

**Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

Käthe-Kollwitz-Gymnasium Zwickau, Lassallestraße 1, 08058 Zwickau

Facharbeit im Schuljahr 2007/2008

Thema: Ursprung und Entwicklung des Karate-do

Verfasser: Ting Ting Qiu

Klasse: 10a

Betreuender Fachlehrer: Herr Martin

Unterrichtsfach: Deutsch

Ort, Datum: Zwickau, den 18.03.2008

# Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

## Gliederung:

1. Einleitung
2. Allgemeines
  - 2.1 Was ist Karate-do?
  - 2.2 Etikette und Zeremoniell im Karateunterricht
  - 2.3 Kleidungsordnung und Verhalten im Training
  - 2.4 Elemente des Karatetrainings
    - 2.4.1 Kihon
    - 2.4.2 Kumite
    - 2.4.3 Kata
  - 2.5 Prüfungen
3. Geschichte
  - 3.1 Ursprünge des Karate-do
  - 3.2 Karate auf Okinawa
    - 3.2.1 Entwicklung des Karate-do unter Einfluss von China und Japan
    - 3.2.2 Trainingsmethoden und Waffen
  - 3.3 Karate in Japan
    - 3.3.1 Die Leistungen des Meisters Funakoshi Gichin
    - 3.3.2 Gründung weiterer Stilrichtungen
  - 3.4 Karate im Westen
    - 3.4.1 Amerika
    - 3.4.2 Westeuropa
    - 3.4.3 Anfänge in Deutschland
4. Philosophie des Karate-do
5. Vergleich des traditionellen Karate mit dem heutigen Sport- und Wettkampfkarate
6. Nachwort
7. Prozessbericht
8. Quellen- und Literaturverzeichnis
9. Selbstständigkeitserklärung
10. Anlagenverzeichnis

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 1. Einleitung

Seit Mitte des letzten Jahrhunderts hat das Karate-do sowohl Japan, als auch Europa und Amerika erobert. Mit der wachsenden Popularität kam es nicht nur zu einem großen Aufschwung, sondern auch zu einer Vielzahl von Missverständnissen. Ursachen dafür sind oft Medien und insbesondere spektakuläre Actionfilme, die oft ein falsches Bild von der fernöstlichen Kampfkunst vermitteln. Von Außenstehenden wird sie oft mit der Kunst gleichgesetzt, Bretter, Steine oder ähnliche Gegenstände mit den Händen oder den Füßen zu zerbrechen. Andere halten Karate für einen Schaukampf, bei dem sich zwei Kontrahenten mit voller Wucht aufeinander stürzen und sich gegenseitig verletzen. Diese Sichtweisen entsprechen aber keinesfalls den Inhalten des Karate-do.

Die japanische Kampfkunst wird heute von vielen Menschen aus unterschiedlichsten Gründen betrieben und spricht viele Altersgruppen an. Einige sehen Karate als Mittel der Selbstverteidigung oder körperlichen Fitness an, andere wiederum betreiben es, um an sportlichen Wettkämpfen teilzunehmen und Erfolge im Sportkampf zu erzielen. Besonders die letztere Zielsetzung hat sich in heutiger Zeit zunehmend verbreitet. Der Kerngedanke des Karate-do beruht jedoch nicht auf Sieg oder Niederlage, sondern auf die Schulung von Körper und Geist. Das Karate-do steht in enger Verbindung mit dem Zen-Buddhismus und enthält damit religiös-philosophische Hintergründe.

Diese Facharbeit soll einen kleinen Einblick in das Wesen der Kampfkunst Karate geben. Sie beschäftigt sich in erster Linie mit ihrer Geschichte – von den Ursprüngen beginnend bis zur weltweiten Verbreitung. Anschließend wird ein Vergleich des traditionellen mit der heutigen modernen Form des Karate-do aufgezeigt. Sie beinhaltet zudem eine Beschreibung der heutigen Verhältnisse der Karateschulung sowie den philosophischen Aspekt des Karate-do.

### 2. Allgemeines

Unter diesem Punkt werde ich einen Überblick über die Merkmale des modernen Karate-do geben. Dabei werde ich auf den Begriff „Karate-do“ eingehen und das heutige Karatetraining beschreiben.

#### 2.1 Was ist Karate-do?

Wörtlich übersetzt heißt Karate-do „der Weg der leeren Hand“. Karate ist also eine waffenlose Kampfkunst, bei der der Weg (Do), Körper und Geist in Einklang zu bringen, das Ziel ist. Nicht das Endziel, sondern das stetige Voranschreiten dorthin ist von Bedeutung.

In den Anfängen gab es mehrere Bezeichnungen für das Karate-do. Diese waren Okinawa-Te, Tôde oder auch einfach nur Te. Mit der Zeit erfolgte schließlich eine Wandlung des Wortes Tôde in Karate-do. Bis zum 20. Jahrhundert wurde „Kara“ noch mit dem Schriftzeichen für „China“ wiedergegeben, aus dem Grund, dass der Ursprung des Karate tief mit dem chinesischen Chuan Fa verwurzelt ist. Funakoshi Gichin ersetzte diesen durch das Schriftzeichen für „Leere“, welches ebenfalls „Kara“ ausgesprochen wird. Dafür hatte er mehrere Gründe: Zum einen sollten die Assoziationen mit China vermieden werden, wegen des japanischen Nationalismus, der zu jener Zeit stark vertreten war. Zum anderen wird der Aspekt der Waffenlosigkeit mit dem Schriftzeichen hervorgehoben.<sup>1</sup>

Karate ist eine Kampfkunst zur Selbstverteidigung, bei der Arme, Beine und der Körper trainiert werden. Sie entwickeln eine Schlagkraft, mit der ein unerwarteter Angriff abgewehrt werden kann. Das Karate-do dient aber nicht nur der Körperbeherrschung, sondern ist auch ein Weg zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit und zur Festigung des Charakters, was schließlich zum inneren Wachstum führt.

Die Schulung des Geistes wird durch das intensive Üben im Training erreicht. Mit der Bereitschaft, beim Trainieren bis an seine Leistungsgrenzen zu stoßen und sich ständig zu verbessern, werden nicht nur die Karatetechniken präziser, schneller und kraftvoller. Es kann dadurch auch gelingen, Eigenschaften wie Durchhaltevermögen, Ausdauer und Willenskraft zu entwickeln oder weiterzuentwickeln. Die zu übenden Techniken und Bewegungsabläufe erfordern zusätzlich ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und Konzentration.

---

<sup>1</sup> Vgl. KARATE-DO - Die Veränderung des Namens, in <http://www.leere-hand.de>

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 2.2 Etikette und Zeremoniell im Karateunterricht

Die Dojo-Etikette geht auf das Ogasawara Ryu im Japan des 13. und 14. Jahrhundert zurück. Dies waren Verhaltensregeln der Samurai, die ein reibungsloses Miteinander erlauben sollten. So konnten die Samurai zum Beispiel bei Begegnungen auf der Straße links aneinander vorbeigehen, im Palast mussten sie einander die rechte Seite dabei zuwenden, weil so weniger leicht das Schwert zu ziehen war. Oder sie mussten nach dem Verbeugen mit dem linken Fuß zuerst zurückgehen. Solche Vorschriften haben sich bis heute im Karate erhalten, der Einfluss des Buddhismus auf die Verhaltensregeln der Samurai dokumentiert sich noch heute im Karate durch einfache Regeln, Unkompliziertheit und das besondere Lehrer-Schüler-Verhältnis, das eine bedingungslose Unterordnung des Schülers (Kohey) unter den Meister (Sensei) verlangt.

Im heutigen Sinne hat die Dojo-Etikette Organisationsprinzipien, um die Konzentration und den Respekt vor dem Partner oder dem Gegner zu fördern und Aggressionen zu dämpfen oder zu lenken.

#### 2.2.1 Kleidungsordnung und Verhalten im Training

Traditionell wird Karate in der japanischen Kleidung, einem weißen Baumwollanzug, genannt Gi, ausgeführt. Dazu gehört ein Gürtel, ebenso aus Baumwolle, dessen Farbe dem Schüler beziehungsweise dem Meistergrad des Trägers entspricht.

Das Begrüßungszeremoniell stellt eine bestimmte innere Einstellung zum Training her. Störende Gedanken, Unkonzentriertheit, Unbeherrschtheit, Egoismus und Ähnliches sollen vom Dojo fern gehalten werden. Gestärkt werden sollen Konzentration, Selbstbeherrschung und Gemeinschaftsgefühl. Für den, der sich mit solchen Inhalten identifiziert und für den dies nicht nur eine spezifische Verhaltensform darstellt, ist Karate mehr als Sport.

Beim Betreten und Verlassen des Dojos grüßt der Karateka mit einer leichten Verbeugung. Dieser Gruß gilt sowohl der Übungsstätte und dem Karate-do, als auch dem Lehrer und den Mitschülern. In dem Moment, in dem man den Dojo betritt, muss man bereit sein, sich auf das Karate-do einzulassen und versuchen, sich vom Alltag zu lösen. Dem Meister und den Mitschüler gegenüber sollte man stets Respekt und Achtung zeigen. Auch ist es wichtig, beim Partnertraining Verantwortung zu übernehmen, um beim Üben den Partner nicht zu verletzen.

Während des Trainings sollte, aus Höflichkeitsgründen, vermieden werden, das Dojo zu verlassen. Die Anweisungen des Lehrers sind in jedem Fall zu akzeptieren. Selbst wenn er sich irren sollte, hat man nicht einzuwenden.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 2.2 Aufbau des Karatetrainings

Ein wesentliches Merkmal des modernen Karate ist die Dreiteilung des Trainings in Kihon, Kumite und Kata. Die Grenzen zwischen den Übungsformen sind fließend. Das heißt, dass man keines der drei Elemente für sich betrachten und trainieren kann. Im Folgenden werden diese näher beschrieben.

#### 2.3.1 Kihon

Kihon bedeutet Grundschule und bildet die Basis für das Karatetraining. Zahlreiche Abwehr- und Angriffstechniken werden ohne Partner in verschiedenen Zeitabständen trainiert und erlernt. Dabei wird Wert auf Stand, Gleichgewicht, Atmung und Zielgenauigkeit gelegt. Wichtig beim Üben ist der Gedanke, die Bewegungen nicht nur zu erlernen, sondern auch so zu perfektionieren, dass man sie in einem Kampf reflexartig einsetzen kann. Dies ist nur durch zahlreiche Wiederholungen und jahrelanges intensives Training zu erreichen, wenn sich die Bewegungen einschleifen und sich zu einer blitzschnellen Karatetechnik entwickeln.

#### 2.3.2 Kumite

Das Kumite ist eine dem Kihon aufbauende Übungsform mit einem (oder auch mehreren) Partner. Hierbei ist nicht ein Sieg über dem Partner entscheidend, sondern ihm gegenüber ein faires Verhalten und Verantwortung zu zeigen. Es gibt mehrere Formen von Kumite, die auf unterschiedliche Ziele gerichtet sind. Im Sanbon-, Gohon- und Kihon-Ippon-Kumite werden Grundlagentechniken mit Partner ausgeführt. Sinn dieser Übungen ist es zu lernen, den richtigen Abstand einzuschätzen und ein gutes Zeitgefühl zu entwickeln. Kaeshi-Ippon-Kumite und Jiyu-Ippon-Kumite sind zielgerichtete Übungsformen, die auf die Entwicklung kampfspezifischer Verhaltensweisen gerichtet sind.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Vgl. Gerisch, Rolf: Karate Do im obligatorischen Schulsport. Konzeption zur Einführung der Sportart Karate in den Schulsport, S. 6

### 2.3.3 Kata

Kata sind eine Zusammenstellung von Abwehr- und Angriffstechniken gegen mehrere imaginäre Gegner in logischer und festgelegter Reihenfolge. Gegenwärtig kennt man etwa 50 Kata, wovon einige von Generation zu Generation weitergegeben, andere jedoch erst in jüngster Zeit entwickelt wurden. Seit alters her kennt man drei Arten von Kata, die für den Kampf (Rintô kata), zur Vorführung (Hyôden kata) oder für die Gesundheit (Rentan kata) eingesetzt wurde, wobei in den heutigen Kata zumeist alle drei Arten vermischt sind.<sup>3</sup> Bei den Kata werden nicht nur körperliche, sondern auch geistige Fähigkeiten wie Konzentration, Kampfgeist und Willen gefördert, welche der Karateka für eine gute Einschätzung seines Karatekönnens bei einer Kataausführung zeigen sollte.

### 2.4 Prüfungen

Die Gürtelprüfung ist Bestandteil des modernen Karate und dient dazu, die Leistungsstärke des Karateka mit der ihn entsprechenden Gürtelfarbe zu kennzeichnen. Früher verlieh der Meister seinem Schüler die Meistergrade. Zu heutiger Zeit, in der das Karate von einer Vielzahl von Menschen betrieben wird, ist dies längst nicht mehr umsetzbar. Dafür wurden Prüfungsprogramme erstellt, in denen die geforderten Fähigkeiten und Kenntnisse enthalten sind. Das Gürtelsystem wurde von dem früheren Rangsystem der Mönche abgeleitet und teilt sich in sechs Schülergrade (Kyu) und zehn Meistergrade (Dan).<sup>4</sup> Je dunkler die Gürtelfarbe ist, desto höher graduiert ist der Karateka. Die Schüler werden generell von ihrem Lehrer geprüft, aus dem Grund, dass er ihre Fähigkeiten und Schwächen kennt und ihre Leistung somit am besten einschätzen kann.

---

<sup>3</sup> Vgl. Lind, Werner: Artikel: Kata, in: Das Lexikon der Kampfkünste, Sportverlag Berlin, Berlin 2001, S. 305 f.

<sup>4</sup> Vgl. Prüfungsprogramm Shotokan-Karate-do, in: <http://www.karate-saal.de>

### 3. Geschichte

Das japanische Karate, in der Form wie wir es heute kennen und ausüben, ist hinsichtlich seiner Geschichte noch sehr jung. Erst im letzten Jahrhundert wurde die damals geheimnisvolle okinawanische Kampfkunst in Japan in die Öffentlichkeit gebracht, welches schließlich durch zahlreiche Veränderungen auf weltweite Popularität stieß. Entstanden ist das Karate-do auf Okinawa. Die Ursprünge der Kampfkunst sind jedoch zum Teil sehr bestritten und lassen sich bis ins 6. Jahrhundert zurückverfolgen.

#### 3.1 Ursprünge des Karate-do

Die Ursprünge des Karate gehen zurück bis in das 6. Jahrhundert, als der buddhistische Mönch Boddhidharma, auch bekannt als Daruma, eine gefährliche Reise von Indien nach Zentralchina zum berühmten Shaolin-Kloster unternahm, um den Buddhismus zu verbreiten. Seinen Anhängern schrieb er strenge Meditationstechniken vor, bei denen sie stundenlang ohne jegliche Bewegung auf einem Platz sitzen mussten. Da er sah, dass sie diese aufgrund ihrer fehlenden physischen Stärke nicht aushalten konnten, entwickelte Boddhidharma Übungen, die ihren Körper stark und widerstandsfähig machten. Diese Selbstverteidigungs- und Kampftechniken erzielten außerdem den Effekt, dass sich die Mönche in den unsicheren Zeiten zur Wehr setzen konnten. Das System entwickelte sich weiter zum Shorinji-Kempo, eine Art des chinesischen Chuan Fa, welches mit der Einführung des Zen-Buddhismus um 1200 wahrscheinlich nach Japan gelangte.<sup>5</sup>

#### 3.2 Karate auf Okinawa

Okinawa ist die Hauptinsel einer langen Inselkette, welche sich von Japan bis zum chinesischen Festland erstreckt. Es ist der Entstehungsort des Karate. Die Herkunft der okinawanischen Bevölkerung ist unbekannt, es wird angenommen, dass sie zu den früheren Völkermassen der Malayen, Mongolen und der japanischen Ainu angehörten. Zu den Japanern hat sie ethnisch wahrscheinlich die engste Verwandtschaft. Bereits im 3. Jahrhundert wurde die Ryukyu-Kultur von südostasiatischen Einflüssen geprägt, sodass sie aus einer Mischung von mehreren Elementen besteht.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Vgl. Riegauf, Rudolf: *Mystische Aspekte des Karate*, 1993, S. 5 f.

<sup>6</sup> Vgl. Lind, Werner: Artikel Okinawa, in *Das Lexikon der Kampfkünste*, Sportverlag Berlin, Berlin 2001, S. 459 f.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 3.2.1 Entwicklung des Karate-do unter Einfluss von China und Japan

Auf Okinawa kreuzten sich viele Handelswege, obwohl es beträchtliche Entfernungen zu seinen Nachbarstaaten hat. Besonders für China und Japan war es ein strategisch wichtiger Punkt. Somit wurde die okinawanische Kultur stark von ihren Einflüssen geprägt.

Im 8. und 9. Jahrhundert entstand ein häufiger Reiseverkehr zwischen Japan und Okinawa, aufgrund des Konflikts zwischen den rivalisierten Samuraiabteilungen der Taira und Minamoto.

Eine entscheidende Niederlage erlitt die Taira in der letzten Schlacht bei Danoura. Viele flüchteten auf Okinawa und in anderen südlichen Gebieten. Neben diesen japanischen Kriegern kamen auch kampfgewandte buddhistische Wanderpriester und Gelehrte sowie chinesische Mönche, die sich in Okinawa ansiedelten. Man nahm an, dass sie in dieser Zeit den chinesischen Quanfa mitbrachten.

In der Vorzeit gab es auf Okinawa keine Regierung oder eine herrschende Klasse. Dies änderte sich 1187 mit dem ersten König Shunten, dem Nachfahre des berühmten japanischen Kriegerclans Minamoto. Er baute nach japanischem Vorbild viele Burgen zur Verteidigung und widmete dem japanischen Kriegshandwerk große Aufmerksamkeit. Außerdem teilte er sein Reich in drei unabhängige Provinzen, die Tribute an China und Japan zahlten.

Im Jahre 1372 erkannte der König Satsudo die Oberhoheit Chinas an. Kurz darauf trafen chinesische Siedler auf der Insel ein, die die Aufgabe hatten, die einheimische Bevölkerung mit der chinesischen Kultur vertraut zu machen. Sie gaben Grundkenntnisse der Seeschifffahrt, des Buchdrucks sowie anderer Handwerke weiter. Seit 1392 wurden die Städte Naha, Shuri und Tormari chinesische Kolonien. Die Siedler verbreiteten erste Kenntnisse über den chinesischen Kempo, trotz ihrer abgesonderten Lebensweise.

1429 vereinigte der König Sahashi die drei Gebiete Okinawas, mit den Namen Nördliches Gebirge, Südliches Gebirge und Mittleres Gebirge, zum Königreich Ryukyu, welches unter seiner Herrschaft stand. Aus Angst vor Meutereien und zur Stärkung der Zentralgewalt verbot er, mit Ausnahme seiner Armee und der Feudalherren, jegliches Waffentragen. Somit war die Bevölkerung den Soldaten sowie Banditen und Räuber schutzlos ausgesetzt. Hilfe suchten die Bauern in dem chinesischen Kempo (auch Quanfa genannt), das für sie zu einer lebenswichtigen Waffe wurde.

1609 beendete die Invasion der Satsuma die Unabhängigkeit Okinawas. Die japanische Regierung erließ das Tokugawa-Dekret, das den Clan Satsuma erlaubte, Okinawa zu unterwerfen. Damit wollte sie die Okinawaner bestrafen, weil sie Japan im vorausgegangenen Krieg gegen China nicht unterstützt haben. Die Satsuma stieß auf der Seite der waffenlosen Bevölkerung kaum auf Widerstand.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

Die Okinawaner litten unter der Herrschaft der Satsuma stark an Diskriminierungen und waren mit Abgaben belastet. Als Antwort töteten Bauern Steuereinnahmer und plünderten kleine Samurai-Konvois. Daraufhin erließ die japanische Regierung im Jahr 1609 ein zweites, strengeres Waffenverbot. Jegliche Waffenherstellung wurde verboten, bei Waffenbesitz drohte sofort die Todesstrafe. In vielen Dörfern war nur ein Messer zum Schlachten von Tieren erlaubt, welches an einem zentralen Ort angebracht und streng bewacht wurde.

Dieses Waffenverbot trug maßgebend zur Entwicklung und Ausbreitung des Okinawa-Te dem Kobuto bei. Die Bauern schlossen sich zu Geheimsekten und bildeten Selbstschutzvereinigungen, die sich hauptsächlich in Naha, Shuri und Tomari konzentrierten. Um die Techniken dieser einzelnen Städte voneinander unterscheiden zu können, wurde hinter dem Dorfnamen das Wort „te“ (Hand) angehängt. So entstanden das Shuri-te, Tomari-te und Naha-te.<sup>6,7</sup>

---

<sup>6</sup> Vgl. Lind, Werner: Artikel Okinawa, in Das Lexikon der Kampfkünste, Sportverlag Berlin, Berlin 2001, S. 459 f.

<sup>7</sup> Vgl. Dolin, Alexander/ Popow, German: Kempo Die Kunst des Kampfes. Ostasiatische Kampfsportarten, Sportverlag Berlin, Berlin 1988, S.338 ff

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 3.2.2 Trainingsmethoden und Waffen

Im 17. Jahrhundert erlebten die Kampfkünste einen großen Aufschwung. Die Bewohner Okinawas bildeten Kempo- und Te-Gemeinschaften im Untergrund, die sich 1629 zu einer gemeinsamen Front zusammenschloss. Aus dieser Kombination bildete sich schließlich das Tôde. Dieser neue Kampfstil entwickelte tödliche Techniken, die die japanischen Unterdrücker zu spüren bekommen sollten.

Eine Chance auf einen Sieg gegen die erfahrenen und bewaffneten Samuraikrieger war für die Okinawaner sehr gering. Für diese wollten sie jedoch mit jedem Preis zahlen. Sie unterzogen ein Training ungeheurer Härte mit dem Ziel, ihren Gegner mit einem Schlag zu töten. Dafür verwandelten sie ihren Körper in eine stählerne Waffe.

Im Wesentlichen entwickelten die Okinawaner Trainingsmethoden aus alten, chinesischen Verfahren, die sie mit neuen Erkenntnissen erweiterten.

Im Folgenden werden zwei dieser Übungen vorgestellt:

(1) *Zum Kräftigen der Finger wird ein Eimer mit Bohnen, Sand oder mit grobem Sand gefüllt. Auf diesem schlägt man mit geballten und geöffneten Händen mehrere tausende Male am Tag ein. Nach jahrelangem intensiven Training verwandeln sich die Fingerspitzen dadurch zu gefühllosen „Hörner“. Durch einen Schlag mit diesem „Fingerspeer“ konnte man beispielsweise problemlos die Bauchdecke eines Pferdes durchbohren.<sup>8</sup>*

(2) *Zum Stählen der Fäuste und Beine verwendet man einen sogenannten Makiwara. Dies ist ein festgeflechtener Strohbindel, der an einem dem Schlag abfangenden Stock oder Brett befestigt ist, um die Exaktheit der Schläge zu erhöhen und gleichzeitig die Polsterung der Arme und Beine zu verbessern. Dieselbe Übung wird später mit einem Brett, Kieselsteinen und schließlich mit gehärteten Eisen durchgeführt.<sup>8</sup>*

Die Entwicklung des Okinawa-Te war eng mit der Beherrschung von unterschiedlichsten Handwaffen verbunden. Das zuverlässigste Hilfsmittel für den unbewaffneten Bauer beim Zusammentreffen mit einem Samurai war der Stock (Bo). Die Technik zur Ausführung des Bo war sehr unterschiedlich und wurde in vielen Varianten von formalen Übungen erlernt. Eine verbreitete Waffe war auch der Nunchaku. Er bestand aus zwei kurzen Stöcken, die an einem Schulterriemen befestigt waren. Trotz seiner Einfachheit war der Nunchaku sehr vielseitig. Man konnte mit ihm nicht nur schlagen, sondern den Feind auch betäuben, Schläge gegen empfindliche Punkte ausführen und Blöcke gegen ein Schwert stellen. Andere Waffen des Te waren der Dreizack Sai, das Schwert Vajra und das Suruchin. Es wurden auch Waffen aus der Landwirtschaft verwendet, wie das Tuifa oder Tunfa und die Sichel Kama.

<sup>8</sup> Vgl. Dolin, Alexander/ Popow, German: Kempo Die Kunst des Kampfes, Sportverlag Berlin, Berlin 1988, S.338 ff

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 3.3 Karate in Japan

Der Vater und Begründer des modernen Karate, Funakoshi Gichin, leistete einen maßgebenden Beitrag zur Veröffentlichung und Verbreitung der alten okinawanischen Kampfkunst. Ebenso war er der Gründer der Stilrichtung des Shotokan, der nach seinem Künstlernamen Shoto benannt wurde.

#### 3.3.1 Die Leistungen des Meisters Funakoshi Gichin

Seit dem 19. Jahrhundert legte sich allmählich die Spannungen zwischen dem okinawanischen Volk und den Japaner. Im Jahr 1915 wurde das Karate erstmals offiziell in Kyoto unter Leitung von Meister Funakoshi vorgestellt, wodurch das Interesse der Japaner an dieser Kampfkunst immer größer wurde. Schließlich erhielten die Okinawaner eine Einladung von dem japanischen Kultusministerium, ihre Kampfkunst bei einer großen Kampfkundemonstration in Tokio vorzustellen. Nach einigen Beratungen der okinawanischen Meister wurde sie angenommen. Man sah die Zeit gekommen, die Geheimnisse des Tōde freizugeben. Schließlich wurde Funakoshi Gichin auserwählt, dem okinawanischen Volk mit seinem Können und Wissen über die Kampfkunst Ehre zu bereiten und es würdig im Ausland zu vertreten.

Niemand ahnte damals, dass er nie wieder zu seiner Heimat zurückkehren würde, als er in Mai 1922 nach Tokio reiste. Im November desselben Jahres veröffentlichte er das erste Buch über Karate mit dem Titel „Ryukyu Kempo Karate“, indem er deutlich viel Wert auf dem philosophischen Hintergrund des Karate legte. In den folgenden Jahren führte Meister Funakoshi Karate auf viele japanische Universitäten und Militäarakademien ein. Nach der Eröffnung des ersten Karateklubes an der Keio-Universität begann die Ausbreitung des Karate

Um die Annahme des Karate-do seitens der Japaner zu erleichtern, passte er es der japanischen Kultur an und fügte sportliche Komponente ein. Dabei setzte er folgende Maßnahmen ein:

1. Er änderte das Ideogramm für Karate so, dass es nicht mehr als „chinesische Hand“, sondern als „leere Hand“ übersetzt werden kann.
2. Die okinawanischen Ausdrücke, die in Japan unverständlich waren, änderte er um in japanische.
3. Er reglementierte das Training durch Einführung von Gürtelprüfungen.
4. Die damaligen Lerninhalte der Karate-Schulung, die Kata, unterzog er einer weitgehenden Vereinfachung.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

Die Japanisierung des Karate-do durch Funakoshi wurde stark von den okinawanischen Meistern kritisiert. Doch ohne diese Veränderungen wäre Karate in Japan nicht als Budo-Disziplin akzeptiert worden und hätte dadurch auf Dauer nicht bestanden. Enttäuschend erkannte er aber bald, dass die Entwicklung des Kampfsportes zunehmend außer Kontrolle geriet.

### 3.3.2 Gründung weiterer Stilrichtungen

Nach dem zweiten Weltkrieg teilte sich das Karate in zwei gegensätzliche Richtungen. Während solche Meister wie Nakayama Masatoshi, einer der besten Schüler Funakoshis, Kase, Nishiyama und andere ein modernes wettkampforientiertes Karate anstrebten, blieben Kanazawa Hirokasu und eine Reihe anderer Meister bei dem traditionellen und ursprungsorientierten Karate.

1957 gründete Nakayama mit anderen Meistern das Japan Karate Association (JKA), ein Verband, das in der Folgezeit eine weltweite Verbreitung förderte. Sie legten großen Wert auf das Ausfeilen der Techniken, auf korrekte Ausführung und sportliche Parameter. Auf der anderen Seite verabscheute eine andere Gruppe diese sportliche Orientierung des Shotokan-Stils und gründeten ihren eigenen Stil, den Shotokai. Zu dieser gehörte Egami Shigeru. Er legte besonderen Wert auf den energetischen Aspekt und auf die innere Konzentration. Das Shotokai beruhte grundlegend auf die alten Ursprünge und Traditionen des Karate-do.

Nach Funakoshis großem Erfolg folgten viele seiner Anhänger und Landsleute seinem Beispiel und gründeten ihre eigenen Schulen. Es bildeten sich bald drei große japanische Stilrichtungen aus, die heute neben dem Shotokan-Ryu am weitesten verbreitet sind.

Der Stil, der am stärksten unter dem Einfluss des chinesischen Chuan Fa stand, ist der von Miyagi Chojun 1930 gegründete Goju-Ryu. Nach seinem Tod entwickelte ihn sein Nachfolger Yamaguchi Gogen weiter. Dieser Stil ist gekennzeichnet durch seine Dynamik und ist geprägt von indischen und daoistischen Ideen. Außerdem wird großen Wert auf die Armtechniken und die aktive Meditation gelegt.

Das Wado-Ryu ist ein japanischer Stil von Funakoshis Schüler Hironori Ohtsuka. Er kombinierte das Shotokan-Karate mit Ausweichbewegungen des Jujutsu und entwickelte Bewegungen, die „körperfreundlicher“ waren. Diese sind zudem kleiner und die Stellungen kürzer. Auch findet man in diese Bewegungen Parallelen zu Aikido, Kendo und Jujutsu.

Ein weiterer Begründer ist Kenwa Mabuni, der das Shorin-Ryu und das Shorei-Ryu miteinander kombinierte, wodurch er den neuen Stil „Shito-Ryu“ im Jahre 1934 entwickelte. Dieser Stil zeichnet sich im Besonderen dadurch aus, dass es nach alter Lehrmethode die Kunst der leeren Hand (Karate-do) nicht von der Waffenkunst (Kobudo) trennt.

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 3.3 Karate im Westen

#### 3.3.1 Amerika

Auf die Frage, wie das japanische Karate in die Vereinigten Staaten und nach Europa gelangte, liegt eine simple Antwort zugrunde. Die Verbreitung erfolgte durch den aus Japan zurückkehrenden US-amerikanischen Soldaten des zweiten Weltkrieges, die Interesse an der fernöstlichen Kampfkunst fanden und die Möglichkeit besaßen, Karate an einer guten japanischen Schule zu lernen.

Ab dem Ende der vierziger Jahre folgte ein stürmischer Aufschwung, der jedoch nicht nur positive Entwicklungen mit sich brachte. Einige Menschen versuchten aus Karate ein erträgliches Geschäft zu erzielen, mithilfe von Straßendemonstrationen und Ausbildungslagern, bei denen sie grobe Rauftechniken als „echtes japanische Karate“ bezeichneten und diese unterrichteten. Außerdem entstanden Klubs und Sektionen in großer Anzahl und eine Reihe von technischen Anleitungen wurden herausgegeben.

Zu dieser Zeit reisten auch viele japanische Lehrer ein, die die Gelegenheit spürten, auf eine einfache Weise einen Namen und ein Vermögen zu erwerben. Doch mit einem Überfluss an Lehrern hatte man nicht gerechnet, sodass unter diesen allmählich ein Wettkampf um die Priorität einsetzte. Dabei wurden nicht selten freigiebig schwarze Gürtel verteilt, um Schulen einen guten Ruf zu verschaffen. Neben diesen gab es aber auch solide Dojos, deren Leistungen dem Weltstandard entsprachen und nicht hinter den japanischen Meistern zurückstanden. Ein Beispiel ist die moderne Schule des Okinawa-Karate Isshinryu vom Meister Shimabuku, die unter anderem Schüler wie Long, Armstrong und Nigle hervorbrachte.

Mitte der Fünfziger Jahre breiteten sich die Kampfkünste überall in den USA aus und wurden sogar in der US-Army eingesetzt. Zu der Zeit des Korea-Krieges erlernten US-Soldaten die Zweikampfverfahren bei koreanischen und japanischen InstruktorInnen, aber auch Marineinfanteristen begannen in der Zeit sich ernsthaft verschiedene Kampfstile anzueignen. 1958 konnte man aus einem Statistik aus dem Buch „Erzählung über Karate“ entnehmen, dass es in den Vereinigten Staaten derzeit 160 000 Karate-Anhänger gab, davon vertraten zu 31% Grundstile des japanischen Karate, zu 32% koreanische Stile, zu 29% alte okinawanische Stile und 8% übrige Stile.<sup>9</sup>

Dem Schauspieler und Kempo-Meister Bruce Lee war es zu verdanken, dass sich die Verbreitung der Kampfkünste über der Filmbranche vollzog. Er lernte in seiner Kindheit das Quanshu bei vielen chinesischen Meistern und kehrte mit 18 Jahren in die USA zurück. Sein Hauptverdienst war es, dass er mit seinen spannenden Kung-Fu-Filmen, die er selbst produzierte, eine große Popularität um die Kampfkünste erreichte.

---

<sup>9</sup> Anlage 1

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 3.3.2 Westeuropa

In Europa ist das Karate erst um 1955 vorgedrungen, nachdem die Französische Karate-Förderung, gegründet von Henry D. Plee, den Meister Mochizuki Hiroo (Shotokan und Wado-Ryu) nach Frankreich zu einem Erfahrungsaustausch einlud. Dieser ließ sich in Frankreich nieder und gründete seine Schule „Yoseikanbudo“. Nach ihm kam Murkami Tetsuji nach Europa, der später zum Shotokai wechselte. Beide Meister waren Übungsleiter am japanischen Yoseikan und wurden nacheinander von Plee engagiert, um das Karate in Frankreich zu verbreiten. Zu damaliger Zeit hatte Henry D. Plee in der Budo-Welt sehr viel Einfluss und bald wurde seine Kampfkunstschule in Paris zum Zentrum des europäischen Karate.

Dies änderte sich jedoch, als weitere Übungsleiter von der JKA wie Oshima Tsutomu, Harada Mitsusuke, Nanbu Yoshinao und Kase Taiji nach Europa kamen.

In den Siebziger Jahren breitete sich das Karate neben Frankreich auch in England, in den Niederlanden, in Deutschland (BRD) und in anderen europäischen Ländern aus.

### 3.3.3 Deutschland

In Deutschland wurde das Karate 1957 von Jürgen Seydel eingeführt. Inspiriert durch einen Lehrgang mit den Meistern Mirakami und Mochizuki in Südfrankreich, eröffnete er am 01.04.1957 das erste deutsche Karate Dojo „Budokan Bad Homburg“. Er sorgte außerdem für die Anwesenheit von japanischen Meistern und für die Organisation des Karate.

Aus Anlass eines Karate-Seminars von Tetsuji Murakami wurde 1961 der Deutsche Karate Bund (DKB) gegründet, eine Organisation für Amateurmeisterschaften in Karate. 1976 wurde sie Teil des Deutschen Karate Verbandes (DKV).

Der erste Wettkampf, der zunächst nur im Kata-Shiai ausgetragen wurde, fand am 28. März 1964 in Göttingen statt.<sup>10</sup> Ein Jahr später lud der DKB die vier japanischen Großmeister Kase, Enoeda, Kanazawa und Shirai zur Leitung eines Wochenlehrgangs in Bad Godesberg ein. 1966 wurde schließlich die dritte Meisterschaft in Form eines Kumite-Wettkampfes in Nürnberg ausgetragen. Bernd Goetz, der bis 1967 das Amt des Bundestrainers im Deutschen Karate Bund hatte, wurde von Hirokazu Kanazawa abgelöst. Durch ihn erreichte das technische Niveau des Deutschen Nationalteams internationalen Standard. Nach drei Jahren Amtszeit als deutschen Bundestrainer kehrte er nach Japan zurück.

---

<sup>10</sup> Vgl. Lind, Werner: Artikel DKV, in Das Lexikon der Kampfkünste, Sportverlag Berlin, Berlin 2001, S. 145

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 4. Philosophie

Einen guten Einblick in die fundamentalen Grundsätze der Philosophie des Karate-do bieten die von Funakoshi Gichin aufgestellten „Zwanzig Regeln des Karate-do“ (japanisch: „karate do niju jo“ oder auch „karate do nijū kajō“). Diese Verhaltensregeln stellte er gegen Ende seines Lebens auf, mit dem Rat an jeden Karateka, sie dringend zu beachten.

- (1) Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.

*karate wa rei ni hajimari rei ni owaru koto o wasuru na*

- (2) Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.

*karate ni sente nashi*

- (3) Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.

*karate wa gi no tasuke*

- (4) Erkenne zuerst dich selbst, dann den anderen.

*mazu jiko o shire shikoshite hoka o shire*

- (5) Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik.

*gijutsu yori shinjutsu*

- (6) Es geht einzig darum, den Geist zu befreien.

*kokoro wa hanatan koto o yōsu*

- (7) Unglück geschieht immer durch Unachtsamkeit.

*wazawai wa ketai ni shōzu*

- (8) Denke nicht, dass Karate nur im Dojo stattfindet.

*dōjō nomi no karate to omou na*

- (9) Karate üben heißt, ein Leben lang arbeiten. Darin gibt es keine Grenzen.

*karate no shūgyō wa isshō dearu*

- (10) Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, dann wirst du geistige Reife erlangen.

*arayuru mono o karate kase soko ni myōmi ari*

- (11) Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht ständig warm hältst.

*karate wa yu no gotoku taezu netsu o ataezareba moto no mizu ni kaeru*

- (12) Denke nicht an das Gewinnen, doch denke darüber nach, wie man nicht verliert.

*katsu kangae wa motsu na, makenu kangae wa hitsuyō*

- (13) Wandle dich abhängig vom Gegner.

*teki ni yotte tenka seyo*

- (14) Der Kampf hängt von der Handhabung des Treffens und des Nicht-Treffens ab.

*ikusa wa kyojitsu no sōjū ikan ni ari*

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

(15) Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.

*hito no teashi o ken to omoe*

(16) Sobald man vor die Tür tritt, findet man eine Vielzahl von Feinden vor.

*danshimon o izureba hyakuman no teki ari*

(17) Feste Stellungen gibt es für Anfänger, später bewege man sich natürlich.

*kamae wa shoshinsha ni, ato wa shizentai*

(18) Die Kata darf nicht verändert werden, im Kampf jedoch gilt das Gegenteil.

*kata wa tadashiku, jissen wa betsu mono*

(19) Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell, alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.

*chikara no kyōjaku, karada no shinshuku, waza no kankyū o wasuru na*

(20) Denke immer nach und versuche dich ständig an Neuem.

*tsune ni shinen kufū se*<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Lind, Werner: Die Tradition des Karate, Werner Kristkeitz Verlag, Heidelberg/ Leimen 1991, S. 51 ff.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### **5. Vergleich des traditionellen Karate mit dem heutigen Sport- und Wettkampfkarate**

Dem Meister Funakoshi Gichin ist es zu verdanken, dass Karate einen so großen Aufschwung erlebte, sowohl in Japan, als auch später in den USA und in Europa. Dieser war selbstverständlich nicht ohne eine allseitig umfassende Versportlichung des alten Karate-do zu erreichen. Doch viele okinawanische Meister teilten diese Ansicht nicht und blieben bei ihrer alten, traditionellen Form.

Im Folgenden liegt ein Vergleich des traditionellen mit dem modernen Karate vor, bezüglich dessen Zielsetzungen, der Art der Kampfschulung und dessen Merkmale.

Das Karate wurde ursprünglich als eine zumeist tödliche Selbstverteidigungswaffe eingesetzt, das heißt, man trat im Ernstfall gegen einen Gegner an, bei dem es erforderlich war, ihn kampfunfähig zu machen. Im modernen Karate wird dieses Ziel weniger in Betracht gezogen, hier kommt es vor allem darauf an, den Gegner oder den Trainingspartner nicht zu verletzen. Die Ziele des Karate-do haben einen geistigen Hintergrund, die Kampfkunst steht in einer engen Verbindung mit dem Do und verfolgt demzufolge ethische und moralische Prinzipien. Diese Ziele liegen weniger in der modernen Form des Karate vor. Hier stehen in erster Linie vorwiegend körperliche Fitness, Selbstverteidigung und sportliche Erfolge, wie etwa bei Wettkämpfen, im Vordergrund.

Das moderne Training ist gekennzeichnet durch eine Dreiteilung in Kihon (Grundschule), Kumite (Partnertraining) und Kata (Bewegungsformen), wobei beim sport- und wettkampfsorientierten Karate insbesondere Wert auf das Kumite gelegt wird. Dies bildet einen großen Unterschied zum alten Bild der Karateschulung, zumal das Kumite in dieser Form nicht existierte. Das Training zeichnete sich hauptsächlich durch intensives Kata-Training aus, bei dem die Schüler lediglich ein bis zwei Kata von ihren Meistern erlernten und tief verinnerlichten. Diese zumeist sehr komplexen Kata enthielten alle Informationen und Techniken, für die sie oft mehrere Jahrzehnte Training benötigten, um sie zu verstehen. Im heutigen Karate wird das intensive Studium der Kata oft vernachlässigt, im Sportkarate sogar meist ganz weggelassen. Nicht selten steht Quantität vor Qualität. Zudem wird mehr Wert auf die Ästhetik der einzelnen Kampftechniken gelegt, als auf deren Wirkung. Ein weiterer Unterschied zum traditionellen Karate liegt im Gürtelsystem. Früher vergaben die Meister ihren Schüler die schwarzen Gürtel. In heutigen Verhältnissen ist dies nicht mehr möglich. Es gibt, wie in vielen anderen Budosportarten, Prüfungsprogramme (beschrieben auf S. 5).

Ebenfalls sind große Unterschiede im Kampfgeschehen aufzeigbar. Das traditionelle Karate zeichnet sich durch kurze Distanz und damit durch kurze Schläge und Tritte aus. Im moderne Karate ist der Abstand viel größer und die Techniken demzufolge länger. Die Beintechniken sind

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

zudem meist höher, da sie bei der alten Form meistens nur im unteren Bereich der Hüfte zielen. Außerdem fehlen oft Griff-, Gelenk-, Würge-, Wurf- und Bodentechniken, sodass Schlag-, Stoß-techniken und Tritte im Vordergrund stehen. Im Wettkampf wird das Zielen auf schwache Punkte ignoriert und die Kraftübertragung eingeschränkt, da Wert auf „punktbringende“ Techniken gelegt wird und die Kontrolle der Bewegungen größere Ästhetik bewirkt.

Aufgrund all dieser Unterschiede, die ich in dieser Gegenüberstellung versucht habe, aufzuzeigen, wird deutlich, dass sich das moderne Karate doch recht weit von der ursprünglichen Kampfkunst entfernt hat. Doch auch muss dazugesagt werden, dass die alte okinawanische Kunst ohne einen gewissen Grad an Versportlichung heute nicht so bekannt geworden wäre. Letztendlich bleibt es jedem Karateka selbst überlassen, wie er an dem Kampfsport herangeht und was er daraus zieht.

6. Nachwort

In dieser Facharbeit konnte ich aufgrund der Vielseitigkeit der Kampfkunst Karate nur einen kleinen Einblick in das Thema geben. Ich hoffe aber trotzdem, dass ich, besonders diejenigen, die nicht Karate betreiben, mit dieser Facharbeit ein wenig Aufschluss darüber gegeben habe, was diese ostasiatische Kampfkunst ist.

Karate hat sich über Jahrhunderte als Selbstverteidigungskunst auf Okinawa entwickelt und war stets verbunden mit einer geistigen Einstellung zu der Kunst, welche die alten Meister einer viel größeren Bedeutung zumaßen als jede Technik. Sie widmeten der Kampfkunst meist ihr gesamtes Leben und verinnerlichten ihre Werte und Idealen, um diese schließlich auch ihren Schülern weiterzugeben. Karate ist eine sehr philosophische Kunst, die nichts mit der Kampftechnik gemeinsam hat, die in vielen Actionfilmen praktiziert wird. Ich hoffe, dass ich mit meiner Facharbeit dieser falschen Vorstellung entgegenreten konnte.

Trotz der großen Veränderungen, die seit dem letzten Jahrhundert verlaufen sind, steht auch heute noch die geistige Einstellung zum Karate-do in vielen Dojos im Vordergrund. Das Training von Körper und Geist, Fairness und Respekt vor dem Meister und den Mitschülern wird durchaus noch große Bedeutung geschenkt. Jedoch trifft dies nicht in der Allgemeinheit zu. Wie ich bereits im Vergleich versucht habe, zu zeigen, sind die Unterschiede zum ursprünglichen Kampfkunst in dem heutigen Sportkarate sehr groß.

7. Prozessbericht

Die Arbeit an meiner Facharbeit „Ursprung und Entwicklung des Karate-do“ lief im Großen und Ganzen recht gut voran. Sie hat mir sehr viel Spaß gemacht, da ich viel über das Thema erfahren und lernen konnte.

In den ersten zwei Monaten legte ich eine Materialsammlung an. Dafür besorgte ich Bücher aus der Bibliothek und von meinem Karatelehrer. Zudem recherchierte ich im Internet. Aus Filmen und Videos sowie durch mein Training konnte ich ebenfalls viele wichtige Informationen erhalten.

Nachdem ich alle Materialien zusammen hatte, fing ich an, alles durchzulesen und nützliche Informationen, die ich für meine Facharbeit benötigte, herauszusuchen. Ich versuchte, sie zu verinnerlichen und verglich Ähnliches miteinander. Anschließend überarbeitete ich meine Gliederung und ging der Reihenfolge mit den Punkten vor. Zuvor stellte ich eine Planung auf, mit der ich eine ungefähre Übersicht hatte, wann ich mit welchen Punkten etwa fertig sein wollte. Zum Schluss habe ich mich um das Design gekümmert und versucht, den Anhang möglichst abwechslungsreich zu gestalten.

Schwierigkeiten oder Probleme im Umgang mit meinem Thema hatte ich kaum. Was mir schwer fiel, war, mich in die Sichtweisen der alten Karatemeister und in die Philosophie des Karate einzusetzen. Auch bereiteten mir die Quellenangaben Schwierigkeiten. Ich werde künftige Arbeiten schon während des Schreibens des Hauptteils Fußnoten machen. Was ich mir auch für nächstes Mal vornehmen werde, ist eine bessere Zeiteinteilung. Sicherlich hätte ich mir viel Stress erspart, wenn ich mich an meiner Arbeitsplanung gehalten hätte.

Trotz allem bin ich mit dem Ergebnis meiner Facharbeit ganz zufrieden. Ich habe mich mit dem Schreiben einer Facharbeit nun vertraut gemacht und finde, dass es eine gute Vorbereitung für das selbstständige Arbeiten für das spätere Studium ist.

## **Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

### 8. Quellen- und Literaturverzeichnis

#### Literaturverzeichnis:

Vgl. Dolin, Alexander/ Popow, German: Kempo Die Kunst des Kampfes. Ostasiatische Kampfsportarten, Sportverlag Berlin, Berlin 1988, S.338 ff

Vgl. Lind, Werner: Das Lexikon der Kampfkünste, Sportverlag Berlin, Berlin 2001, S.148-150 (Artikel Dojo), S. 294-297 (Artikel Karate-do), S. 302 f. (Artikel Kumite)

Vgl. Lind, Werner: Die Tradition des Karate: Meister und Stile der traditionellen Kampfkunst in Okinawa, China und Japan, Werner Kristkeitz Verlag, Heidelberg/ Leimen 1991, S. 51 ff.

Vgl. Gerisch, Rolf: Karate Do im obligatorischen Schulsport. Konzeption zur Einführung der Sportart Karate in den Schulsport, S. 3 ff.

Vgl. Riegau, Rudolf: Mystische Aspekte des Karate, 1993, S. 5 f.

Vgl. Wichmann, Wolf-Dieter: Richtig Karate, BLV Buchverlag GmbH & Co.KG, München 2005, S.10

Vgl. Wichmann, Wolf-Dieter.: Die Möglichkeiten, Karate-Do im modernen Karate zu verwirklichen, Trier 1990, S.1 ff.

Vgl. Jakhel, Rudolf: Modernes Sport-Karate: technische und taktische Grundlagen, Meyer und Meyer Verlag, Aachen 1997, S. 19 ff.

#### Internetseiten:

Vgl. Kuschel, Jörg: Traditionelles Karate, in [http:// www.karate-archiv.de](http://www.karate-archiv.de) (14.03.2008)

Vgl. Karate. Stilrichtungen, in <http://www.karate-do-quedlinburg.de> (24.01.2008)

Vgl. Chronik des Deutschen Karate Verbandes, in <http://www.chronik-karate.de> (11.02.2008)

Vgl. KARATE-DO - Die Veränderung des Namens, in <http://www.leere-hand.de> (12.11.2007)

Vgl. Prüfungsprogramm Shotokan-Karate-do, in: <http://www.karate-saal.de> (01.11.2007)

**Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

9. Selbstständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, die vorliegende Facharbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe erstellt und verfasst zu haben. Ich verwendete ausschließlich die angegebenen Hilfsmittel. Insbesondere versichere ich, alle wörtlich und sinngemäß übernommenen Angaben als solche ordnungsgemäß durch Quellenhinweise gekennzeichnet zu haben.

.....

Ort, Datum

.....

Unterschrift

10. Anhang

1. Änderung der Schriftzeichen

唐  
手  
道

Tang [→Dynastie]  
(chinesische Blütezeit)

Te  
(Hand)

Do  
(Weg)

空  
手  
道

Kara  
(Leere)

Te  
(Hand)

Do  
(Weg)

2. Kleidung und Dojo











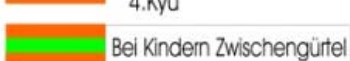







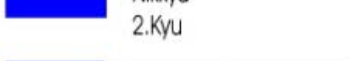



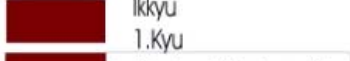

Gi (Karateanzug)



Dojo (Trainingsraum)

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 3. Das Gürtelsystem im Karate-do

	Rokukyu 6. Kyu		Judan 10. DAN	Titel	
	Gokyu 5. Kyu		Kyudan 9. DAN		
	Bei Kindern Zwischengürtel		Hachidan 8. DAN		Hanshi
	Yonkyu 4. Kyu		Shichidan 7. DAN		
	Bei Kindern Zwischengürtel		Rokudan 6. DAN		Kyoshi
	Sankyu 3. Kyu		Godan 5. DAN		
	Bei Kindern Zwischengürtel		Yondan 4. DAN		Renshi Shihan
	Nikkyu 2. Kyu		Sandan 3. DAN		
	Bei Kindern Zwischengürtel		Nidan 2. DAN		Sensei
	Ikkyu 1. Kyu		Shodan 1. DAN		
	Bei Kindern Zwischengürtel			Sempai	

Die sechs Schülergrade sind gekennzeichnet mit farbigen Gürtelfarben, wobei die Meistergrade, von denen es insgesamt zehn gibt, schwarz gekennzeichnet sind. Die Danträger tragen, je nach ihrem Dangrad, einen Titel.

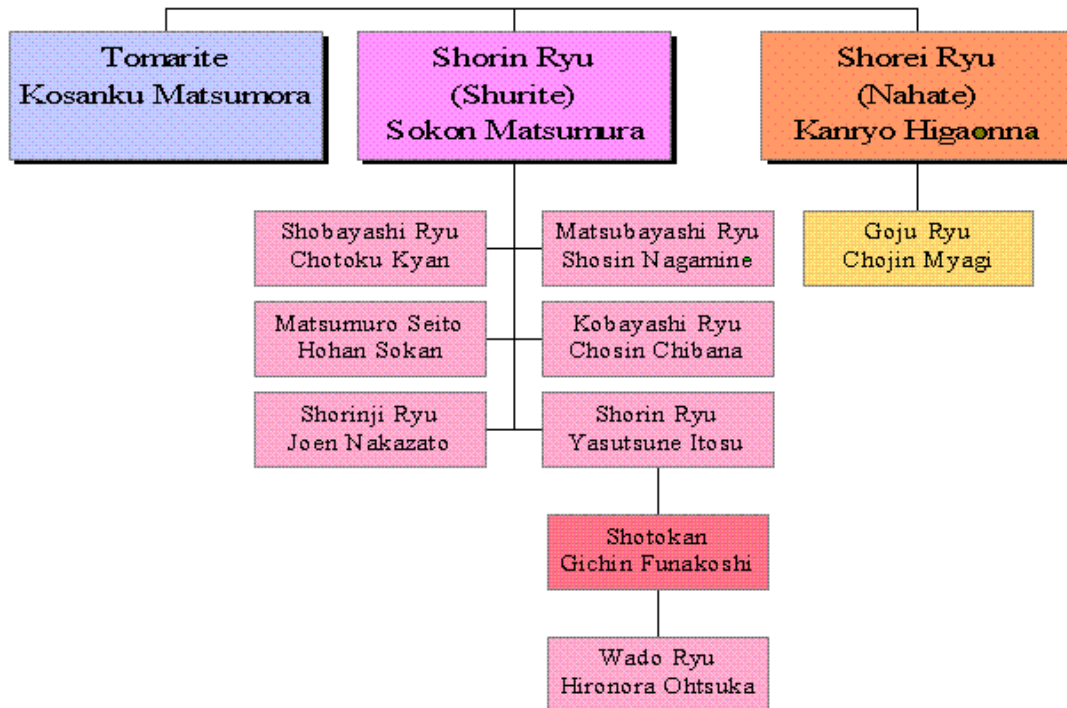
### 4. Lage Okinawas



Okinawa ist die größte der Ryukyu-Inseln und liegt im Pazifik. Diese Inselgruppe erstreckt sich von Japan bis zu der Insel Taiwan. Okinawa hat eine zentrale und günstige Lage zu China und Japan.

## Verband asiatischer Kampfkünste e.V.

### 5. Stilrichtungen auf Okinawa



Die drei großen Stilrichtungen Tomarite, Shurite sowie das Nahate bildeten sich in den Städten Okinawas heraus und waren nach diesen benannt. In der Übersicht sind sie mit den wichtigsten Vertretern dargestellt.

### 6. Meister Funakoshi Gichin

