

KARATE RELOADED

Veröffentlicht am 27. Dezember 2016 um 10:29, Autor: Roland Zolliker



2016 geht dem Ende entgegen, Zeit zurückzublicken. In der in Frage gestellten globalisierten Welt ereignete sich Einiges. 2016 war ein Wendepunkt. Politisch und wirtschaftlich bebte es. Terroranschläge, Cyberangriffe, der Brexit, die Wahl Donald Trumps, das Referendum in Italien, die Angst vor einer erneuten Banken- und Eurokrise, Aleppo, das Ringen um die Umsetzung der Massen-einwanderungsinitiative.

Heute ist die Welt eine andere. Es ist der Beginn einer radikalen Denk- und Zeitenwende. Die Rückkehr der Identität der Nationalstaaten, das Auflehnen gegen internationale Eliten und Bürokraten. Politische Verantwortung (alle Massnahmen die auf die Realisierung bestimmter Ziele in Staat und Gesellschaft hinwirken), d.h. Effektivität (die richtigen Dinge tun) und Effizienz (die Dinge richtig tun) will wieder mehr in begrenzt-überschaubaren Rahmen wahrgenommen werden.

Die SKF, seit 1979, ist und war schon immer beispielgebend für eine den Menschen und ihren unterschiedlichen Stilinterpretationen ausgerichtete Organisation. Übergeordnet was nur übergeordnet geleistet werden kann (WKF-Leistungssport mit Nationalkadern, Schweizermeisterschaften, Swiss Karate League, J+S, esa, Sportartenlehrer), delegierbar was nur delegierbar leistbar ist (Pflege der Stilrichtungen, internationale Stil-Cups, Breiten- und Gesundheitssport).

Darum ist die SKF keine zentral- sondern eine föderalistische Organisation mit sechs starken Sektionen. Sie garantiert die freiheitliche Entfaltung des Einzelnen, die individuelle Gestaltung der gewählten Stilrichtung. Nicht in einer gemeinsamen Sprache, einem gemeinsamen Stil, ruht in der SKF die Grundlage und innere Haltung, sondern im vereinten Streben nach Freiheit im Gestalten und Wirken des Karatedo.

Die Marke SKF (Das Original, seit 1963) steht für ihre Kultur, ihre Regelungen, ihre Werte, ihre Traditionen, ihre Ehren- und Anstandspflichten. Wer sich daran nicht halten will, sollte sich die Aussage von Johan Wolfgang von Goethe merken: Wer sich den Gesetzen nicht fügen will, muss die Gegend verlassen, wo sie gelten. **Swiss Karate Federation First.**



First – dies gilt auch für das Karate der World Karate Federation. Die Mitglieder der WKF betreiben zu 99% traditionelles Karatedo. Im Alter von 14 bis 35 Jahren betreiben einige Top-Athleten das Karate als Leistungs- und später als Spitzensport. Sie sind jetzt Teil der grossen olympischen Familie. Die Zukunft im Wettkampfsport, **Karate 3.0**, ist olympisch: Emotional-verbindend, begeisternd.

Sie findet nicht mehr in Träumen sondern in der Wirklichkeit statt. Der Entscheid des Internationalen Olympischen Komitee, Karate in die Spiele Tokyo 2020 und bereits in die Olympischen Jugendspiele 2016 in Buenos Aires aufzunehmen, löste weltweit grosse Emotionen, Euphorie (Etymologisch, griechisch „euphoria“, Fruchtbarkeit) aus. Ein neues Karate-(Sport) Leben entsteht.



Dies zu nutzen und das ganze Potential optimal abzurufen, ist die **Zielsetzung 2017 plus**. Entscheidend ist, ob alle (Athleten, Trainer, Förderer) diese neue Ausgangslage erkennen, verinnerlichen und bereit sind, alle zur Verfügung stehenden Ressourcen abzurufen, einzusetzen und weiter zu entwickeln: Kreativ, quer-denkerisch, evolutionär, revolutionär.

Egal ob im Zeitalter der Geborenen der 68er-Bewegung, der Beat-Generation, oder die 50iger in Hochphase des Kalten Krieges, die 70iger mit der Zeit der Ölschocks und der Stagflation oder die 80iger mit dem Einmarsch der Sowjetunion in Afghanistan und dem 8 Jahr andauernden 1. Golfkrieg zwischen Iran und Irak. Es gibt keine Entschuldigung, keinen einzigen Grund nicht in das Zeitalter Karate 3.0 einzutreten. Zeitenwende.

Zurück in die nahe Welt 2017. Dies im Bewusstsein, dass sich das Karatedo im Mikrokosmos, beobachtbar lediglich als Mesokosmos unter allen Sport- und Bewegungsarten, ereignet. Dies im Gegensatz zu der Welt des Grossen.

Vom 17.-20. Januar das bedeutende „Made in Switzerland“ Weltwirtschaftsforum in Davos, am 20. Januar Einführung des 45. Präsidenten der USA, im April und September entscheidende Richtungswahlen in Frankreich und Deutschland. In Basel findet die 100. Mustermesse statt. John F. Kennedy (1917-1963) wäre 100 Jahre alt geworden. Vor 500 Jahren erfolgte der Anschlag der 95 Thesen, Disputatio pro declaratione virtutis indulgentiarum, von Martin Luther (1483-1546).

Wer nach Patagonien fährt kann eine ringförmige Sonnenfinsternis am 26. Februar beobachten. Der Mond wird die Sonne zu mehr als 99 Prozent decken. Passend in eine Zeit, wo das höhere Denken vielfach durch das Agieren mit dem Reptilienhirn ersetzt wird.

Karate reloaded: Auf dem Weg zu Olympia.

Erfolg interagiert heute mit vielen verschiedenen Leistungsträgern. Die jeweiligen Stärken zu nutzen, miteinander zu verbinden, zu optimieren ist der Schlüssel zu Olympia, zu den vorgelagerten Meilensteinen Welt- und Europameisterschaften, WKF K1 Turniere.

Hier gilt es Emotionen auszulösen, Visionen aufzuzeigen. Denn alles, so die Erkenntnisse der Gehirnforschung, was keine Emotionen auslöst, ist für das Gehirn sinn-, wert- und bedeutungslos. Karatedo löst intensive nachhaltig wirkende Gefühle aus. Das zeigen die Turniere der Swiss Karate League und die beiden Schweizermeisterschaften im WKF-Sport- und im traditionellen Karate. Diese Events, sowie der Fujimura-Cup, gehören, nebst den Ausbildungsgefässen im Kinder-, Jugend- und Erwachsenensport, zu den Kernkompetenzen der SKF.

Ziele:

Zentrales Ziel ist es **Athleten** hervorzubringen, die in einer ersten Phase ein nationales und dann ein internationales Leistungsniveau erreichen. Das angestrebte Endprodukt sind Medaillen an Olympischen Spielen, Welt- und Europameisterschaften. Um dieses Ziel zu erreichen ist die Fokussierung auf die Optimierung von **Trainingsprozessen** und der Teilnahme an **Weltranglistenturnieren** zu legen. Nur über ein qualitativ hochwertiges Training können die Athleten das hohe Niveau der Swiss Karate League Turniere auf nationaler und der Karate1 Turniere auf internationaler Ebene erreichen.

Im **Training** bedarf es konkreter Massnahmen, welche die Schulung technischer, taktischer und konditioneller Fähigkeiten und Fertigkeiten umfassen und dabei ein optimales Verhältnis von Belastung (duale Karriere) und Erholung garantieren.

Diese Anforderungen lassen sich nicht auf der Basis von 2-3 Trainingseinheiten pro Woche erreichen, sondern verlangen nach einer Mindestquantität und Trainingseinheiten, die vor allem für eine gezielte individuelle Schulung im technischen, koordinativen und athletischen Bereich genutzt werden können.

Erst eine adäquate Anzahl von Trainingseinheiten ermöglicht eine inhaltliche Trainingsgestaltung, die dem Anforderungsprofil des modernen Sportkarate in technischer, taktischer und konditioneller Hinsicht Rechnung tragen kann. Eine optimale Trainingsgestaltung erfordert zudem eine individuelle Planung, d.h. auf das Eingehen auf die einzelnen Athletentypen, und Dokumentation der Trainingsinhalte für die einzelnen Athleten.

Die **nationalen Wettkampfsysteme** sind derart zu gestalten, dass sie den Athleten eine ausreichende Turnierpraxis auf möglichst hohem Niveau garantieren. Ein wesentlicher Grund, warum in den verschiedenen Sektionen zu wenig Karateka den Sprung auf das nationale Leistungsniveau schaffen, liegt darin, dass die Leistungsunterschiede zwischen den Turniersystemen der einzelnen Sektionen zu gross sind. Diese Leistungsunterschiede gilt es zu reduzieren, indem Wettkampfsysteme entwickelt werden, die altersmässig speziell auf den Bereich der Anschlussförderung (U21) einerseits, aber auch auf die neue Situation mit Olympischen Jugendspielen (14-18 Jahre), ausgerichtet sind.

Die **personellen Ressourcen** sind vor allem auf die beiden zentralen Akteure, auf die es im Trainingsprozess entscheidend ankommt, nämlich auf Athlet und Trainer zu fokussieren. Die Optimierung der Trainingsprozesse ist im hohem Masse davon abhängig, ob es gelingt, die besten Karateka (Talente) und die besten Trainer zusammenzuführen. Das setzt mit Blick auf die Talente gezielte Sichtungsmassnahmen voraus, wenn es darum geht, auf Dojo-, Sektions- und nationaler Stufe die besten Talente zu entdecken. Die Entdeckung allein reicht aber noch nicht aus. Vielmehr müssen die Talente auch denjenigen Dojo und Stützpunkten zugeführt werden, in denen sie am besten gefördert werden.



Die **zeitlichen Ressourcen** werden im Hinblick auf das tägliche Training sowie die längeren Abwesenheitszeiten, durch die Teilnahme an zentralen Nationalkadertrainings und Wettkämpfen, benötigt. Die für eine optimale Leistungsentwicklung notwendigen Zeitressourcen stehen aber nur dann zur Verfügung, wenn die Trainings- und Wettkampfverpflichtungen mit den aussersportlichen Verpflichtungen koordiniert werden können.

Ausreichende **finanzielle Ressourcen** ermöglichen eine Optimierung der Trainings- und Wettkampfmassnahmen sowie die Betreuung der Karateka und der Organisation aller notwendigen Bereiche.



Die Optimierung der Trainingsprozesse ist schliesslich auch von **räumlichen Ressourcen** abhängig, die zum einen Hallenzeiten (Maggligen) für das Nationalkadertraining betreffen, zum anderen aber auch Trainingsstätten für die athletische Ausbildung umfassen müssen. Da man davon ausgehen muss, dass die wenigstens Dojo über eigene Finesseinrichtungen (Kraft- und Ausdauergeräte) verfügen, sind sie auf entsprechende Kooperationen mit

kommerziell betriebenen Fitness-Studios und/oder sportmedizinischen (Leistungsdiagnostik) Zentren angewiesen.

Neben der operativen und konzeptionell-strategischen Ebene ist auch die normative Ebene von zentraler Bedeutung. Hier geht es darum, die Leistungssportförderung in den Sport-Reglementen, mit klarem Bekenntnis zum olympischen WKF-Sport-Karate, der Sektionen zu verankern. Die **normative Ebene** ist von zentraler Bedeutung, denn je mehr Sektionen, aber auch Dojo die Verbesserung der Leistungssportförderung zu ihrem Ziel erklären, desto stärker wird der Anreiz auf Andere, Gleiches zu tun, und es kommt zu Prozessen der wechselseitigen Beobachtung und Leistungssteigerung.

Die sportlichen Erfolge der letzten Jahre sind das Resultat einer auf Spitzenleistungen ausgerichteten starken politischen Führung (Zentralvorstand, Nationale Schiedsrichterkommission), einem teil-autonomen Leistungssportbereich und der Strategie der Balance zwischen Leistungs- und Breitensport. Die SKF definiert sich aus vielen subtilen Elementen wie unterschiedliche Kulturen, Stilrichtungen, politische Standpunkte, Kantone, Sprachen, von den Eltern übertragene Werthaltungen und so weiter. Damit diese Gleichgewichte intakt bleiben, ist ihnen Sorge zu tragen. Das ist für das Funktionieren der SKF im engeren, für die Schweiz im Gesamten existenziell.

Um dies zu erreichen, wird die SKF das System «FTEM-Schweiz» auf «**FTEM-Karate**» adaptieren. Es beruht auf den vier Schlüsselbereichen F für **Foundation** (Fundament), T für **Talent**, E für **Elite** und M für **Mastery** (Weltklasse). Diese vier Schlüsselbereiche sind in zehn Phasen aufgeteilt: **F1** (Entdecken, erwerben und festigen der Bewegungsgrundformen), **F2** (Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen), **F3** (Sportartspezifisches Engagement und/oder Wettkampf), **T1** (Potenzial zeigen), **T2** (Potenzial bestätigen aufgrund nationaler Kriterien), **T3** (Training intensivieren und stärkeres Engagement um höhere Ziele zu erreichen), **T4** (Anschluss an die nationale Spitze schaffen, sich gegenüber der Konkurrenz durchsetzen), **E1** (Schweiz international repräsentieren, herausragende Leistungen erbringen, Anschluss an die internationale Spitze), **E2** (Top-8 Rangierung an WM/EM, K1, Gewinn von Medaillen), **M** (Dominieren der Sportart, konstanter internationaler Erfolg).

Für 2017: Nelson Mandela (*Madiba*), Friedensnobelpreis 1993

