

Kendo

Wie Star Wars mit Bambus

Von **Katharina Elsner** - 20.12.2015 - 1
[Kommentar](#)

Seinen roten Kopf kann man sogar durch die Schutzmaske sehen. Tim schwitzt. Georg Lorenz schiebt ihn mit seinem Bambusschwert von der einen zur anderen Hallenseite vor sich her. Das Schwert saust auf Tims Kopf. Einmal. Zweimal. Dreimal hintereinander der gleiche dumpfe Schlag. Doch Tim beschwert sich nicht. Der 16-jährige Nachwuchskendoka hat die Chance, beim Auswahltraining des Nationalkaders im Kendo dabei zu sein. Am vergangenen Wochenende fand in Borgfeld die Sichtung der besten Kendoka für die Europameisterschaft 2016 statt.



Kendo ist ein Kampfsport, der nicht nur Beweglichkeit und Technik trainiert, sondern auch Entschlossenheit und Disziplin. (Frank Thomas Koch)

Kendo, das ist ein Kampfsport, angelehnt an den japanischen Schwertkampf. So wie ihn die Samurai, die Krieger, früher erlernten. Nun säbeln sich die Kendoka heute nicht mehr die Köpfe ab, sondern haben den Fokus auf das sportliche Element gelegt – und benutzen deshalb Schwerter aus Bambus. Die tun nicht weh. Ganz ungefährlich ist der Sport trotzdem nicht. Blaue Flecken lassen sich nicht immer vermeiden. Trotz der

schützenden blauen Rüstung. Die besteht aus einer mit Gitterstäben versehenen Maske, aus Handschuhen, Brustpanzer und Schurz und hängt eben dort, wo die Schläge der Bambusschwerter treffen und Punkte erzielen sollen: auf dem Kopf, an den Unterarmen, am Rumpf und am Kehlkopf.

So bewegt sie sich in der Sporthalle Borgfeld, diese indigoblaue Armee. Immer im Zweikämpfen, immer schlagend, dann wieder wartend. Ihre Schreie hallen an den pastellfarbenen Gymnastikbällen an den Wänden wider. Kendo ist vor allem eins: schnell, aggressiv und laut.

Aber es ist nicht unkontrolliert oder wahllos, wie da geschlagen wird. Jede Bewegung, jeder Schritt und Schlag muss vollständig durchgeführt werden. Ähnlich wie in einer Choreografie tanzen die blauen Krieger durch den Raum. Nur wer mit exakter Technik, mit dem vorderen Fuß fest auftritt und mit einem Kampfschrei seinen Gegner angreift, bekommt den Punkt. Innerhalb von zwei Minuten gilt es so, zwei Punkte zu erreichen.

Das verlangt Selbstkontrolle und Charakterstärke. Die Kendoka reißen nicht wild die Arme nach einem Treffer nach oben, die laufen nicht jubelnd durch die Halle und sie reißen sich auch keine Trikots vom Leib. Nein, Kendo trainiert mentale Eigenschaften: Respekt vor sich selbst und dem Gegner, Disziplin und Willensstärke.

Tim muss das erst noch lernen. Nur ein zögerlicher Schrei entweicht aus seinem Mund. Kaum hörbar dringt er hinter der Maske hervor, als er gegen Nationalkendoka Lorenz anläuft. Obwohl er schon seit einem Jahr



Kendo kennt viele Rituale: So endet jede Übung mit einer kurzen Meditation.
(Frank Thomas Koch)

regelmäßig zu Peter Lowin in der Sporthalle Borgfeld trainiert, kämpft er erst seit zwei Monaten in Rüstung. Ein ganz anderes Gefühl. Denn wer Kendo ausüben will, muss meist das erste Jahr "trocken" üben, muss erst all die japanischen Kommandos, Benimmregeln und Rituale, muss Schläge und Taktiken kennen. Erst dann stehen sich die Kendoka im echten Zweikampf gegenüber. Und auf einmal haut auch jemand richtig zurück. "Das vertragen nicht alle", sagt Peter Lowin. Der 66 Jahre alte Kendo-Trainer des TSV Borgfeld spricht von dem mentalen Druck im Zweikampf. "Manche gestandene Männer sind schon weinend herausgerannt, weil sie von einer Frau oder einem Jugendlichen getroffen wurden", schmunzelt er.

Wie oft Sascha Yokoo das schon passiert ist, will er nicht verraten. Der Nationalcoach trainiert den Nationalkader, hat ein Jahr lang in Japan gelebt. Er besitzt den sechsten Dan, "damit ist er in Europa schon fast ein Heiliger", sagt Lowin. Der achte Dan ist der höchste Grad. Auch Yokoos Frau ist Japanerin, auch sie übt Kendo aus. Während Kendo in Deutschland ein Randsportdasein fristet, sei Kendo in Japan groß, noch größer als Judo, schwärmt Sascha Yokoo. Der japanische Fußball sozusagen. Doch auch er, "der Heilige", bekomme von jedem Otto-Normal-Japaner "etwas auf die Mütze". So auch manchmal von seiner Frau. Persönlich nehme er das aber nicht. Sowie machten Kendo "nur Verrückte", die, die "Star Wars" oder "The Last Samurai" cool fänden. Filmfreaks also. Davon gibt es in Deutschland nur ein paar Tausend. Und Sascha Yokoo muss sieben Frauen und sieben Männer von ihnen auswählen und vorbereiten, die dann im April in Skopje in Mazedonien allein und als Mannschaft kämpfen werden.

Bremer sind nicht unter den Kandidaten, weder vom TSV Borgfeld noch vom Budo-Club, die einzigen beiden Kendo-



Kendo-Coach Sascha Yokoo. (Frank Thomas Koch)

Vereine in der Stadt. Die Zahl der Kendoka schwankt zwischen fünf und zehn, dementsprechend ist auch das Niveau nicht so hoch, dass es für das Nationalteam reichen würde. Tim aber nimmt es gelassen. Der rote Kopf ist verschwunden. Er

muss noch viel lernen. Es fängt bei ihm gerade an, richtig Spaß zu machen. Aber, wenn er Glück hat, kann er selbst einmal nach Japan fahren und dort trainieren. Sein Bruder studiert Japanologie und muss auf jeden Fall ein Auslandssemester machen. Erstmal radelt er aber noch eine Stunde mit dem Fahrrad nach Hause. Es ist das zweite Training an diesem Tag.

Weitere Artikel aus diesem Ressort

Der SV Babelsberg 03 gewinnt „1. Wellness Concept U17-Hallenmasters“ beim TuS Komet

Arsten: Hohes Niveau – hoher Spaßfaktor

Horn: 837 Judoka aus acht Nationen

Tennis-Oberligist BTV von 1896 startet mit

Heimspiel gegen Havelse in Hallensaison: Drei Neue für den Klassenerhalt

Oberneuland: FC Oberneuland dominiert

Peter-Höft-Gedächtnispokal an Niels Elfers:

Vereinstitelkämpfe des Bremischen SV

ONLINE GEHALTSABRECHNUNG

Gehaltsabrechnung einfach erstellen Jetzt kostenlos online testen!



Bisher 1 Kommentar

[Eigenen Kommentar schreiben »](#)

Bitte [loggen Sie sich ein](#), um eigene

Kommentare zu verfassen.

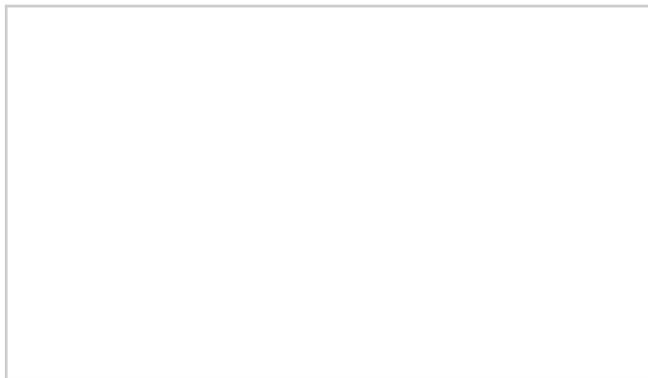
Noch nicht registriert? [Jetzt kostenlos registrieren](#) »

komintar am 20.12.2015 13:20

Hat das einer der Interviewten tatsächlich gesagt?: >>Sowie[so] machten Kendo "nur Verrückte", die, die "Star Wars" oder "The Last Samurai" cool fänden. Filmfreaks also.<< --- Klingt eher - auch die Überschrift - wie der krampfhafteste Versuch der Reporterin, sich berichtstechnisch eine Scheibe vom aktuellen Starwars-Hype abzuschneiden. Für diesen Fall dem Haupte von Frau Elsner ein dezentes 'men!'...

[Zitieren](#) » [Melden](#) »

Diskutieren Sie über diesen Artikel



Bitte folgen Sie [unseren Community-Regeln](#) »

[Abschicken](#)

Das könnte Sie auch interessieren



Zwei Bauarbeiter schweben in Lebensgefahr

Nach dem Unglück an dem Inkoop-Rohbau an der Oldenburger Straße in Delmenhorst hat die Polizei neue Angaben zu den Verletzten bekannt... [mehr](#) »



Solarstrom lohnt sich wieder! Jetzt profitieren!

Entdecken Sie die Möglichkeiten der Förderungen und Vorteile des Eigenverbrauchs! [mehr](#) »

ANZEIGE



Vermisster 19-Jähriger tot aufgefunden

Der seit Freitag als vermisst gemeldete 19-jährige Schüler Hossein Mohammadi D. aus Obervieland ist am Mittwoch tot aufgefunden worden. [mehr »](#)



Junger Mann vermisst

Seit Freitag wird der 19 Jahre alte Hossein Mohammadi D. aus Obervieland vermisst. Er gilt als zuverlässiger Schüler, war aber am Frei... [mehr »](#)



Bis zu 250 €* Bonus gibt`s bei eprimo!

Bis zu 250 € Rabatt für Strom-Neukunden.* Wechseln Sie jetzt den Stromanbieter! [mehr »](#) **ANZEIGE**



Frau durch Rakete lebensgefährlich verletzt

Ein 60-jährige Frau ist in Salzgitter von einer Silvesterrakete auf der Straße lebensgefährlich verletzt worden. Sie erlitt einen... [mehr »](#)

hier werben

 powered by plista