

Hochrangige Meister der Kampfkunst geben Tipps im Meißner Trainingslager



Alexander Schulze, Vereinschef des Meißner Karatevereins Wado-Ryu, zeigt einen Fußtritt. 80 Sportler waren am Wochenende der Einladung ins Trainingslager Meißen gefolgt.

Foto: Hübschmann

Der Karateverein Wado-Ryu hat zum Training Gäste aus ganz Deutschland eingeladen.

Von Jürgen Birkhahn

SZ.MEISSEN@DD-V.DE

Die Turnhalle der Afra-Grundschule war am Wochenende in fester Hand der Karatesportler. Der Meißner Verein Wado-Ryu hatte bereits zum dritten Mal sein Trainingslager deutschlandweit ausgeschrieben. 80 Sportler sind der Einladung gefolgt.

„Das Trainingslager in Meißen gehört mittlerweile zu den vier wichtigsten, die im Laufe eines Jahres in Deutschland stattfinden“, sagte Elke von Oehsen. Die Bundesstilrichtungsreferentin war zum wiederholten Mal in die Domstadt gekommen, um Karatesportler zu

trainieren. Von Oehsen ist die erste Frau, die den sechster Dan, den bisher höchsten Meistertitel, den in Deutschland eine Frau in Karate erreichte, trägt. In Meißen wollte sie ihre Erfahrungen vor allem an Frauen weitergeben. „Man weiß ja nie, wozu man die Kenntnisse braucht“, sagt sie und ergänzt aber sogleich, dass es beim Sport doch vor allem um den Einklang von

Harmonie im Körper und der ausgeglichenen Psyche geht. Karate sei eine Sportart, für die man keine Voraussetzungen haben muss und die bis ins hohe Alter ausgeübt werden kann. „Ich habe Schüler, die sind schon 75“, sagte sie. Neben ihr reisten noch Peter Mixa (ebenfalls sechster Dan) und Werner Buddrus (fünfter Dan) an die Elbe, um ihre Erfahrungen in der Kampfkunst

weiter zu geben und letztendlich einigen Schützlingen die Prüfung abzunehmen.

Der Meißner Karateverein hatte für das Wochenende einen Trainingsplan erarbeitet, der von der Aufwärmung über das straffe Training bis hin zur Vitalpunktstimulation einen geschlossenen Kreislauf bietet, aber zugleich auch von den Teilnehmern nur punktweise genutzt werden konnte.

So haben einige Sportler nur den Freitag und Sonntag zum Training genutzt und sich am Sonnabend die Domstadt angesehen. Manche reisten ganz in Familie und mit dem Wohnwagen an. „Nicht selten ist ja die ganze Familie mit Karate verbunden“, sagte Alexander Schulze, der Vorsitzende des Vereins. Deshalb war das Trainingslager nicht nur etwas für die Profis. Ein separates Training für Kinder gab es ebenso, wie die Übungsstunden für Anfänger.

Der Karateverein Wado-Ryu

- **Der Verein** wurde 1990 in Meißen gegründet. Es war damals der erste Karateverein in der Stadt.
- **Die etwa 80 Mitglieder** trainieren zweimal in der Woche. Jeweils dienstags und freitags ist Training für die Erwachsenen und Kin-

der.

- **Die höchste Qualifikation** der Ausbilder im Verein ist der dritte Dan.

- **Mit ihrem Training** bereiten sich die Mitglieder langfristig auf eine Prüfung für die nächst höhere Leistungsstufe vor.

- **Der Verein bietet vier Sparten an:** Neben dem Karate für Erwachsene und Kinder gibt es noch Kara-t-robics und Boxen.
- **Kara-t-robics** ist eine Mischung aus Karate und Aerobic und derzeit sehr beliebt.

www.meissen-karate.de