

Schwenninger Schwertkämpfer bestehen Gürtelprüfung

Kampfsport Vier Schwertkämpfer des Judo-Club Schwenningen besuchten den Kendo-Landeslehrgang in Offenburg mit Dr. Bernd Klein (7. Dan Kyoshi). Unter dessen Leitung wurden die Kendo-Basics, die Grundlagen des traditionellen japanischen Schwertkampfes geübt, geübt und nochmal geübt.

Denn auch bei den großen Lehrmeistern müssen diese Grundlagen (Kihon) immer wieder weiterentwickelt und verbessert werden, denn sie stellen das Fundament für alle weiteren Bewegungsformen und Techniken dar. So müssten auch die Teilnehmer erst mehrere hundert Male „in die Luft schlagen“ (Suburi),

woran Fußstellung, Armhaltung bei mit dem Kampfschrei (Kiai) zeitgleichem Schlagen, immer wieder beobachtet und korrigiert wurden.

Prüfungen zum Abschluss

Zum Abschluss des Lehrgangs stellten sich die Zwillinge Amelie und Sophia Hinkel erfolgreich zur Prüfung zum 6. Kyu, sowie der 1. Vorsitzende und Trainer des Judo-Clubs Schwenningen Rainer Lickert zum 1. Kyu.

Die Schülergrade (Kyu) werden hierbei rückwärts gezählt: Der Anfänger beginnt im Kendo mit dem 7. Kyu, farbige Gürtel wie in anderen Budosportarten gibt es nicht.

Kendo als Weg verfolgt nicht nur die Techniken des Schwertkampfes, sondern auch die geistige Ausbildung des Menschen.

Entwicklung moralischer Stärke

Die Üben sollen vor allem Charakterfestigkeit, Entschlossenheit und moralische Stärke, Respekt für den Gegner, Einfühlungsvermögen und Selbstbeherrschung erlernen. Ziel eines Kendoka ist die Meistergrade (Dan) anzustreben, analog zum Schwarzgurt im Judo.

Anfänger trainieren quasi kontaktlos in Übungsformen wie Kata oder stoppen vor dem Treffer ab. Fortgeschrittene üben in Rüstung und mit Bambusschwert, wo

auf definierte Trefferflächen Men (Kopf), Do (Bauch) und Kote (Handgelenke) geschlagen werden darf.

Zufallstreffer hierbei zählen nicht: Ki-Ken-Thai-Ichi heißt das Prinzip. Im Moment des Treffers muss die Einheit von Geist, Schwert und Körper gegeben sein. Wenn man zum Beispiel „Kopf“ schlägt muss man zeitgleich auch „Men“ rufen und aufrecht stehen.

Schnuppertraining möglich

Wer mal in diese Sportart reinschnuppern möchten, die Schwenninger trainieren immer Montags ab 20 Uhr in der Turnhalle der Neckarschule. eb



Amelie und Sophia Hinkel, Rainer Lickert nach den absolvierten Prüfungen. Foto: Privat