

Corona-Krise zwingt Karateka zu neuen Ansätzen

Klaus Mergel vom Karate-Club Seelze unterrichtet per E-Mail und Video

Von Thomas Tschörner



Klaus Mergel zeigt die Kata Sepai im heimischen Garten.Foto: privat

Letter. Die Verordnungen zur Corona-Pandemie haben neben vielen anderen Bereichen des öffentlichen Lebens auch das Training in den Vereinen lahmgelegt. Der Karate-Club Seelze fordert seine Mitglieder daher zum Heimtraining auf.

Per E-Mail mit Erklärungen und angehängten Videos unterrichtet Klaus Mergel (5. Dan) festgelegte Formen (Kata). Weil der Platzbedarf für die ausgewählten Kata nicht hoch ist, können sie auch zu Hause praktiziert werden.

Training ist nicht möglich

„In der mehrere Hundert Jahre langen Geschichte des Karate-Do ist es nicht das erste Mal, dass die Obrigkeit das Üben dieser und anderer Kampfkünste verboten hat“, sagt Mergel. In der Vergangenheit war es vor allem die Angst der Herrschenden vor gut ausgebildeten Kämpfern, die gegen das autoritäre System vorgehen könnten, aufgrund derer das Üben untersagt wurde.

Trainiert werden konnte deshalb oft nur heimlich in kleinen Gruppen oder auch allein. Heute sei es dagegen die Einsicht in die Notwendigkeit des Gesundheitsschutzes in einem demokratischen System, die zu einer Trainingsunterbrechung führe, sagt Mergel. „Dass das Karate die Jahrhunderte überstanden hat, liegt auch daran, dass es möglich ist, Karate überall zu trainieren“, fügt er hinzu. Mit diesem Gedanken im Kopf hätten die Entscheidungsträger im Verein, der mit mehr als 300 Mitgliedern einer der größten Karatevereine in Niedersachsen ist, während der durch Corona erzwungenen Trainingsunterbrechung ein Heimtraining organisiert.

Auftakt mit einfachen Formen

Die Unterrichtsserie startete mit zwei Formen, die Mergel vom Ablauf her für relativ einfach hält. Zu jeder gab es Erläuterungen über den geschichtlichen Hintergrund, Anekdoten aus dem Vereinstraining früherer Zeiten sowie kleine Videosequenzen.

Dies alles hat Mergel unter seinem Pseudonym „Postman“ in diversen Mails an seinen mittlerweile rund 200 Teilnehmer umfassenden Verteiler verschickt – immer mit dem Hinweis, dass das Material nicht zur Veröffentlichung außerhalb des Dojos, also des Übungsraums, gedacht ist und kein Training unter Anweisung ersetzen kann.

Dazu kam noch als dritte Form die Kata Sepai, bei der Mergel ausdrücklich mit feiner Ironie vor allzu genauer Nachahmung warnt: „Versucht nicht, es zu 100 Prozent zu kopieren, sonst haben wir nachher 200 kleine Postman im Dojo rumhüpfen. Für jemanden, der glaubt, dass er unnachahmlich ist, eine grauenhafte Vorstellung.“

Vorbereitung für den Kata-Tag

Mergel sagt, dass die Sepai eine der schönsten, aber auch der schwierigsten Formen in der in Seelze praktizierten Stilrichtung Goju-

Ryu (wörtlich: hart-weiche Schule) sei. Das Üben nur mit Video könne nie ein von einem erfahrenen Trainer geleitetes Training ersetzen.

„Aber in diesen Zeiten sind neue Ansätze gefragt.“ Zumal der Verein bei seinem eigens angesetzten Kata-Tag im November genau diese Form in den Mittelpunkt stellen will.

„Was bleibt, ist die Gewissheit, dass das Karate-Do auch diese Behinderung des Übens überstehen wird und dass Fitness und Disziplin auch in dieser Krise hilfreich sind.“