der einmalige Zieleinlauf am historischen Rathaus inmitten der Bonner City unter dem Beifall der zahlreichen Zuschauer, welche an diesem Sportsonntag an die Strecke kamen. An einem doch frostigen Morgen starteten schon gegen 8.30 Uhr die ersten Sportler zum Halbmarathon, der sich auf 21 Km durch Bonn zog. Gegen 10.30 Uhr gingen dann auch die Marathonläufer auf die Strecke. Viele quälten sich über die 42,195 Km ins Ziel. Aber eines war allen, die den jeweiligen Lauf beendet hatten, gleich: sie alle strahlten und man konnte ihnen das Glück regelrecht ansehen, welches sie in diesem Moment empfanden.
Auch wir hatten Glück als gegen Mittag der Himmel aufging und die Sonne sich ihren Weg bahnte, so dass es ein toller, warmer Tag wurde.

Thorsten Deininger

空手道

Wir begrüßen recht herzlich unsere neuen Mitglieder, die seit April 2016 mit uns trainieren:

Goudi Selma
Ahdoudi Chahida
Bel Bahira Mouad
Satijono Fody Ahmad
Greger Antonia
Bartel Penelope
Witten Leon
Harten Joshua
Knutas Christian
El-Bassaroui Fatine
Bel Bahira Douaa
Braune Leonie
Linke Paloma
Jeridi Cheima
Hasan Azad
Wiskirchen Sam

Wir wünschen euch viel Spaß mit Karate und bei unserem Training.

Toribio Osterkamp 6.DAN
in Bonn 22.04. - 23.04.2016
DJKB - Instructor

Eigentlich haben wir nur einmal im Jahr - üblicherweise im November - die Freude, Sensei Toribio Osterkamp bei uns in Godesberg begrüßen zu dürfen. In diesem Jahr war aber alles anders. Da wir am gleichen Wochenende unsere Jubiläumsfeier zum 50-jährigen Bestehen des Karate-Dojo feierten, haben wir uns auch für diesen Tag etwas Besonderes für unsere Mitglieder einfallen lassen und Sensei Osterkamp eingeladen, nicht nur um mit uns zu feieren, sondern auch gleich noch einen kleinen Lehrgang bei uns durch zu führen. Dieser Bitte ist er erfreulicherweise und gerne nachgekommen. Die erste Einheit fand am Freitag statt. Ober- und Unterstufe trainierten gemeinsam in unserem Dojo in der Sporthalle der Gertrud-Bäumer-Realschule. Wie immer hatte Sensei Osterkamp sich etwas einfallen lassen, damit auch wirklich keinem langweilig wurde. Die Stunde stand ganz im Fokus der Beinarbeit. Sensei Osterkamp zeigte uns anhand von Übungen, wie jeder darauf achten kann, seine Technik zu verbessern. Ein Abendessen, an dem jeder der wollte teinehmen konnte, war der krönende Abschluss dieses schönen Tages. Am nächsten Morgen trafen wir uns alle wieder, um uns gemeinsam noch einmal so richtig anzustrengen. Getrennt nach Ober- und Unterstufe durfte wieder kräftig geschwitzt werden. Dieses Mal stand das Kumite im Vordergrund der Übungsstunde. Auch hier hieß es wieder sich zu konzentrieren. Erschöpft aber durchaus zufrieden beendeten wir diesen Vormittag, um uns noch für den anstehenden Abend auszuruhen. Auf jeden Fall dürfen wir uns noch einmal auf Sensei Osterkamp freuen. Am 25.11.2016 kommt er erneut nach Bonn.

Nachdem der Vormittag noch ganz im Zeichen des Lehrgangs mit Sensei Toribio Osterkamp stand, war der Samstagabend ganz für die gemeinsame Feier zu unserem 50-jährigen Vereinsjubiläum vorbehalten.
Nach Monaten der Vorbereitung durch das Organisations-Team (das im Kern aus Ingrid, Andre und Thorsten bestand) war es am 23.04.2016 dann endlich soweit. Im Festsaal der Stadthalle Godesberg, wo auch 1965 alles begann, hatten sich ca. 100 Mitglieder, Ehemalige und Freunde des Vereins eingefunden, um dieses sicherlich nicht alltägliche Ereignis zu feiern.
Wie ihr bestimmt alle wisst, wurde unser Verein schon am 20.12.1965 auf Initiative von Günter Sick gegründet. Das hätte eigentlich auch bedeutet, dass wir die Feier letztes Jahr noch kurz vor Weihnachten hätten durchführen müssen. Dagegen hat sich jedoch der gesamte Vorstand ausgesprochen. Es sollte eine Feier werden, die nicht dem weihnachtlichem Stress zum Opfer fallen durfte. Aus diesem Grund wurde der Termin im April dieses Jahres als der Günstigste festgelegt. Im Nachhinein war dies auch eine sehr gute Entscheidung. Denn, wie jeder an den Bildern leicht erkennen kann, hatten alle Anwesenden eine Menge Spaß und brachten dies auch reichlich zum Ausdruck.

Zu Beginn des feierlichen Abends stand natürlich der „offizielle“ Teil an. Es galt etwas Tolles zu feiern:

„50 Jahre JKA Karate in Bonn- Bad Godesberg“

Damit zählt unser Karate-Dojo in Deutschland zu einem der Ersten, welcher sich mit Karate eingehend beschäftigte und beeindruckende Pionierarbeit für die Sportart Karate in NRW leistete. Er blickt somit auf eine fünf Jahrzehnte erfolgreiche und schöne Vereinsarbeit im Stadtbezirk von Bonn zurück.
Dank der unermüdlichen und nachhaltigen Arbeit des jeweiligen ehrenamtlichen Vorstandes, konnten während dieser vielen Jahre Höhen erreicht und Tiefen überwunden werden. Und dies immer unter dem Gesichtspunkt der sich ständig verändernden Zeit. Mit derzeit rund 160 Mitgliedern führen wir in unserem Dojo ein lebendiges, aktives und attraktives Vereinsleben. Viele sportliche Erfolge – bis hin zu Deutschen Meisterschaften – können von Sportlern unseres Vereins verbucht werden. Dies wurde nicht zuletzt durch die hervorragende Trainingsarbeit im Kinder- und Jugendbereich, sowie im Junioren und Seniorenbereich erst möglich.
Und hierauf dürfen die Verantwortlichen und wir Mitglieder des Vereins mit Recht stolz sein.
Zu den Ehrengästen an diesem Abend durften wir neben den zahlreich erschienenen Ehrenmitgliedern auch den Leiter des Sport- und Bäderamtes der Stadt Bonn, sowie als Vertreter des Deutschen JKA Bund e.V. Toribio Osterkamp begrüßen.
Sensei Toribio Osterkamp übernahm auch freundlicherweise im Auftrag des DJKB die Würdigung des 1.Bonn-Bad Godesberger Karate-Dojo 1965 e.V. und überbrachte neben den Glückwünschen des Verbandes auch die Ehrenurkunde zum 50-jährigen Bestehen.
Um diesem Jubiläum noch einen besonderen Stempel aufzudrücken, haben wir uns etwas ganz Besonderes einfallen lassen:

Aus einer anfänglichen Idee entwickelte sich nach und nach ein schönes Werk, welches unseren Verein und seine 50-jährige Geschichte übersichtlich wieder gibt. Und da diese Erinnerungen auch noch in vielen Jahren in diesem Zustand sein sollten, wurde ein Buch daraus gemacht.Dieses Buch gibt jedem Jahrzehnt seinen Platz und ermöglicht dem Leser auch in der Vergangenheit zu schmökern. Es ist reichlich mit erklärendem Text und einer Vielzahl von zum Teil sehr alten Bildern bestückt. Auf jeden Fall ein Buch, das jedes Mitglied in seinem Bücherregal haben und sich schnellstmöglich beim Vorstand besorgen sollte. Aber dann war es an der Zeit sich an dem reichhaltigen Buffet zu bedienen und mit einem köstlichen Essen den zweiten Abschnitt des Abends zu beginnen. Im Anschluss wurde den Gästen eine kleine Vorführung geboten, die unseren Sport „KARATE“ näher brachte, und die die drei Säulen „Khion“, „Kumite“ und „Kata“ darstellte. Eine sehenswerte Darbietung, die aufmerksam von allen Zuschauern betrachtet wurde. Diese beendete schließlich auch den offiziellen Teil. Die Tanzfläche wurde freigegeben und ausgiebig genutzt. Zum Schluss danken wir allen, die mitgeholfen haben, dass diese Veranstaltung stattfinden konnte und dass sie mit ihrer Hilfe zum Gelingen beigetragen haben. Im Anschluss einige Impressionen des Abends.

Thorsten Deininger

Ganz neu - Das Buch zu unserem 50jährigen Jubiläum ist fertig

Das gehört in jeden Bücherschrank !

1965 e.V.

BONN-BAD GODESBERGER KARATE-DOJO
1965 e.V.

EHRENURKUNDE
DEUTSCHER JKA-KARATE BUND E.V.
DJKB

BONN-BAD GODESBERGER KARATE-DOJO
1965 e.V.

BONN-BAD GODESBERGER KARATE-DOJO
1965 e.V.

Westdeutsche Meisterschaften

30.04.2016 in Gladbeck

Es ist Samstag, der 30.04.2016, und in Gladbeck fanden die Westdeutschen Meisterschaften des DJKB statt. Dies hieß für meine Mutter und mich früh auf zu stehen, um rechzeitig den vereinbarten Treffpunkt vor der Halle der Gertrud-Bäumer Schule zu erreichen. Von hier aus fuhren wir alle gemeinsam zur Meisterschaft nach Gladbeck. Dort angekommen bemerkte ich, dass ich doch sehr nervös war. Und dies wurde auch nicht besser als ich in der Halle feststellte, dass es keine Sportler gab, die den weißen Gürtel trugen. Wir wurden gleich zum Umziehen geschickt und machten uns im Anschluss gemeinsam warm und dehnten uns. Und schon wurden wir von einem Mattenrichter zusammengerufen und in die jeweilige Gruppe eingeteilt, bevor wir angrüßten. Der Wettkampf begann jetzt und die ersten Kinder mussten die KATA Heian Shodan vorführen. Ich hatte noch ein bisschen Zeit und beobachtete die Leistungen der Anderen. Meine Nervosität stieg noch weiter, war ich mir doch nicht sicher, ob meine Leistungen ausreichen würden, um hier zu bestehen. Dies bemerkten auch unsere Grüngurte und versuchten uns aufzumuntern. Um uns ein bisschen abzulenken, begannen wir unsere KATA zu üben. Dann war ich dran und wurde zur Wettkampffläche gerufen. Ich ging, immer noch sehr nervös, auf die Kampffläche und vergaß im Verlauf des Kumite nach den Abwehrtechniken einen Gyaku Zuki zu machen. Im KATA lief es dann auch nicht gerdade besser, denn ich stand viel zu kurz. Alles Fehler, die ich beim nächsten Mal vermeiden möchte. Denn ich werde nicht aufgeben und beim nächsten Turnier wohlmöglich auch auf dem Treppchen stehen. Besser lief es bei den Andreren. Hier konnten sich einige bis ins Finale durchkämpfen und sogar den einen oder anderen Pokal erringen.

Richard Keuntje

ERGEBNISSE:

Kumite

1. Platz	2. Platz	3. Platz
Guntis Sejfi	Ruben Linke	Kumite Team
	Hannah Grüttgen	Sajepan, Sujeepan
	Jenushan Jeyapalan	und Hussein

KATA

1. Platz	2. Platz	3.Platz
Vivien Dobra	Jalila El-Metalsi	Hannah Grüttgen
Sujeepan Pannerselvam	Ruben Linke	Hussein Al-Abad
Kata-Team	Deniz Cigal	
Sajepan, Sujeepan	Jenushan Jeyapalan	
und Hussein		

B
www.dcsport.de

TV Gladbeck 1912 e.V.

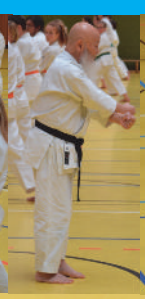
KATA SPEZIAL

05.05. - 07.05.16

Tauberbischofsheim

Kaum hatten wir unsere Feier hinter uns, schon durften wir das nächste große Event erleben: KATA-SPEZIAL hieß es vom 05.05. - 07.05.2016. In diesem Jahr wieder in Tauberbischofsheim, fanden sich Karateka aus ganz Deutschland zusammen, um gemeinsam mit hochrangigen Meistern zu trainieren. Neunundzwanzig Mitglieder trafen sich am Donnerstagmorgen vor der Sporthalle in Godesberg, um im Autokorso von sechs Fahrzeugen den Trainingsort zu erreichen. Nach einer ca. zweieinhalb stündigen Fahrt waren wir endlich am Ziel und sogar noch pünktlich für die Gruppe der Weiß/Gelbgurte bzw. dann der DAN-Träger, um an der ersten Einheit teil zu nehmen. Die Anderen mussten sich gedulden, bis auch sie am Nachmittag zur zweiten Runde antreten konnten. Am Abend hieß es dann die Unterkunft in der Jugendherberge in Walldürn zu erreichen. Wie auch schon 2013 hatten wir uns dort einquartiert. Nach dem Abendessen wurden die Zimmer bezogen und es war dann auch endlich an der Zeit die Beine "lang zu machen" und zur Ruhe zu kommen. Das war auch nötig, denn für die Hälfte der Gruppe hieß es am nächsten Tag schon früh aufstehen. Ab 08.00 Uhr begann das erste Training für die Violett- und Braungurte. Der Rest durfte noch gemütlich frühstücken und machte sich gegen 08.30 Uhr auf den Weg. So sah das Programm für die nächsten Tage aus. Im Vordergrund dieser Fahrt stand natürlich das Training mit vielen anderern Karateka´s aus ganz Deutschland und den hochrangigen Trainern. In diesem Jahr waren Seizo Izumiya aus Japan, Jean-Pierre Fischer aus Frankreich und unsere bekannten DJKB-Instructoren als Trainer verpflichtet worden. Natürlich war auch unser Chefinstructor und 9.DAN Sensei Hideo Ochi anwesend, um mit uns zusammen zu trainieren. Wie auch in den letzten Jahren war dies wieder ein Höhepunkt eines Karatejahres und machte uns schon auf das nächste KATA-Spezial in Wangen 2017 hungrig. Außergewöhnlich und erwähnenswert in diesem Jahr war der Versuch einen Weltrekord aufzustellen. Die meisten Karateka in einem Training sollten erzielt werden. Ob dies letztendlich erreicht werden konnte, bleibt noch abzuwarten.

Thorsten Deininger



空手道

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN DJKB

04.JUNI 2016 in BOCHUM

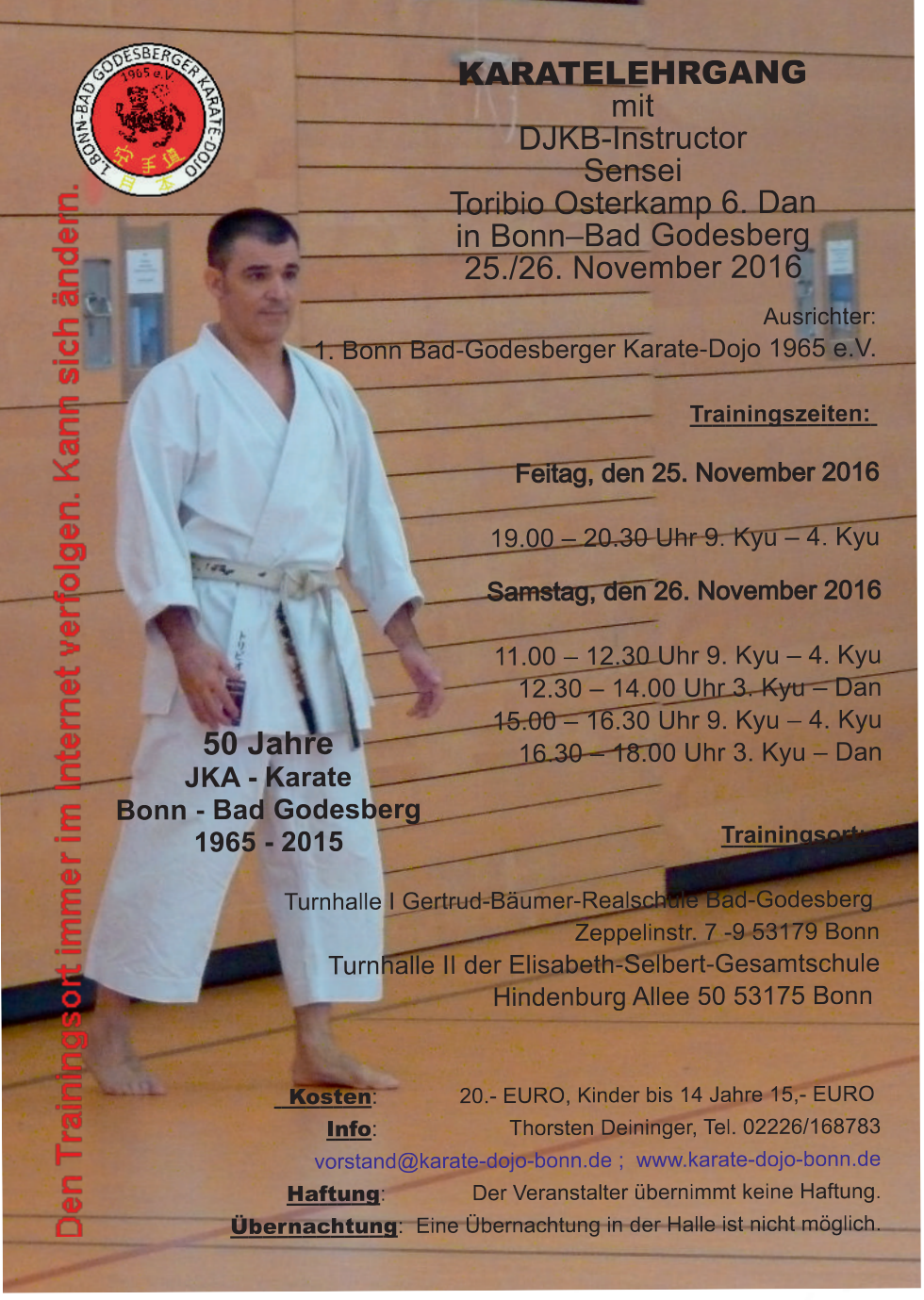
Samstag, den 04.06.2016, war es wieder soweit: 6 Sportler aus unserem Dojo machten sich auf den Weg nach Bochum, um an der Deutschen Karate Meisterschaft des DJKB der Schüler, Junioren und Senioren teil zu nehmen. Begleitet von Eltern, Trainern und dem Fotografen Udo, der später dazukam, ging es bereits um 07.30 Uhr für Deniz Cigal, ihre Eltern und Betreuerin Claudia los. Hannah Grüttgen, Hussein Al-Abad, Sajepan und Sujeepan Pannerselvam, Jenushan Jeyapalan machten sich um 08.15 Uhr mit Thorsten Deininger und mir auf den Weg. Es war eine entspannte Fahrt und wir kamen rechtzeitig an, um Deniz bei ihrer Finalteilnahme in Kata zu unterstützen, sie erreichte hier Platz 3. Im Kumite lief es bei ihr nicht ganz so gut, bei der Abwehr eines Mae Geri wurde sie am Daumengelenk getroffen, sehr schmerzhaft. Sie gewann jedoch diesen Kampf, verlor jedoch die nächste Runde.

Trotzdem: Zähne zusammen gebissen und weiter gemacht, das ist der richtige Einsatz. Die bei den Junioren startenden Hannah und Jenushan, hatten im Kumite auch gute Kämpfe, konnten sich aber nicht abschließend durchsetzen und schieden schon nach der ersten Runde aus. In Kata kamen beide in die 2. Runde, mussten sich nach Kampfrichterentscheid geschlagen geben. Hannah startete zusätzlich noch mit dem Kumite-Team Wattenscheid und konnte hier den 2.Platz erkämpfen. Die Senioren Hussein, Sajepan und Sujeepan mussten sich in der größten Teilnehmergruppe messen. Im KumiteTeam, schieden sie bereits in Runde 1 aus. Im Einzelstart erreichte Sajepan die 2.Runde, die sein Gegner aber mit einem Ashibarai, Jodan Zuki für die er einen Ippon erhielt, für ihn beendete. In Kata Einzel kam auch keiner unserer Aktiven über die 2.Runde hinaus, die Konkurrenz der Sportler und Kaderathleten war einfach zu groß. Aber dann kam ja noch der Team Wettbewerb, hier setzten sich die 3 durch und erkämpften sich die Finalteilnahme. Am Ende hieß es hier Platz 3, ich muss sagen, nach all dem Training in den letzten Wochen und Monaten: verdient.Insgesamt nahmen an dieser Meisterschaft ca. 450 Sportler teil, gekämpft wurde wie in den letzten Jahren auch auf 6 Kampfflächen gleichzeitig, was für die Betreuer schon eine Herausforderung war, denn es hieß: genau zuhören, was wann auf welcher Kampffläche startete damit auch die Sportler dahin gingen. Von der Zuschauerzahl empfand ich es in diesem Jahr etwas weniger als vorher, einige Stühle blieben leer. Trotzdem alles in allem wieder eine gelungene Veranstaltung, deren Zeitplan sich auf Grund der hohen Teilnehmerzahl jedoch deutlich nach hinten verschob…….. und wir erst um 22.00 Uhr wieder in Bonn ankamen.

Ingrid Holzinger

空手道

空手道



Info

Sommertraining in den Ferien vom 11.07. - 12.08.2016

Gemeinsames Training für alle am:
Montag 20.00 - 21.30 Uhr
Freitag 18.00 - 19.30 Uhr

Trainingsfrei wegen Reinigungsarbeiten vom 18.08. - 23.08.2016

Info

Weitere Neuigkeiten sowie Informationen über unsere Satzung und die Beitragsordnung könnt ihr auf unserer Internetseite finden:

www.karate-dojo-bonn.de

Anmerkungen oder Wünsche richtet Ihr bitte an:

vorstand@karate-dojo-bonn.de

Informationen über unsere Verbände DJKB und DKV findet ihr unter:

www.deutscher-jka-karate-bund.de für den DJKB:

www.karate.de für den DKV:

Der Karate-Dojo ist außerdem Mitglied folgender Verbände: