

Zum 2.mal Marc Stevens beim Budokai Worms

Am Samstag, dem 05. Dezember 2009 wurde vom Budokai Worms e.V. als ausrichtendem Verein unter Leitung von Sensei Marc Stevens (5. Dan) ein Lehrgang in der Kerchensteiner Schule in Worms-Horchheim durchgeführt.

Er ist ein direkter Schüler des 2004 im Alter von 75 Jahren verstorbenen Karatemeisters Taiji Kase (10. Dan) und Schüler des in Mailand lebenden Shihan Hiroshi Shirai (9. Dan). Er widmet sich mit Überzeugung dem traditionellen Shotokan-Karate-Do und weiß Lehrgangsinhalte eindeutig und unmissverständlich zu vermitteln.

In insgesamt 5 Trainingseinheiten, an diesem Samstag, versuchten die angereisten Sportler ihre Fertigkeiten zu verbessern. Begonnen wurde mit der Graduierung 9.-7. Kyu (weiß-orange), in der die Kata Heian Shodan besonders geübt wurde. Direkt anschließend folgte die Gruppe 6-4. Kyu (grün und blau). Hier war der Schwerpunkt des Trainings auf die Katas Heian Yondan und Heian Godan sowie auf einen Teil der Kankudai gerichtet. Als letzte Gruppe am Vormittag trainierte die Oberstufe 3. Kyu bis Dan (braun und schwarz) sehr intensiv die Kata Unzu.

Nach der Pause ging es am Nachmittag in der vierten Trainingseinheit (9.-4. Kyu) darum, die Katas Heian Nidan und Heian Sandan zu verbessern. Als Abschluss an diesem überaus interessanten Lehrgangstag wurden in der fünften und letzten Einheit, die wieder für die Oberstufe bestimmt war, noch verschiedene Angriffs- und Abwehrtechniken verfeinert.

Nicht nur das er durch seine enorme Kompetenz komplizierte Sachverhalte nachvollziehbar darzustellen in der Lage ist, ist er auch ein Motivator erster Klasse und versteht es, in denjenigen Phasen des Trainings, in denen das Gelernte – auch beim Kumite - in hoher Geschwindigkeit und mit voller Kraft umgesetzt werden soll, die Teilnehmer zu Höchstleistungen anzuspornen.

Nach Beendigung des Lehrgangs konnten sich noch sechs Teilnehmer beweisen, wie gut sie während des Trainings aufgepasst und sich das Jahr über vorbereitet hatten, denn sie legten alle erfolgreich ihre Kyu-Prüfungen ab.

Auch für das nächste Jahr hat Sensei Marc Stevens sein Kommen zugesichert, so dass sich die Karatekas, die teilweise über 200 km weit angereist waren, auch am 04. Dezember 2010 auf einen überaus interessanten und lehrreichen Tag in Worms freuen können.