

## Charakteristika der großen japanischen Stilrichtungen

### Shotokan

Shotokan geht auf Funakoshi Gichin (1869 - 1957) zurück. Funakoshi hatt bei Itosu Anko und Azato Anko gelernt. Beide gehörten einer heute als Shorin Ryu bezeichneten Strömung an.

Einige Kennzeichen:

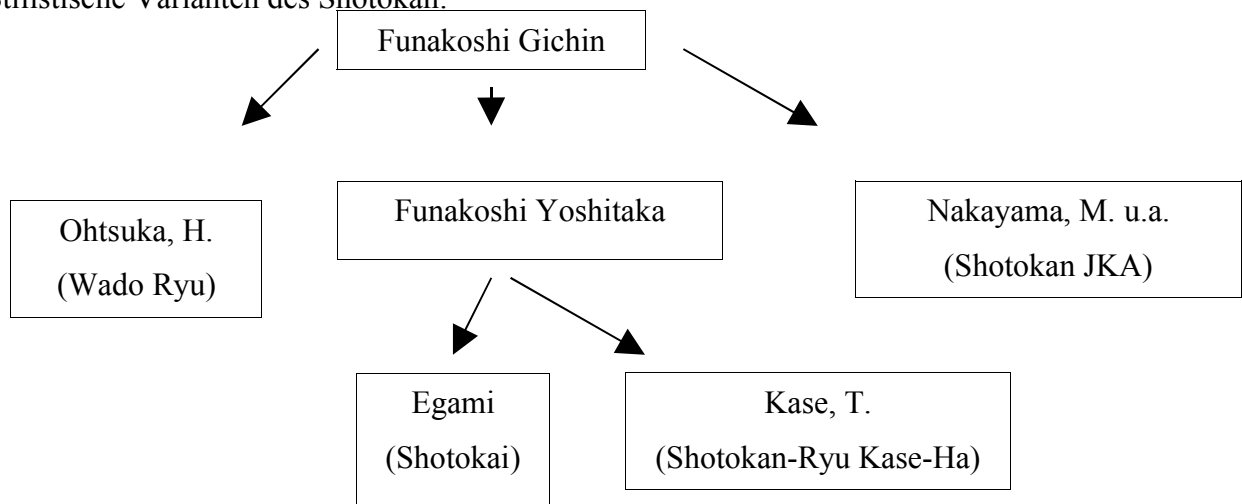
- 15 ursprüngliche Stilkata. Jetzt 26 Kata (ohne Taikyoku-Varianten).
- Der Unterricht bestand aus Kata, evtl. Bunkai, Kihon, Makiwara-Training. Später wurden neue Kumite-Formen hinzugefügt: Gohon Kumite, Sanbon Kumite, Kihon Ippon Kumite, etc.
- Die Stände waren zunächst hoch.
- Während des zweiten Weltkriegs änderte sich das Stilkonzept durch Funakoshi Yoshitaka (= der Sohn).

Die Unterschiede in Stichworten:

Funakoshi Gichin: kürzere Stände, kurze Distanz zum Gegner. Erster Angriff oft mit kurzen kraftvollen Fußtechniken auf tiefe Ziele, gefolgt von Wurftechniken. Übte auch Kobudo.

Funakoshi Yoshitaka: aufrechte Stände, flüssige Bewegungen; größere Distanz. Lange Fußtechniken gegen hohe Ziele (Mawashi Geri; Yoko-Geri-Kekomi; Ushiro-Geri). Kaum Wurftechniken. Keine Waffen (obwohl: es gibt Photos, die ihn mit Kobudo-Waffen zeigen).

- Stilistische Varianten des Shotokan:



## **Wado Ryu**

Wado Ryu wurde 1939 von Ohtsuka Hironori (1892 - 1982) gegründet. Zuvor war Ohtsuka 8 Jahre lang Schüler von Funakoshi Gichin gewesen. Als er bei Funakoshi mit Karate begann, war er schon Meister des Shindô Yoshin-ryu gewesen. Neben Funakoshi hatte er noch einen zweiten Karatelehrer gehabt: Motobu Choki. Dessen Schwerpunkt war Kumite gewesen. Ohtsuka verließ Funakoshi denn auch wegen differierender Auffassungen über die Integration von Kampfübungen in das Training.

Einige Veränderungen gegenüber dem Shotokan:

- verkürzte Stände
- keine weit ausholenden Bewegungen; engere Bewegungen
- große Ökonomie der Bewegungsformen (Aufwand <-> Wirkung)
- Betonung des Tai-sabaki (Ausweichen).

Für das Ausweichen gab es drei Regeln:

*Nagasu* - atmen wie Wasser

*Inasu* - vorbeigleiten lassen

*Noru* - umwickeln

Dem Ausweichen folgte ein Atemi-Schlag und abschließend oft ein Wurf.

Der Stil hat drei Prinzipien:

*Ten-i*      Veränderung der Stellung

*Ten-tai*    Gewichtsverlagerung

*Ten-gi*     Anwendung der Technik

Kata:

Es werden die alten Katanamen verwendet.

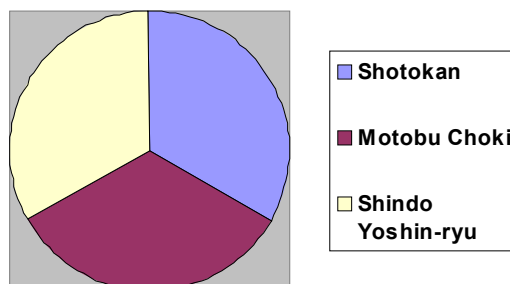
Folgende Kata werden trainiert: Pinan 1-5, Naihanchi 1, Seisan, Kushanku, Chinto.

Kihon-Kumite:

Ohtsuka hat versucht, ihm wichtiges in die Form von 10 festgelegten Partnerübungen zu gießen.

Die Bestandteile des

Wado Ryu:



Fritzlar

**Shito Ryu**

Shito Ryu wurde 1934 von Mabuni Kenwa (1889 - 1952) als Stil gegründet. Seine Lehrer waren Itosu (Shorin-Ryu) und Higa(shi)onna (Shorei-Ryu). Im Laufe der Zeit haben sich verschiedene Unterstile herausgebildet. Zwei in Deutschland vertretene Varianten sind Hayashi-Ha-Shito-Ryu (vertreten durch Girolamo Vermiglio in Ludwigsburg) und Itosu-Kai (in Norddeutschland).

Mabuni Kenwa war ein Jäger und Sammler was das Karate anbetrifft. Er hat von sehr vielen Leuten gelernt. So hat der Stil auch von fast allem etwas, gut sichtbar an den Herkunftsquellen der geübten

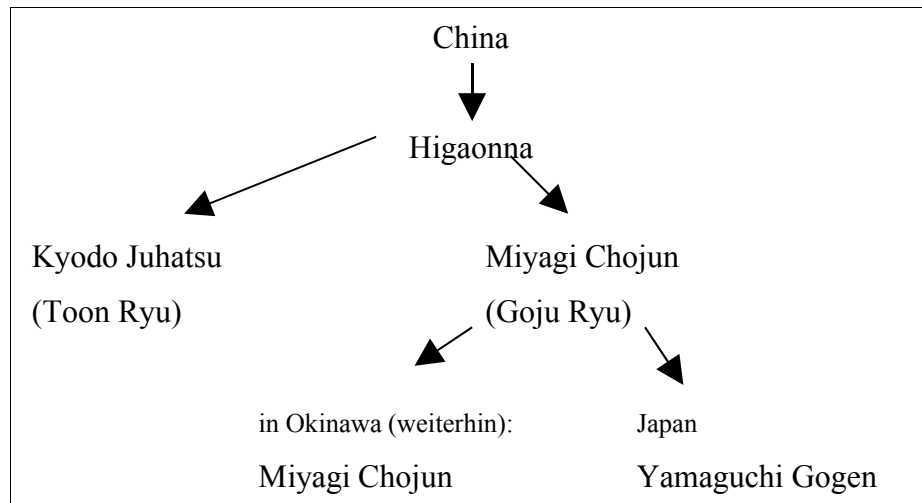
Kata:

- Higashionna ist die Quelle für die auch im Goju Ryu geübten Kata
- Miyagi: Tensho
- Aragaki Kamadeunchu (Niigaki): Unsu, Sochin, Niseishi. Diese drei Kata entstammen dem Tomari Te. Vermutlich haben sie ihren Weg in das Shotokan über Mabuni gefunden.
- Gokenki: Neipai, Hakutsuru u.a. Kata aus dem chin. Stil "Weißer Kranich"
- versch. andere Quellen für z.B. Matsumura no Passai
- eigene Kata-Neugründungen

Eine Eigenheit des Stils ist, dass das Waffentraining - wie in Okinawa üblich - ein selbstverständlicher Bestandteil des Trainings ist.

## **Goju Ryu**

Goju Ryu begann sich um 1920 durch Miyagi Chojun auszubilden.



### Die Hauptpunkte von Miyagis Goju Ryu:

*Te chikate mani:* Perfektion der Kata

*Bunkai:* - Kata Bunkai  
- Yakusoku Kumite (Oberbegriff für abgesprochene Kumiteformen)

*Te tochimani:* Variante des Yakusoku-Kumite mit realistischen Endtechniken.

*Ikukumi:* Übung des wirklichen Kampfes. Der Höhergraduierte darf sich nur verteidigen, ohne Konter.

### Einige allgemeine Kennzeichen des Goju-Ryu:

- Sanchin-Dachi, Nekoashi-Dachi, Shiko-Dachi als Grundstellungen.
- Mawashi-Uke (runde Abwehrbewegungen)
- tiefe Fußtechniken
- Ibuki-Atmung, eine Form des Qi Gong. (Im Toon Ryu wird wesentlich sanfter geatmet, bei gleichem Ursprung!)

Die im Goju Ryu geübten Kata sind: Gekisai 1 +2, Sanchin, Tensho, Saifa, Sanseru, Seisan, Suparinpei, Seienchin, Shisochin, Seipai, Kurunfa.

### Einige Kennzeichen des Vorläufers "Naha Te":

- kurze, runde Fausttechniken
- Nahdistanz
- starke, feste Stellungen
- niedrige Fußtechniken