

Eindrücke einer Gelbgurt Trägerin zum Eintritt ins Dojo und zum ersten Karate Seminar am 10.03.2018 mit Nobi Foerster in Braunschweig.

Vier Stunden Karatetraining? Hört sich nach einer Herausforderung an. War es auch. Als Gelbgurt zusammen mit den Danträgern fragte ich mich am Anfang auch, ob das nicht ein paar Nummern zu hoch sei.

Aber zurück auf Anfang. Im Oktober 2017 hatte ich im Zentral Dojo mein erstes Probetraining. Am nächsten Tag konnte ich mich vor Muskelkater kaum bewegen. Das Training war herausfordernd für Körper und Geist, einfach perfekt. Genau das wollte ich. Die positive Stimmung im Dojo und der Respekt untereinander taten ihr Übriges und ich war dabei.

Nach einigen Wochen durfte ich die Prüfung zum 8. Kyu mitmachen und bekam meinen gelben Gurt. Tja, es war für mich nicht ganz einfach und die Koordination zwischen Geist und Körperteilen hakt nach wie vor, aber stolz war ich trotzdem. Nun hatte ich die Voraussetzung geschafft, an den Seminaren teilzunehmen!

Am letzten Wochenende war es dann soweit:

Ein Seminar von Nobi, 7. Dan, zur Kime Entwicklung und Kumite Training!

Da für dieses Jahr im Dojo der Schwerpunkt auf dem Kumite Training liegt, ein perfektes Seminar. Das war auch die Meinung der Teilnehmer, die aus dem hohen Norden kamen und einen langen Weg auf sich nahmen, um bei Nobi zu trainieren. Respekt.



Besonders gut haben mir die Erklärungen gefallen, einfach und auf den Punkt. Nobi hat alle Übungen zusammen mit jemandem vorgemacht und erklärt, wie wir Fehler vermeiden können, worauf wir zu achten haben und wo die Schwierigkeiten liegen.

Gleich im Anschluss konnten wir mit unserem Trainingspartner üben. Ganz so einfach, wie es bei Nobi aussah war es dann doch nicht; um nicht zu sagen, dass selbst bei den Übungen, die garnicht kompliziert aussahen, Nobi bei allen viel zu optimieren hatte.

Aus meiner Sicht war das Seminar eine sehr gute Erfahrung. Ich habe viel gelernt und habe mit Nobi einen kompetenten und augenöffnenden Lehrer.

Die Runde der Teilnehmer war herzlich, wie immer sehr respektvoll und hilfsbereit - als Gelbgurt bin ich sehr dankbar über die Anleitungen und positive Unterstützung sowohl durch Nobi als auch durch jeden anderen Teilnehmer.

Ein perfekter Abschluss des Tages war das gemeinsame Essen im Mediterraneo und ich radelte gut gelaunt und entspannt und gar nicht so kaputt, wie ich befürchtet hatte nach Hause. Gut, der Muskelkater war am nächsten Tag doch da. Domo arrigato gozaimashita!

Susanne Bauer