



KARATE BRUNECK

Ein besonderer Lehrgang mit Großmeister Artusi

Am 9. Mai 2026 war Großmeister Claudio Artusi zu Gast bei Karate Bruneck. Der Fokus des diesjährigen Trainingslehrgangs, an dem sowohl erwachsene als auch jugendliche Karateka teilnahmen, lag dieses Jahr auf Techniken der Selbstverteidigung, und wie mit minimalem Krafteinsatz maximale Wirkung erzielt werden kann.

Mittlerweile fast schon zur Tradition geworden und zweifellos einer der Höhepunkte der Trainingssaison für den Wadokan Karate Bruneck ist der Besuch von Claudio Artusi Shihan, der selbst noch bei den großen japanischen Meistern gelernt hat, Großmeister des Karate und zudem Soshi (Oberhaupt einer Schule/Stilrichtung) des Ju-Jutsu-Stils Wa Ko ryu.

Der Fokus des diesjährigen Lehrgangs lag auf Techniken der Selbstverteidigung, wie sie im Wado-ryu in der Form der Gosshin-ho und im Wa Ko ryu gelehrt werden. Beim Wado-ryu handelt es sich um den in Bruneck gelehrteten Karate Stil. Wa Ko ryu ist ein traditioneller Stil des Ju-Jutsu. Die Techniken beruhen hierbei in beiden Fällen auf der schmerzhaften Manipulation der Vitalpunkte, wie sie auch in der östlichen Medizin gelehrt werden, und der dadurch erfolgenden Beeinflussung des Ki (jap. Lebensenergie). Häufig erfolgt dies in Kombination mit einem Gelenkhebel. In Summe wird hierdurch durch minimalen Kraftaufwand eine maximale Wirkung erzielt, wie die Teilnehmer am eigenen Leib erfahren konnten. Ebenso betont wurde die geistige Haltung bei der Ausführung der Techniken im Sinne des Zen, welches die östlichen



Großmeister Claudio Artusi (im Bild) war vor kurzem bei Karate Bruneck zu Gast. Die Freude war groß.

Kampfkünste von jeher geprägt hat, denn erst dadurch ist Karate mehr als nur Sport.

THEORIE UND PRAXIS

Im Rahmen eines dreistündigen Lehrgangs wurde den teilnehmenden Karateka sowohl eine Dichte und Fülle an Techniken, Konzepten und Hintergründen als auch ein Gefühl für die unglaubliche Tiefe der traditionellen Kampfkünste nähergebracht. Klar wurde im Laufe des Lehrgangs auch, wie in den Kampfkünsten östliche Philosophie und Energiekonzepte, die für Menschen des Westens manchmal schwer verständlich erscheinen mögen, nahtlos mit der konkreten Anwendung einhergehen.

Entsprechend mit Begeisterung nahmen die Karatekas des Wadokan Karate Bruneck am Lehrgang teil, was sich u.a. darin zeigte,

dass zahlreiche Jugendliche bis zum Ende dabei blieben, obwohl für diese Altersgruppe die Teilnahme ursprünglich nur für die erste Hälfte des Lehrgangs geplant war. Und gerade auch für die Braun- und Schwarzgurt, also die erfahrenen Karateka wurde wieder einmal klar, wieviel es auf dem „Do“ (Weg) der Kampfkunst zu entdecken und zu lernen gibt, und dass die Kampfkunst das Potential hat, in jeder Lebensphase ausgeübt zu werden, denn die gezeigten Techniken sind für jedermann und -frau, egal welchen Alters, erlernbar.

Entsprechend ist es nie zu spät, mit dem Karate zu beginnen. Die Kurse des Wadokan Karate Bruneck für Anfänger, auch für Erwachsene, starten wieder im Herbst. Weitere Informationen gibt es unter www.karate-bruneck.it. // ar