

Go Shu Go Kaku mit Carlos Molina

Bundeslehrgang Shito Ryu in Berlin

Am Samstag, 07.12. lud das Berliner Shito Ryu zum Adventslehrgang 2019 mit Carlos Molina ein. Neben vielen nationalen Gästen waren auch finnische, italienische, portugiesische und schweizer Karateka angereist. Assistenten waren Johannes Köster, Tom Witt und Michael Karpenkiel.

Ein besonderes Augenmerk legte Carlos Molina auf das Go Shu Go Kaku von Kenwa Mabuni – Fünf Übungen, fünf Lehren des Zweikampfs

1. Kokoro gamae no Koto – Sei bereit, mit ganzem Herzen
2. Ashibumi no Koto – Verbessere deine Stellung
3. Ma`ai no Koto – Finde den geeigneten Abstand
4. Tenshin no Koto – Verändere deine Position
5. Henka no Koto – Überrasche mit Varianten

Den Einsatz dieser Richtlinien demonstrierte Carlos Molina mit Tzuki Happa (acht Fausttechniken) im Zweikampf. Mae Te-, Gyaku-, Tate-, Ura-, Age-, Furi-Tzuki und Ura Uchi. waren die Mittel der Wahl. Vom Sensei gewünscht wurden flüssige Bewegungen mit realistischem Abstand.

Auf die Pinan Kata eingehend erläuterte Carlos Molina den Unterschied zwischen Hokei Kumite und Bunkai. Das Hokei Kumite (auch Oyo Bunkai genannt) ist jeweils eine Partnerübung (zu zweit) zu den fünf Pinan zum Erlernen und Anwenden der Technik. Das eigentliche Bunkai ist das Verteidigen gegen mehrere Angreifer als Wirksamkeitstest der eigenen Technik. Pinan Shodan war die Vorgabe, unter der sich Uke beweisen musste.

Für das Katastudium an diesem Samstag sei hier, neben Seienchin, die Kata Suparinpei (108) genannt, eine okinawatische Kata von beeindruckender Länge. Die Zahl 108 nimmt Bezug auf die 108 buddhistischen Gebote, denen die Gläubigen folgen sollen. In dieser Kata dominieren die offenen Hände (Mawashi Uke, Heito Uke, Kakete etc.).

Mit dem Vorführen der geübten Technik ging dieser großartige Tag des Karate Do in sein Finale.

Der Dank geht an Carlos Molina für diesen wunderbaren Abschluß des Shito Ryu Jahres 2019!

Shito Ryu Berlin wünscht allen ein gesundes und friedliches 2020.

Nächster DKV Berlinlehrgang mit Carlos Molina: 15.02.2020

Johannes Köster

