

«Karatekinder» leiten Schule der Meister

Aus der Karateschule Kriens wird ein Verein. Im Januar haben fünf ehemalige Karateschüler die Shihans Ruth und Beat Nöpflin abgelöst.

Roger Rügger

«Es ist ein grosser Vertrauensbeweis der Shihans, dass sie die Führung in unsere Hände legen», beschreibt Michel Estermann (46), Präsident der Karateschule Kriens Kyokushin, was es für ihn und den fünfköpfigen Vorstand bedeutet, die Leitung des Dojo in Obernau zu übernehmen. Wir treffen uns in dem Raum zum Gespräch, wo seit 38 Jahren Karategeschichte geschrieben wird. Beim Eingang sind mehrere Paar Schuhe deponiert, das Dojo darf nicht mit Schuhen betreten werden. Zahlreiche national und international erfolgreiche Frauen und Männer haben hier Karate gelernt. Zudem wurden rund 40 Schwarzgurtträger ausgebildet.

Die Karateschule Kriens ist das Lebenswerk der Shihans Ruth (70) und Beat Nöpflin (77). Das Ehepaar gründete die Schule 1982 am Standort des heutigen Dojo an der Renglochstrasse. Ende 2019 zogen sie sich operativ zurück. Aus der Karateschule wurde ein Verein, der von langjährigen Mitgliedern im Sinne der Gründer weitergeführt wird, wie der Präsident betont. Neben Estermann übernehmen Melania Garcia (42), Fabio Campanaro (47), Simon Birrer (42) und André Emmenegger (41) das Ruder. Sie alle haben als Primarschüler mit Karate begonnen und sind heute hochrangige Dan beziehungsweise Schwarzgurtträger.

In der Karateschule eine zweite Familie gefunden

«Wir sind die zweite Generation der Schule, ich war immer bei den Shihans. Sie waren wie Eltern, haben uns erzogen und geprägt. Ja, man kann sagen, dass wir in der Karateschule eine zweite Familie gefunden haben – als ihre Karatekinder», sagt Estermann, der wie Garcia den 4. Dan trägt. Estermann und Garcia wie auch Birrer und Campanaro (beide 3. Dan) sind Sensei. Emmenegger (5. Dan) ist Shihan (siehe Box).

Die Beschreibung der Gurtstufen und Titel ist relevant, weil im Karate eine Hierarchie besteht. Die Schwarzgurtträger werden im Dojo mit dem Titel angesprochen. In Kriens wurde dies immer so gehandhabt – das werde so bleiben, wie Garcia unterstreicht. «Wir werden den Verein im Sinne der Shihans weiterführen. Bestimmt bringen wir eigene Ideen ein, aber wir erachten es als unsere Aufgabe, den Schülern mit auf den Weg zu geben, was wir lernten



Die neuen Leiter, von links: Simon Birrer, Michel Estermann, André Emmenegger, Melania Garcia und Fabio Campanaro.

Bild: Pius Amrein (Kriens, 18. September 2020)

und erfahren durften.» Die Übernahme sei weder für den neuen Vorstand noch für die alten Meister ein einfacher Schritt gewesen. «Wir haben Shihan Ruth und Shihan Beat signalisiert, dass wir gemeinsam bereit sein würden, wenn sie die Schule nicht mehr leiten wollen. Ende 2018, beim Umbau des Dojo, eröffneten sie uns, dass sie auf 2020 zurücktreten», so Garcia.

Estermann gibt zu, dass er sich ursprünglich nicht vorstellen konnte, einen Verein zu gründen. «Ich verfolgte die Philosophie, dass es für einen Schüler bei der Wahl des Dojos wichtig ist, bei einem Meister Karate zu trainieren. Eben wie wir in einer Schule. Die Meinung habe ich revidiert, weil ich sehe, dass wir alle dasselbe Ziel verfolgen», sagt er. «Weil wir uns sehr gut kennen, bin ich nun überzeugt, dass es

als Verein funktioniert. Keiner von uns hätte die Schule alleine weiterführen können oder wollen. Dafür fehlt jedem die Zeit. Ein Verein ist die beste Form. Die Stossrichtung ist für alle dieselbe.»

Melania Garcia und Fabio Campanaro lernten sich in der Karateschule kennen und sind heute ein Ehepaar. Sie wären prädestiniert, in die Fussstapfen ihrer Karateeltern zu treten. Campanaro winkt ab: «Das wollten wir nicht. Es war für uns nie das Thema, die Karateschule wie die Shihans weiterzuführen. Mit zwei kleinen Kindern ist das sowieso nicht realistisch.» Was ändert sich in der Praxis? André Emmenegger: «Wir müssen uns jetzt zuerst finden. Shihan Ruth und Shihan Beat waren ein eingespieltes Team. Jedes Amt und jede Aufgabe war geregelt. Es ist ähnlich wie bei der Übernahme eines Familienbe-

triebs. Die Meister sind immer noch da, sie geben auch weiterhin Trainings, aber es gilt jetzt für uns, aus ihrem Schatten zu treten. Sie waren das Gesicht der Schule, das Aushängeschild. Nun sind wir zu fünft und werden an unseren Aufgaben wachsen.»

Für die Schüler bleibe alles wie gehabt. «Die Verantwortung des Kindertrainings liegt nach wie vor bei Shihan Ruth, und wir Erwachsenen trainieren immer noch Kyokushin-Karate. Die Trainings teilen wir untereinander auf», sagt Estermann. Neu gibt es eine Generalversammlung, an dem sich jedes Mitglied einbringen kann. «Damit wird abseits des Sports ein Stück Hierarchie abgegeben.» Mit der Gründung des Vereins wurde der Vorstand durch die Coronapandemie gleich gefordert. Es galt zu improvisieren. Im März musste

der Pilatus-Cup, ein Juniorenturnier, abgesagt werden, was keine enorme Aufgabe darstellte. Grösser war die Organisation und Sicherstellung des Trainingsbetriebs. «Wir haben 50 Mitglieder, die Beiträge bezahlen. Die wollen regelmässig trainieren, darauf haben sie Anspruch. Also wurden wir kreativ», sagt Emmenegger. Leichter gesagt als getan für Leute, die Vollkontakt-Karate ausüben. Schliesslich haben sich die Karateka online an Trainings beteiligen können. Trainiert wurden Technik und Kata. Kampftraining gab's mit Sicherheitsabstand natürlich nicht. Der Betrieb läuft nun seit Schulbeginn normal.

Hinweis
Anfängerkurs Junioren: 14. Oktober.
Anfängerkurs Erwachsene: 23. Oktober.
Mehr Infos: www.karateschule-kriens.ch

Das müssen Sie über Karate wissen

Stilrichtungen

Zahlreiche Stilrichtungen entstanden im Karate. Wir stellen fünf vor.

— **Kyokushinkai:** Die Karateschule Kriens trainiert diesen Vollkontakt-Stil seit 1982. Kyokushinkai vereint Techniken aus dem Shotokan und dem Goju-ryu sowie Elemente aus anderen Kampfkünsten wie dem südchinesischen Kempo. Andy Hug war an der WM 1987 als erster Nicht-Japaner im Finale und wurde Vize-Weltmeister.

— **Shotokan:** Hat auch in Luzern Tradition. Die Karateschule Taisho besteht seit 1983 mit Standorten in Altdorf und seit 2016 in Kriens. Typisch sind tiefe Stellungen und geradlinige Techniken.

— **Goju-ryu:** Hier wird Wert auf wei-

che, kreisförmige Blocks mit schnellen Gegenangriffen gelegt.

— **Shito-ryu:** Es wird eine grosse Anzahl von Kata gelehrt.

— **Wado-ryu:** Beweglichkeit und Ausweichen stehen im Vordergrund.

Gurtsystem Kyokushinkai

Kyokushinkai ist unterteilt in zehn farbige Gurtstufen. Anfänger beginnen mit dem 10. Kyu (weiss). Es folgen: 9. Kyu (rot), 8. und 7. Kyu (blau), 6. und 5. Kyu (gelb), 4. und 3. Kyu (grün), 2. und 1. Kyu (braun). Weiss-, Rot-, Blau- und Gelbgurte werden als Anfängerfarben bezeichnet. Bei Grün- und Braungurten spricht man von höheren Farben. Auch der Schwarzgurt hat zehn Stufen. Nur für 1. Dan, 2. Dan und 3. Dan werden

Prüfungen abgelegt. Höhere Grade werden durch Verdienste vergeben.

Kihon, Kata, Kumite

— **Kata:** Kata bedeutet «Gestalt annehmen». Eine Kata besteht aus festgelegten Folgen von Blöcken, Tritten und Armtechniken. Es gibt Bewegungen vorwärts, rückwärts und seitwärts.

— **Kihon:** Die Grundschule umfasst Techniken, die das Karate-Fundament bilden. Ohne sie kann weder eine Kata noch ein Kampf ausgeführt werden.

— **Kumite:** Kampf mit einem Gegner. Es ermöglicht dem Karateka viel Übung, sich verteidigen zu können. Voraussetzung ist das Verstehen und Einüben der Techniken aus Kihon und Kata. (rr)

Das Schwarzgurtsystem

Gurt	Grad	
Mit 1 Streifen	1. Dan	Sempai (Senior)
Mit 2 Streifen	2. Dan	
Mit 3 Streifen	3. Dan	Sensei (Lehrer, Meister)
Mit 4 Streifen	4. Dan	
Mit 5 Streifen	5. Dan	Shihan (Grossmeister)
Mit 6 Streifen	6. Dan	
Mit 7 Streifen	7. Dan	
Mit 8 Streifen	8. Dan	
Mit 9 Streifen	9. Dan	Hanshi (Vorbild)
Mit 10 Streifen	10. Dan	

Quelle: Kyokushinkai Karate Chur; Grafik: jn

