

OUTDOOR LEHRGANG 2010 der W.M.A.A. - R.O.C.



Zum 7. Mal fand in Horst/NL der jährliche Outdoor - Lehrgang der W.M.A.A.-R.O.C. unter Leitung von Sifu Tze Dschero Khan und Sifu Toni Finken-Schaffrath statt. Wenn gerade auch vor den Sommerferien in allen Kampfsportverbänden eine große Terminfülle herrscht, waren doch ca. 50 Teilnehmer aus Mönchengladbach, Goch, Geldern, Düsseldorf, Dinslaken und anderen Städten aus Deutschland und Holland gekommen, um sich von Sifu Tze Dschero Khan und Sifu Toni Finken-Schaffrath die Grundzüge des Bokator, der Löwenkampfkunst aus Kambodscha, zeigen und erläutern zu lassen.

Bokator ist eine Kampfkunst des Khmer-Volkes, welche bereits von den Kriegerern der Angkor-Herrscher genutzt wurde und die wohl als Vorläufer aller südostasiatischen Kickbox-Stile gelten kann.

Dieses komplexe System, auch als Labok Katao bekannt, umfasst insgesamt 341 verschiedene Stile. Man sagt, dieser Stil basiere auf der Natur und ahme die Bewegungen realer und mythischer Tiere nach. So finden sich dann auch Bezeichnungen wie Drache, Kranich und Adler im Techniksoriment wieder.

Bokator umfasst eine Anzahl von Hebeln, Schlägen, Haltegriffen und Festlegetechniken, die eindrucksvoll von Sifu Toni Finken Schaffrath

gezeigt und im Anschluss von den Schülern trainiert wurde. Als Kampfkunst zeichnet sie sich durch einen tiefen, geduckten Stand aus, der sich von den karateähnlichen Standpositionen völlig unterscheidet, und durch Mehrfachtechniken mit Faustknöcheln und Ellbogen, die fast überfallartig ausgeführt werden. Dabei werden die Angriffstechniken mit Faust und Fuß durch die Bank weg mit den Ellbogen blockiert, was ausgesprochen schmerzhaft und wirkungsvoll ist.

Die Teilnehmer hatten dann auch die Gelegenheit mit Sifu Toni Finken Schaffrath diese Grundtechniken ausführlich zu üben. Daran anknüpfend erläuterte Sifu Tze Dschero Khan ausführlich und sehr anschaulich die weiterführenden Techniken, insbesondere die harten Techniken auf die Vitalpunkte und die verschiedenen Möglichkeiten, diese richtig einzusetzen. Dabei wurde deutlich, dass Bokator keineswegs eine weitere Kampfsportart ist, sondern eine Kampfkunst, die aufs Überleben ausgerichtet ist.

Nach einigen Erläuterungen zu den verschiedenen Kampfkünsten in der Region um Kambodscha, Laos, Vietnam, Birma und Thailand und der vielfältigen Beziehungen und Ähnlichkeiten zueinander sowie mit einem Ausblick auf zukünftige Seminare fand der Lehrgang nach rund 3 Stunden ein erfolgreiches Ende. ✘

SELBSTVERTEIDIGUNG

Text&Fotos:
WMAA-ROC

Inhalt

SEITE 65

SELBSTVERTEIDIGUNG

SEITE 66-67

WUSHU

SEITE 70-71

MARTIAL ARTS

SEITE 74

BUDO

SEITE 76-78

TAI CHI