

Disziplin und Konzentration – dafür steht Karate. Felix Schnur (hinten rechts) und Max Wetzel (vorne links) versuchen ihre Technik bei dem Gasshuku-Lehrgang in Wald-Michelbach weiter zu verbessern.

BILDER: KOPETZKY

**Gasshuku:** Die Schüler Felix Schnur und Max Wetzel stehen auch in den Ferien frühmorgens auf, um an den Karatelehrgängen teilzunehmen

## Konzentriert von den Großen lernen

Von unserem Redaktionsmitglied  
**Isabell Bergbold**

**WALD-MICHELBACH.** Mehr als 150 Männer und Frauen stehen in Reih und Glied nebeneinander. Es ist warm. Schweißperlen tropfen von der Stirn. Doch auch nach über einer Stunde führen die Teilnehmer noch immer hochkonzentriert die Anweisungen des Karatelehrmeisters aus. In Japanisch ruft er seine Kommandos durch die Turnhalle am Schulzentrum in Wald-Michelbach, ein Übersetzer gibt es auf Deutsch weiter. Von links nach rechts drehen sich die Teilnehmer synchron, deuten Schlagbewegungen an und führen die typischen Karateübungen aus. Das ist Gasshuku 2013, die weltweit größte Karatever-

der ganzen Welt sind in den Odenwald gereist, um ihre Technik weiter zu verbessern und von den besten Lehrmeistern zu lernen.

Mit dabei sind auch Felix Schnur und Max Wetzel. Aus Wangen ist der 16-jährige Max Wetzel angereist, sein Freund Felix (15) kommt aus Groß-Umstadt, er hatte es nicht ganz so weit. Gemeinsam trainieren die beiden mehrere Stunden täglich. „Das macht einfach Spaß und hat sehr viel mit Respekt und Disziplin zu tun“, sagt Max Wetzel. „Respekt und Disziplin gibt es beim Fußball zum Beispiel nicht“, fügt Felix Schnur hinzu.

Seit acht Jahren machen sie schon Karate. Bis zum zweiten Kyu (das ist der Grad, der Auskunft darüber gibt, über welche Fähigkeiten

den Schülern hat den ersten Kyu. Ab dann beginnen die Dangrade mit den schwarzen Gürteln. Die höchste Stufe ist hier zehn. Einen schwarzen Gürtel wollen auch die ehrgeizigen Nachwuchskaratekämpfer einmal haben. Morgens um 7 Uhr beginnt das Training für die Sportler, das heißt früh aufstehen, obwohl die beiden Schüler gerade Ferien haben. Doch das nehmen sie gerne in Kauf.

Viel Freizeit haben die Jugendlichen in diesen Tagen nicht. Zwischen den Trainingseinheiten trocknen sie ihren Gi, so heißt der weiße Anzug, den die Karateka tragen. Erst einmal haben sie es in dieser Woche ins Schwimmbad geschafft. Am Hundepplatz in Wald-Michelbach haben die beiden ihr Zelt

### Gasshuku 2013

■ Die **jüngsten Teilnehmer** an dem Karatelehrgang sind sechs Jahre alt, die Ältesten sind knapp 80 Jahre.

■ **Ausrichter** sind der Karateverein Dieburg und der JKA-Karate Wald-Michelbach.

■ **Initiiert** hat das Ganze **Markus Emmerich**, Vorsitzender des 1. Bushido Zanshin Verein Mörlenbach. Als er davon hörte, dass die Veranstaltung nicht wie ursprünglich geplant in Immenstadt im Allgäu stattfinden konnte, kam er auf die Idee, den Lehrgang in den Odenwald zu holen.

■ **Fast 50 freiwillige Helfer** sind im



### Ski-Club Weschnitztal

## Dritte Etappe auf Nibelungensteig

**RIMBACH.** Der Ski-Club Weschnitztal will am Samstag, 7. September, das dritte Teilstück des Nibelungensteigs zu erwandern. Es handelt sich um die Etappe von Amorbach über Beuchen nach Preunschen und Ottorfszell. Der Höhenunterschied beträgt insgesamt bergauf 540 Meter und bergab 480 Meter.

Die gemütliche Gehzeit für Jung und Alt wird für die geplante Strecke ungefähr fünf Stunden betragen. Bevor es losgeht werden alle Teilnehmer mit einem reichhaltigen Frühstück versorgt. Nachdem das Ziel erreicht ist, wird ein gemeinsamer Abschluss in einem Gasthaus in Ottorfszell stattfinden.

Der Ski-Club Rimbach organisiert die Fahrt nach Amorbach und auch den Rücktransport von Ottorfszell nach Rimbach. Ankunft in Rimbach wird gegen 20 Uhr sein. Die Abfahrt ist um 10.30 Uhr am Haywood-Platz geplant. Der Unkostenbeitrag beträgt für Mitglieder des SCW Rimbach 10, für Nicht-Mitglieder 20 Euro. Um Anmeldungen bis zum 31. August wird gebeten.

Der Skiclub plant, innerhalb der nächsten Jahre alle Etappen des Nibelungensteiges bis Freudenberg/Main zu erwandern. Wer alle Etappen mitwandert, erhält eine Auszeichnung.

● Anmeldungen sind bei Organisator und Übungsleiter Jan Bechtel, (Telefon 06253/990566; E-Mail: jan.bechtelt@t-online.de) möglich.

### Kinder-Bibeltage

## Eine Kirche erzählt viele Geschichten

**FÜRTH.** Zu einem neuen Zeitpunkt – nämlich in der vorletzten Ferienwoche vom 8. bis 11. August – finden dieses Jahr in der Evangelischen Kirchengemeinde Fürth jeweils von 10 bis 13 Uhr die ökumenischen Kinder-Bibel-Tage statt. Gemeindepädagoge Gerd Pfahl und sein Team haben ein buntes Programm für alle Kinder von 5 bis 10 Jahren ausgearbeitet. Diesmal lautet das Thema: „Eine Kirche erzählt“. Gemeinsam



Von unserem Redaktionsmitglied  
**Isabell Bergbold**

**WALD-MICHELBACH.** Mehr als 150 Männer und Frauen stehen in Reih und Glied nebeneinander. Es ist warm. Schweißperlen tropfen von der Stirn. Doch auch nach über einer Stunde führen die Teilnehmer noch immer hoch konzentriert die Anweisungen des Karatelehrmeisters aus. In Japanisch ruft er seine Kommandos durch die Turnhalle am Schulzentrum in Wald-Michelbach, ein Übersetzer gibt es auf Deutsch weiter. Von links nach rechts drehen sich die Teilnehmer synchron, deuten Schlagbewegungen an und führen die typischen Karateübungen aus. Das ist Gasshuku 2013, die weltweit größte Karateveranstaltung, die gerade in Wald-Michelbach stattfindet. Sportler aus



Er verbindet den Karatelehrgang mit einem Familienurlaub im Odenwald: Martin Hesse.

der ganzen Welt sind in den Odenwald gereist, um ihre Technik weiter zu verbessern und von den besten Lehrmeistern zu lernen.

Mit dabei sind auch Felix Schnur und Max Wetzel. Aus Wangen ist der 16-jährige Max Wetzel angereist, sein Freund Felix (15) kommt aus Groß-Umstadt, er hatte es nicht ganz so weit. Gemeinsam trainieren die beiden mehrere Stunden täglich. „Das macht einfach Spaß und hat sehr viel mit Respekt und Disziplin zu tun“, sagt Max Wetzel. „Respekt und Disziplin gibt es beim Fußball zum Beispiel nicht“, fügt Felix Schnur hinzu.

Seit acht Jahren machen sie schon Karate. Bis zum zweiten Kyu (das ist der Grad, der Auskunft darüber gibt, über welche Fähigkeiten die Sportler verfügen) haben sie es schon geschafft. Der Beste unter

den Schülern hat den ersten Kyu. Ab dann beginnen die Dangrade mit den schwarzen Gürteln. Die höchste Stufe ist hier zehn. Einen schwarzen Gürtel wollen auch die ehrgeizigen Nachwuchskaratekämpfer einmal haben. Morgens um 7 Uhr beginnt das Training für die Sportler, das heißt früh aufstehen, obwohl die beiden Schüler gerade Ferien haben. Doch das nehmen sie gerne in Kauf.

Viel Freizeit haben die Jugendlichen in diesen Tagen nicht. Zwischen den Trainingseinheiten trocknen sie ihren Gi, so heißt der weiße Anzug, den die Karateka tragen. Erst einmal haben sie es in dieser Woche ins Schwimmbad geschafft. Am Hundepark in Wald-Michelbach haben die beiden ihr Zelt aufgeschlagen, geduscht wird in der Turnhalle.

#### Familienurlaub daraus gemacht

Martin Hesse ist mit seiner ganzen Familie in den Odenwald gekommen, um an dem Lehrgang teilzunehmen. Mit Frau und Kind im Gepäck macht er daraus einen Familienurlaub. Eine Woche lang trainiert er, die zweite Woche erkunden sie den Odenwald. Und während er gerade noch in der Halle schwitzt, springt seine Tochter Mia in der Hüpfburg vor der Turnhalle.

Aus der Nähe von Düsseldorf kommt Martin Hesse, der heute die Prüfung für den zweiten Dan ablegt. Ein halbes Jahr lang hat er auf diesen Tag hingearbeitet. Zwei- bis dreimal in der Woche trainiert der Familienvater. „Es ist gar nicht so leicht, Privatleben und Beruf mit

#### Gasshuku 2013

Die jüngsten Teilnehmer an dem Karatelehrgang sind sechs Jahre alt, die Ältesten sind knapp 80 Jahre.

Ausrichter sind der Karateverein Dieburg und der JKA-Karate Wald-Michelbach.

Initiiert hat das Ganze Markus Emmerich, Vorsitzender des 1. Bushido Zanshin Verein Mörlenbach. Als er davon hörte, dass die Veranstaltung nicht wie ursprünglich geplant in Immenstadt im Allgäu stattfinden konnte, kam er auf die Idee, den Lehrgang in den Odenwald zu holen.

Fast 50 freiwillige Helfer sind im Einsatz. Am Schulzentrum in Wald-Michelbach gibt es ein großes Zelt mit Bewirtung.

dem Sport zu vereinbaren“, sagt er. In den drei Disziplinen Kihon (Grundtechniken), Kata (Bewegungsabläufe) und Kumite (Kampf) muss er sich heute beweisen.

Hiltrud Mather aus Bad Kreuznach nimmt zum zehnten Mal an dem Lehrgang teil. Sie schätzt besonders die Atmosphäre unter den Teilnehmern. Mit dem Fahrrad hat sie schon einen kleinen Teil des Odenwalds erkundet, doch Konstanz ist für sie unschlagbar. Dort fand einer der vorherigen Gasshuku-Lehrgänge statt. Seit 25 Jahren macht sie Karate. Ihre Leidenschaft für die Sportart entdeckte die Frau



Zum zehnten Mal nimmt Hiltrud Mather aus Bad Kreuznach an einem Lehrgang teil.

bei einem Selbstverteidigungskurs. „Da habe ich einfach gemerkt, dass ich mehr darüber wissen will“, sagt sie. Die Kombination aus geistigem und körperlichem Training schätzt sie ganz besonders.

100 Euro kostet die Teilnahme an dem Lehrgang. Dafür lernen die Sportler von den besten Trainern der Welt. Aus Deutschland ist beispielsweise der Nationalcoach Thomas Schulze dabei.

► Weiterer Bericht auf dieser Seite

#### Kinder-Bibeltage

### Eine Kirche erzählt viele Geschichten

FÜRTH. Zu einem neuen Zeitpunkt – nämlich in der vorletzten Ferienwoche vom 8. bis 11. August – finden dieses Jahr in der Evangelischen Kirchengemeinde Fürth jeweils von 10 bis 13 Uhr die ökumenischen Kinder-Bibel-Tage statt. Gemeindepädagoge Gerd Pfahl und sein Team haben ein buntes Programm für alle Kinder von 5 bis 10 Jahren ausgearbeitet. Diesmal lautet das Thema: „Eine Kirche erzählt“. Gemeinsam mit Kircheneule Hedwig und dem frechen Raben Korax gilt es, die Geheimnisse der Fürther Kirche zu entschlüsseln. Dazu gibt es Donnerstag, Freitag und Samstag spannende Geschichten, jeweils einen Teil der Kirchenrallye und einen Bastelteil. Am Sonntag stellen die Kinder ihre neuen Entdeckungen um 10 Uhr in einem Familiengottesdienst vor und verfüttern bei einer kleinen Ausstellung an 11 Uhr die „Reste“. Hier wird es wie gewohnt auch die Fotos der Veranstaltung und vielleicht sogar ein selbst gedrehtes Video zu sehen geben.

• Anmeldungen sind bis Dienstag, 6. August, an das Gemeindebüro (06253/5403) oder direkt an Gerd Pfahl (0178/5521353) zu richten. Zur Deckung der Kosten wird pro Kind um eine Spende von 8 Euro gebeten.

Gasshuku: Sensei Hideo Ochi hat den 8. Dan in Karate / In Wald-Michelbach nimmt der Initiator Prüfungen ab

## Vom Kuhstall auf die große „Bühne“

**WALD-MICHELBACH.** In einem Kuhstall machte er vor 59 Jahren heimlich seine ersten Karateübungen: Sensei Hideo Ochi. Heute ist der 73-jährige Cheftrainer des Deutschen JKA-Karate-Verbandes und hat den 8. Dan (die höchste Graduierung liegt bei 10). Bei Gasshuku 2013 in Wald-Michelbach ist der Mann mit dem langen Bart deshalb der Einzige, der Prüfungen abnehmen darf, die über den dritten Dan hinausgehen. Lehrgänge konnte die Frohnatur allerdings nur vereinzelt geben, da er gerade eine Hüftoperation hinter sich hat und an Krücken geht.

Im Kino sah Sensei Hideo Ochi als kleiner Junge in seiner Heimat Japan eine Werbung über Karate. Ab da stand für ihn fest: Ich will diese Sportart erlernen. Doch sein Vater,

der als Fischer und Bauer arbeitete, war von dieser Idee alles andere als begeistert. Denn ein Studium bedeutete für ihn: hohe Ausgaben. Doch Sensei Hideo Ochi setzte sich durch und ging an eine der renommiertesten Universitäten Japans, an die Takushoku-Universität.

#### Von Sieg zu Sieg

„Ab da stand für mich fest, dass ich ins Ausland möchte“, sagt er. 1970 wagte er den Schritt und ging nach Deutschland, um im DKB die Nachfolge von Bundestrainer Kanazawa anzutreten. Die DKB-Nationalmannschaft führt er in Europa von Sieg zu Sieg.

Von Deutschland hatte er bis zu seiner Auswanderung allerdings keinerlei Vorstellungen. „In der

Schule haben wir zwar viel über Europa gelernt. Doch Deutschland war nie ein Thema“, sagt er rückblickend. Zuerst lebte er in Freiburg, heute ist er in Bottrop daheim.

Ganz am Anfang verheimlichte er seine Leidenschaft für Karate. Kein Wunder, galt die Sportart damals doch als Verbrechersport. „Das Ansehen fehlte einfach.“ Heute hat sich das Bild gewandelt. Auf der ganzen Welt gibt der 73-jährige Lehrgänge. Doch seine Heimat ist Deutschland geworden. Hier schätzt er vor allem die Art der Menschen.

In Wald-Michelbach genießt der Weltmeister der Japan Karate Association, 1966 und 1967 in Kumite und Kata, vor allem den Ausblick ins Grüne. ib

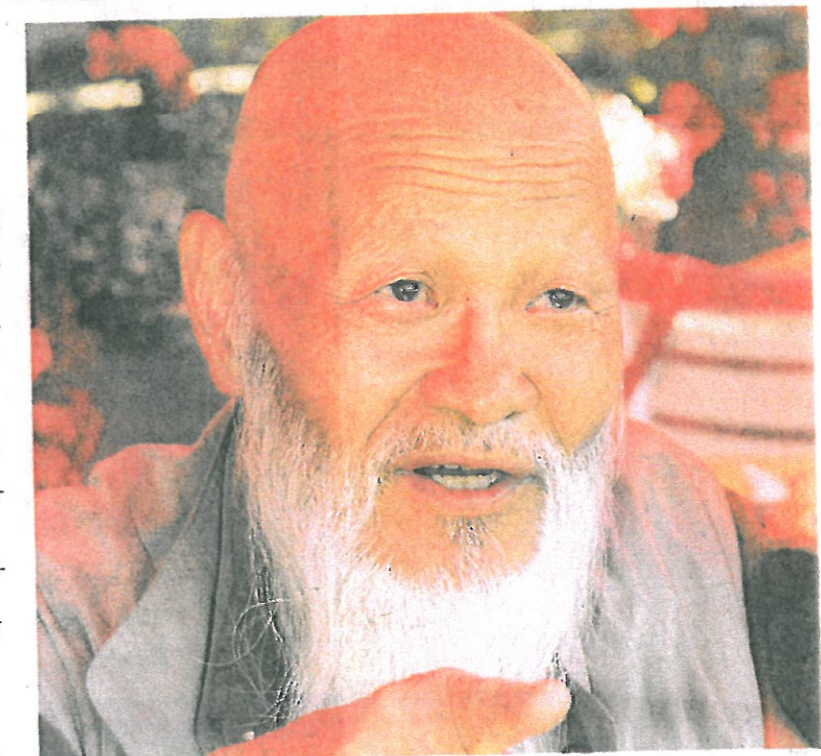
#### Zur Person

■ Sensei Hideo Ochi war viele Jahre Bundestrainer im Deutschen Karateverband und gehört zu den weltweit renommiertesten Karatelehrern.

■ Während seiner Studienzeit beschäftigte er sich intensiv mit Karate, was er neben der Wirtschaftswissenschaft belegt hatte.

■ Seine großen Erfolge in der Universitätsmannschaft in Japan wiesen ihm den Weg, eine Ausbildung in der Instructorengruppe der JKA zu beginnen.

■ Das von Ochi Sensei initiierte Gasshuku entwickelte sich im Laufe der Jahre zu Europas größtem Karatelehrgang.



Mit 14 Jahren begann er heimlich, in einem Kuhstall Karateübungen zu machen: Sensei Hideo Ochi. Heute ist er Cheftrainer des Deutschen JKA-Karate-Verbandes. BILD: KOPETZKY