

Kampfkunst verbindet alte E

SPORT IM WANDEL: Ju-Jutsu hat in Kirchheimbolanden eine fast drei Jahrzehnte währende Tradition. Die Kampfkunst tut sich seit der Corona-Pandemie schwer, im neuen Jahr soll sich das mit einem neuen Angebot ändern.

VON SARA BRUNN

BISCHHEIM/KIRCHHEIMBOLANDEN.

Spannung liegt in der kleinen Sporthalle in Bischheim in der Luft. Es ist die Trainingsstätte der Ju-Jutsuka des Turnvereins Kirchheimbolanden, seit die Turnhalle des Nordpfalz-Gymnasiums bei einem Brand 2019 beschädigt wurde. Noch ist sie nicht wieder nutzbar, die Sanierung dauert noch. An diesem Abend ist es eine besondere Situation für die 13 Kinder. Sie stellen sich den strengen Augen dreier Prüfer, um den nächsten Gürtel zu erlangen. „Wir trainieren mit den Kindern einmal in der Woche, für die höheren Gürtel müssten sie eigentlich zweimal trainieren“, erklärt Peter Finck, selbst Ju-Jutsuka und Trainer. Er trägt den 1. Dan, einen schwarzen Gürtel, den ersten Meistergrad. Abteilungsleiter Bernd Mohr ist mit dem 5. Dan noch um einiges erfahrener. Er berichtet von der anstrengenden Trainingsarbeit im Vorfeld seiner letzten Prüfung, er kennt die Anforderungen bestens, weiß, wie viel Aufwand hinter der Sportart steckt.

Mohr, der in Hermersberg wohnt, gehört zu den ersten Ju-Jutsukas im TVK. Als vor 28 Jahren im Turnverein die Idee zu dieser Abteilung aufkam, trat auch er kurz darauf ein: „Die damalige Judoabteilung hat gesagt, wir brauchen noch etwas anderes als Judo. Karl Hartmetz war Polizist, kannte Ju-Jutsu darüber und war überzeugt, dass es etwas Tolles ist“, berichtet Mohr, der selbst von einem Freund auf die Sportart aufmerksam und ins Training mitgebracht wurde. „Ich habe früher Fußball gespielt, bin irgendwann zum Studium weggezogen und mein damaliger Trainer hat gesagt, es spielt nur, wer unter der Woche im Training war. Also war ich raus“, erzählt Mohr. Die Leidenschaft für Ju-Jutsu löste schließlich die Fußballbegeisterung ab – da war er 36 Jahre alt. Auch für ältere Einsteiger sei Ju-Jutsu sehr geeignet, sagt Mohr.

Doch seit der Corona-Pandemie, verbunden mit mehreren erzwungenen Trainingspausen, kämpft die



Bernd Mohr (rechts) ist einer der erfahrensten Ju-Jutsuka des TV Kirchheimbolanden.

ARCHIVFOTO: STEPAN

TVK-Trainingsgruppe damit, neue Sportler zu gewinnen. „Man kriegt unglaublich schwer neue Leute“, sagt Finck. „Der Stamm ist geblieben, aber gerade bei der Jugend hat es uns schon getroffen, sie sind uns alle ans Studium verlorengegangen und neue kommen kaum vorbei.“ Dabei haben sie schon vieles ausprobiert: Schul-AGs, die Vorstellung des Sports auf Veranstaltungen wie dem Hobby-Finder-Tag, ein Frauenselbstverteidigungsworkshop zum Weltfrauentag.

Typisch für die Ju-Jutsuka des TV Kirchheimbolanden: Sie eint das Interesse und die Beschäftigung mit anderen Kampfsportarten und -stilen. So trägt Mohr auch den 2. Dan im Jiu-Jitsu sowie den 2. Dan in Hanbo-Jutsu. Im neuen Jahr will er dafür sorgen, dass dieser Stil sich auch beim TVK etabliert. Trainiert wird es bereits seit einiger Zeit. „Wir setzen auf Hanbo-

Jutsu und hoffen, dass wir da das Interesse nochmal wecken können“, sagt Mohr. Hanbo ist eine Kampfkunst, die mit einem Stock ausgeführt wird. „Wir wollen damit diejenigen Ju-Jutsuka auffangen, die eher technisch etwas machen wollen, weniger wettkämpforientiert sind“, sagt Mohr. Es sei ein Beleg dafür, wie sich nicht nur die Abteilung, sondern auch die gesamte Sportart immer wieder wandelt, neue Elemente aufnimmt und ergänzt.

Ju-Jutsu als deutsches System entstand vor etwa 60 Jahren, berichtet Mohr, sei als Kampfsystem für die Polizei eingeführt worden. „Es hat sich aus Judo, Karate und Aikido heraus entwickelt, aber wir haben auch viel aus philippinischen Kampfsportarten übernommen, Stocktechniken und Messertechniken kamen dazu.“ Es ist eine Art „Zehnkampf“ der Kampf-

emente mit der Moderne

Tradition. Abteilungsleiter Bernd Mohr
Nachwuchs zu gewinnen.



Das erfolgreiche Team beim Domstadt-Pokal: Tatjana Esemann, Jeremy Uzoagba, Jan Selig, Natascha Hilbert und Joshua Selig. FOTO: FINCK/GRATIS

künste, erklärt er. Die Sportart beinhaltet unter anderem verschiedene Bewegungsformen, Fall- und Abwehrtechniken, Tritte, Schläge und Stöße, sowie Wurf-, Hebel-, Würge-, oder Festhalte- und Bodentechniken.

Durch diese Vielseitigkeit werde es nicht langweilig im Training, Ju-Jutsu sei technisch anspruchsvoll: „Wir machen immer etwas anderes“, Schlagen, Treten, Werfen oder Bodenkampf beispielsweise. „2000 wurde Ju-Jutsu noch einmal revolutioniert, vieles wurde realitätsnäher gemacht“, erzählt Mohr. Seitdem werde die Verteidigung gegen einen Angreifer aus der Bewegung heraus geübt, um eine möglichst realistische Angriffssituation nachzustellen. Ju-Jutsu, das macht Mohr deutlich, gehe weniger vom eigenen Angriff aus, sondern stelle die Selbstverteidigung gegenüber verschiedenen Angriffs-

bewegungen in den Mittelpunkt des Handels. „Wir wollen eher deeskalieren“, erklärt Mohr.

Das zeigt sich auch in den verschiedenen Lizenzen und Fortbildungen des Trainerteams. „Bei uns hat jeder Trainer eine Lizenz und darüber hinaus auch verschiedene Fortbildungen. Das ist mir als Abteilungsleiter sehr wichtig“, sagt Mohr. Er selbst ist Ju-Jutsu-C-Trainer, B-Trainer Gewaltprävention (DOSB), hat die Bundesprüferlizenz sowie unter anderem Fortbildungen zum Argumentations- und Integrationstraining sowie zur Selbstbehauptung und Frauen-Selbstverteidigung besucht.

Der Kampfsport weist auch Gemeinsamkeiten zu anderen Kampfkünsten auf. „Wichtig ist immer der Respekt vorm Partner, wir wollen ihn nicht verletzen“, das verbinde Ju-Jutsu mit anderen asiatischen Kampf-

künsten. Doch sein Sport sei an vielen Stellen offener, „weniger ideologisch“, meint Mohr: „Im Aikido haben sie vor jedem Training das Bild ihres Meisters hervorgeholt, sich davor gebeugt, eine ganze Zeremonie ausgeführt“, berichtet er von früheren Beobachtungen. „Da sind wir im Ju-Jutsu offener und es entsteht eher im Dialog. Wir laufen nicht so sehr den uralten Traditionen hinterher.“

55 Mitglieder hat die TVK-Abteilung, 15 im aktiven Bereich. „Wir haben drei, vier wirklich gute Wettkämpferinnen und Wettkämpfer, die auch am 28. Januar zu den Westdeutschen Meisterschaften fahren werden“, erzählt Mohr. Wer dort unter die besten drei kommt, erhält das Ticket für die deutsche Meisterschaft, an der einige Sportler auch schon 2021 teilnahmen. Einige der noch jungen Ju-Jutsuka haben es auch in den Landeskader geschafft: Dort trainieren Jeremy Uzoagba, Natascha Hilbert sowie Jan Selig, Joshua Selig und Tatjana Esemann, die für den VfL Eppelsheim kämpfen. Mit diesem gibt es seit Jahren eine Trainingspartnerschaft. Auch auf Wettkämpfen unterstützen sich Sportler und Trainer beider Vereine. So auch beim letzten Wettkampf des vergangenen Jahres in Limburg. Beim Domstadt-Pokal kamen Hilbert (bis 63 kg), die gegen Esemann kämpfte, und Uzoagba (U21, bis 67 kg) aufs Treppchen. Für den VfL waren auch Jan Selig (Herren U21 bis 77 kg, Rang drei) und Joshua Selig (U14 bis 50 kg, Rang zwei) dabei.

DIE SERIE

Sport im Wandel

Viele Sportarten gibt es bereits seit Jahrzehnten, doch sie haben sich über die Zeit verändert. Neue Trends sind dazugekommen, alte Übungen oder Disziplinen wurden ersetzt. In der Serie stellen lokale Sportlerinnen und Sportler ihre Sportart im Wandel vor und berichten von früheren Erlebnissen und heute. |snk