

Bundeslehrgang Herbsttrainingslager in Meißen 2025 – 35 Jahre Wado-Ryu-Karate Do Meißen e.V.

Vom 24. bis 26. Oktober 2025 fand in Meißen das traditionelle Bundeslehrgangs-Herbsttrainingslager statt – in diesem Jahr ein ganz besonderes Ereignis: Der Wado-Ryu-Karate Do Meißen e.V. feierte sein 35-jähriges Vereinsjubiläum!

Unter der Leitung von Dr. Elke von Oehsen (9. Dan), Werner Buddrus (7. Dan) und Franz Bohnert (6. Dan) erlebten fast 140 Teilnehmerinnen und Teilnehmer drei intensive Tage voller Karate, Austausch und Gemeinschaft.



Zur Begrüßung erhielten alle Teilnehmenden anlässlich des Vereinsjubiläums ein kleines Willkommensgeschenk – einen Schlüsselanhänger mit dem Vereinslogo als Erinnerung an diesen besonderen Lehrgang.

Drei Tage volles Karateprogramm

Das Trainingslager bot ein abwechslungsreiches und anspruchsvolles Programm. Neben traditionellen Inhalten wie Kata, Partnerübungen, Tanto Tori und Idori standen auch Themen auf dem Plan, die über das alltägliche Dojotraining hinausgehen:

- Kyusho mit Frank Heinze (5. Dan)
- Kata Bunkai mit Nico Ehren (4. Dan)
- Intensives Pratzentraining mit Alexander Schulze (4. Dan)
- Kokyo (Atemübungen) mit Dirk Hoyer (3. Dan)



Die abwechslungsreichen Erwärmungen, jeweils von verschiedenen Dan-Trägern geleitet, sorgten für einen gelungenen Einstieg in die Einheiten und schufen optimale Voraussetzungen für das weitere Training.



Erwärmung mit Carsten Behnisch (2. Dan) und Lars Lommatzsch (5. Dan)

Premiere: „Training von Frauen für Frauen“

Ein besonderes Highlight feierte Premiere: Zum ersten Mal wurde auf einem Wadokai-Bundeslehrgang ein „Training von Frauen für Frauen“ angeboten – hier unter der Leitung von Tina Kühn (2. Dan). In einer methodisch hervorragend aufgebauten Einheit ging es um konsequente Angriffe und Partnerübungen – von der Arbeit an den Pratzen bis zur Anwendung mit der Partnerin. Die wertschätzende und entspannte Atmosphäre förderte sichtbare Fortschritte im Angriffsverhalten.

Das Feedback war durchweg positiv – alle Teilnehmerinnen wünschten sich eine Fortsetzung. Dieses Format soll künftig fester Bestandteil aller Bundeslehrgänge werden.



Kindertrainer und Kindertraining

Auch die Kindertrainerinnen und -trainer kamen nicht zu kurz: Unter Leitung von Katja Fehrmann (1. Dan) wurde das Thema „Bunkai mit Kindern“ behandelt. Neben der Erarbeitung gemeinsamer Verständnisse standen methodische und didaktische Ansätze im Vordergrund. Am Ende entstand ein praxisnaher Leitfaden für die Arbeit im eigenen Verein.



Das separate Kindertraining war ebenfalls ein voller Erfolg – fast 40 Kinder aus verschiedenen Vereinen nahmen teil! Am Freitag vermittelte Andreas Mörsch (4. Dan) Grundlagen des Kumite, für viele Kinder die ersten Schritte in diesem Bereich.



Am Samstag folgte Kata-Bunkai mit Franz Bohnert (6. Dan) und Katja Fehrmann. Neben der Technikvermittlung standen Eigeninitiative und Selbstwirksamkeit im Fokus. Nach einer Gruppenarbeit zum Thema Bunkai und kurzer Vorbereitung präsentierten die Kinder ihre Ergebnisse vor der gesamten Gruppe – ein großer Applaus belohnte ihren Mut und Einsatz!





Nico Ehren (Kata-Bunkai)



Frank Heinze (Kyusho)



Werner Buddrus (u.a. Kumite Gata)

Prüfungen und Erfolge

Am Samstag fanden die Danprüfungen bis einschließlich 6. Dan statt. Über drei Stunden zeigten elf Prüflinge ihr Können – alle Teilnehmer haben bestanden! Herzlichen Glückwunsch zu den neuen Graduierungen und der gezeigten Leistung!



Dr. Elke von Oehsen
(u.a. Idori)



Am Sonntag folgten die Kyu-Prüfungen, bei denen sich mit 40 Prüflingen eine Rekordzahl der Herausforderung stellte. Nach intensivem Training wurden alle für ihr Engagement mit einem neuen Gürtelgrad belohnt.



Gemeinschaft und Dank

Der Samstagabend klang gemütlich beim Griechen in Meißen aus – mit vielen netten Gesprächen, Lachen und guter Stimmung.

Ein herzlicher Dank gilt allen, die zum Gelingen beigetragen haben:

- Elisabeth, die unermüdlich Ausweise geklebt, Listen geführt und Urkunden geschrieben hat,
- den Kuchenbäckern – Familie Szehr und Ute Maschke,
- dem Fotografen – Alexander Bär – Danke für die tollen Bilder!!,
- sowie dem gesamten Organisationsteam des Wado-Ryu-Karate Do Meißen e.V.

Mit Stolz und Freude blickt der Verein auf 35 Jahre Wado-Ryu-Karate Do Meißen zurück – und mit frischem Kampfgeist nach vorn: Auf weitere 35 Jahre Gemeinschaft, Engagement und Karate-Do!

