



## DOSB – Weiterbildungsmaßnahme der Sportjugend-Pfalz in Limburgerhof

„Das Tatsu-Ryu-Bushido richtet den 5. Lehrgang seit 2009 aus“

DOSB = Deutscher Olympischer Sportbund

TRB = Tatsu-Ryu-Bushido

Unter der Überschrift „Tatsu-Ryu-Bushido – Vitalität, Gesundheit, innere Ruhe“ reisten diesmal nur 14 Teilnehmer aus ganz Rheinland-Pfalz an, um mehr über das System Tatsu-Ryu-Bushido und seine Trainingsmethoden zu erfahren und auch um mögliche Ansätze in das eigene Training in den verschiedensten Breiten- und Kampfsportarten (u.a. Nordic Walking, Yoga, Teak Wondo, Judo, Karate, Turnen) einfließen lassen zu können. Leider wurden im Vorfeld die falschen



Lehrgangsprogramme (Abweichend von dem Bildungsprogramm) verschickt, sodass Christian Wiederanders und Thorsten Klein ihr Konzept modifizieren mussten und einen Spagat zwischen zwei –im Vorfeld völlig anders konzipierten- Lehrgängen wagten.



Wer weiß wie sich Kaffee von selbst kocht, der möge bitte umgehend Kontakt mit mir aufnehmen, denn eine derart große Menge des koffeinhaltigen Getränks habe ich selten machen müssen! Vor allem Sensei und Lehrgangsführer Thorsten tat sein best möglichstes den pro-Kopf-Verbrauch in schwindelerregende Höhen zu treiben.

Nach einer kurzen und knackigen Vorstellungsrunde und der Einführung in die Hintergründe und Grundlagen unserer Kampfkunst, wurden teils sehr philosophische und auch sehr spezifische Fragen beantwortet, bevor es auf die Matten ging. Dass Vertrauen eine sehr wichtige Rolle im Alltag eines Sports oder einer Kampfkunst spielt, war wohl allen Beteiligten bewusst, sodass kurze Spiele wie das „Fallen lassen“ in fremde Arme und das richtige Angrüßen keine Probleme darstellten. Und auch die ersten Schritte im großen Bereich der Griffbefreiung und mit dem Tanbo wurden von den tapferen Novizen mit Bravour gemeistert. Nach einer kurzen Partnerübung mit Block und Konter wurden die harten Bandagen bzw. die Pratzen ausgepackt und nachdem auch wirklich jeder eine richtige Faust ballen konnte, durften die Sportler zeigen was in ihnen steckte.





Mit einfachen Schlagkombinationen wurde der Puls hoch getrieben und der eine oder andere Schweißstropfen vergossen. Dass das ganze auch Spaß machte, war den Anwesenden aufs Gesicht geschrieben. Und um die verloren gegangene Energie wieder aufzufüllen begaben wir uns gegen Mittag zum nahen Italiener und genossen eine etwas zu gare Lasagne. Erkannt vom örtlichen Polizeiausbilder,



unterschrieb unsere Gruppe eine Petition zum Erhalt der Polizeidienststelle (Bereitschaftspolizei Schifferstadt) und hoffen, dass unsere wenigen Unterschriften helfen konnten!

Nach der Rückkehr in die Rudolph-Wihr-Halle und weiteren größeren Mengen Kaffee, erörterte Thorsten die sieben Tugenden, nach denen wir uns im täglichen Training und Leben (im Idealfall) richten und verschaffte



einen Rundumblick über die Samurai, ihr Leben, das feudale Japan und schlug die Brücke zur Moderne und die heutigen Kampfkünste. Natürlich kam auch die Praxis im zweiten Teil des Lehrgangs nicht zu kurz! Auf der Matte begaben wir uns in die Selbstbehauptung und die rechtliche Grundlagen. Dass eine potentiell gefährliche Situation durch ein deutlich gesprochenes „Halt!“ und eine geschickt platzierte Hand entschärft werden kann, fand genauso regen Anklang bei den Anwesenden wie die Befreiung aus einer

Umklammerung. Sogar der eine oder andere „alte Hase“ aus der Kampfsport-Szene erfreute sich über die Eröffnung einer neuen Möglichkeit sich einer solchen Situationen zu erwehren.

Die Reflektion im Anschluss und Verbesserungsvorschläge, sowie Lob wurden von den Referenten sehr gerne aufgenommen und auch in Zukunft beachtet und werden mit dem DOSB weiter verfolgt; denn um unserem Anspruch an uns selbst und dem der Teilnehmer gerecht werden zu können, muss unser Ziel die ständige Verbesserung unseres Angebots sein!



In diesem Sinne bedanke ich mich auch bei allen Teilnehmern für ihr reges Interesse und hoffe auf ein baldiges Wiedersehen!





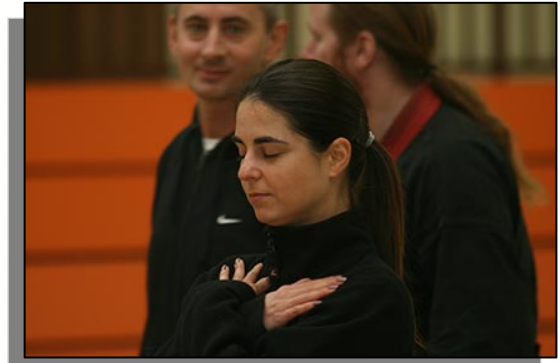
## Stimmen der Lehrgangs-Teilnehmer:

„Organisatorisch guter Ablauf und gutes inhaltliches Rahmenprogramm. Das Thema war ansprechend und die Referenten nett und Kompetent!“ (Werner Steigelmann)

„Interessanter Workshop, spannende Themen, bin gespannt auf Neues... Wäre toll, wenn in Zukunft mehr Zeit für tiefere Einblicke in die Themenwelt stattfinden würde!“ (Ines Schmidt)

„Es war eine gute, konstruktive Fortbildung. Alles wurde locker und verständlich vermittelt!“ (Otilie Schönberger)

„Qualitativ sehr hochwertige Fortbildung, sehr zu empfehlen. Praktisch und theoretisch tolle ‚Nerds‘!“ (Sven Weiß)



Autor: Sarah Scheu, Redaktion  
Bilder: Tatsu-Ryu-Bushido – Canon EOS 400D  
Erstellt am: 20.11.2011  
Copyright: 1987-2011 [www.tatsu-ryu-bushido.com](http://www.tatsu-ryu-bushido.com)  
Quellen: Eigene Teilnahme

