

## **“Fehlerkorrektur im Kendotraining” - Tageslehrgang mit Sascha Schullke**

Sommer, Sonne Ferienzeit - passend haben die meisten Vereine ihr Training auf ein Minimum heruntergefahren. Damit diejenigen, denen einmal in der Woche Kendo zu wenig ist, nicht bis Mitte September in die Röhre gucken müssen, gab es am Samstag den 21.8. einen Tageslehrgang. 26 Teilnehmer aus acht Vereinen waren in die “grundgereinigte” Halle am Rotkreuzplatz gekommen.



**26 Teilnehmer aus acht Vereinen sind zum Lehrgang angetreten.**

“Fehlerkorrektur im Kendotraining” stand auf dem von Sascha erstellten Programm (ursprünglich in Zusammenarbeit mit Dance Yokoo geplant, die jedoch leider nicht mit dabei sein konnte). Nach einem einleitenden Vortrag von Sascha ging es dann los mit Aufwärmen und Suburis. Schnell stellte sich heraus, dass Suburis in einer sonnendurchfluteten Halle eine recht schweißtreibende Angelegenheit sein können. In Dreiergruppen wurden dann Kihon-Übungen gemacht. Weitere Techniken wurden nicht einzeln, quasi als Trockenübung, absolviert, sondern in der Form “Techniken gegen Men” oder “Techniken gegen Kote”. Es gab genug Zeit um auszuprobieren, was

am besten funktioniert. Außer in Dreiergruppen wurde die Übung auch in Siebenergruppen durchgeführt, wobei der Übende in der Mitte stand und im Wechsel von der einen oder anderen Seite angegriffen wurde. Niemand stand lange rum und man merkte den Unterschied zu klassischen Trockenübungen (3 x Men-Suriage-Men). Während sich die Lazarett-Bank langsam füllte, gab es ein paar Runden freies Jigeiko und als Sahnehäubchen noch etwas Kakarigeiko.  
(Oder waren die kalten Duschen der krönende Abschluss?)



**Sascha Schullcke mit seinem wohlverdienten Getränk.**