

## Kinderlehrgang im Karate Sommer 2008

Seit ca. einem Jahr trainieren im Zen Karate Verein Cottbus e.V. Kinder im Alter von 5 – 9 Jahren die alte Kampfkunst Karate. Mittlerweile wurde der Zulauf so stark, das es notwendig wurde zwei Kindergruppen á 12 Kinder zu etablieren. Die Kinder trainieren montags in der Zeit von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr und 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr im Dojo Cottbus Am Stadtring 3.

Als ein Höhepunkt in diesem Jahr hat die größere Gruppe das erste Mal an einem Karate-Lehrgang für Kinder teilgenommen. Dieser fand in einem befreundeten Dojo in Eisenhüttenstadt unter der Leitung von Sensei Paprottka und Sensei Persicke statt. Die Kinder übernachteten in Zelten, gleich neben dem Dojo ([www.zen-karate-ehst.de](http://www.zen-karate-ehst.de)). Der Lehrgang war in viele abwechslungsreiche Themen unterteilt, so dass die Kinder neben Spaß und Spiel, auch einen intensiven Einblick in die Disziplinen und Körperbeherrschungen der alt erwürdigen Kampfkunst Karate erhielten.



Die Trainer und Lehrer des Dojo Cottbus konnten in diesen 2 Tagen die Kinder auf eine ganz besondere und intensivere Art erleben, als es uns der normale Alltag ermöglicht. Nach diesem interessanten Lehrgang haben sich die Trainer und Lehrer zusammen gesetzt und das Konzept für das neue Schul/Ausbildungsjahr 2008/2009 erarbeitet.

Es ist für uns wichtig, nach der Phase des Kennenlernens im ersten Jahr, nicht nur

Fortschritte in der körperlichen Entwicklung unserer Kinder zu verzeichnen, sondern auch die pädagogische und psychologische Arbeit klar zu definieren. Wir legen in der Arbeit sehr viel Wert darauf, dass die Kinder eine Gemeinschaft Gleichgesinnter, unabhängig der sozialen Herkunft und der persönlichen Voraussetzungen, zu schätzen lernen. Kinder lernen in unserem Dojo sich in einer Gemeinschaft entwickeln zu können, in der Achtung, Respekt und Dankbarkeit miteinander gepflegt und gelebt wird. Es ist von wesentlicher Bedeutung, dass die Kinder die ideellen und materiellen Werte unseres Dojos nicht nur schätzen lernen, sondern auch schon frühzeitig Verantwortung übernehmen, diese zu pflegen.





Disziplin soll kein übertriebenes Mittel zur Selbstdarstellung der Trainer und Lehrer werden. Sie soll unseren Kinder den Weg ebnen, die eigenen Fähigkeiten frühzeitig zu erkennen, um sie im normalen Alltag zu nutzen. Konzentration und Aufmerksamkeit ist die Voraussetzung für das Erreichen eines guten „Ergebnisses“, egal bei welcher Tätigkeit. Kinder brauchen eine klare Orientierung. Eine harmonische Atmosphäre erzeugt auch leistungsfähige Charaktere. Unsere Kinder fühlen die Momente, in denen wir Erwachsene uns auf die kindliche Ebene begeben. Sie genießen unsere Aufmerksamkeit und fordern unsere Anerkennung. Wenn Kinder dies spüren, beginnen Sie mit der Übung, sie merken es ist sinnvoll.

Der Absolutismus ist nicht der „schwarze Gürtel“ im Karate, sondern in einer guten Gemeinschaft einen persönlichen „Werde-Prozeß“ zu vollziehen. Kinder müssen nicht Karate beherrschen, um Ihr Leben zu gestalten. Die Auseinandersetzung mit sich Selbst und den Wert einen guten Gemeinschaft, den können Kinder durch Kampfkunst wahrnehmen. Darin liegt auch der Wert einer Kampfkunstschule, dies bedeutet Entwicklung für das Leben zu vermitteln.

***Wettkämpfe können nur wenige gewinnen, sich selbst besiegen können Alle.***

Ich bedanke mich bei der sehr guten Organisation durch die Trainer und Lehrer des Dojo in Eisenhüttenstadt Sensei Paprottka und Sensei Persicke. Weiterhin vielen Dank für die hervorragende Einsatzbereitschaft von Thomas Schlott (Vereinspräsident und Hauptkinder-Trainer Dojo Cottbus), Clemens Wittig (Trainer Kindergruppe Dojo Cottbus) sowie Holger Zaruber und Jan Hanke (Karate-Schüler des Dojo Cottbus) für die gute Betreuung.

1. Karate kennt keinen ersten Angriff
2. Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit
3. Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt
4. Sei geduldig mit Dir selbst und mit anderen.

(Auszug aus den Verhaltensregeln der alten Meister von Okinawa und den damit verbundenen Umgangsformen im Zen-Karate Cottbus e.V.)

Torsten Erler

Lehrer im Karate  
Zen-Karate Cottbus e.V.