

Elite der Kendokämpfer mass sich in Luzern

Rund 140 Kendokämpfer trafen sich in Luzern zur Schweizer Meisterschaft. Der Sport ist Kampf und Lebensschule zugleich – und wird bei den Luzernern immer beliebter.

ein aus i hreie und das Geräusch von Holz, das auf Holz trifft, hallten ar
 Wochenende durch die Sporthalle Utenberg: Die Austragung der
 Schweizer Meisterschaften im Kendo fand heuer zum ersten Mal in
 Luzern statt. Knapp 140 Athleten nahmen daran teil. Kendo ist die
 älteste japanische Kampfkunst, wie sie bereits die Samurai
 erlernten. Im frühen 18. Jahrhundert wurde der Schwertkampf noch mit echten
 Waffen praktiziert. Um die Verletzungsgefahr zu verringern, benutzte man später
 Bambusschwerter als Waffen und Rüstungen als Schutz

Im Kendo stehen sich zwei Athleten in traditioneller Kleidung und Holzschwertern gegenüber. Ziel ist es, mit Treffern auf Kopf, Rumpf und Handgelenk des Gegners Punkte zu erzielen. Auch Stösse gegen die Kehle sind erlaubt. Überall, wo Treffer gültig sind, ist der Körper geschützt. Der Wettkampf dauert maximal vier Minuten. Hat ein Kämpfer schon vorher zwei Punkte erzielt, hat er gewonnen.

Für Laien sieht Kendo zunächst sehr simpel aus, doch für einen Treffer muss alles zusammenpassen. «Die Vorbereitung, der Schlag und die anschliessende Kontrolle über den Konkurrenten muss stimmen», erklärt OK-Chefin Selina Koller, die auch die Budoschule Luzern führt. Nur zuschlagen reicht aber nicht: «Ein Treffer wird nur gezählt, wenn der Schlag zusammen mit einem Kampfschrei ausgeführt wird», so Koller.

Im Grossformat auf dem Videoportal 

«Kendo ist eine Lebensschule»

Obwohl Kendo ein Vollkontakt-Kampfsport ist, haben Verletzungen laut Koller Seltenheitswert. Blaue Flecken nach einem Kampf seien aber unvermeidbar.

Auffällig ist, wie extrem fokussiert und konzentriert sich die Kämpfer vorbereiten. «Dieser Sport ist für mich eine Lebensschule», sagt ein Kendo-Kämpfer. Kendo helfe ihm, im Alltag Hindernisse zu meistern und mit Menschen respektvoll und ehrfürchtig umzugehen. «Seit ich Kendo betreibe, bin ich selbstbewusster und ausgeglichener geworden», so der SM-Teilnehmer. Wer in dieser Sportart erfolgreich sein will, muss viele schweisstreibende Trainingstage investieren. Vier bis fünf Trainings pro Woche seien unabdingbar, erklärt Koller.

Luzerner Kendoschule: Zulauf von Kindern

Kendo ist in der Schweiz eine klare Randsportart. Zurzeit gibt es in der Schweiz 17 Schulen – gleich zwei davon sind in Kriens und Luzern. Vorkenntnisse oder einen speziell trainierten Körper braucht es nicht. Unter den Luzernern wird die Kampfkunst immer beliebter: «Seit fünf Jahre beobachte ich ein steigendes Interesse bei Kindern und Jugendlichen», so Koller.

Aufmerksam auf diesen Sport würden Interessierte vor allem durch Manga-Filme. «In diesen geht es oft auch um Schwertkampf – und Kindern gefällt es, wenn sie herumschreien und sich austoben können.» Auch für ältere Menschen sei Kendo geeignet: «Es ist nie zu spät, damit anzufangen», betont Selina Koller.

(pz)

Mehr Videos

powered by  veeseo



14 Kommentare

Login

Die beliebtesten Leser-Kommentare

18
3 **andi** am 09.11.2015 09:13 via

Zeit

Finde den Sport selbst extrem cool. Leider würde mir dafür die zeit fehlen.

7
1 **Lehrling** am 09.11.2015 10:35 via

Ich liebe

Kendo, aber durch meine unregelmässige Arbeitszeiten kann ich vielleicht 1x im Monat gehen :(Vorallem wenn ich am Samstag arbeiten muss, denn dann sind die meisten Trainings und wenn nicht, sind sie so weit weg oder am Abend (muss manchmal um 3:00 am Morgen aus den Federn) Der Sport ist aber wirklich toll! Kann ihn nur weiterempfehlen.

9
9 **Anime Manga** am 09.11.2015 10:24

Anime

Es gibt keine Manga-Filme :-)

Die neusten Leser-Kommentare

0
0 **m.st.** am 10.11.2015 12:29

Zu viele Fehler

Nun, der historische Abriss am Anfang ist grundfalsch und viel zu simpel. Aber mehr kann man auf so kleinem Raum wohl auch nicht erwarten. Übrigens, Bambus ist kein Holz. So nebenbei.

3
15 **naja** am 09.11.2015 11:09

«Ein Treffer wird nur gezählt,

wenn der Schlag zusammen mit einem Kampfschrei ausgeführt wird». Dieser Sport wäre mir durchaus sympathisch, aber Treffer nur mit Kampfschrei? Sorry, aber das kann ich einfach nicht ernst nehmen. Das ist in etwa so, als wenn eine Tennisspielerin nur dann Punkte macht, wenn sie beim Abschlag wie z.B. Monica Seles stöhnt. Wo die "Lebensschule" zu finden sein soll, soll mir bitte noch jemand erklären. In einem CH-Trainingsraum sicher nicht.

5
0 **lukas** am 09.11.2015 15:06

man gewöhnt sich dran

Zugegeben das mit dem Schreien ist gewöhnungsbedürftig. Ich damit selber zu Beginn Mühe und das geht glaub ich fast allen so. Es macht aber schon Sin, neben der Körperspannung die dadurch entsteht ist die Psychische Wirkung auf den Gegner nicht zu unterschätzen. Zwar sind der Respekt und er anstand gegenüber dem Gegner im Kendo sehr wichtig aber es wird immerhin die Tötung mit einem Schwert simuliert und das baut schon eine gewisse Mentale Spannung auf. Die Lebensschule kann nur jeder für sich selbst herausziehen oder es bleiben lassen das hat mit dem Ort des Trainings nichts zu tun.

6
0 **Chris** am 09.11.2015 18:51

Mehr als nur ein Sport...

Beim Kendo ist der entscheidende Faktor, ob Punkt oder nicht, das Ki-Ken-Tai-Ichi. Was so viel heisst, wie Geist (Ki, Schrei)-Schwert (Ken, Treffer) -Körper (Tai, Körperhaltung) eins (Ichi) sein müssen. Der Schrei dient dazu zu zeigen, dass der Treffer willentlich und nicht zufällig entstanden ist. Die Lebensschule findet sich sehr wohl in einem CH-Trainingsraum. Die Lebensschule findet sich mittels Respekt gegenüber Gegner, Lehrern, Mitschülern, Training und dem Dojo. Dinge, welche heute sehr oft vergessen werden.

- 7
1 ▶ **Lehrling** am 09.11.2015 10:35 via 
Ich liebe
 Kendo, aber durch meine unregelmässige Arbeitszeiten kann ich vielleicht 1x im Monat gehen :(Vorallem wenn ich am Samstag arbeiten muss, denn dann sind die meisten Trainings und wenn nicht, sind sie so weit weg oder am Abend (muss manchmal um 3:00 am Morgen aus den Federn) Der Sport ist aber wirklich toll! Kann ihn nur weiterempfehlen.
- 9
9 ▶ **Anime Manga** am 09.11.2015 10:24
Anime
 Es gibt keine Manga-Filme :-)
- 2
9 ▶ **Karin** am 09.11.2015 09:50 via 
Alle Sportarten
 bei denen man sich in spezielle Klamotten stürzen muss, wären mir zu aufwändig. Dazu gehört auch Eishockey. Ich treibe nur noch Sport, den ich auch im Alltag ausüben kann.
- 14
0 ▶ **Cybot** am 09.11.2015 10:45
Was bleibt da?
 Mir fällt kein Sport ein, den man in Büroklamotten betreiben könnte. Umziehen muss man sich doch für jeden Sport. Ausser Schach vielleicht.
- 9
0 ▶ **Kendodave** am 09.11.2015 10:46
still better than jogging!
 Na ja die Klamotten und Rüstung sind zwar in den Dojotrainings und Turnieren unerlässlich (Du wirst darüber auch äusserst Froh sein wenn du sie trägst). Viele Katas und Grundübungen sowie Fitnessübungen aus dem Sport kannst du wenn du willst auch nur mit dem Schwert und alleine praktizieren.
- 4
2 ▶ **lukas** am 09.11.2015 10:55 via 
@Karin
 Versteh ich. Macht dafür aber ungemein Spass mal ungehemmt aufeinander einzuschlagen ohne das man einander Verletzt.

↓ Alle 14 Kommentare