



## Jahresbericht 2019 Karate

Dieses Jahr nahmen viele Mitglieder unserer Karateriege an diversen Lehrgängen im Norden teil, so z.B.

- in Achim beim Landestrainer Rudolf Preuß 5. Dan,
- in Osnabrück „15. KVN-Shotokan-Tag“,
- in Lingen der Lehrgang beim Bundestrainer Efthimios Karamitsos sowie einer bei Schaharзад Mansouri und Sigi Hartl
- der „Frühjahrslehrgang“ in Syke sowie in Brake bei Bernd und Tim Milner
- der „gemeinsame Karatelehrgang Harburger Vereine“ mit Bundestrainer Efthimios Karamitsos
- sowie im Dojo Oldenburg

Daraus resultierend ist wieder ein bisschen mehr Farbe in unsere Truppe gekommen, durch bestandene Prüfungen.

Die Anzahl der regelmäßig trainierenden Karatekas ist konstant geblieben, wobei wir uns immer sehr über Neueinsteiger, Wiedereinsteiger oder auch über Schnuppergäste jeden Alters freuen. Der Spaß am Training scheint unvermindert zu wachsen, da jeder 2019 insgesamt mehr Trainingseinheiten absolviert hat als im Jahr zuvor.

Ende des Jahres wurde seitens des Deutschen Karate Verbands eine neue Prüfungsordnung bekannt gegeben, die zum 1.1.2020 in Kraft tritt. In dieser ist der Anteil von Selbstverteidigung Kumite deutlich größer in den Fokus gerutscht, was wir nun im Training verstärkt einbauen und üben.

Unsere Highlights am Rande des Trainings waren 2019:

- eine Schnupperstunde Bogenschießen beim Schützenverein Elsfleth, zum Abschluss vor den wohl verdienten Sommerferien (vielen Dank nochmal an die super Betreuung der Sport-Kameraden in Elsflether Schützenverein).
- des Weiteren haben wir mit den Familien einen fröhlichen Sommergrillabend veranstaltet
- und eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier im Vereinsheim.

Unsere Karate-Gruppe nutzt jeden Donnerstag (19:00-20:30 Uhr) die Sporthalle A und jeden Dienstag (19:45-20:45 Uhr) den Bewegungsraum im 360°.

**Marco Heimann und Claudia Janßen**