

Im Porträt: Karate

Als Kampfsportart schult Karate nicht nur Kraft und Reaktionsgeschwindigkeit, sondern trainiert gleichermaßen Körperbeherrschung und Gleichgewichtssinn. Es ist damit ein idealer Breitensport für alle Altersstufen. Dass Karate aber auch eine Wettkampfsportart mit internationalem Charakter ist, zeigt die Aufnahme in das Portfolio der olympischen Spiele: Karate ist 2020 in Tokio als neue olympische Disziplin mit 8 Medaillenentscheidungen vertreten – in Deutschland unter dem Dach des Deutschen Karateverbands DKV.

Mit Soundkarate bietet die Abteilung für die Kleinsten im (Vor-)Schulalter ein Programm, das Karatebewegungen mit anderen motorischen und sportlichen Übungen kombiniert – vor allem in Verbindung mit Musik, aber oft auch mit Bällen und anderen Sportgeräten. Damit fördert das Training spielerisch und mit viel Spaß Teamgeist, Motorik und Lernintelligenz und führt in die Kampfsportart ein, bei der weitere Fähigkeiten hinzukommen wie Selbstvertrauen, Verteidigungsfähigkeit und Disziplin. Die Kinder üben spielerisch alle wichtigen Elemente eines effektiven Selbstverteidigungssystems und gleichzeitig Respekt, Konzentration und Selbstvertrauen.

Im Kinder-, Schüler- und Jugendbereich kommt der Wettkampfcharakter dann hinzu. Hier vermitteln die gut ausgebildeten Trainer mit B- und C-Lizenzen die sportlichen Voraussetzungen, damit sich die Ginsheimer Karateka bei Turnieren mit der Konkurrenz messen können – und oft genug gewinnen. Immerhin hat die Abteilung bereits erfolgreich Kaderathleten für den hessischen Fachverband Karate gestellt.

Die Dynamik der jungen Karateabteilung der TSV Ginsheim zeigt sich auch nach außen: So hat sie bereits mehrere hessische Landesmeisterschaften ausgerichtet, stellt Prüfer und veranstaltet nach großem Erfolg im letzten Jahr nun am 1. Oktober an der IGS Mainspitze bereits zum 2. Mal den Rhein-Main Karate Cup, ein Nachwuchsturnier mit Teilnehmern aus dem gesamten Bundesgebiet.

Kämpferisch geht es in der jüngsten Abteilung der TSV Ginsheim aber ausschließlich auf den Wettkampfmatten zu. Denn außerhalb der Trainingszeiten pflegt die etwa 60 Mitglieder starke Gruppe in allen Altersklassen auch das gesellige Beisammensein in Form von Wochenend-Camps, Grill- und Glühpunschfesten oder bei reinen Schauveranstaltungen.

Nähere Informationen zur Karateabteilung finden sich im Internet unter www.tsv-ginsheim.de, in der Geschäftsstelle der TSV Ginsheim oder im persönlichen Kontakt.