



Stolz auf die bestandene Gürtelprüfung: (v.l.) Stefan Praha, Benjamin Funk, Dorian Ivad, Fiona Hornung, Katharina Hell und Elza Jakubi. Foto: Sandra Schiebold

Lohn für intensives Training

Junge Karate-Sportler bestehen Gürtelprüfungen

Moosburg. (red) Am ersten Advent stellten sich fünf junge Karate-sportler der SG Moosburg ihrer Gürtelprüfung. Geprüft wurde nach Wochen des intensiven Trainings zum siebten (Orangegurt) und achten Kyu (Grüngurt).

Katharina Hell absolvierte die Orangegurt-Prüfung. Neben dem Kihon (Grundschultechniken), bestehend aus verschiedenen Faust-techniken und Abwehr sowie zwei unterschiedlichen Fußtrittstechniken (Mae Geri und Mawashi Geri), muss ein Anwärter zum 7. Kyu bereits Verständnis für die Hintergründe der Kata (Formlauf) Heian Nidan unter Beweis stellen.

In einer Kata werden vielfältige Anwendungsmöglichkeiten zur Verteidigung aufgezeigt, die in einem genau festgelegten Ablauf von Techniken eingeübt werden.

Im Shotokan Karate gibt es insgesamt 27 solcher Katas. Die Heian

Nidan beinhaltet 26 Techniken in Folge.

Benjamin Funk, Elza Jakubi und Fiona Hornung bewiesen ihr Können in der Heian Sandan Kata. Dazu gehörten im Kihon weitere Techniken, wie beispielsweise der Fußtritt Yoku Geri, der in zwei unterschiedlichen Ausführungen seitlich geschlagen werden kann. Zudem werden verschiedenen Stellungen des Standes sowie Abwehr- und Angriffstechniken im Ippon Kumite (einem Angriff folgt eine freie Abwehr) demonstriert.

Dorian Ivad stellte seine Fähigkeiten in einer Feststellungsprüfung unter Beweis. Er wechselte zur Karate-Abteilung der SG Moosburg und demonstrierte souverän sein Können vor Prüfer Stefan Praha.

Weitere Informationen zu Veranstaltungen und Trainingseinheiten sind auf der Homepage www.karate-moosburg.de zu finden.