

Bericht Lappland 2020

In den Fasnachtsferien trafen sich die vier Trainer der Karateabteilung, Sonja Reffert-Kübler, Thomas Boll, Oliver Gut und Andreas Einecker mit anderen Karatebegeisterten aus Deutschland zum gemeinsamen Training und Austausch in Finnisch-Lappland am Polarkreis. Bei täglich mehreren Stunden Training haben wir uns unter Anleitung unseres finnischen Meistertrainers Risto Kiiskilä eine Woche lang mit den Details der Techniken auseinandergesetzt, um unser Verständnis für verschiedene Bewegungsabläufe zu verbessern.

Zum Glück blieb auch Zeit die finnische Kultur, die Herzlichkeit und Gastfreundschaft der Menschen und die schöne Winterlandschaft zu erleben. So haben wir bei strahlend blauem Himmel und Temperaturen von bis zu minus 22 Grad Celsius eine Rentierfarm und einen Messermacher besucht und mehrere Wanderungen im Schnee mit Aussicht über die weite Waldlandschaft unternommen.

Echte finnische Sauna-Gänge mit Abkühlung unter einem wunderschönen Sternenhimmel mit Polarlichtern halfen die Muskulatur zu lockern, damit wir uns auch am nächsten Tag wieder mit vollem Einsatz dem Training widmen konnten. Wir nehmen mit: intensives Miteinander arbeiten, für eine effektive Technik die gesamte Körpermasse aktivieren, richtig atmen, sowie die Weisheit: „nur wenn du deinen Partner sinnvoll korrigieren kannst, hast du die Technik verstanden“, außerdem: finnische Messer, Lakritze, Rentierfleisch und finnische Gelassenheit.

Für unsere Dojo Mitglieder haben wir Risto Kiiskilä zu einem Lehrgang in den Osterferien nach Freiburg eingeladen, damit auch andere Karateka in den Genuss dieses Trainingsfeelings zu kommen.