

4,50 Euro (Deutschland)

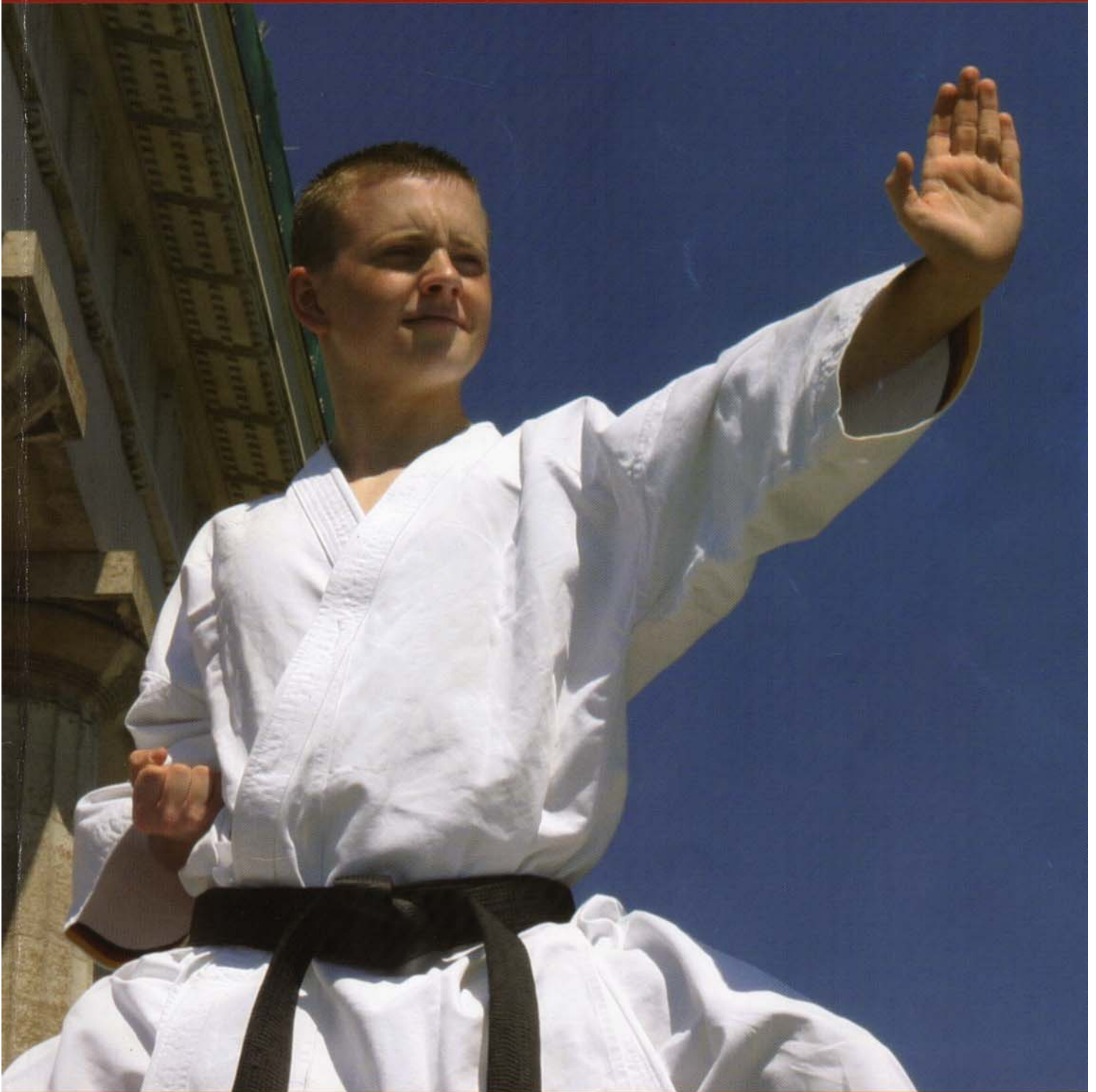
toshiya

Karate, Kampfkunst & Kultur

t

Karate, Kampfkunst & Kultur

Ausgabe 3/2007



Shotokan-Karate-Satori Hilden - Methoden der Visualisation - Tommy Morris in Bayern - Karate und Körperbau
Kanji Folge 4 Karate Stände - Sushi, eine japanische Delikatesse - Karate Legende Albrecht Pflüger



Sahin Ince

Shotokan-Karate-Dojo-Satori

Die Karate-Welt ist sehr bunt und vielfältig. Auf Lehrgängen, bei Turnieren und sonstigen Fortbildungen begegnet man Menschen, die einem bekannt vorkommen, die man grüßt, aber oftmals kennt man nicht einmal den Namen und schon gar nicht die Ereignisse, die diese Menschen geprägt haben. Jeder hat seine eigene Vergangenheit; manche Geschichten, die hinter diesen Menschen stehen, sind eher still, geradlinig und ohne große Höhepunkte, manche dagegen spannend, farbenfroh und sehr abwechslungsreich. Wir stellen Euch heute das Shotokan-Karate-Dojo Satori Hilden vor und damit einen Menschen, der sich in seiner Kindheit in dem fremden Kulturbereich Deutschland zurechtfinden musste und seine Harmonie in der Kultur der Kampfkünste fand.

Wie alles begann

Die Geschichte des Karate-Dojos-Satori Hilden ist sehr eng verknüpft mit der Geschichte und dem Lebensweg von Sahin Ince. Dieses Dojo würde wahrscheinlich nicht existieren, wenn Sahin nicht in seiner 4. Schulklasse von drei Mitschülern verprügelt worden wäre. Damals besuchte er die 4. Klasse und sein Vorsatz, etwas an seiner Verteidigungsfähigkeit zu tun, musste noch einige Jahre warten. Denn damals waren die wenigen Lehrvideos noch nicht so verbreitet und in Hilden gab es keine Kampfsportvereine. Sahin war als 8jähriger nach Deutschland gekommen und das erste türkische Kind in Hilden. Es war Tradition, sonntags in ein 5 km entferntes Kino für Türken zu gehen, um dort jeweils zwei türkische Filme anzuschauen. An einem Sonntag besuchte er als 13jähriger wieder einmal dieses Kino und nach dem ersten Film sagte der Vorführer, dass er keinen zweiten türkischen Film mehr habe. Damit

alle zu ihrem Recht kämen, für das bezahlte Ticket auch zwei Filme sehen zu können, legte er einen nicht-türkischen Film ein. Sahin war im Begriff, das Kino zu verlassen, als die ersten Szenen des zweiten Filmes anliefen. "Ich blieb wie angewurzelt stehen, als ich die ersten Szenen sah" erinnert sich der heute 48jährige. "Das hatte ich noch nicht gesehen und das wollte ich auch machen!" Es war der Film "Die Todesfaust des Cheng Li" mit Bruce Lee. Sahin war sehr aufgeregt und fragte seinen Freund, ob er wisse, was das sei. Der habe ihm geantwortet, das sei Judo oder Catchen oder so was.

In der Folgezeit bemühte sich Sahin um mehr Informationen und erfuhr, dass es in Düsseldorf auf der Bahnstraße eine Karateschule geben sollte. Zunächst verweigerte der Vater seinem Sohn den Wunsch nach Karate-Training und Sahin spielte ein halbes Jahr lang ohne große Freude und Erfolg Fußball. Als der Vater endlich einsehen in die Zwecklosigkeit seines Bemühens

"Ich blieb wie angewurzelt stehen, als ich die ersten Szenen sah"

hatte, aus seinem Sohn einen guten Fußballer zu machen, stand der große Termin an. Der Vater wollte ihn zum Training nach Düsseldorf fahren. Vor lauter Aufregung habe er den ganzen Tag nichts gegessen und im Düsseldorfer Dojo sei er dann mit der Legende Horst Handel (damals Europameister) konfrontiert worden, der dort Training gab. Sahin kam in den Genuss, die harte und konsequente Grundschule von Horst Handel erfahren zu dürfen. Zweimal wöchentlich fuhr er nach Düsseldorf und einige Male musste er den Rückweg zu Fuß antreten, da man ihm im Dojo das Busgeld geklaut hatte. Bis zum Braungurt trainierte er dort. Auch Bernd Milner und Franz Bork unterrichteten dort zeitweise.

Training bei Akio Nagai Sensei

Als Horst Handel nach Köln ging, trainierte Sahin zunächst zwei Jahre alleine mit einem Freund und war auf der Suche nach einem geeigneten Sensei. Zwischenzeitlich hatte er seine Lehre als Automechaniker beendet und war mobil. Von Bekannten hatte er gehört, dass Akio Nagai Sensei in Köln in der Nähe des Hansarings ein Dojo habe. Daraufhin habe er sich nach Köln begeben und stundenlang an diesem Dojo gesucht. Als er es endlich gefunden hatte, wurde es für die nächsten Jahre seine lebensbestimmende Örtlichkeit. Seine beruflichen Pläne, die Meisterschule zu besuchen, verblassten von da an zusehends. Von Nagai Sensei ließ er sich bis zum Schwarzgurt führen. 1981 legte er die Prüfung zum 1. Dan und schon 1983 zum 2. Dan bei Nagai Sensei ab. Er war damals in der SKI (SKI = Shotokan-Karate-International) organisiert und die Dan-Prüfungen waren an keine großen formellen Hürden geknüpft. Der Sensei entschied, wann die Schüler so weit waren und setzte dann eine Prüfung an. Auf Grund seiner exzellenten und sauberen Techniken geriet Sahin schnell in den Focus seines Lehrers. Es war klar, dass er seine Wettkampftauglichkeit in Kata und Kumite bei vielen Turnieren unter Beweis stellen musste. Als 1983 die erste SKI - Weltmeisterschaft in Tokyo stattfand, fragte Nagai Sensei, ob er mit der deutschen Nationalmannschaft nach Japan wolle. Sahin flog mit und lernte dort auch Kanazawa Sensei kennen. In dieser Zeit entwickelte sich ein sehr enges, fast väterliches Verhältnis zu Nagai Sensei, der im benachbarten Langenfeld wohnte.

Aber Sahin schaute auch über den eigenen Gartenzaun und orientierte sich in anderen Verbänden. 1986 trat er dem DKV (Deutscher Karate Verband) bei und trainierte bei dem damaligen DKV-Bundestrainer Hideo Ochi im Bundesleistungszentrum in Bottrop. Bei Ochi Sensei legte er die



toshiya

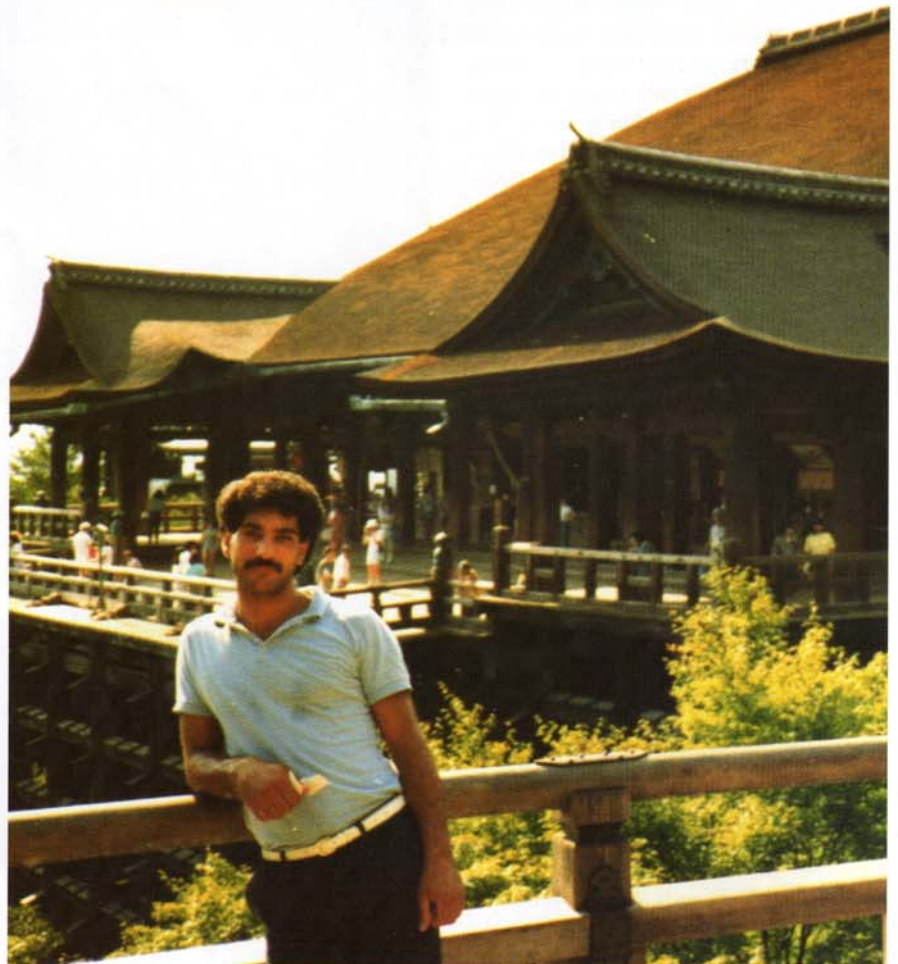
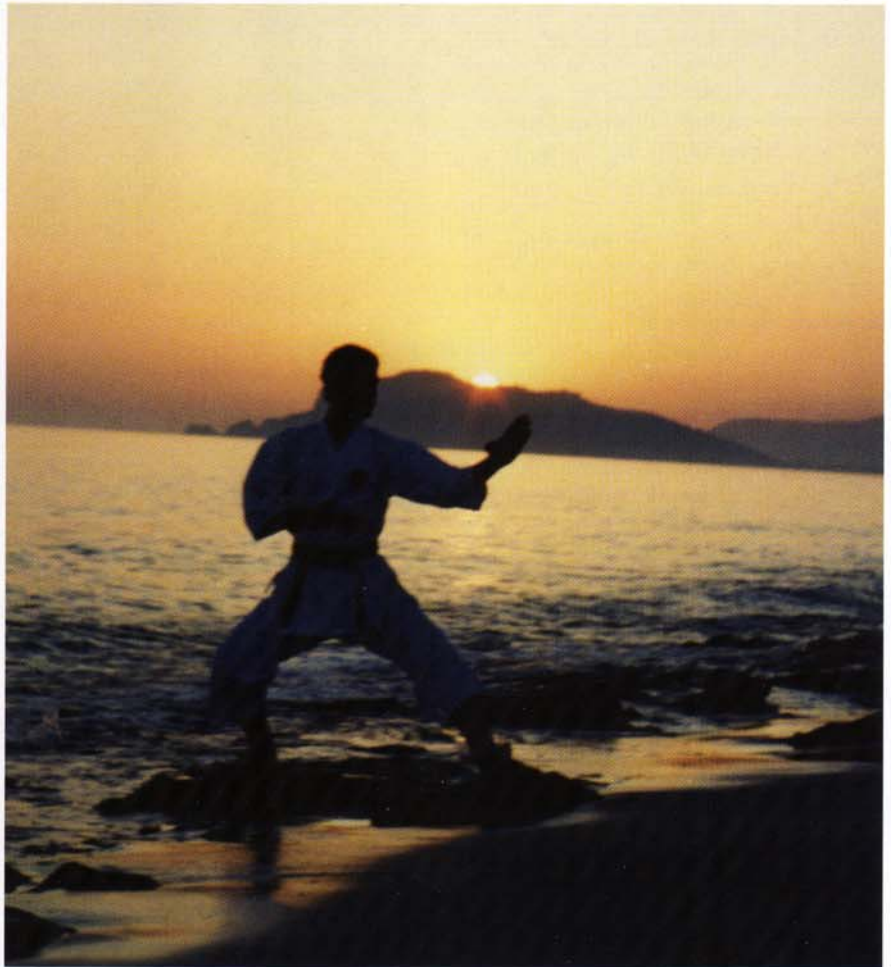
Prüfungen zum 3. und 4. Dan ab. Als dieser den DKV verließ und seinen eigenen Verband DJKB (Deutsch Japanischer Karate Bund) gründete, folgte ihm Sahin.

Den Kontakt zum DKV hatte er nie ganz verloren und dort musste er auch seine schon abgelegten Prüfungen zum 3. und 4. Dan unverständlicherweise nochmals machen. Neben dem Studium der Karate-techniken engagierte sich Sahin auch für die funktionsgebundenen Aufgaben der Verbände. Insbesondere avancierte er zum Sportdirektor und Trainer des Verbandes ETKA (European Turkish Karate Association). Mit seinem Team erreichte er einige internationale Titel u.a.: 2001 bei der (WKC) WM in Schottland den 2. Platz, 2002 bei der EM in Österreich den 1. Platz.

Seinen 5. und 6. Dan (2005) legte er bei Jan Knobel (Präsident JKA Niederlande) ab. Natürlich erwarb er auch seine Lizenzen als Prüfer und Kampfrichter in verschiedenen Verbänden.

Die Vereinsgründung

Seit 1973 interessierte er sich auch für andere asiatische Kampfkünste wie Taekwon-Do, Kung-Fu, Ji-Jitsu, Wing Tsun und Wing Chung-Bereiche, Voll- und Semikontakt, Kickboxen und Tai-Chi-Chuan. Sahin hatte schon als Braungurt in verschiedenen Vereinen Training geleitet und 1989 gründete er sein eigenes Dojo. Er gab den Namen "Shotokan-Karate-Dojo-Satori Hilden". Das Training wurde zunächst in öffentlichen Hallen abgehalten, für zwei Jahre musste er in ein Ballettstudio ausweichen. Im Jahre 1994 ergab sich das Angebot, in einer stillgelegten Fabrik den Bereich der früheren Kantine und Küche anzumieten. Sahin entschloss sich spontan, die ca. 600 m² in Eigenleistung als Dojo einzurichten. Das junge Dojo musste schon nach kurzer Zeit die erste Krise in den eigenen Räumlichkeiten überstehen, denn es brannte 1998 total aus. Auch die Renovierungsarbeiten verrichtete Sahin zusammen mit einigen Helfern aus dem Dojo in Eigenleistung. Das Ergebnis kann sich nicht nur sehen lassen, es ist vorbildlich. Die große Trainingsfläche ist voll mit Tatami ausgelegt. Spiegelwände erleichtern die Selbstkorrektur und neben Sandsäcken und Pratzen sind alle anderen Tools vorhanden, die auch ein Training für das Wettkampfkarate erfordern. Für Gäste hat er eine großzügige Cafeteria eingerichtet, damit von dort auch der Trainingsbetrieb über großflächige Fenster jederzeit eingesehen werden kann. Selbstverständlich herrschen hier Rauch- und Alkoholverbot. Trainiert wird in den üblichen Gruppen, immer mit zwei Trainern. Aber Sahin bietet auch Selbstverteidigungskurse an für Nichtvereinsmitglieder. Zusätzlich unterrichtet er an einer Schule in Hilden eine Karate-AG. Sahin, ein Profi durch und durch.



“Es gibt kein Training ohne Tradition”

Als wir das Dojo während des Trainingsbetriebs besuchten, fiel uns neben der Freundlichkeit der ernste Respekt auf, der uns von allen Gruppen entgegen gebracht wurde. Aber auch der Respekt, der den dortigen Trainern entrichtet wurde, zeugt von einem der Trainingsschwerpunkte. "Karate hat mein Leben total in positiver Hinsicht verändert. Es hat mir gezeigt, dass man ein Herz hat. Man wird zwar oft enttäuscht, aber ich mache alles aus Leidenschaft und Liebe". Dieser Gedanke Sahins spiegelt sich in der Trainingsatmosphäre wieder. Wenn im Kindertraining zur Abwechslung Spiele oder andere auflockernde Übungen eingebunden werden, leben die Kinder ihre Bewegungsfreude voll aus und es darf auch mal laut werden. Allerdings wird es im Dojo fast feierlich still, wenn die Trainer Kihon unterrichten oder bei Erklärungen neuer Techniken Aufmerksamkeit fordern. Beim Betreten des Dojos wird begrüßt, der Trainer und auch der Dojoleiter werden gesondert angegrüßt, zumeist noch vor dem Umziehen.

Auch die Erwachsenen und die Danträger unterziehen sich diesem Ritual. Es ist aber nicht so, dass die Strenge die Herzlichkeit und Spontaneität der Gruppe unterdrückt. Wir hatten den Eindruck, dass sich die 150 Dojomitglieder äußerst wohl fühlen.

Sahin sagt: "Wir machen natürlich auch Wettkampf-Karate. Aber die Grundlage von allem ist Kihon. Das heißt für mich aber nicht, dass die Anfänger nur rauf und runter laufen. Das ist ja viel zu langweilig. Ich packe alles immer in spannende Kombinationen, so dass es nie langweilig wird. Dann müssen die Leute aufpassen und haben keine Zeit, nur so rum zu gucken!" Aber auch schon im Kindertraining vermittelt Sahin Selbstverteidigungstechniken, weil das zumeist auch die Motivation der Anfänger ist, mit Karate anzufangen.

Einige Fragen an Sensei Ince

toshiya

Sahin, es ist bestimmt nicht einfach, ein Dojo mit all seinen Kosten für Miete und Trainer zu unterhalten. Muss man bei Anfängern nicht Kompromisse machen und schon mal von seiner Einstellung zugunsten der Mitgliederstärke abweichen?

Sahin

Alle Anfänger haben die Gelegenheit, vier Wochen lang ein Probetraining zu genießen. Dann können die Anfänger entscheiden, ob sie weitermachen wollen. Und ich entscheide, ob ich den Anfänger aufnehmen will. Wir nehmen nicht jeden, wer die Dojo-Ordnung nicht akzeptiert, hat bei uns





Karate ist eine andere Welt

- aber man muss es mit voller Leidenschaft und ganzem Herzen machen.

keine Chance. Der Gürtel wird richtig gebunden, rote T-Shirts für Jungs unter dem Gi gibt es nicht, der Gi ist sauber und wer unser Begrüßungsritual nicht erfüllt, den wollen wir nicht haben. Außerdem putzen alle Gruppen das Dojo.

toshiya

...also auch traditionelle Inhalte für die Wettkämpfer?

Sahin

Ja klar! Ohne Tradition ist alles nichts. Wenn Du das nicht im Training vermittelst, hören die Leute irgendwann mit Wettkampf auf und es bleibt nichts. Ich glaube, ich bin ein gutes Beispiel. Ich habe Wettkampf gemacht und es war eine gute Zeit. Aber ich hatte gute Lehrer, die mich mehr gelehrt hatten als nur die sportliche Seite. Darüber bin ich sehr froh. Obwohl ich jeden Tag vier bis fünf Stunden Training leite, bin ich

schon drei Stunden vorher ganz kribbelig und kann es kaum erwarten, ins Dojo zu kommen. Karate ist eine andere Welt - aber man muss es mit voller Leidenschaft und ganzem Herzen machen. Karate muss man fühlen. Aber Sport muss man auch anbieten. Kinder wollen das auch und das ist gut so. Manche kommen, weil sie sich im sportlichen Vergleich messen wollen. Das sollen die auch. Aber die Art, wie es denen vermittelt wird, entscheidet der Sensei. Und alles, auch im reinen Sportbetrieb, hat mit Respekt zu tun.

toshiya

Du trainierst immer noch, warum?

Sahin

Je mehr ich trainiere, desto besser fühle ich mich. Ich mache immer die Grundschule in allen Gruppen mit und ich merke, dass ich immer stärker und fester werde.

toshiya

Wie gehst Du damit um, wenn Dich Mitglieder verlassen?

Sahin

Ich sehe es wie bei den Schildkröten. Von ca. 100 Eiern, die eine Schildkröte in den Sand legt, stirbt schon die Hälfte am Strand, wird von Krebsen oder von Vögeln gefressen. Von den Überlebenden schaffen es vielleicht nur drei bis vier ins rettende Wasser und dort werden wahrscheinlich noch zwei von den Fischen gefressen. Übrig bleibt vielleicht eine, die später wiederum ihre Eier an den Strand legen muss, damit es weiter geht. So verlieren auch wir unsere Leute, wir können nicht alle durchbringen. Wer sein Dojo aber zu früh verlässt und ein neues Dojo nur aus Profitsucht und Gier gründet, hat nichts verstanden. Man muss es mit Ehre und reinem Herzen tun, wenn die Zeit gekommen ist.



Edith Maruszczyk im Training

toshiya

....Karate wird olympisch?!

Sahin

Ja, hoffentlich. Dann wird Karate populärer und noch mehr Menschen werden mit den guten Werten des Karate in Kontakt kommen.

toshiya

Sahin, soll alles so bleiben oder was würdest Du Dir gerne wünschen?

Sahin

Ich will in Harmonie mit allen Leuten leben. Ich möchte gesund und zufrieden bleiben. Ich hoffe, dass der, der das Ganze leitet, mich so lange gesund hält, dass ich Karate bis zum Ende machen kann. Ich werde bald 48 Jahre alt und ich fühle mich durch Karate topp fit, auch im Herzen! ●

Fotos

Seite 6, die Trainer des Vereins

Seiten 7, 9, 10 und 11 Momentaufnahmen aus dem Dojo

Seite 8, Sensei Ince während seiner aktiven Wettkampfzeit in der Türkei und in Japan

Hilden

15 km südöstlich von Düsseldorf
56.000 Einwohner
56 Sportvereine

**Shotokan-Karate-Dojo
Satori Hilden**

Hans-Sachs-Str. 17, 40721 Hilden
fon+fax 0 21 03 - 5 38 34
www.karate-hilden.de
E-mail: satori-hilden@gmx.de



Saiko Sports

Fon 02733 - 89 11 04
Fax 02733 - 89 11 03
mail@saikosports.de

www.saikosports.de

Sahin Ince, 6. Dan

Knapp 48 Jahre alt, verheiratet
1 Tochter, Eda, 5 Jahre
(macht schnelle zukis)
1 Sohn, Erkhan, 9 Jahre alt, 3. Kyu

Folgende Lizenzen

DKV (Deutscher Karate Verband)

- a) A und B Prüfer
(Shotokan Karate, stilfreies Karate)
- b) Soundkarate-Trainer DKV
- c) C-Übungsleiter DSB
(Deutscher Sportbund)
- d) B-Fachübungsleiter DKV und DSB
- e) Diplom Gesundheitstrainer
DKV und DSB

WJKA

(World Japan Karate Association)

- a) A Prüfer Lizenz
- b) Karatelehrer und Instruktor A-Lizenz
- c) Intern. Kampfrichter A-Lizenz

WKC Weltkampfrichter

ETKA Prüfer