

Der besondere Kata-Kreislauf zum Doppel-Jubiläum

Ein Doppel-Jubiläum begleitete den Kata-Intensivlehrgang
von Roman Adam 2024 in Lebach




Zum einen feiert das lebacher Dojo sein 50jähriges Bestehen, zum anderen trumpfte Roman mit seinem Kata-Lehrgang zum 40. Mal auf: Von Mittwoch bis Sonntag stand dazu die Tekki auf dem Programm. Tekki Shodan, Nidan und Sandan waren dann auch sehr nachgefragt. Bis zu 70 Karateka drängten sich in der Halle.

Roman hat sich dabei mal wieder selbst übertroffen und die Inhalte der Tekki in besonders „handliche“ Teil-Elemente gegliedert. Sein neuer Ansatz zum Verständnis der drei Tekki-Katas besteht darin, gleiche Einheiten einmal zentral zu erlernen. Entsprechend einfach lassen sich damit dann die - überraschend überschaubaren - Unterschiede der Tekki-Katas erlernen.

Herausragend war für mich der Samstag mit gleich zwei Highlights. Über hundert Kataläufe haben wir absolviert mit jeweils rund 30 Mal für jede Tekki. Die erste Besonderheit war dabei die Präsentation der Kata auf den Turnhallen-Bänken, mal normal, mal in Schiefstellung, mal auf der schmalen Unterseite... Die zweite Besonderheit war der Katalauf in Kreis-Aufstellung und in Kontinuität aller drei Katas zusammen. – So kurzweilig war es für mich, der immerhin schon elf Mal in Lebach dabei war, noch nie!

Werner Ried, St. Ingbert

LEHRGÄNGE AB LANDESEBENE

Zeit	Art, Ort und Ausrichter	Stempel u. Unterschrift
	<p>39. Intensivlehrgang 12.-16.07. 23 mit R. Adam 7. Dan Katas: Hangetsu Gojushiho Sho</p> 	
<p>2024 2024</p>	<p>Udo-Kunze Bons</p>	
	<p>40. Intensivlehrgang 03.-07.07. 24 mit R. Adam 8. Dan Katas: Tekki Shodan Tekki Nidan Tekki Sandan</p> 	

2024
Intensivlehrgang
Lebach

Mi: 18.00/19.30
Do: 18.00/19.30
Fr: 18.00/19.30
Sa: 15.00/16.30
So: 9.30

