

RKV Info

01/2000



**BREITENSPORTLEHRGANG
in Kaiserslautern**

KARATE AB 30

**VEREINSLEHRGANG
des KDO Trier**

WM 2000 in München

**INTERNATIONALEN SWISS OPEN
in Luzern**

Funasako in Kaiserslautern

EDITORIAL

Editorial



RAUS AUS DEM WINTERSCHLAF

Einige haben's vielleicht noch nicht mitbekommen, aber es geht wieder los!

Lehrgänge, Turniere, Training, Wettkämpfe und so weiter. Die Karten sind neu gemischt und wir starten ins neue Jahrtausend (oder auch nicht?!).

Auch wenn dieses Jahr genauso wird wie die anderen, hat der RKV ein tolles Programm zu bieten.

Die Karatelegende Gilbert Gruss kommt nach dem tollen Erfolg in Frankenthal, im November 1999, diesen Jahres nach Konz. Der RKV wird geschlossen zur DM 2000 in Berlin einfallen, um dort wieder den großen Landesverbänden die Titel streitig zu machen. Auch wird es wieder ein umfangreiches Angebot an Breitensportmaßnahmen, Ausbildung und Jugendveranstaltungen geben.

Alle Termine und Ausschreibungen und natürlich auch die Berichte der Events erhaltet Ihr wie immer im RKV Info von mir oder aber über die Homepage des RKV von Sebastian.

Falls Ihr noch Wünsche oder Anregungen habt könnt Ihr die Referenten direkt ansprechen oder Kontakt zu Eurem RKV Info aufnehmen.

Wir sind für Euch da!

Frank Esser
Speicher, im März 2000

PRÄSIDIUM

Präsidium

PRÄSIDENT

Stefan Andres
Geschäftsstelle des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes
Avallonstraße 49
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 56 04
Fax: (0 26 71) 57 66
e-mail: Stefan.Andres@t-online.de

VIZEPRÄSIDENT UND SPORTREFERENT

Michael Hoffmann
Gartenstraße 8b
67105 Schifferstadt

Tel.: (0 62 35) 14 12
Fax: (0 62 35) 18 96

VIZEPRÄSIDENT UND SCHATZMEISTER

Hermann-Josef Andres
Stablostraße 24
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 45 13
Fax: (0 26 71) 45 13

FRAUENREFERENTIN

Uschi Panschar
Peter Lambert Straße 4
54292 Trier

Tel.: (06 51) 27 26 3
e-mail: KDO@lightstorm.de

JUGENDREFERENTIN

Manuela Klaas
Schulstraße 9
56307 Muscheid

Tel.: (0 26 84) 42 33
Fax: (0 26 84) 49 68
e-mail: Muscheidle@t-online.de

LEISTUNGSSPORT-REFERENT

Thomas München
Engelstraße 6
54292 Trier

Tel. und Fax: (0 65 1) 2 87 33
e-mail: T.Muenchen@t-online.de

KAMPFRICHTER-REFERENT

Rainer Weber
Frankenstraße 4
69198 Schriesheim

Tel.: (0 62 03) 69 25 35
Fax: (0 62 03) 69 25 36
e-mail: RaiWeber@t-online.de

PRÜFERREFERENT/STILRICHTUNGSREFERENT SHOTOKAN

Gunar Weichert
Eifelplatz 6
56727 Mayen

Tel.: (0 26 51) 26 69
Fax: (0 26 51) 90 15 02
e-mail: G.Weichert@t-online.de

BREITENSPORTREFERENT

Bernd Otterstätter
Marie-Curie Straße 1
67454 Haßloch

Tel. und Fax: (0 63 24) 8 23 98
e-mail: BELOtterstaetter@t-online.de

IMPRESSUM

Impressum

Rheinland-Pfälzischer
Karateverband e.V. RKV-Info
Frank Esser, Eulner Straße 4
54662 Speicher
Tel.: (0 65 62) 93 02 77
Fax: (0 65 62) 93 02 78
e-mail: RKVInfo@aol.com
Internet: www.rkv-karate.de

Layout, Satz, Litho:
pfeiffer werbeagentur
56812 Cochem

Tokio Funasako in Kaiserslautern

Annähernd 70 Frauen aus Rheinland-Pfalz, aber auch aus den angrenzenden Landesverbänden Saarland und Baden Württemberg, erlebten im Dojo des Budokan Kaiserslautern e.V. Karate-Do einmal anders. Mit Sensei Tokio Funasako (7. DAN) konnte einer der bekanntesten Repräsentanten des Goju Ryu-Karate-Do-Renmei für einen Lehrgang über Zen, Ki und Meditation gewonnen werden. In seiner angenehm, freundlichen und humorvollen Art, die gleichzeitig überzeugend war, verstand des Sensei Funasako das Interesse und die Aufmerksamkeit der teilnehmenden Frauen auf das Wesentliche zu lenken, nämlich die Einheit von Körper und Geist als das Natürlichste aller Dinge. So sollte Karate-Do als ständige persönliche Herausforderung verstanden werden, immer tiefer in die Geheimnisse des eigenen Körpers einzudringen.

Sensei Funasako machte deutlich wie wichtig die korrekte Atmung ist, und das nicht nur für die Ausführung von Karatetechniken, sondern ganz allgemein für die Mobilisierung der körpereigenen Kräfte. Nur das korrekte Atmen erlaube schließlich das Wechselspiel richtiger Spannung und Entspannung von Körper und Geist, und damit die Bewältigung von Gegensätzen die letztlich doch wieder eine Einheit bilden. Wer es versteht, dieses ganzheitliche Denken in seinen persönlichen Alltag zu übertragen, der habe die große Chance neben Gesundheit und Fitness auch innere Erfüllung und Zufriedenheit zu erlangen.

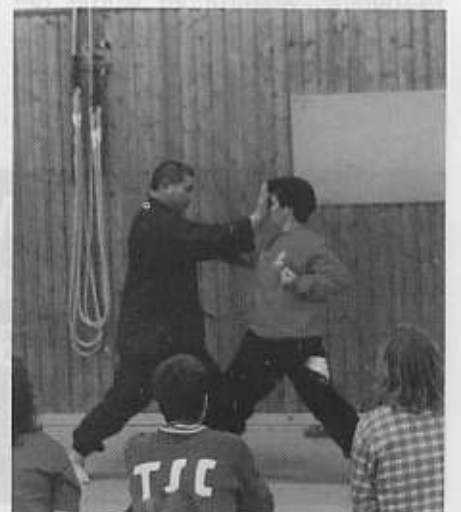
Der Schwerpunkt des Vormittags lag bei Übungen zur Meditation, wobei Sensei Funasako auf die richtige Haltung des Sitzes besonders achte-



te. Des weiteren konnten die Teilnehmerinnen Übungen zur Steuerung der körpereigenen Energie an sich selbst ausprobieren. In der zweiten Trainingseinheit wurde die Atemkata Tensho gelehrt. Mit den weichen und fließenden Atemzügen dieser Kata konnte jeder Teilnehmerin an sich selbst erfahren und erleben wie der Körper und die gesamte Muskulatur in Bereitschaft gebracht wurden zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens. Während des Übens erklärte Sensei Funasako immer wieder die Bewegungen der Atemkata als Möglichkeit zur praktischen Selbstverteidigung. Unter den Klängen fernöstlicher Hintergrundmusik endete der praktische Teil des Lehrgangs in einem weiteren Meditationsblock. Hierbei legte Sensei Funasako besonderen Wert auf die Feststellung, dass positives Denken und besonders schöne Vorstellungen jede Meditation besonders positiv beeinflussen.

RKV Frauenreferentin Uschi Panschar war begeistert und freute sich ganz besonders über diesen Lehrgangserfolg, so wie die Art und Weise wie Sensei Funasako zu überzeugen und begeistern wusste. Die Verpflichtung von Sensei Funasako sei ein Glücksgriff gewesen zur Bereicherung des Maßnahmenangebotes für die RKV-Frauen. Besonderen Dank gilt Birgit Lantzberg, eine Schülerin des Sensei Funasako, die den Kontakt zu dem Meister vermittelte. Ebenfalls besonderen Dank dem Ausrichterdojo Budokan Kaiserslautern für die Durchführung der Maßnahme und die reibungslose Organisation vor Ort.

Uschi Panschar



INHALT

Breitensportlehrgang in Kaiserslautern	.S. 4
Karate ab 30	.S. 5
Vereinslehrgang des KDO Trier	.S. 6
Intern. Swiss Open in Luzern	.S. 7-8
8. Bouser Bambinitunier	.S. 9
Auftakt der Karate-Bundesliga	.S. 10
RKV Prüfer mit Lizenz	.S. 11
Nachwuchskader des RKV	.S. 12