

1. Stilrichtungstraining Shotokan in Magdeburg mit Mathias Witzke



An einem vereisten Februarsamstag fuhren erneut 6 TKS-ler in die Spiegelhalle der Uni MD, um gemeinsam mit über 20 weiteren Karateka in angenehmer Atmosphäre zu trainieren.

Nach der Erwärmung mit Arm- & Beintechniken, deren Ausführung schön im Spiegel kontrolliert werden konnte, stellte Mathias die Anwesenden vor die Wahl, welche Kata sie in einer von drei Gruppen erarbeiten wollten. So trainierten einige die Kata Heian Yondan und Heian Godan, einige Sochin und wir Bassai Dai. Nach dem kurzen eigenständigen Wiederholen des Ablaufes erarbeiteten wir am Partner eine Bunkai, welche sich heute im Gegensatz zum letzten Tre en nah an der Kata hielt und zum Erlernen derselben gedacht war. Mathias „sprang“ hierzu von Gruppe zu Gruppe und leistete Hilfestellung, wobei die Zeit förmlich verflog. Wieder nutzten wir nach 2 Stunden das Angebot noch einige Abläufe vor dem Spiegel zu trainieren und aufkommende Fragen mit Mathias zu besprechen, der sich dafür gern Zeit nahm.



Wie schon im letzten Jahr war es ein angenehmes Training und kleine Unklarheiten bezüglich Technikausführungen konnten geklärt werden. Bis nächstes Mal!

OSS sagt Euer Willi
(Thomas;-)