

## **Frauenkarate in der Schweiz**

**Von Pionierinnen und von den Anfängen des Damen-Kumite**

**Arbeit zur Prüfung zum 5. Dan**

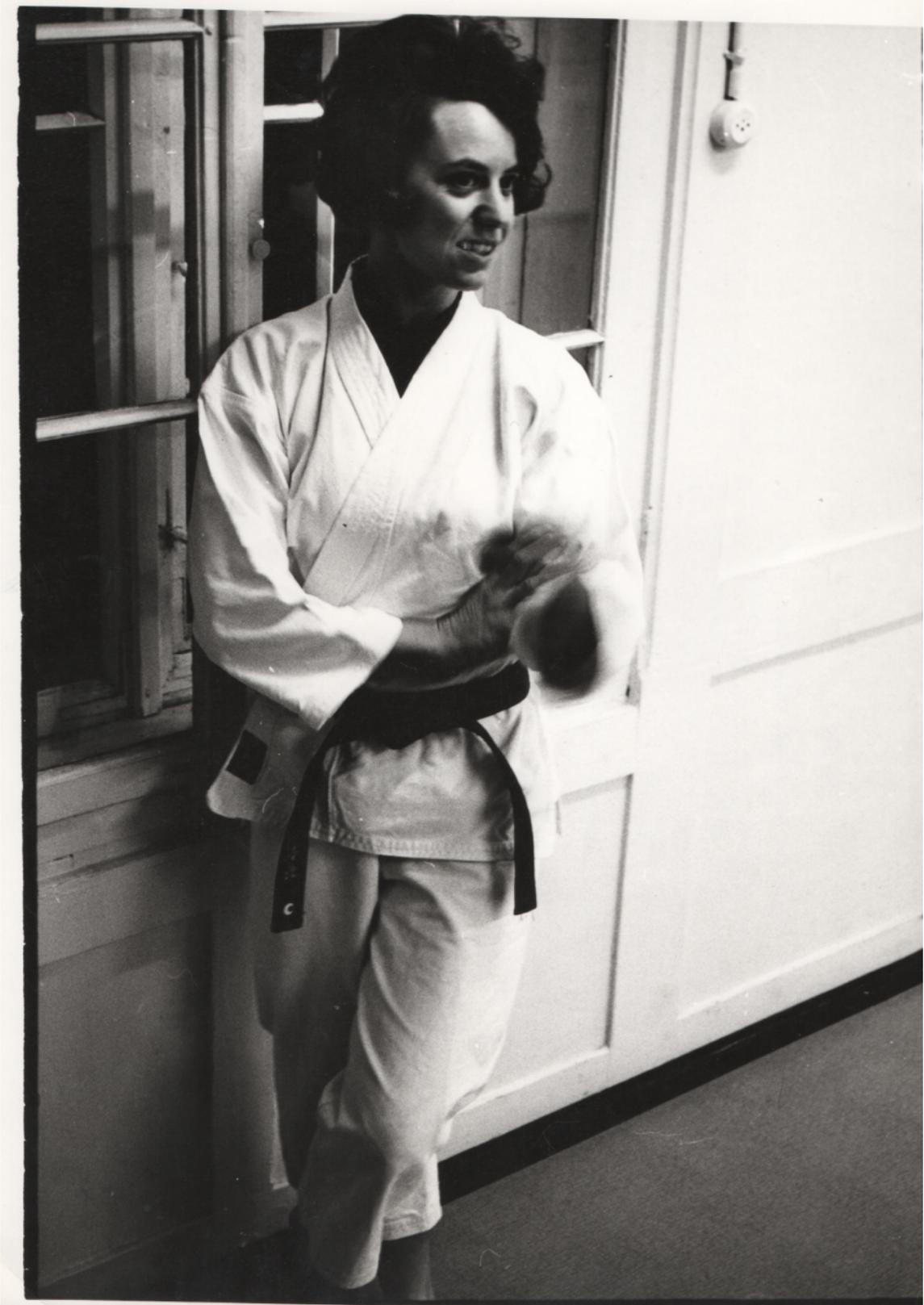
**eingereicht der Prüfungskommission SKU**

**von**

**Sara Schär Reinhart, Zürich**



Foto: Caroline Minjolle



**Annemarie Pfeiffer, ca. 1967**

## **Inhalt**

### **1. Über mich**

- 1.1. Curriculum vitae.....4 - 5
- 1.2. Mein Karate.....6 - 7
- 1.3. Erfahrungen aus dem Unterricht einer Damenklasse.....8

### **2. Einleitung**

- 2.1. Warum dieses Thema?.....9
- 2.2. Zum Inhalt.....9 - 10
- 2.3. Danksagung.....10

### **3. Frauen im Karate - Wie es begann**

- 3.1. Die Anfänge des Karate in der Deutschschweiz.....11
- 3.2. Annemarie Pfeiffer, eine Pionierin im Schweizer Karate.....13 - 16
- 3.3. Aufbruch in die Siebziger Jahre.....16

### **4. Damen Kumite und wie es dazu kam**

- 4.1. Erste Versuche im Kumite-Wettbewerb und wie es dazu kam.....17
- 4.2. Erste Erfolge und wie es weiterging.....17 - 19

### **5. Zusammenfassung.....19**

### **6. Quellenverzeichnis.....20**

### **7. Erklärung.....21**

## 1. Über mich

### 1.1. Curriculum vitae

#### Personalien

Sara Schär Reinhart,

geboren 29.01.1964, von und in Zürich,

Limmatquai 70, 8001 Zürich

#### Karate-Laufbahn

##### Gradierungen:

Beginn:	04.11.1980, Sport-Center Nippon, Zürich
1. Dan	24.11.1988, Sensei Kimura, Zürich
2. Dan	28.10.1990, Sensei Kimura, Zürich
3. Dan	07.11.1993, Sensei Kimura, Zürich
4. Dan	16.12.2000, TK Shukokai Schweiz, Zürich

##### Funktionen:

Unterrichtet seit 1988

Leiterin und Coach J&S Karate

Leiterin J&S Kindersport

Mitglied Technische Kommission Shukokai Shito-Ryu

Schiedsrichterin National B SKF

##### Senseis, chronologisch:

1980-1982 **Rolf Peterhans**/Nippon Zürich;

1985-1996 **Steve Lunt**/Shukokai Karate Akademie Zürich;

1985-1995 **Shigeru Kimura**/New Jersey USA; Kimura Kurse Schweiz/Ausland

1985-heute **Kaspar Reinhart**/Karate Akademie Zürich,

2006-heute **Tommy Morris**/Kobe Osaka International.

## Wichtige Stationen:



**Shukokai Weltcup 1991**, Brunnen: Das erfolgreiche Damen Team 1. Platz Team Kumite; v.l.n.r. Eva Stricker 2. Platz Einzelkumite und Technikpreis; Daniela Galilei 1. Platz Einzelkumite, Sara Schär 3. Platz Einzelkumite.

- 1983 Mitglied des ersten Schweizer Damen Nationalkaders
- 1987 - 1995 Mitglied Shukokai National Team, Weltcups Team-Gold 1987/1991,/1993 -Silber 1989
- 1988 Beginn als Karate-Lehrerin in der Shukokai Karate Akademie
- 1988 - 2000 Unzählige Shukokai Turniere, viele Erfolge
- 1992 Tani-Ha Shukokai Weltturnier, Kobe, Japan, Teilnahme als Kämpferin
- 1993 Fünfwöchiger Aufenthalt als Uchi Dachi bei Sensei Kimura
- 1993 - 1995 SV-Leiterin ESSM und eigene SV Kurse an der Akademie
- 1995 Uchi Dachi bei Sensei Kimura (1942 - 1995)
- 1993-2003 Verbands-Sekretärin Shukokai Karate Schweiz
- 1996 Verantwortlich für den Internet Auftritt shukokai.ch, Aufbau Homepage
- ca. 1996-1998 Shukokai Zeitung, verantwortlich für Inhalt und Produktion
- 1996 Letzte Teilnahme an einem Shukokai Weltcup (New Jersey), Kata
- 2008 KOI Weltcup in Latina, Italien, Teambegleitung

## 1.2. Mein Karate

November 1980 - Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne... Noch heute sehe ich die Szene vor meinem geistigen Auge, als wäre es gestern gewesen: Da stehe ich in der ersten Reihe (von Vieren) und hebe meinen Arm zwecks Abwehr eines von oben kommenden Angriffs. So einfach ist das? Fasziniert demonstriere ich das Gelernte zu Hause in der Küche; immer und immer wieder fordere ich meine Mitbewohner auf: „Griiff nomal aa!!“. Fortan reiste ich zwei Mal pro Woche von Küsnacht nach Zürich zum Training.

Aus reinem Zufall geriet ich durch einen Freund in diesen Anfängerkurs des Sportcenters Nippon, das aus Platzgründen die Anfängerkurse in die Saalsporthalle ausgelagert hatte. Zu dieser Zeit war es grosse Mode, Karate zu machen. Bruce Lee war mit seinen Filmen in den Kinos zu sehen, es fand ein kultureller Umbruch statt, auf den Zürcher Strassen war einiges in Bewegung. Auf jeden Fall konnte es nicht schaden, als junge Sängerin einer Punkrockband ein paar Selbstverteidigungstricks zu erlernen, dachte ich mir. Shukokai Karate sei in diesem Bereich sehr gut und die Schlagstärke dieses Stils berüchtigt, hiess es. So kam es, dass ich mich mit ca. 120 lernwilligen Anfängern vor Karatelehrer Rolf Peterhans, frisch gebackenem 1. Dan und seinem Assistenztrainer Röbi Sutter in die Reihe stellte und die ersten Schlag- und Abwehrtechniken nachahmte.

Unvergessen bleibt mir, wie an diesem und an jedem weiteren Training jeweils irgendwann die Tür zur Halle aufging und erst der Kopf, dann die ganze Erscheinung von Walter Eichenberger auftauchte, uns mit einem freudigen „guten Abend meine Damen und Herren!“ begrüßte, unbesehen der Übung in der wir uns gerade befanden, um sodann gefühlte zwanzig Minuten lang die neuesten T-Shirts, Karate-Gis und Zubehör zu präsentieren, welches es bei ihm zu erwerben gab. Einmal wurde uns erklärt, dass wir später einen Karatepass mit Lizenz des Schweizerischen Karate-Verbandes erwerben müssten. Es ging das Gerücht um, dann würden wir offiziell in das Waffenregister der Schweiz eingetragen...das glaubte ich allen Ernstes ein Weilchen und ich konnte es kaum erwarten, einen solchen „Waffenschein“ zu erhalten.

So setzte ich meine Sportkarriere (seit Kindheit: Rhythmik/Metzenthin Kindertheater/ Klassisches Ballett/Jazztanz) als Karateka fort. Und in der Schulsportstunde wunderte sich Herr Ogasawara über den plötzlichen sportlichen Eifer einer pubertierenden Sechzehnjährigen...

Ich war eine fleissige, ehrgeizige Schülerin und bald schon war ich Teil einer „Karate-Showtruppe“ und durfte in der Saalsporthalle mit anderen zusammen Karate-Demonstrationen vorführen. 1983 wechselte ich, wie schon einige andere vor mir, zur Shukokai Karate Akademie und noch im gleichen Jahr durfte ich zum ersten Mal an ein nationales Kyu-Turnier nach Genf reisen, wo ich in der Kategorie Damen-Kumite startete. Im Januar des folgenden Jahres ging es nach Lausanne. Dort hatten wir vor dem Turnier eine Trainingseinheit mit dem National-Coach. Erich Marti war im ersten Moment nicht gerade begeistert, dass er Damen trainieren sollte. Steve Lunt erklärte sich bereit (anfangs auch mit mässiger Begeisterung) diesen Job zu übernehmen, da er sowieso schon einige Frauen hatte, die sich für die Kumite Wettbewerbe interessierten und gerne kämpften. So gelangte ich ins erste Damen Nationalkader.

1984 unternahm ich eine halbjährige Reise in Zentralamerika und als ich zurück kam, war Steve Lunt ins Tessin gezogen und hatte die Akademie an Kaspar Reinhart übergeben. Dort fand ich mich wieder zum Training ein und fortan trainierte ich bei meinem zukünftigen Mann, besuchte die Kurse von Sensei Kimura und von Steve Lunt, der immer wieder aus dem Tessin anreiste, um uns zu unterrichten.

Ab 1987 war ich im Shukokai Nationalteam und startete regelmässig in den Shukokai Weltcups und an den Shukokai Turnieren in der Schweiz sowohl in Kata als in Kumite. Unser „Golden-Girls“ Kumite-Team Galilei/Schär/Stricker verzeichnete viele Erfolge und ich durfte mich sogar in Kata unter den besten Acht finden. Unser Stil war zwar nicht gerade für Kata bekannt, diese Disziplin wurde von Sensei Kimura eher stiefmütterlich behandelt. Trotzdem interessierte mich Kata sehr, und ich übte mich sehr viel und gerne darin.

Sensei Kimura konzentrierte sich darauf, uns die Verbindungen im Körper zu vermitteln und wie wir diese zur Optimierung eines ansatzlosen, kräftigen Schlages oder geschmeidiges Blocken einsetzen konnten. Sein Körperverständnis und seine Schlagkraft suchten seinesgleichen. An den einwöchigen Kursen gaben wir jeweils unser Letztes. Nicht selten endeten wir nach dem Nachtessen wieder im Dojo, wo wir weiter übten, bis wir total „hinüber“ waren. In dieser Zeit habe ich unglaublich viel über meinen Körper und seine Mechanismen gelernt. Wenn man müde ist, kann sich der Körper nicht mehr gegen die Technik wehren, das war eine der Theorien unseres Senseis. Und es hat funktioniert.

Eine unvergessliche Zeit verbrachte 1993 ich als Uchi Dachi (Hausschülerin) von Sensei Kimura in seinem Amerikanischen Shukokai Hauptquartier in Tenafly, N.J. Während fünf Wochen wohnte ich im Dojo. Ich besuchte jedes Training - bis zu vier pro Tag - trainierte mindestens zwei Stunden täglich für mich. Oft schaute Sensei Kimura vorbei und erteilte mir zusätzlich Privatunterricht. Daneben war ich verantwortlich für die Sauberkeit des Dojos, der Garderoben, des ganzen Hauses. Doch das ist ein Thema für eine weitere Arbeit. In dieser Zeit habe ich enorm viel gelernt, nicht nur über Karate-Technik, sondern auch über Durchhaltewillen und Grenzen überwinden...

Im Juli 1995 reiste ich ein weiteres Mal nach New Jersey, um einige Wochen bei Sensei Kimura zu verbringen. Doch nach einigen Tagen meines Aufenthalts starb er plötzlich und aus heiterem Himmel. Wenn ich daran denke, geht es mir noch heute sehr nahe. Ich vergesse nie sein letztes: „See you tomorrow!“

Die J & S Kurse ab 1993, zuerst als Leiterin Selbstverteidigung für Frauen (Judo C) und dann als Leiterin Karate, haben mir als Lehrerin viele Inputs gegeben. Weitere Stationen waren die Erfahrungen als Schiedsrichterin erst im Shukokai, danach im SKF. Im Training bei meinem Mann Kaspar Reinhart lerne ich jedes Mal wieder Neues dazu und ich geniesse die sehr bereichernden Kurse mit Sensei Tommy Morris im In- und Ausland (Kobe Osaka International).

### 1.3. Erfahrungen aus dem Unterricht einer Damenklasse

Während über fünfzehn Jahren (1996-2012) durfte ich einmal pro Woche eine reine Damenklasse unterrichten. Das machte mir als Frau grosse Freude. Es besteht tatsächlich ein Unterschied zur gemischten Klasse. Zu meiner eigenen Überraschung veränderte sich die Art, mein Wissen weiterzugeben.

Der zeitliche Horizont von einer Gurtprüfung zur Nächsten, war ein längerer. Ich konnte mir mehr Zeit für technische Feinheiten nehmen, manchmal eine ganze Lektion lang an einem einzigen Detail oder Körpergefühl feilen. Frauen muss man in der Regel nicht lange erklären, wo das Hara zu finden ist. Sie wissen, wo sich der Beckenboden befindet und wie er aktiviert wird oder wie sie ihren Atem einsetzen können.

Auch Selbstverteidigung nahm seinen Platz im Training ein - ich stellte jedoch fest, dass die Frauen ein grösseres Interesse an den technischen Aspekten von Karate hatten. Das gab mir Platz zum Experimentieren. Und nicht selten konnte ich von meinen Schülerinnen lernen, sie inspirierten mich zu neuen Übungen, beispielsweise zum Thema „Erforschen der inneren oder äusseren Linien“.



**Bild:** Damenklasse ca. 2010

Mich beeindruckte, mit welchem Körperverständnis die meisten Frauen von Natur aus gesegnet sind. Nicht von Muskeln geplagt oder behindert, sondern mit Neugier und Enthusiasmus gingen meine Schülerinnen zu Werke. Sie verstanden und probierten selber aus, stellten Fragen und freuten sich selbst an kleinen Erfolgen. Am Ende einer Lektion verliess ich sehr oft beglückt, inspiriert und begeistert das Dojo und die Erkenntnisse aus diesen Stunden haben mein eigenes Karate nachhaltig beeinflusst. Die Frauenklasse hat mich als Lehrerin ein grosses Stück weitergebracht.

## **2. Einleitung**

### **2.1. Warum dieses Thema?**

Ich war immer schon ein Fan vor Frauenkarate. In sportlicher Hinsicht vereint sich in Karate auf hohem Niveau technisches Können mit den körperlichen Voraussetzungen und geistigen Fähigkeiten der Frau in perfekter Harmonie. Es gelingt einer Frau fast nie, Technik mit übermässigem Krafteinsatz zu zerstören. Die Balance zwischen Eleganz, Anmut, Geschmeidigkeit und Kraft manifestiert sich im Frauenkarate eindrücklich.

In den fünfzehn Jahren, während derer ich eine Damenklasse unterrichtete, bewunderte ich im Training die Hingabe und den Willen meiner Schülerinnen, weiterzukommen aber auch ihre Geduld. In Ihnen sah ich oft den in der Kampfsport-Theorie vielzitierten Bambus: Biegsam aber nicht zerbrechlich. Die meisten haben mit über 30 Jahren mit Karate begonnen und unterschieden sich sehr von meiner Generation, die sich noch mit Männern „prügeln“ und sich gegen diese durchsetzen musste. Selbstverständlich hat sich das Training im Allgemeinen sehr gewandelt und es ist wohl unter anderem diesem Umstand zu verdanken, dass heute ein relativ hoher Anteil an Frauen die Dojos bevölkert.

Weil zu Stilen und technischen Aspekten bereits sehr umfangreiches Material existiert, beschloss ich, ein geschichtliches Thema zu wählen und über die Geschichte von einigen Frauen im Schweizer Karate zu berichten. Wer waren Sie und wie ist es ihnen ergangen in der martialischen Welt des Kampfsports?

### **2.2. Zum Inhalt**

Am Anfang meiner Recherchen für diese Arbeit stellte ich mir vor, dass ich im Internet einmal über die Geschichte der Frauen im Kampfsport im Allgemeinen weltweit, dann in der Schweiz und schliesslich spezifisch im Karate recherchieren würde und mir dann bei entsprechenden Frauen die noch etwas tieferen Informationen mittels Gesprächen einholen würde. Die Überraschung war gross als ich feststellte, dass sich hier über dieses Thema rein gar nichts herausfinden liess. Die Google Suchen „Frauen Karate Geschichte“ ergaben lustige Einträge wie „Frauen die hauen“, einen Beitrag über boxende Ladies, und vor allem Ergebnisse zu unzähligen Karate-Wettkämpfen der Frauenkategorie. Nicht viel anders sah es aus bei anderen Kombinationen von Keywords aus; die Suchergebnisse waren ernüchternd. Auf diesem Weg würde ich keine Informationen erhalten. Also musste ich mich durchfragen. Das war einerseits eine grosse Herausforderung, andererseits stellte es in Aussicht, interessante Gespräche zu führen und Zeitzeuginnen zu treffen, mit denen ich sonst nicht oder nicht mehr in Kontakt gekommen wäre. Darauf freute ich mich sehr und ich sollte nicht enttäuscht werden.

Doch wo beginnen? Ich wusste, dass die Frau des Göttis meines Mannes die erste Frau der Schweiz war, die einen Schwarzgurt erlangte. Dort wollte ich ansetzen. Obwohl wir keinen regen verwandtschaftlichen Kontakt pflegen war sie sofort bereit, mich zu empfangen und schon bald verbrachten wir einen vergnüglichen Abend in ihrem Daheim.

An den Wänden hingen Diplome, Danksagungen und Widmungen namhafter Karatemeister, welche früher in ihrem Hause ein- und ausgingen. Kurz vor meiner Ankunft hatte sie - nach längerer Suche auf dem Dachboden - noch eine Schachtel gefunden, deren Inhalt sich für meine Arbeit als wahre Schatz entpuppte: Fotos, Karatepass des Schweizerischen Judo-Verbandes (bereits einmal wieder aus dem Abfalleimer geholt), sowie Berichte und Unterlagen über ihren damaligen Karateclub in Winterthur. Mir wurde schnell klar, dass ich einen grossen Teil meiner Arbeit ihr widmen würde - einer wahren Pionierin des Frauenkarate in der Schweiz und sogar noch mehr. Ihr Name ist Annemarie Pfeiffer.

So kam es, dass diese Arbeit eher in der Form einer Reportage daher kommt, als in streng wissenschaftlicher Art. Und ich hoffe, damit etwas zur Dokumentation des Themas „Frauenkarate in der Schweiz“ beizutragen.

Die vorliegende Arbeit beschränkt sich auf die Deutsch-Schweiz und auf den Zeitraum 1960er und 1970er Jahre bis 1983 - das Jahr in dem die erste WUKO-Europameisterschaft mit Frauen-Kumite stattfand. In den 1960er Jahren beleuchte ich vor allem den Karate- und Budo-Club Winterthur, in den 1970er Jahren den Stil Shukokai, weil dort einige Frauen trainierten, die für die Entwicklung des Frauenkarate wichtig waren und weil ich selber Shukokai trainiere und so aus eigener Erfahrung berichten kann.

Bei den Jahreszahlen kann es teilweise um ein/zwei Jahre ungenau sein, da es sich nicht mehr hundertprozent eruieren liess.

Ich habe nur einen kleinen Teil des Themas Geschichte des Frauen-Karate in der Schweiz beleuchtet - und möchte noch mehr darüber herauszufinden. Vielleicht werden ja noch weitere Arbeiten dazu geschrieben, was mich sehr freuen würde.

### **2.3. Danksagung**

Ich bedanke mich für die interessanten Gespräche und die vielen Informationen, die ich von den folgenden Personen erhalten durfte:

Annemarie Pfeiffer, Ilona Toth, Ursula Lunt, Noramae Omotayo Herzog, Daniela Galilei, Bellinda Sigillò, Dora Reinhart, Urs Spörri, Roland Zolliker, Erich Marti. Gregory Germond, Sportantiquariat in Zürich.

Meinem Mann Kaspar Reinhart für die Begleitung der Arbeit.

Meinen Lehrern, die mich bis hierhin unterrichtet, mich fürs Karate begeistert und gefördert haben - es immer noch tun. Senseis Rolf Peterhans, Steve Lunt, Kaspar Reinhart, Shigeru Kimura (1942-1995) und Tommy Morris.

### 3. Frauen im Karate - wie es begann

#### 3.1. Die Anfänge des Karate in der Deutschschweiz

In den Judo- und Jiu-Jitsu-Clubs der Deutschschweiz ging Ende der 1950er Jahre das Gerücht herum über einen geheimnisumwitterten Kampfsport namens Karate. Während Judo und Jiu-Jitsu - oft ausgehend von Polizei- und Armeeangehörigen - vielerorts praktiziert wurde, war Karate noch gänzlich unbekannt. In Winterthur unterrichtete so ein Mann, er hiess Bruno Dammert Judo.

1960 besuchte er in Mürren einen einwöchigen Karate-Kurs unter der Leitung von M. Ikeda, 6. Dan. Nach den Judo Lektionen führte sein Assistent, M. Kondo, 5. Dan einige wenige Interessierte in Karate ein. Es gab jedoch keine Möglichkeit, danach die erworbenen Kenntnisse zu vertiefen. Bruno Dammert jedoch wollte mehr wissen. In den Jahren 1961/1962, während seines Welschlandaufenthaltes, bekam er Gelegenheit dazu. Er besuchte täglich und jedes Wochenende Kurse in Judo, Jiu-Jitsu, Aikido sowie Karate. Sein erster Trainer war J.C. Bächtold, 1. Dan, Karate-Trainer im Budokan Lausanne. So kehrte er als 3. Kyu nach Winterthur zurück und demonstrierte das Gelernte nach einem Judo-Training seinen interessierten Kolleginnen und Kollegen. Es bildete sich eine Interessengruppe und schon bald trainierten etwa 14 Männer und 4 Frauen regelmässig nicht nur Judo, sondern auch Karate. Unter ihnen war Annemarie Pfeiffer. Trainiert wurde neben den Judomatten. Das Trainingslokal befand sich in einer Halle der Schützenwiese, wo noch heute das Fussballstadion von Winterthur steht (welches nicht mehr ganz den heutigen Fussball-Standards genügt). Im Sommer fand das Training auch draussen auf der Schützenwiese statt.

**Bild:** Kurs mit Bernard Cherix in Winterthur



Mitte 1962 entstanden Kontakte zu Bernard Cherix, 2. Dan, Trainer im Karate Club Sion und zu Jürgen Seidel, der das erste Karate-Lehrbuch in Deutsch verfasst hatte. Zu jener Zeit war es so, dass alles über persönliche Kontakte lief, man nahm gegenseitig an Kursen teil und lernte so wiederum weitere Leute kennen. Bruno Dammert pflegte also den Austausch mit Deutschland, Frankreich und mit dem Wallis. Er reiste nach Bad Godesberg an die Wochenendkurse des Deutschen Karatebundes (die Deutschen waren offenbar schon organisiert) und bald wurde er ermächtigt, selber Gurtprüfungen bis zum 3. Kyu abzunehmen. Die Winterthurer Karate Gruppe organisierte sich 1963 zu einer Sektion innerhalb des Judoclubs. In diesem erstem Gremium war Annemarie Pfeiffer dabei.

Die Gruppe, vor allem Bruno und Annemarie, organisierte erste Karate-Einführungskurse in Zürich, im Jahre 1962. Nach einem dreimonatigen Einführungskurs formierte sich der Club Karate-Kai Zürich. Die Winterthurer leiteten noch über längere Zeit die Trainings dort, bis der Club quasi selbstständig wurde. Auf diese Weise „pflanzten“ Bruno und Annemarie weitere Karateclubs in Schaffhausen und Rapperswil. Gleichzeitig waren sie massgeblich beteiligt an Gesprächen mit Bernard Cherix zwecks Gründung eines Schweizerischen Karateverbandes, der sich später aus dem Judoverband herauslösen sollte.

Im Februar 1965 wurde in Winterthur erstmals ein Karatekurs öffentlich ausgeschrieben. Die Resonanz war gross und fortan gab es vier bis fünf Einführungskurse in Karate, welche von Annemarie Pfeiffer geleitet wurden. 1967 wurde aus dem Judo-, Karate und Jiu-Jitsu-Club Winterthur der Karate- und Budo-Club Winterthur ausgelöst. Annemarie Pfeiffer wurde sowohl Präsidentin als auch Mitglied der Schulungskommission.

Sie organisierte sehr viele Kurse, u.a. mit Jean Claude Knupfer und Bernard Cherix aus Sion.

1967 zog der Club um. Da die Generalversammlung einen hauptamtlichen Trainer (Koichi Sugimura) und eine Trainerin (Annemarie Pfeiffer) anstellte, musste nun ein eigenes Dojo her. Dieses fand sich auf dem Gelände des heutigen Stadttheaters Winterthur. Eine Lagerhalle im ehemaligen Hotel Heimat wurde zum Dojo umgebaut. Selbstverständlich wurde gemeinsam angepackt und etliche Stunden wurden auf dem Bau zugebracht. An der grossartigen Dojo-Einweihung waren Vertreter aus Politik, Behörden, Presse und auch Fernsehen zugegen. Natürlich gab es auch eine Karate-Demonstration, die ihre Wirkung nicht verfehlte. Der Club prosperierte, zählte 1978 über 250 Mitglieder und somit zu den grössten Karate- und Budoclubs der Schweiz.

Ausgehend von Winterthur wurden Instruktionkurse in anderen Deutschschweizer Judoclubs und organisiert und Karate dort bekannt gemacht. So entstanden neue Karateclubs und ein Netzwerk, aus welchem schliesslich der SKR mit Koichi Sugimura sowie der Schweizerische Karateverband, heute SKF, hervorgingen. Diese Geschichte ist nachzulesen auf der neuen Homepage des SKF.

Der Karate- und Budoclub Winterthur besteht noch heute. Zusammen mit Karate Kai Winterthur bildet er sozusagen das Erbe von Bruno Dammert (welcher Mitte der 2000er Jahre verstarb) und Annemarie Pfeiffer.

**Quelle:** „Jubiläumsschrift Karate- und Budo-Club Winterthur“ aus dem Jahre 1978, verfasst von Bruno Dammert, und Gespräche mit Annemarie Pfeiffer

### 3.2. Annemarie Pfeiffer, eine Pionierin im Schweizer Karate

Annemarie Pfeiffer war weitgehend Mutter und Hausfrau, als sie Anfangs Sechzigerjahre mit Judo und danach mit Karate begann. Es zeugt von einem offenen Geist, der durch ihr Haus wehte, welcher es ihr erlaubte - nachdem Mann und Kinder bekocht worden waren - sich anfangs einmal pro Woche, später jeden zweiten Abend, auf den Weg ins Dojo zu machen, um zu unterrichten. Ihr Mann schaute zu Hause zu den Kindern. Dies in einer Zeit, in der das Rollenverständnis sehr auf der konservativen Seite war, also Frau im Haushalt, Mann an der Arbeit.

Was nun Karate anging, so war dieser Sport für Männer wie auch für Frauen neu und insofern noch nicht explizit mit einem Geschlecht besetzt. So waren von Anfang an Frauen unter den Neugierigen und viele von ihnen blieben und entdeckten diese faszinierende körperliche Betätigung für sich. Interessant ist, dass damals - es gab ja noch kaum Wettkämpfe, auch bei den Männern steckten sie noch in den Kinderschuhen - die Selbstverteidigung einen grossen Stellenwert einnahm und in vielen Dojos praktiziert wurde. In Gesprächen wurde mir immer wieder gesagt, dass Frauen froh waren, vom Judo zu Karate wechseln zu können, war es den meisten von ihnen mit der Zeit unangenehm, mit Männern auf Tuchfühlung zu gehen. Oft hatten sie mit subtilen, von ihnen nicht gewollten Körperberührungen zu tun. Karate, mit seinen technischen Feinheiten und der natürlichen Distanz zum Trainingspartner kam da den Frauen entgegen.

Selbstverteidigung war in den Anfangsjahren selbstverständlicher Teil des Karate-Trainings und war für Publikationen beliebt. Es gibt einige Bücher, die mit stylischen Fotos zum Thema veröffentlicht wurden (z.B. „Keiner ist wehrlos“/Honor Blackman/Scherz Verlag, 1967). Die Annabelle (Schweizer Frauenmagazin) veröffentlichte ebenfalls in den Sechzigerjahren eine Serie über Selbstverteidigung. Annemarie Pfeiffer stellte sich für diese Fotostrecken zur Verfügung. Auch für den Automobilclub TCS (Bild links) posierte sie für Aufnahmen.

**Bild rechts:** SV anlässlich Fotoshooting im neuen Dojo in Winterthur.



Für Annemarie Pfeiffer war es sofort klar, dass sie sich 1962 der kleinen Gruppe anschliessen würde, die mit Bruno Dammert zusammen im Judoclub Karate trainieren würde. Sofort engagierte sie sich, als es darum ging, sich zu organisieren, stellte sich als Vereinspräsidentin zur Verfügung und packte an, als einige Jahre später das neue Dojo gebaut wurde. Als Präsidentin kümmerte sie sich bis 1974 um den Mitgliedernachwuchs. Sie war eine sehr umtriebige Person und legte sich voll ins Zeug. Sie schaltete Inserate und warb, wo immer sich eine Gelegenheit ergab, Mitglieder. Sie gab unzählige Kurse in Winterthur und in neu gegründeten Karate-Gruppen. Annemarie unterrichtete jeden zweiten Abend Karate. Bruno Dammert spezialisierte sich früh auf Selbstverteidigung. Die beiden teilten sich die Bereiche auf.

Im Karate-Training der Sechziger Jahre hatte Kumite keinen grossen Stellenwert. Das Training besteht hauptsächlich aus Kihon (Grundschule), Kata, Ippon Kumite, bei dem Angriff und Verteidigung abgesprochen sind, sowie aus Selbstverteidigung. Es waren denn auch ein paar wenige Männer, die sich an der ersten Schweizermeisterschaft in der Saalsporthalle Zürich 1970 in Kumite massen. Eine Teilnahme von Frauen war kein Thema. Man konnte sich zu dieser Zeit noch nicht vorstellen, dass sich Frauen im Wettkampf begegnen könnten.

**Bild links**, Kumite Kurs mit Jean Claude Knupfer in Winterthur.

**Bild rechts**, Fototermin im neuen Dojo; Annemarie mit Koichi Sugimura. (Foto H. Witschi).



Neun Jahre nach Bernard Cherix, dem ersten Karate-Schwarzgurt der Schweiz, besteht im November 1967 Annemarie Pfeiffer als erste Frau der Schweiz bei Hirokazu Kanazawa die Prüfung zum ersten Dan.

Es trainierten viele Frauen bei Annemarie die von sich selber sagt, sie sei eine strenge Lehrerin gewesen. Ihre ersten Erfahrungen als Lehrerin machte sie bei Walter Eichenberger im Nippon Zürich. 1966 begann sie in Winterthur mit Kindertrainings. Mit viel Eifer und Freude waren die Mädchen und Jungen bei der Sache. Erst neulich hat sich Annemarie Pfeiffer mit einem Mädchen aus jenen ersten Tagen getroffen. Sie ist heute Kinderärztin und konnte sich noch lebhaft an ihre Karatestunden erinnern. Annemarie unterrichtete von 1964 bis 1970 in Winterthur. Danach unterrichtete sie an der Sonderschule in Ringlikon, eine Einrichtung der Stadt Zürich für schwierige Kinder, Karate als Anti-Agressions-Therapie.

Während Ihrer aktiven Zeit im Karate- und Budo-Club Winterthur war Annemarie nicht nur Trainerin, sondern sie kümmerte sich auch darum, geeignete Trainer einzuladen und diese während deren Aufenthalt zu betreuen. In ihrem Haus gingen bald hochdekorierte Karatemeister ein und aus; die Japaner kamen, wie sie sagt. Als erster wurde 1967 Koichi Sugimura als hauptamtlicher Trainer verpflichtet. Annemarie besorgte ihm eine Bleibe und schrieb ihn an der Universität ein, damit er bleiben und unterrichten konnte. Die Meister Kanazawa, Oshima und Nakayama gingen in ihrem Haus ein und aus. Man trainierte im Garten, sie bewirtete die japanischen Gäste und machte mit ihnen Ausflüge, sogar Skiferien in Obersaxen / Ilanz standen auf dem Unterhaltungsprogramm. Kanazawa hatte allerdings Angst vor den Kühen, erinnert sich Annemarie. Die Karatemeister schätzten Ihre Gastfreundschaft sehr - viele Dankschreiben und -Zeichnungen zeugen davon.



**Bilder:** o.l.: Ausflug mit Sensei Enoeda; o.r. mit J.C. Knupfer, E. Marti, Oshima;

u.l.: v.l.n.r. Dammert, Shirai, Kase, Pfeiffer, Enoeda, Kanazawa, u.r.: Dankeszeichnung von Kanazawa

Insbesondere zum Wallis wurden rege Kontakte gepflegt. Jean Claude Knupfer reiste an, um Kampftraining zu geben. Die Winterthurer reisten ins Wallis, um dort mit Bernard Cherix zu trainieren. Oder nach Lugano, wo Kurse mit Bernard Cherix und jeweils einem japanischen Instruktor organisiert wurden. Diese gegenseitigen Besuche waren immer verbunden mit einem schönen Ausflug und geselligem Zusammensein.

### 3.3. Aufbruch in die Siebziger Jahre

Die Siebzigerjahre waren Jahre des Aufbruchs. Frauen und Männer befreiten sich von Konventionen. Grössere und kleinere Revolutionen fanden statt, viele Leute organisierten und politisierten sich. Als Kind eines Junge-Eltern-Haushaltes bekam ich Einiges davon mit, es ging laut und lustig zu im Hause Schär. In unserem Wohnzimmer fanden unzählige Versammlungen statt, man besuchte Konzerte, Demonstrationen gegen den Vietnamkrieg und wir Kinder hatte relativ grosse Freiheiten. In dieser Zeit wurde sehr viel diskutiert, man beschäftigte sich tief mit den Dingen. Männer und Frauen suchten nach neuen Formen des Umgangs. Grundsätzlich war Vieles offener geworden.

Bruno Dammert drückt es in Bezug auf Karate in der Jubiläumsschrift von 1978 so aus: „Hierarchie im Sportsektor führte in unserer modernen Zeit nicht zum erhofften Ziele, im Gegenteil, es führte ständige zu Aufsplitterungen, neuen Stilrichtungen und jeder Meister versucht, Prestige aufzubauen und Finanzen zu sichern. Im Karate- und Budo-Club Winterthur gibt es keine „Vergötterung“. Es gelten die demokratischen Spielregeln, die Unabhängigkeit, das Engagement eines jeden Einzelnen im Clubgeschehen, die Mitsprache und die Mitbestimmung. Die Voraussetzungen dazu sind Respekt und Achtung des Gedankengutes und des Wissens des anderen“.

Auch sein Club wurde nicht von Abgängen verschont. 1972 löste sich eine Gruppe aus dem Budo- und Karate Club Winterthur aus und gründete, mit Koichi Sugimura als Trainer, ein eigenes Dojo, aus welchem dann der SKR hervorging.

Immer mehr Frauen fanden in den Siebzigerjahren den Weg in die Dojos. Der Anteil dürfte so bei fünfzehn Prozent gelegen haben. Frauen und Männer trainierten weitestgehend gleichberechtigt. Der Frauenanteil ist seither steigend. Es dauerte aber doch noch erstaunlich lange, bis das Damen-Kumite an den Wettkämpfen eingeführt wurde. Hier eine Übersicht (besten Dank an Roland Zolliker für einige Zahlen):

- 1964: 1. Kata Turnier für Damen und Herren in Deutschland
- 1974: 1. Fujimura Cup, Bellinda Sigillo, 11 Jahre alt, ist jüngste Teilnehmerin Kata
- 1975: Erstmals Frauen Kata an den DKB Meisterschaften
- 1976: 1. Frauenturnier der deutschen Karate Sektion des Judoverbandes
- 1978: 1. Deutsche Mannschaftsmeisterschaften des DKV, Darmstadt
- 1980: 1. WM Kata für Frauen
- 1983: 1. EM Frauen, Brüssel (1. EM Herren war 1966)
- 1984: 1. Frauen Schweizermeisterschaft (Open)
- 1985: 1. Shukokai Weltcup, New York, mit Frauen Kumite

#### 4.1. Erste Versuche im Kumite-Wettbewerb und wie es dazu kam

Franziska Noramae Omotayo Herzog begann 1978 mit Karate weil sie, wie viele Frauen in dieser Zeit, lernen wollte, sich selbst zu verteidigen. Sie begann im Nippon Zürich bei Steve Lunt, welcher vom Inhaber Walter Eichenberger als Karatelehrer angestellt worden war, mit Shukokai Karate. 1980 eröffnete Steve Lunt an der Schaffhauserstrasse in Zürich sein eigenes Dojo. Rolf Peterhans, der gerade die Prüfung zum Shodan bestanden hatte, übernahm die Karatekurse im Nippon Zürich. Noramae und viele andere Schülerinnen und Schüler folgten dem charismatischen Steve Lunt in die Shukokai Karate Akademie Zürich. Schon bald war Noramae eine von wenigen Frauen, die sich fürs Kumite interessierten. Die Männer im Dojo waren nicht sonderlich erpicht darauf mit ihr zu kämpfen. Vielleicht lag es an Ihrer Körpergrösse, vielleicht auch daran, dass es für die männlichen Karatekas Neuland war, gegen eine Frau zu kämpfen. Steve Lunt liess sich nicht darauf ein und liess wie gehabt der Reihe nach die Partner wechseln. Überhaupt wird Steve Lunt attestiert, Frauen im Dojo gleichberechtigt behandelt und gefördert zu haben. Dies kann ich bestätigen.

Wie gesagt herrschte im Shukokai, wenigstens seit ich mich erinnern kann, eine Atmosphäre, in der sich Frauen wohl fühlten. Dies kam sicher von den Lehrern aber auch von Meister Kimura selber, der uns einmal sagte „If a woman can hit hard then my technique works out right. Men are strong anyway“. So investierte er besonders viel Energie, uns Frauen seine Technik nahe zu bringen.

Am Fujimura Cup in Klingnau, ziemlich sicher 1981, einem grossen internationalen Turnier, bekam Noramae die Gelegenheit im Kumite-Wettbewerb mit den Männern zu kämpfen. Sie hatte sich für das Turnier eingeschrieben, am Turniertag wollte man sie jedoch nicht starten lassen. Steve Lunt intervenierte vehement und schliesslich liess man Noramae starten, da man keinen Passus im Reglement finden konnte, welcher Frauen explizit ausschliessen würde. Der verlangte Brustschutz wurde improvisiert und Noramae startete einerseits mit dem Team der Akademie (4 Herren 1 Dame) und im Open Einzelwettbewerb der Herren.

Darauf hin führte man 1986 im Fujimura Cup die Kategorie Damen Kumite ein, 1988 Damen-Team Kumite.

Die Anfänge der Damen-Nationalmannschaft liegen etwas im Dunkeln. Die meisten, mit denen ich gesprochen habe, konnten sich nur noch vage erinnern. Eine erste Gruppe von Schweizer Frauen reiste 1980 nach Italien, unter den Teilnehmerinnen waren vom Shukokai Ilona Toth, Ursula Lunt und Noramae.

Es muss 1983 gewesen sein, als ich, nun ebenfalls für kurze Zeit Mitglied des Nationalkaders, nach Mailand an ein internationales Turnier reiste, um erste Erfahrungen im Kumite Wettkampf zu sammeln (bei mir: Rippenbruch). Dort waren unter anderen dabei: Ursula Lunt, Daniela Galilei, Ilona Toth, Bellinda Sigillò und Arietta Antonella. Damaliger Coach war Steve Lunt. Er hatte von Erich Marti den Job des Damen- und Juniorencoachs übernommen. 1983 nahm ich erstmals an einem Kyu-Turnier in Genf teil, in Kumite.

## 4.2. Erste Erfolge und wie es weiter ging

Habe ich schon die schüchtern wirkende Frau erwähnt, die neben mir im Anfängerkurs in der Saalsporthalle die ersten Tsukis schlug? Es war Daniela Galilei. Sie war es, die schon wenige Jahre später die ersten Medaillen für die Schweiz erkämpfen sollte. Wir trainierten zusammen im Nippon und später in der Akademie Zürich lange Zeit zusammen.

Daniela war von Anfang an eine ausserordentliche Technikerin. Sie interessierte sich sehr fürs Kumite und wechselte schon relativ früh vom Nippon zu Steve Lunt. Während ich noch mit Demonstrationen beschäftigt war, widmete sich Daniela dem Zweikampf. Ihr Talent ist auch Sensei Kimura aufgefallen. Obwohl er kein Deutsch und sie kein Englisch sprach, verständigten sie sich auf ihre eigene Art und Weise. Offensichtlich hatte sie begriffen, wovon Sensei Kimura sprach und konnte seine Technik umsetzen, während wir noch lange mittels schweisstreibender Übungen nach des Pudels Kern suchten. Schon bald umgab Daniela eine mythische Aura. Es schien, wäre ein Teil des Geheimnisses vom Meister auf sie übergegangen. Zumindest in der Schweiz mussten sich auch die höchstgradierten Männer an ihr messen - in der Hierarchie der Shukokai Dan-Grade kamen nach Steve Lunt auf der nächsten Stufe Daniela und Kaspar. Es war undenkbar, dass Kaspar ohne Daniela graduiert worden wäre.

Wer mit Daniela trainierte und kämpfte weiss; ihr Timing ist legendär. Wer vor ihr stand kam sich vor wie eine Maus vor der Schlange. Dabei wirkte sie nicht besonders schnell. Aber sie hatte diese ruhige Art, aus der Mitte heraus zu kämpfen und aus dieser liess sie sich gar nie herauslocken. Wenn sie zum Angriff ansetzte traf sie. Umgekehrt war es schwierig, sie zu überraschen.

Als 1983 an der WUKO Europameisterschaft in Brüssel erstmals die Kategorie Damen Kumite ausgetragen wurde, holte Daniela die Bronzemedaille für die Schweiz. Im Jahr darauf gelang ihr dies noch einmal. 1985 fand dann endlich die erste Schweizermeisterschaft Elite Damen statt. Erste Schweizermeisterin war Daniela Galilei. Leider fand man später, Daniela könne, obwohl in der Schweiz geboren aber ohne Schweizer Pass, nicht mehr für die Schweiz starten. So wurde sie ins Italienische Damen Nationalteam berufen. Sie reiste jeweils nach Italien, um dort mit dem Italienischen Damen-Team zu trainieren reiste mit ihnen an Wettkämpfe, z.B. 1988 an die WM Kairo sowie an die Italienischen Meisterschaften.



Danach trat unsere Sektion Shukokai aus dem Schweizerischen Karate-Verband aus, um sich voll und ganz auf Sensei Kimura zu konzentrieren. Somit blieb uns der Zugang zu internationalen und nationalen Wettbewerben verschlossen. Die Schweizer Shukokai Frauen waren aber innerhalb der Internationalen Stilmeisterschaften sehr erfolgreich. (Bild: 1993 Portugal, Shukokai Weltcup, Siegerinnen-Team Dominique/ Sara/Eva mit Coach Daniela)

Daniela trainierte nach Beendigung der sportlichen Laufbahn noch lange mit uns in der Shukokai Akademie Zürich. Sie war und bleibt für uns Frauen ein leuchtendes Vorbild.

Zu den Pionierinnen in den 1970er Jahren gehört auch Bellinda Sigillò. Sie startete 1974 mit ganzen 11 Jahren als einziges Kind im Kata-Wettbewerb der Herren des Fujimura Cup. Lange war sie einziges Mädchen und später junge Frau, die an Turnieren mitmachte. Später folgten z.B. Arietta Antonella aus Neuchâtel oder Annemarie Marrone aus dem Shukokai Dojo von Urs Spörri.

Seit den 1980er-Jahren gibt es immer mehr Frauen, die für die Schweiz an Turnieren erfolgreich und Vorbilder für viele andere Sportlerinnen in der Schweiz sind, zum Beispiel: Corinne Zimmermann, Andrea Kennel, Elisabeth Walker, Jessica Gargill, Michelle Saner, Aurélie Magnin, Marilena Rubini-Volante, Diana Schwab, Fanny Clavien, Elena Quirici um nur einige zu nennen.

Auch an der Weltmeisterschaft 2014 Anfang November haben die Schweizerinnen wieder reelle Chancen auf Edelmetall im Einzel- wie auch im Teamkumite. Allen voran Fanny Clavien, die als momentane Welt-Nummer-Eins in ihrer Kategorie ins Turnier geht.

## 5. Zusammenfassung

Heute ist die Geschlechterfrage im Karate kein grosses Thema mehr. Sportlich sind Frauen den Männern gleichgestellt. Da mit Karate heute bereits im Kindesalter begonnen wird, ist der Mädchen-/Frauenanteil gestiegen - auch wenn die Frauendichte sich bei den Dan-Graden markant lichtet. In vielen Dojos und Vereinen sind Frauen und Männer gleichermassen für das Training verantwortlich. Das gab es, wie am Beispiel des Karate- und Budoclubs Winterthur gezeigt wurde, auch schon in den Anfangszeiten. Schön!

Vielleicht sind unsere Frauen so erfolgreich, weil sie seit den Anfängen des Karate Do dabei sind. Ich wünsche allen Frauen im Karate weiterhin viel Freude und Elan, dabeizubleiben. Nicht nur im Sport, sondern in den Dojos, im täglichen Training, als Lehrerinnen, Dojoleiterinnen vielleicht schon bald vermehrt auf Posten in höheren Gremien.

Karate ist eine wunderbare Betätigung, für Frauen und Männer. Ich hoffe, dass es mir meine Gesundheit erlaubt, noch sehr lange damit fortzufahren.



Foto: Caroline Minjolle

## **5. Quellenverzeichnis: Verwendete Literatur und Bilder**

**40 Jahre Swiss Karatedo Renmei - Freundschaft Kultur Tradition**

**2009, Hrsg. SKR**

**Jubiläumsschrift Karate- und Budo-Club Winterthur**

**1978, Hrsg. Bruno Dammert**

### **Bilder**

Aus dem Fundus von Annemarie Pfeiffer:

Seite 2, 11, 13, 14, 15

Alle anderen Bilder, wo nicht anders vermerkt, aus dem Archiv von Sara Schär

## 6. Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne unerlaubte fremde Hilfe verfasst habe. Zitate und nicht von mir stammende Inhalte sind unter Angabe der Quelle als solche gekennzeichnet.

Diese Arbeit wurde noch keiner anderen Instanz vorgelegt und wurde auch nicht veröffentlicht.

Zürich, im Oktober 2014

---

Sara Schär Reinhart