

## DAN-Projekt 2011

Die Dan-Prüfung – ein Projekt? Ich denke schon, da gibt es verschiedene Fragen zu klären:

- Habe ich das entsprechende Niveau, oder bin zumindest nahe dran?
- Welche Tokui-Kata wähle ich aus?
- Bei wem möchte ich die Prüfung ablegen?
- Welche Lehrgänge bietet der oder die Prüfer in der Vorbereitungszeit an?
- Passt der Prüfungstermin zu meiner Wartezeit?

Auch in diesem Jahr fand das Dan-Projekt an drei über das Jahr verteilten Terminen statt, in denen alle Bestandteile der Dan-Prüfungen gemeinsam trainiert wurden. Die dreistündigen Trainingseinheiten mit anschließenden Gesprächsrunden wurden jeweils von ca. 40 Karatekas besucht.



Die Prüfer Bernd Drechsler und Udo Boppré haben aus diesem Grund das Shotokan-Dan-Projekt ins Leben gerufen: 3 Termine bei denen mit beiden Prüfern je 4Std. trainiert wird.

Das war dann auch was ganz anderes als ein üblicher Lehrgang, ca. 20 Karateka trafen sich das erste Mal am Samstag, den 03. April im Dojo des PSV Grün-Weiß Ludwigshafen.

Nach der Begrüßung gab es eine kleine Gesprächsrunde, in der sowohl die Prüflinge als auch die Prüfer ihre Vorstellungen und Wünsche äußern konnten. Nur etwa die Hälfte der Anwesenden wollte 2011 die Prüfung ablegen, manche kamen um sich auf 2012 vorzubereiten, andere auch nur um bei Bernd und Udo zu trainieren.

Nach der Gesprächsrunde gab es zunächst ein gemeinsames Aufwärmen und Kihon-Training, damit sich Bernd und Udo ein Bild über das technische Niveau machen konnten. Danach wurden 2 Gruppen gebildet, die eine Gruppe blieb im Dojo und trainierte bei Bernd Kumite, die andere ging mit Udo in die angrenzende Turnhalle und trainierte Kata. Nach der Pause wurde dann gewechselt. Um 13:00 Uhr gab es dann noch eine kurze Abschlussbesprechung.

Am 28. Mai trafen wir uns dann alle wieder, dieses Mal mit dem Schwerpunkt Kihon und Kata.

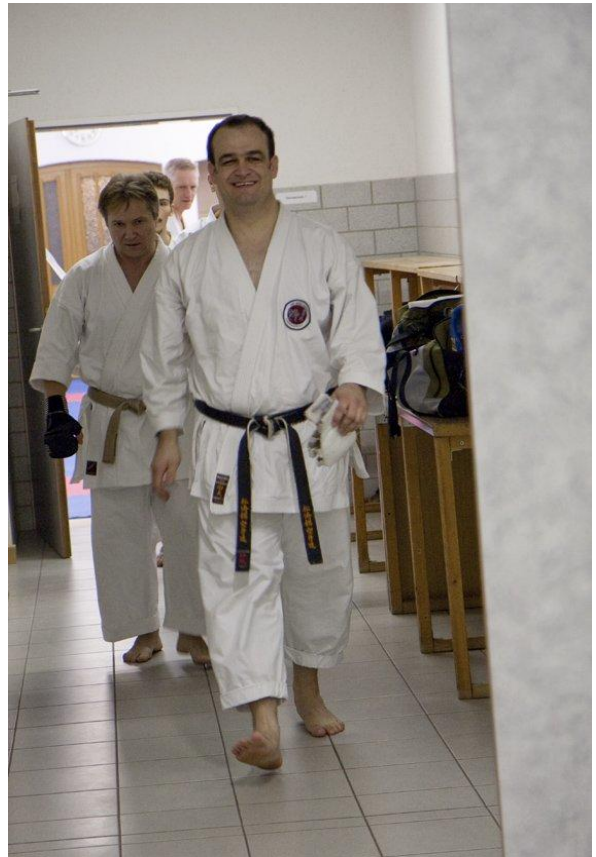
Beim Teil 3, am 15. Oktober, wurde in der ersten Stunde gemeinsam trainiert, danach wurde eine Scheinprüfung durchgeführt, bei der jeder Prüfling sein Kihon und die Tokui-Kata zeigen musste. Hier gab es auch gleich Feedback von Bernd und Udo, so dass jeder wusste woran er/sie noch arbeiten musste.

Am 03. Dezember war es dann soweit, ab 15:00Uhr war das Dojo offen, der Aufwärmraum angeheizt (frieren musste keiner), Udo und Bernd erwarteten uns alle im dunklen Anzug und geschmücktem Dojo. Um 16:00Uhr ging es dann los – erst die Prüflinge zum 1.Dan, dann die nächsten, bis zum letzten Prüfling zum 4. Dan.

Um ca. 20:15 Uhr konnten wir dann müde und abgekämpft, aber glücklich, unsere Urkunden in Empfang nehmen. Nach der üblichen Foto-Session trafen wir uns dann alle noch beim benachbarten Griechen zum Essen.

Alles in allem war das eine gelungene Vorbereitung auf die Prüfung, Bernd und Udo waren immer bereit Fragen zu beantworten und einem zu helfen – es war, wie schon gesagt, kein üblicher Lehrgang, es waren 3 mal Training im kleinen Kreis!

### **Klaus Gawlick, Teilnehmer und Prüfling**



### **Die erfolgreichen Dan-Prüflinge**

#### **zum 1. Dan:**

Brigitte Schaaf (SKA Rülzheim), Peter Wetzler (Shotokan-Karate Gerolsheim)

#### **zum 2. Dan:**

Bastian Gleiche (Budokai Worms), Denis Röschner (PSV Grün-Weiß Ludwigshafen), Gerald Ofer (JSV Speyer)

#### **zum 3. Dan:**

Jochen Gack (Bushido Bühl), Markus Ißle (PSV Grün-Weiß Ludwigshafen), Klaus Gawlick (PSV Grün-Weiß Ludwigshafen)

#### **zum 4. Dan:**

Lothar Menzfeld (ASV Waldsee).

**Die Termine für 2012 stehen jetzt auch schon fest:**

Teil 1: 10. März 2012,  
Teil 2: 23. Juni 2012,  
Teil 3 (mit Scheinprüfung): 15. September 2012 **und**  
die Prüfung am 01. Dezember 2012

nähere Infos erhaltet ihr auch unter der Homepage des PSV Ludwigshafen:  
[www.psvlu-karate.de](http://www.psvlu-karate.de)

Bei Interesse bitte um vorherige Anmeldung per E-Mail, ob noch Plätze frei sind  
unter [Bernd.Drechsler@gmx.net](mailto:Bernd.Drechsler@gmx.net).