

10 Jahre Bo (2001 – 2011)

Teil 1 „Wie alles begann“



PROLOG (1999): Bo-Lehrgang bei Dirk Ludwig

Im Jahre 1999 begannen in der Unterstufe des Dojo wilde Gerüchte zu kreisen: Nobi hätte einen geheimnisvollen Karateforscher kennen gelernt. Dieser sei, so hieß es, durch die Welt gereist und habe bei alten, fast vergessenen Meistern in ihren Höhlen die seltsamsten Techniken (auch mit Waffen) erlernt. Das klang spannend
Auch Gerüchte über ein geplantes Stocktraining machten bald die Runde.

Gefährlich bis mysteriös wirkende Schwarzgurte aus Berlin tauchten nun des Öfteren als Gäste im Dojo auf und zeigten Unglaubliches. Im Jahre 1999 fand dann auch ein erster Lehrgang mit Langstock und Dirk Ludwig statt (beide aus Berlin)
Der Lehrgang war rappellvoll und alle Gurtstufen und Altersklassen rührten eifrig-verwirrt mit ihren Stöcken in der Luft rum

Neben coolem Handling (irgendwie drehte er den Stock hinterm Rücken ohne sich Knoten in die Arme zu machen!) wurde auch eine erste Bo-Kata gezeigt, die jedoch alle leicht überforderte.

Wir hatten nur einfache Baumarktstöcke aus Fichte aber Dirk hatte einen tollen Eichenbo, den man auch noch auseinander schrauben konnte!! (Wenn ich mal groß bin ...)

Der Lehrgang hatte mich ziemlich beeindruckt und auch viel Spaß gemacht. Blöd nur, dass das Botraining nur am Samstag war (es gibt ja schließlich noch ein Leben neben dem Karate!).

Ich übte daher alleine und etwas planlos so dann und wann zu Hause und ließ mir ab und zu irgendwelche Techniken zeigen, um sie gleich wieder zu vergessen (wirklich putzige Bewegungen!!). Ich nahm mir fest vor: wenn ich diese erste Kata hinkriegte, würde ich mir auch einen coolen Bo kaufen (z.B. aus Buche!)



Jetzt geht's richtig los (2001): Das Mittwochs-Stocktraining bei Störch

Nachdem zuerst nur Samstags Bo-Training angeboten wurde, gab es ab 2001 auch Mittwochs einen Bo-Einheit. Das passte Rosi und mir wesentlich besser. Die Gruppe begann mit ca. 15 Leuten. Bald schälte sich jedoch ein harter Kern echter Kämpfer heraus! (hier: Petra, Jochen Denis, Burkhard W. Elke Gunnar, Tanja, Rosi)



Aus mir unerfindlichen Gründen schrumpfte die Gruppe immer weiter, so dass wir schließlich nur noch 4 Teilnehmer waren

In den Sommerferien wurde in „Räuberzivil“ im Park trainiert und wir erregten durchaus Aufmerksamkeit („Kuck mal!! Ninjas!!“)



Das „Berliner Sommerlager“ (ab 2001)

Bei einem Training mit Berliner Gästen im Frühjahr 2001– Rosi war nicht mit – wurden Würfe mit Partnerrollen gezeigt, die mich, wenn ich es vorher gewusst hätte, definitiv vom Training ferngehalten hätten!

Nu war´s zu spät und man musste mitmachen! Doch anstatt sich – wie befürchtet – das Genick zu brechen, kullerte man einfach durch die Gegend und saß, – schwupps -.auch noch auf dem „Bösewicht“ drauf!! Dolle Sache das!

Die Berliner teilten mit, dass im Sommer ein mehrtägiges Trainingscamp geplant sei, wo man so etwas üben würde. Na, wer´s mag (bin doch kein Fremdenlegionär!!)

Ich kam nach Hause und berichtete, um meine Frau zu beeindrucken, von dem erstaunlichen Training und dem geplanten Sommerlager der spinnerten Nahkämpfer.

Die erwartete Reaktion „Ach, du meine Güte! Die sind ja verrückt“ blieb aus und ein „Ach was!? Wollen wir da nicht auch hin!“ erklang!

Der Erlebnisurlaub im Osten wurde also geplant und wir brachen mit 4 anderen Interessierten aus dem Dojo auf.

Geleitet wurde das dortige Training von einem kurz geschorenem Sympathieträger: Dirk Thesenwitz, der gerade vor 4 Tagen aus Australien gekommen war, wo er sein 2 jähriges Kampfkunstlehrerstudium bei Sensei P. Mc Carthy absolviert hatte.

Es gab 3 Trainingseinheiten pro Tag: (10^{oo} – 12^{oo}, 15^{oo} – 17^{oo} und 20^{oo} – 22^{oo} Uhr), wobei die Letzte dem Bo-Training gewidmet war. Die Stockbewegungen wurden im Laufe der Tage etwas runder und auch Kopf und Stock hatten immer seltener Kontakt ☺

Dirk hat uns immer wieder aufgefordert, nicht nur stur Techniken auswendig zu lernen, sondern einfach auch mal rum zu spielen. Dies führte beim Bo zu recht erstaunlichen Anwendungen: Wenn man z.B. einen leicht schräg nach oben gerichteten Stoß in ein gekipptes Fenster ausführt, kann man den festgekeilten Bo gut zum Aufhängen nasser Badeklamotten benutzen!



Neben der Praxis gab's auch diverse Theoriestunden mit interessanten Themen wie „Wichtige Schmerzpunkte „ (mit fröhlichem Ausprobieren Partner) und „Erste Hilfe“ (Verpflichtungen, Grenzen und Gefahren; nicht durchgenommen wurde „Hilferufen in verschiedenen Sprachen“). Dazu kamen rechtlichen Grundlagen von Selbstverteidigung und Notwehr

Wie von mir befürchtet, blieben auch Verletzungen nicht aus:

Schon am 2. Tag hatte der erste eine dicke Blase am Fuß, weil die Badelatschen scheuerten und ich hatte eine kräftige Ellenbogenprellung von der blöden Kinderleiter am Etagenbett (die Betten waren offensichtlich eine Spezialanfertigung für Kampfsportler, da der Rücken beim morgendlichen Aufstehen schon die richtige Krümmung fürs Abrollen hatte).



(Rosi und Tedde bei einer Zwischenmahlzeit: Tedde Bier; Rosi Apfel)

Das 10-tägige Intensivtraining war genauso interessant wie effektiv und so fuhren Rosi und ich die nächsten 7 Jahre regelmäßig jeden Sommer Richtung Berlin.
(Unterrichtet wurde neben Bo-Jutsu auch alles andere was mit „Bo“ anfing ☺)

Boxen (3 Minuten können seehr lang sein)



Bodenkampf





Das Bo-Training im Zentral-Dojo war 2003 dann leider zu Ende, da Störch uns verließ, um die Knopfversorgung der Republik zu sichern. (Muß ja auch einer machen!)

Zuvor gab's aber noch eine gelungene Abschiedspartie mit Okertour, Grillen und Lagerfeuer!



Danach waren die 10 Sommertage pro Jahr in Berlin das einzige Bo-Training, das mir blieb ☺





Im Jahr 2003 fand das 1. „Kindertrainingslager“ des Zentral Dojo statt, das von Burkhard und Petra sowie den Kindertrainern Gunnar und Rosi und meiner Wenigkeit organisiert und betreut wurde

(Kommentar eines der Teilnehmer: „Ich fand es war voll cool beim Zelten, weil wir so ein großes Feuer gemacht haben und Leuchtstäbe bekommen haben. Das coolste aber war das Training. Das ich in die Oker gefallen bin war doof, aber ich wollte am liebsten noch ein paar Tage dableiben“)

Rosi und ich übten zwischendurch immer mal wieder ein wenig mit unseren Bo´s (Nachdem wir die Partnerform das 2. Mal machten, merkten unsere Zuschauer, das wir uns nicht wirklich prügeln: „Ihr macht ja immer dasselbe!“). Viele Kinder waren trotzdem begeistert und wollten das auch lernen. Nach einigen einfachen Übungen entstand die Idee, für Interessierte ein Kurztraining vor dem Mittwochs-Karatetraining anzu bieten (Nicht als offizielles Training sondern nur sonne Viertelstunde, „Just for fun“)

Mein erstes Mittwochs-Stocktraining mit 5 interessierten Kids war auch ganz niedlich und ich war gespannt, wie sich das entwickeln würde.

Während einer dieser Kurz-Einheiten tauchte plötzlich Nobi aus dem fernen Japan im Dojo auf...

Während einer dieser Kurz-Einheiten tauchte plötzlich Nobi aus dem fernen Japan im Dojo auf...



Wird fortgesetzt!!

