

Dienstag, 12. Juli 2016

Kämpfen wie Jackie Chan

Sonnenberg Serie „Mein Hobby - dein Hobby“: Georg Schütte trainiert seit 22 Jahren Sabaki Jitsu Karate. Neben dem harten Training stehen vor allem Respekt und Disziplin im Vordergrund. *Von Waltraud Daniela Engel*

Während seine Klassenkameraden in der Grundschule Fußball spielen wollten, stand für Georg Schütte früh fest: „Ich wollte kämpfen wie Jackie Chan“, sagt der 30-Jährige. Da in der Umgebung in den 90er-Jahren allerdings kein Kung Fu angeboten wurde, begann er mit Karate. Der Entschluss für den Kampfsport liegt mittlerweile 22 Jahre zurück, und Schütte ist bei seinem Hobby geblieben. Inzwischen trägt er den 3. Dan – den dritten schwarzen Gürtel. „Es gibt im Grunde zehn schwarze Gürtel, wobei der zehnte posthum verliehen wird“, sagt er.

Begonnen zu trainieren hat Schütte in Altenriet, zog dann mit der Karateschule um nach Plattenhardt und schließlich nach Bonlanden. Im dortigen Budo-Keller sei er unter Gleichgesinnten. „Unser Karate ist eine besonders offene Stilrichtung“, erklärt der Sonnenberger. Neben klassischen

„Es gibt zehn schwarze Gürtel, wobei der zehnte posthum verliehen wird.“

Georg Schütte, Kampfsportler

Techniken, werden auch Nahkampftechniken, Verteidigung gegen Hebel und Würgeangriffe, sowie Verteidigung gegen Stöcke und Messer trainiert. Sein Trainer Hans Wieser, der ihn schon viele Jahre unterrichtet, lege dabei immer sehr viel Wert auf den Austausch mit anderen Kampfsportschulen und den verschiedenen Stilrichtungen. So trainiert Schütte einmal pro Woche mit dem amtierenden Kickboxweltmeister im Leichtkontakt, Richard Kröz, regelmäßig mit einem ausge-



Georg Schütte (links), Träger des 3. Dan, verbessert sich dadurch, dass er auch andere Kampfsportarten trainiert. Foto: Waltraud Daniela Engel

bildeten Boxtrainer und verschiedenen Spezialisten für Grappling (Anm. d. Red.: einer Form des Kampfes am Boden, bei der der Gegner mittels Würge- und Hebelgriffen zur Aufgabe gezwungen werden soll). „Jeder Stil hat seine Vorteile. Wenn wir das in unser Training einbauen, werden wir stetig besser“, sagt der 30-Jährige.

Gegen das Vorurteil, Kampfsportler seien nur wilde Schläger, wehrt sich Georg

Schütte vehement: „Respekt und Disziplin sind zwei der wichtigsten Tugenden im Karate“, erklärt er. So beginne und ende zum Beispiel jedes Training mit einer Verbeugung an der Tür des sogenannten Dojo, des Trainingsraums. Ziel eines Karatekas sei es, Gewalt zu verhindern, sich verteidigen zu können, jedoch niemals selbst anzugreifen. „Wir sind alle die liebsten und friedlichsten Menschen der Welt“, sagt Schütte und lacht. Verletzungen gebe es auch erstaunlich wenige: Prellungen, blaue Flecke, mal ein kleinerer Bruch. „Alles in allem ungefährlicher als Fußball“, sagt Schütte.

Tatsächlich sei er aber davon überzeugt, dass der gelehrte Respekt und die Disziplin sich auch im Alltag bewährt: „Karate ist eigentlich kein Hobby. Es ist vielmehr eine Lebenseinstellung“, erklärt der 30-Jährige. Neben der körperlichen Fitness, die man brauche, werde man auch geistig gefordert. Bei regelmäßigen Prüfungen müssen die Kampfsportler ihre Techniken unter Beweis stellen. Dazu gehören auch lange, oftmals sehr anspruchsvolle Kombinationen

aus Schlag und Tritttechniken, sowie Drehungen und Sprüngen. Diese sogenannten Katas erfordern oft jahrelanges Training. „Man sagt: drei Jahre, eine Kata“, sagt der Kampfsportler und ergänzt: „Und selbst dann beherrscht man die Technik nicht mal annähernd perfekt.“

Es sei eben aber auch nicht das Ziel, die Perfektion anzustreben, sondern sich immer weiter zu verbessern, Kleinigkeiten zu üben, sein Wissen mit anderen zu teilen und – als Dan-Träger – zu unterrichten. „Karate kann man bis ins hohe Alter machen“, sagt der Sonnenberger. Die älteste Schwarzgürtelträgerin ist Mitte 60. Als mittelfristiges Ziel sehe er deshalb zwar den vierten schwarzen Gürtel, langfristig möchte er aber wieder einen weißen: „Je länger man einen schwarzen Gürtel trägt, desto abgenutzter ist er“, sagt Schütte. Denn ist der Gürtel wieder annähernd weiß, habe man lange und hart trainiert und sich Respekt verdient, erklärt er. „Und vielleicht kann man dann kämpfen wie Jackie Chan“, sagt Schütte und lacht.

MEIN HOBBY - DEIN HOBBY

Serie Die Filder-Zeitung stellt ihren Lesern in der Serie „Mein Hobby - dein Hobby“ Menschen vor, die ihre Freizeit mit einem ungewöhnlichen Hobby verbringen. Dafür haben wir begeisterte Sammler, furchtlose Sportler oder auch leidenschaftliche Fans besucht und uns erzählen lassen, warum ihnen ihre Lieblingsbeschäftigung besonders ist und wie sie

ihre Leidenschaft entdeckt haben. Unter anderen haben wir ein Ehepaar gefunden, das 500 Kakteen besitzt, einen Unterwasserrugby-Spieler, der schon seit 40 Jahren abtaucht, oder eine Square Dancerin, die auf Zuruf etwa 100 verschiedene Figuren aufs Tanzparkett bringt.

Mitmachen Wenn auch Sie ein besonderes Hobby haben, senden Sie uns unter dem Stichwort „Mein Hobby - dein Hobby“ doch

bitte eine E-Mail an redaktion@filder-zeitung.zgs.de. Oder schreiben Sie uns per Post an die Filder-Zeitung, Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart. wde

MACH MIT!