

Karate-Do-Trainer schlägt sich mit Bravour



Rüdiger Krauth (Dritter von links) mit seinen Prüfern Foto: Hartung

Vor kurzem hat Rüdiger Krauth seine lange vorbereitete Prüfung im Shotokan Karate erfolgreich zum 3. Dan abgelegt.

EPFENDORF Mindestens ein Jahr Vorbereitungszeit und fast tägliches Training waren der Preis für die Reife zur Ablegung des Meistergrades im Karate der Stilrichtung Shotokan.

Neben Beruf und Familie heißt die Freizeit hier Karate: Allein diese Opferbereitschaft zeigt den zielbewussten Willen diese Herausforderung zu bestehen. Neben Kondition wurden diverse Kampftechniken, fundiertes Fachwissen auch aus dem sowie Anwendungsbeispiele wie Selbstverteigungssituationen bis zur Perfektion trainiert und erlernt, um sich dann von der Prüfungskommission das Können bestätigen zu lassen.

Rüdiger Krauth macht Karate seit mehr als 50 Jahren und ist somit auch ein Karateka der ersten Stunde in Deutschland. Der pensionierte Pfarrer hat durch seinen Beruf viele Stationen gehabt – und entsprechend viele Vereine, bei denen er trainiert und auch Training gegeben hat. In den Ruhestand gekommen, hat er sich in Oberndorf niedergelassen und ist dort seit zwei Jahren beim Karate-Do als Kinder- und Erwachsenentrainer mit Herzblut dabei.

Rüdiger Krauth ist im Besitz einer gültigen B-Trainer-Lizenz beim Deutschen Karateverband. Für die Prüfung selbst hat er sich an mehreren Wochenenden in Stuttgart bei entsprechenden Vorbereitungslehrgängen sein notwendiges Know-how geholt.

Die Prüfung fand ebenfalls in Stuttgart statt. Zunächst wird die „Grundschule“ geprüft. Bei Einzel- und Kombinationstechniken und Einzelangriffen mit Partner wird dabei auf Schnelligkeit, Kraft und Präzision Wert gelegt. Hier zeigte sich schnell, wer über die Jahre seine Hausaufgaben gemacht hat.

Als nächstes stehen „Katas“ auf dem Prüfplan. Nicht nur Schwarzgurt-Katas, sondern auch Schüler-Katas mussten gezeigt werden. So wurde eine Kür-Kata nach freier Wahl des Prüflings und zwei Pflicht-Katas nach Ansage des Prüfers verlangt.

Zu guter Letzt mussten sich die Prüflinge in mehreren Freikämpfen bewähren. Dabei müssen sie sich gegen Mitprüflinge durchsetzen. Nicht nur Kraft, geschickte Kombinationen, Schnelligkeit und Zielsicherheit der ausgeführten Technik zählen. Ohne Mut und Durchschlagskraft kann man zwar einen fiktiven Gegner – wie zum Beispiel in den Katas –, nicht aber einen leibhaftigen Gegner bezwingen. Nichtsdestotrotz hat Rüdiger Krauth mit hervorragenden Techniken die Prüfung mit Bravour absolviert