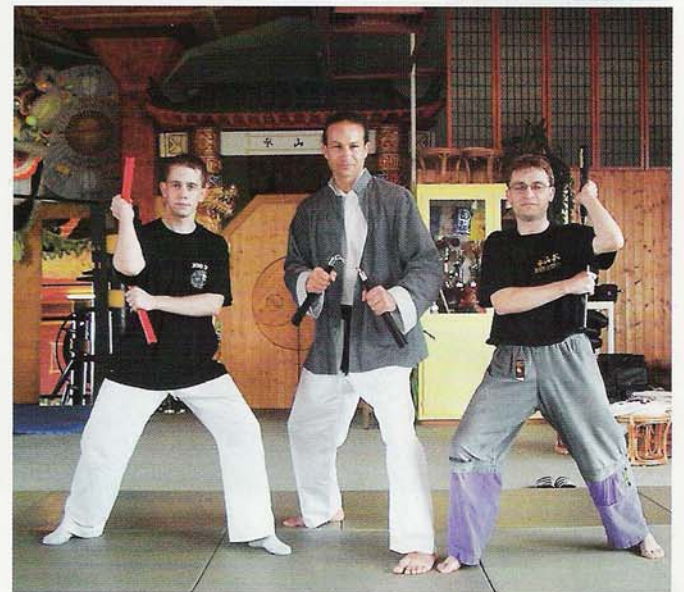


Nunchaku Lehrgang mit Prüfungen!

Mit Begeisterung und Leidenschaft reagierte die Schweizer Budoszene auf die Nunchaku Lehrgänge der Kampf- und Bewegungskunstschule Go Dai Ryu. Bereits zum 4. Mal innerhalb von einem Jahr fand in einem exklusiven Kreis von Teilnehmern/innen verschiedener Stilrichtungen der fernöstlichen Kampfkünste einer der beliebten Tageslehrgänge statt. Wie bereits bei den vorgängigen Kursen, wurde auch diesmal Sifu Lex Reinhart als Lehrgangsleiter eingeladen. Als Gründer und Leiter der NING MUI Gong Fu Organisation vermochte sich Sifu Lex Reinhart während den vergangenen Jahren einen Namen als hochrangiger Kampfkünstler zu machen. In jüngster Zeit trug er wesentlich dazu bei, dass Wing Chun Quan als offizielle Kampfkunst anerkannt wurde. Nach einer umfassenden Einführung in die Herkunft, Entwicklung ebenso wie in die geltenden rechtlichen Grundlagen des Nunchaku folgten einführende Grundbewegungen mit dem Nunchaku. Während die Grundübungen für die einen der Repetition dienten, stellten sie für die Newcomer die erste koordinative Herausforderung dar. Stufengerecht unterrichtete Sifu Lex Reinhart im Anschluss die Teilnehmer/innen in komplexeren Kombinationen. Nach den üblichen anfänglichen Schwierigkeiten, zeichneten sich bereits nach kurzer Zeit erste Erfolge ab. Aus den vorsichtigen „ersten Versuchen“ wurden kontrollierte Schläge und Schwünge, die in einem Kampf vernichtende Schäden anrichten würden. Doch nicht nur der Kampf mit der Waffe sollte den Teilnehmer/innen geläufig sein. Die nächsten Übungseinheiten waren der waffenlosen Verteidigung gegen einen Angriff mit einem Nunchaku gewidmet. Wie wichtig die Schulung des Auges ist, um den Nunchaku Angriff frühzeitig zu erkennen, erlebte jeder Teilnehmer in realitätsbezogenen Partnerübungen am eigenen Leib. Obwohl lediglich die Softnunchakus mit einem schützenden Neopren Überzug verwendet wurden, so spürte doch so



manch einer, welche gewaltige Kraft das Nunchaku ausüben kann! Zum ersten Mal ausserhalb der NING MUI Gong Fu Organisation stellten sich zwei Teilnehmer der abschliessenden Nunchaku Prüfung. Während den vergangenen drei Lehrgängen hatten sie sich umfassende Kenntnisse angeeignet. In einem selbstständig entwickelten Bewegungsablauf mussten sämtliche Schwung-, Block- und Schlagtechniken in einer vorbestimmten Reihenfolge korrekt demonstriert werden - eine Aufgabe, die viel Übung zur Perfektion erfordert! Nicht nur mit Perfektion, sondern auch mit viel Dynamik und Eleganz bestanden Raphael Conrad und Toby Bauert die Prüfung erfolgreich. Trotz höchster Anforderung an Konzentration und Koordination verstrich der 5-stündige Lehrgang nur allzu schnell - so war für viele bereits am Ende der Trainingszeit klar, dass sie beim Folgelehrgang im kommenden November auf jeden Fall wieder dabei sein werden!

