

Inhalt

Contents

Seite 8: Auf einen Blick
Page 8: At a Glance

Seite 10: Weltkarte
Page 10: World Map

Seite 16: Who Is Who
Page 16: Who Is Who

Seite 21: Interview Shihan Chris Thompson
Page 21: Interview Shihan Chris Thompson

Seite 30: Interview Shihan Bill Bressaw
Page 30: Interview Shihan Bill Bressaw

Seite 34: Stark ohne Gewalt
Page 34: Power Without Violence

Seite 36: Interview Shihan Eddie Daniels
Page 36: Interview Shihan Eddie Daniels

Seite 44: Interview Shihan Lionel Marinus
Page 44: Interview Shihan Lionel Marinus

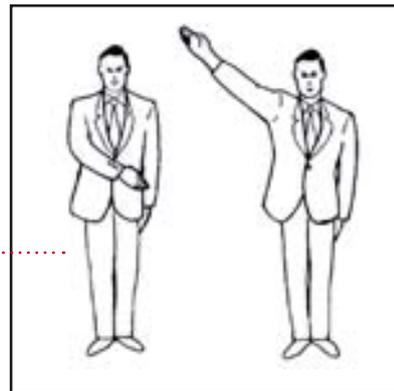
Seite 48: KSI Schweiz
Page 48: KSI Switzerland

Seite 57: Schiedsrichter-Gesten
Page 57: Refereeing Gestures

Seite 68: Soke Kimura
Page 68: Soke Kimura

Seite 74: Karate-Glossar
Page 74: Karate-Glossary

Seite 78: Gedanken von Shihan Steve Lunt
Page 78: Thoughts of Shihan Steve Lunt



**SIE HABEN EIN ZIEL –
WIR KENNEN DEN WEG**

THALWILER TAXI

044 720 41 41



TAXI- UND KLEINBUSREISEN

Wir würden uns freuen, von Ihnen zu hören! Lassen Sie uns Ihre Wünsche und Fragen wissen – gerne beraten wir Sie ausführlich!

G. & W. Holinger-Teuscher,
Archstrasse 1,
8800 Thalwil

thalwilertaxi@bluewin.ch

www.thalwilertaxi.ch

Editorial



Shihan Steve Lunt
Chief Instructor Switzerland

OSS

Wir heissen alle herzlich willkommen in der Familie des Kimura Shukokai International und zu den KSI World Championships 2008.

Aus diesem Anlass entstand das erste Kimura-Shukokai-Magazin. Wir hoffen, damit bestehenden und neuen Mitgliedern einen vertieften Einblick in die KSI-Welt zu geben.

Gemeinsam wollen wir zum guten Gelingen der World Championships beitragen. Mögen sie zu einem einmaligen Anlass werden.

Ich wünsche allen viel Erfolg an den Meisterschaften und freue mich darauf, zusammen noch viele weitere Jahre zu trainieren.



OSS

Welcome to the Kimura Shukokai International family and the KSI World Championships 2008.

We have used this opportunity to present this, the first Kimura Shukokai magazine and hope to give both old and new members a deeper look into the KSI world.

Let us all try to contribute as much as possible to this event and make it a memorable one.

I wish you all lots of luck at the championships and I look forward to training with you all for many years to come. 



KSI Auf einen Blick

KSI At a Glance

Kimura Shukokai International ist eine internationale Karate-Organisation mit Mitgliedern in 20 Ländern auf vier Kontinenten. Shukokai-Karate zeichnet sich durch Schnelligkeit, Kraft und Dynamik aus. In keinem anderen Stil wird die natürliche Mechanik des Körpers so effizient genutzt und in explosive Bewegung umgesetzt.

Kimura Shukokai International is a worldwide Karate organization with members in 20 countries spread over four continents. Kimura Shukokai Karate's main attributes are speed, power, control and the use of body mechanics. It is a unique style that creates explosive movements by using the body in the most efficient way.

Die frühesten Formen von diszipliniertem unbewaffnetem Kampf haben ihren Ursprung wohl in Indien und China. Diese wurden mit der Zeit von chinesischen Händlern auf die Ryukyu-Inseln gebracht. Die Japaner entdeckten das «Leere-Hand-Kampfsystem» auf der ab 1609 von ihnen abhängigen Inselgruppe. In der Folge entwickelte sich der Kampfstil insbesondere auf Okinawa zum bekannten Okinawa-Te. Dieses System war eine Kombination von Kempo und einem lokalen Kampfstil.



The earliest forms of unarmed disciplined fighting have their origin in India and China and were brought over to the Ryukyu Islands by Chinese merchants. The Japanese discovered this «empty hand fighting» in the early 17th century and consequently developed their own style, especially on the island of Okinawa, which would result in a combination of Kempo and a local art of fighting, known as Okinawa-Te.

Vom Karate zum Shukokai-Karate

Funakoshi Gichin gilt als Vater des modernen Karate. Er begründete den Shotokan-Stil, einen der drei ältesten Karatestile. Die anderen zwei Stile sind Goju-ryu, gegründet von Chojun Miyagi, und Shito-ryu, gegründet von Kenwa Mabuni. Beide Gründer waren Schüler von Meister Funakoshi. Man kann davon ausgehen, dass die meisten neueren Stile auf eine Kombination dieser drei Karatestile zurückgehen. Meister Chojiro Tani (1921–1998), einer von Sensei Mabunis höchstgradierten Schülern, nannte sein erstes Dojo «Das Shukokai», was in etwa bedeutet: Leute treffen und zusammen unter einem Dach trainieren. Meister Tani ermutigte seine besten Schüler, ihre eigenen Ideen zu entwickeln. Zwei davon, Meister Fujiwara und Meister Kimura, machten den Shukokai-Stil weltweit bekannt.

From Karate to Kimura Shukokai Karate

Funakoshi Gichin was the father of modern Karate. He created the Shotokan style, one of the oldest styles, from which two of his students created Goju-ryu (Chojun Miyagi) and Shito-ryu (Kenwa Mabuni). One can assume that most of the newer styles are a combination of these three traditional ones. Master Chojiro Tani (1921–1998), one of Sensei Mabuni's highest graded students, named his first dojo «The Shukokai», which basically means meeting people and training under one roof. Master Tani encouraged his best students to create and develop new ideas and so Sensei Fujiwara and Sensei Kimura lead the Shukokai style and gave it a worldwide reputation.

Organization

After the sudden death of Soke Shigeru Kimura in 1995, his four highest graded students, Shihans Eddie Daniels from the UK, Bill Bressaw from the

Organisation

Kimura Shukokai International wurde 1995 nach dem überraschenden Tod von Soke Shigeru Kimura von den vier höchstgradierten Chefinstruktoren gegründet. Die Shihans Eddie Daniels aus Grossbritannien, Bill Bressaw aus den USA sowie die zwei Südafrikaner Chris Thompson und Lionel Marinus leiten partnerschaftlich die internationale KSI-Organisation.

Alle vier Shihans stehen im 8. Dan. Sie trainierten über 25 Jahre mit Soke Shigeru Kimura zusammen und widmen sich unermüdlich der Weiterentwicklung und Verbreitung von Soke Kimuras einzigartigen Techniken.

Kimura Shukokai International ist die offizielle internationale Organisation für Kimura-Shukokai-Karate. Sie unterhält Länderorganisationen in Australien, Botswana, Deutschland, Estland, Finnland, Griechenland, Grossbritannien, Indien, Irland, Kanada, Mosambik, Neuseeland, Norwegen, Portugal, Schweden, der Schweiz, auf den Seychellen, in Südafrika, den USA und Zimbabwe.

KSI-Events

Ein Stil, der sich nicht weiterentwickelt, stirbt. KSI fördert daher systematisch die Weiterentwicklung der Techniken, des Wissens und der Geisteshaltung auf allen Ebenen. Internationale Chefinstruktoren-treffen, Schiedsrichterkurse, Gasshukus (intensive, meist mehrtägige Trainings), Trainingsaustauschprogramme und im jährlichen Wechsel Europa- und Weltmeisterschaften bilden das Gerüst des Erfahrungs- und Wissensaustauschs. 🏆

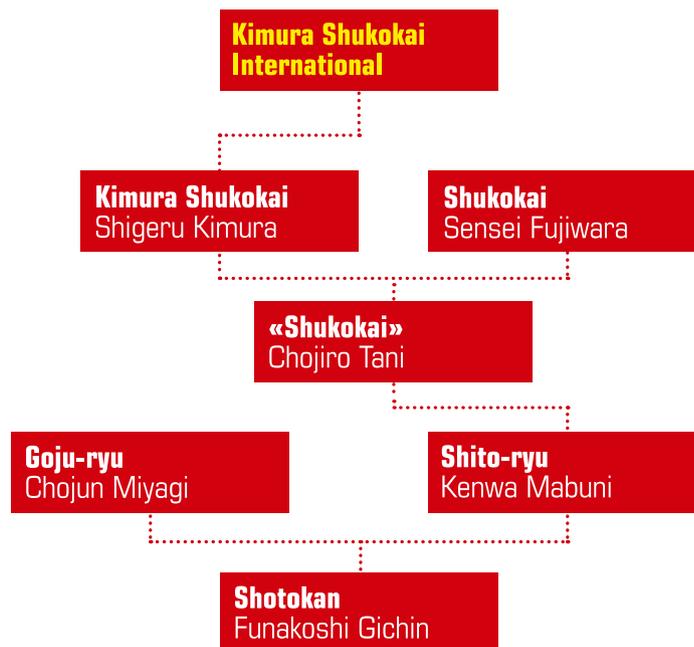
USA and the two South Africans Chris Thompson and Lionel Marinus, founded and still lead the KSI organization.

All four Shihans, who are 8 Dans and have been training for more than 25 years with Soke Kimura, are constantly developing and working on this style, in an untiring effort to refine these unique techniques.

Kimura Shukokai International is the official world organization with members in: Australia, Botswana, Germany, Estonia, Finland, Greece, UK, India, Ireland, Canada, Mozambique, New Zealand, Norway, Portugal, Sweden, Switzerland, Seychelles, South Africa, USA and Zimbabwe.

KSI Events

A style needs to be continuously developed, otherwise it will die. Therefore, KSI is systematically refining its techniques at each and every level. World-wide chief instructors meetings, training programs as well as referee courses, European and World championships give a solid structure for the regular exchange of experience and know-how. 🏆



KSI

20 Länder, eine Familie

20 Nations, one Family



USA
USA

Shihan Bill Bressaw



Grossbritannien
Great Britain

Shihan Eddie Daniels



Irland
Ireland

Sensei Wayne Deegan



Kanada
Canada

Sensei David Bentley
Sensei Rajesh Sheth



Portugal
Portugal

Shihan Marcelo Azevedo



Deutschland
Germany

Sensei Edmond Horn



Schweiz
Switzerland

Shihan Steve Lunt



Estland
Estland

Sensei René Toome

Die Karte zeigt alle Länder, in denen KSI mit einer Länderorganisation und Dojos vertreten ist. Weitere Länder sind willkommen. Interessenten melden sich unter www.kimura-shukokai.com Unter jeder Flagge steht der Name des Chefinstruktors oder des Vertreters des jeweiligen Landes.

The map shows all countries in which KSI has a country organization as well as a dojo. Additional countries are welcome. If you are interested, visit www.kimura-shukokai.com Under each flag you find the name of the chief instructor or the representative of the respective country.



Norwegen
Norway

Sensei Kjell Sivertsen



Schweden
Sweden

Sensei Mikael Lundstrom



Finnland
Finland

Shihan Yrjö Pursiainen



Griechenland
Greece

Sensei Patroklos Makris



Indien
India

Sensei Mohan Sing



Seychellen
Seychelles

Sensei Gabriel Victor



Australien
Australia

Sensei Rad Kujovic



Neuseeland
New Zealand

Sensei Jonathan Robinson



Zimbabwe
Zimbabwe

Sensei Jonathan Robinson



Mosambik
Mozambique

Sensei Carlos Dias



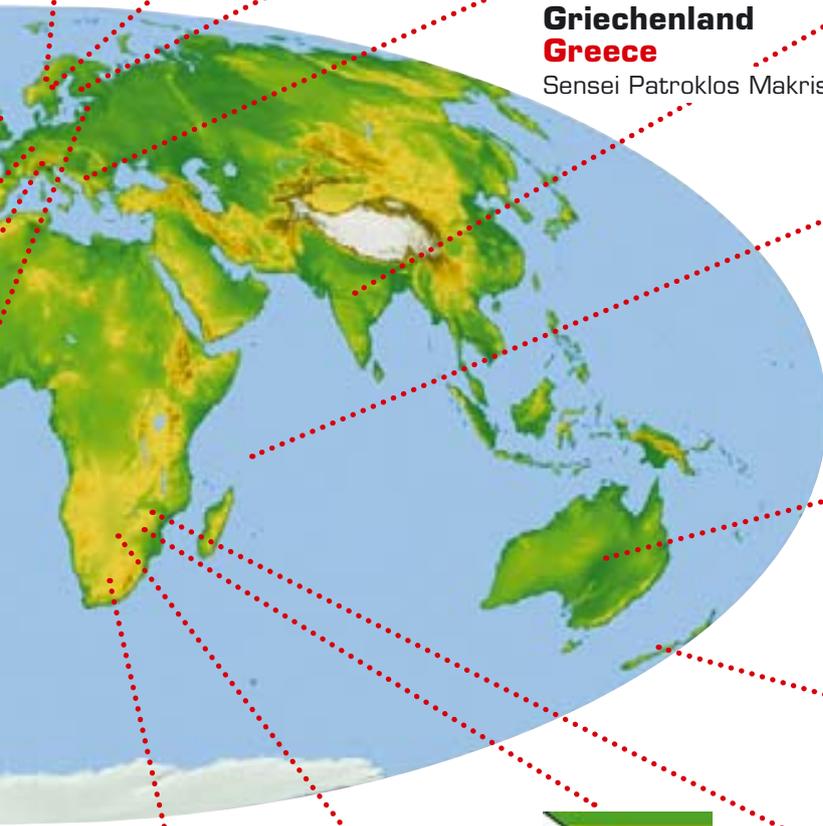
Südafrika
South Africa

Shihan Lionel Marinus
Shihan Chris Thompson



Botswana
Botswana

Sensei «Socca» Mouruakgomo











Who Is Who

In the Shukokai-World



Die 7 Shihans von Shukokai nach dem Gasshuku in Schweden
The 7 Shihans after the gasshuku in Sweden



Shihan Eddie Daniels
World Chief Instructor



Shihan Chris Thompson
World Chief Instructor



Shihan Bill Bressaw
World Chief Instructor



Shihan Lionel Marinus
World Chief Instructor



Shihan Marcelo Azevedo
Referee Commission



Shihan Steve Lunt
Referee Commission



Shihan Yrjö (George) Pursiainen
Referee Commission



Sensei Edi Horn, D



Sensei Kjell Sivertsen, NOR



Sensei Micke Lundstrom, SWE



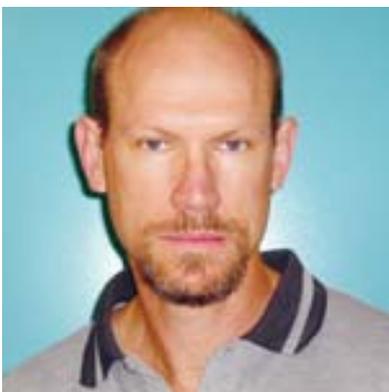
René Toome, EST



Sensei David Bentley, CAN



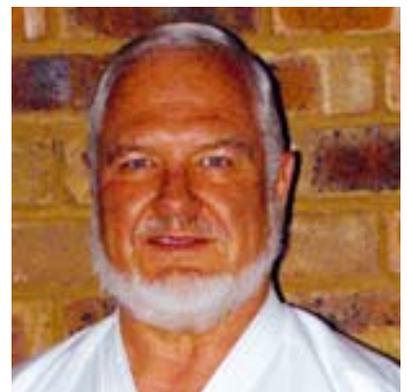
Sensei Wayne Deegan, IRE



Sensei Jonathan Robinson, NZ



Sensei Patroklos Makris, GR



Sensei Frans Joubert, SA



Sensei Jouko Koskinen, FIN



Sensei Esa Kaplas, FIN



Sensei Markku Olenius, FIN



Shihan George McGrath, USA



Sensei Alex Couto, USA



Sensei Mac Albus, USA



Sensei Gavin Armstrong, USA



Sensei Clem Braithwait, UK



Sensei Solfried Daniels, UK



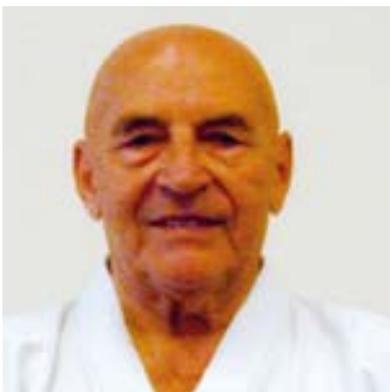
Sensei Chris Ensil, SA



Sensei Alistair Bischoff, SA



Sensei Don Gold, SA



Sensei Mokhtar Chaoui, USA



Sensei Patrick Joseph, SA



Sensei Jari Vesterinen, FIN



Shihan Chris Thompson, SA, underrichtet in Schweden
Shihan Chris Thompson, SA, teaching in Sweden

Interview Shihan

Chris Thompson

Was ist das Ziel von KSI?

Qualität zieht Qualität an. Alle namhaften Schüler von KSI tragen zur Bereicherung bei und machen KSI zu einem mehr und mehr attraktiven und gewinnbringenden «place to be». Wir alle erreichen durch das KSI höhere persönliche Entwicklungsstufen und ein tieferes Verständnis von uns selbst wie auch unserer Mitmenschen. So beeinflussen wir die Welt in bedeutender Weise.

Wenn Sensai Kimura vor Ihnen stehen würde und Sie ihm eine Frage stellen könnten, wie lautete sie?

Kimura Sensei antwortete uns oft auf ihm gestellte Fragen: «Du wirst es herausfinden.» Dies war seine Art, uns mittels Üben zur Antwort zu führen. Hätte ich nur eine Frage zur Verfügung, so würde ich ihn Folgendes fragen: «Sensei – gibt es etwas, worauf wir uns mehr konzentrieren müssen?»

Welche von Sensei Kimuras Aussagen oder philosophischen Lehren haben Sie am meisten beeindruckt?

«Sei nicht demütig – sei ehrlich.»

Warum glauben Sie, war Sensei Kimura so gut? War es einfach Talent oder harte Arbeit?

Kimura Sensei wurde ein «Samurai» in seinem Herzen. Er wurde ein richtiger Meister – ein Meister seiner selbst und seiner Kunst. Seine ehrliche Annäherung an seine Schwächen anstatt sich hinter seinen Stärken zu verstecken und sein zweifelloses Talent machten ihn zum erstaunlichen «Martial Artist», welchen wir das Vergnügen hatten, kennenzulernen.

What do you see as the target of KSI?

Quality attracts quality. All the great students of KSI are adding value and making KSI a more and more attractive and beneficial «place» to be. As we collectively within KSI attain higher levels of personal growth and deeper understanding of ourselves and of each other we will also affect the World in a meaningful way.

If Sensei was here now and you could ask him one question what would it be?

Kimura Sensei used to say to us often when asked questions, «You'll find out.» His way of getting us to do the practice that would lead to answers.

With only one question possible I would ask, «Sensei – is there any one thing we should focus on more?».

Which of Sensei's sayings or philosophical teachings stayed with you the most?

«Don't be humble – be honest.»

Why do you think Sensei was so good, was it just talent?

Kimura Sensei had become «Samurai» in his heart. He had become a real «Master» – a master of himself and of his Art. His «honest» approach to searching for his weaknesses instead of hiding behind his strengths and a definite talent made him the amazing martial artist we had the privilege to know.

Where do you get your new ideas?

I constantly adhere to the principles Sensei taught while studying widely and then move my body with freedom from expecta-

Woher kommen Ihre neuen Ideen?

Ich befolge dauernd die Prinzipien, die Sensei uns lehrte, während ich ausgedehnt nachdenke und in mich gehe, um mich so – frei von Erwartungen – von meinem Körper leiten zu lassen.

Sensei Tani, Sensei Kimura und jetzt Sie und die drei anderen Shihans.

Was bedeutet das für Sie?

Vorteil mit Pflicht. Auch mein Vater lehrte mich, dass es «keine Vorteile ohne entsprechende Pflichten» gibt – in der japanischen Kultur als «Giri» und «Ninjo» bekannt.

Es ist unsere sowie die Verpflichtung aller grossen Lehrer, welche Sensei hervorbrachte, mit der Führung und Lehre dieser Meister unser Bestes zu geben, im Bewusstsein, dass wir noch vieles verstehen müssen.

Wer war Sensei Kimura?

Der netteste Krieger – der netteste Mann – der grösste Lehrer.

Welche Beziehung hatten Sie persönlich zu Sensei?

Kimura Sensei war für mich der Sensei.

Ich gab stets mein Bestes, um ein guter Schüler zu sein, der beste Schüler, den ein grossartiger Meister verdient. Ich wollte ihn nie enttäuschen und das mir entgegengebrachte Vertrauen und den Respekt nie missbrauchen.

Wie sehen Sie KSI in 20 Jahren?

Wenn wir alle mit der gegenwärtigen KSI-Erfolgsstrategie des gegenseitigen Respekts gepaart mit dem Prinzip fortfahren, in erster Linie dem KSI zu dienen und unsere eigenen Bedürfnisse hintan-

tions while «listening» or allowing my body to teach me.

Sensei Tani, Sensei Kimura and now you and the three other Shihans. What does that mean to you?

Privilege with duty. My father also taught me that there is «No privilege without a corresponding obligation» as in Japanese culture with «Giri» and «Ninjo». Our obligation together with all

zustellen, so dürfen wir stolz der weiteren Entwicklung des KSI entgegen schauen.

Was war Ihr faszinierendstes Erlebnis in Ihrer Karatekarriere?

Ich erlebte seltene Auftritte von Kimura Sensei, wo er zu seiner Bestform auflief und all sein Können ausschöpfte. Ich habe nie mehr etwas Vergleichbares in dieser Art gesehen. ❶

the great teachers Sensei helped create is to do our best with the guidance and teachings these masters have given us and the knowledge we are still to understand.

Who was Sensei Kimura?

The kindest Warrior – the nicest man – the greatest teacher.

What relationship did you personally have with Sensei?

Kimura Sensei was my one «Sensei».

I did my best to never allow the kindness and respect he showed me to diminish my core desire to not let him down and to be the best student I could be – one of the students a great teacher deserves.

How do you think KSI is going to look in 20 years?

If we all continue with the present KSI winning formula of mutual respect for every one – together with our principle of serving KSI first and our own needs second we will be proud of how well KSI will develop.

What was the most fascinating experience in your Karate career?

I saw Kimura Sensei perform to his true potential on the few occasions when he truly «turned on» – I have never seen anything even close to that in any sphere. ❷





Präzision in Prepress und Druck

alinéa
gestaltung | realisation

Alinéa AG
Schönaustrasse 13
8620 Wetzikon
Telefon 044 932 75 79
www.alinea.ch
info@alinea.ch

pmc
print media corporation

eichbühlstrasse 27
8618 oetwil am see
telefon 044 929 62 01
telefax 044 929 62 10
www.pmcoetwil.ch







KIMURA



SHUKOJI
KARATE

GERMANY

505

KI

SH
KA
GE







Interview Shihan

Bill Bressaw

Was unterscheidet Kimura Shukokai von anderen Formen?

Unser Kimura Shukokai weicht insofern ab, als es zum Ziel hat, durch Schnelligkeit und Kraft das Verständnis für Karate zu entwickeln. Wir analysieren die Körperbewegungen sehr genau und versuchen auf diese Art herauszufinden, wie die grösstmögliche Wirkung zustande kommt. Somit versuchen wir Sensei Kimuras Motto «one punch, one kill» zu verwirklichen.

Meine Beobachtungen haben ergeben, dass die meisten anderen Stilrichtungen nicht dieses tiefe Wissen haben, die Wirkung zu erzielen, wie sie uns Sensei Kimura lehrte. Es ist kein grosses Geheimnis dahinter. Wir studieren die Funktionsweise des Körpers und das in einer Art und Weise, wie es keine andere Kampfsportart kennt. Wir nehmen die ursprüngliche Kampfkunst und transponieren sie in die Zukunft.

Aber Kimura Shukokai bietet mehr. Die ganze KSI-Gemeinschaft schlägt im gleiche Takt; wir alle wollen uns verbessern. Dies gilt nicht nur für unsere körperlichen Fähigkeiten, sondern auch für unser Zusammengehörigkeitsgefühl zwischen Chefinstruktoren und deren Schülern.

Welche von Sensei Kimuras Aussagen haben sie am meisten beeindruckt?

Nicht die Erkenntnis ist so wichtig, sondern die Suche danach.

Warum glauben Sie, war Sensei Kimura so gut?

Er hatte Trainingseinheiten in seinen frühen Jahren, die ihm bestimmt halfen. Aber er trainierte immer hart und hätte seine Tech-

How does Kimura Shukokai differ from other styles?

Our Kimura Shukokai goals take a divergence by holding speed and impact power to be the doorway to understanding the way of Karate. We study the body mechanics in great detail; we try to find out how everything works to create unbelievable impact. Hence, we strive to fulfil Sensei Kimura's motto «one punch, one kill».

In my observations, most other styles do not have the same in depth knowledge to create the impact power that Sensei Kimura taught us. There is no great mystery, we study how the body works, and we do it in a way that I have never seen any other fighting art practice. We take the ancient martial art and merge it into the future.

There's more than that to Kimura Shukokai. The whole association has one pulse, we are all thinking in the same direction of improvement. Not only to improve the physical side but also our family bonds between the chief instructors and their students.

Which one of Sensei Kimura's phrases or sayings stayed with you the most?

It's not the finding that's so important, it's the search.

Why do you think Sensei Kimura was so good?

He had some elements of training in his early years which I'm sure helped. But he was always training hard and would not compromise his technique for anything or anyone. His special talent was the feel for the technique and the ability to develop it into something that's never been seen.

nik nie für irgendetwas oder irgendjemanden aufgegeben. Sein spezielles Talent war das Gefühl für die Technik und die Fähigkeit, daraus etwas Spezielles zu machen, was noch nie da war.

Es gibt Zeiten, in denen es, aus welchen Gründen auch immer, Schülern schwierig erscheint, sich für die Trainings zu motivieren. Welchen Rat könnten Sie ihnen geben?

Ich würde ihnen raten, der Versuchung des einfachen Auswegs zu widerstehen. Trainiere um deiner willen. Wenn du selbst mit einem gebrochenen Arm im Spital liegst, ist es etwas anderes. Es ist eine Lebensauffassung; es ist unwichtig, wie du dich vor einem Training fühlst. Geh einfach auf die Matte und am Ende der Stunde wirst du vergessen haben, warum du nicht ins Dojo gehen wolltest.

Wie sehen Sie KSI in 20 Jahren?

Ich glaube, ist wird immer noch eine homogene Gruppe sein. Ich kann nicht sagen in welchem Ausmass, aber ich bin sicher, dass sie viel grösser sein wird als heute. Was mich ermutigt, ist, dass die jüngste Generation der Erwachsenen – ich rede von Schwarzgurträgern – sich beinahe täglich miteinander via Internet von Land zu Land verständigen. Sie sind so begeistert. Sie wollen einander helfen und die Kimura-Technik verbessern. Ich sehe eine grossartige Generation, welche bereit sein wird zu übernehmen, wenn die Zeit kommt. Ich glaube, die Zukunft hat noch nie so rosig ausgesehen wie dieses Jahr. Die Seniorsmitglieder haben ebenfalls ihre Beziehungen erneuert, und Ehrlichkeit und Fürsorge haben triumphiert.



Shihan Bill Bressaw, USA, unterstützt Schüler beim Gasshuku
Shihan Bill Bressaw, USA, helping Students at a Gasshuku

There are times when, because of different reasons, some students find it hard to motivate themselves to go to the training session. What tip could you give them?

I would tell them to try and resist the temptation to take the easy way out. Simply make training something that you do. If you're lying in hospital with a broken arm then it's something different. It's a way of life so how you feel before a training session is not really important. Just put your feet on the mat and by the end of the lesson you will have forgotten why you didn't want to go to the dojo.

How do you visualise Kimura Shukokai in 20 years?

I think it's still going to be a very close group. I can't say to what extent but I'm sure that it will be much bigger than it is today. What encourages me is that the youngest generation of adults, I'm talking about black belts, are communicating with each other through the Internet from country to country nearly on a daily basis. They are so enthusiastic. They want to help each other understand and improve their Kimura technique. I see a great generation who will be ready to take over when the time comes. I think this year the future has never looked so bright. The senior members have also renewed their relationship and honesty and caring have triumphed.

Is there something that stands out in your mind that impressed you in your Karate carrier?

Well I started in the mid 60s with boxing. At that time I thought that all Karate really did was yell and break boards so when I went to look at my first tournament and saw people actually fighting and

Was war Ihre faszinierendste Erfahrung in Ihrer Karatekarriere?

Nun, ich begann in den 60er-Jahren mit Boxen. Zu dieser Zeit dachte ich, Karate bestünde nur aus Gebrüll und Bretterzerschlagen. Als ich dann das erste Turnier besuchte und Leute wirklich kämpfen und Karate demonstrieren sah, war ich so beeindruckt, dass ich mich auf der Stelle verliebte. 1970, nachdem ich in den 60er-Jahren andere Karatestile praktiziert hatte, traf ich Sensei Kimura. Das war ein wahres Erwachen für mich. Er beherrschte jede Technik: Schlagen, Treten, Boxen. Er bewegte sich mit solcher Schnelligkeit, die mich heute noch verblüfft. Er war eine unglaubliche Persönlichkeit.

Nach dem Tode von Sensei Kimura liegt es an Ihnen und den anderen drei Shihans, sein Werk weiterzuführen. Was bedeutet das für Sie?

Ich habe ein enormes Verantwortungsgefühl. Es macht Angst. Sensei gab uns das Rezept für eine lebenslange Leidenschaft, die Technik zu verbessern. Wir haben dies jedermann zu vermitteln und es lebendig zu erhalten mit derselben Energie, wie Sensei dies tat. Wir haben eine Menge Arbeit zu tun und wir wollen erfolgreich sein; somit tragen wir eine grosse Verantwortung.

Was hat Sensei Kimura uns hinterlassen?

Er hinterliess uns eine Leidenschaft, Technik und Philosophie zu suchen und zu verstehen, und einen Weg, wie es zu machen ist.

Was sind die wichtigsten Aspekte in einer Lehrer-Schüler-Beziehung?

Ich glaube Wahrheit, Zugänglichkeit und Offenheit des Instructors. Der Lehrer ist so lange ein Lehrer, als er dem Schüler etwas vermitteln kann. Er muss die Weisheit haben, dass der Schüler diese Art von Beziehung aufrechtzuerhalten sucht. 術

demonstrating Karate I was so impressed that I fell in love with it from that moment.

In 1970, after training in other Karate styles during the mid 1960s I met Sensei Kimura. This was a true awakening for me. He was in total command of whatever technique he did; sweeps, kicks or punches. He moved with such speed that still to this day amazes me. He was an incredible person.

Since Sensei Kimura passed away you and the other three Shihans have had the job to carry on with his work. How do you feel about that?

I have a tremendous feeling of responsibility. It's scary. Sensei gave us the formula for a lifetime of passion for improving our technique. We have to convey this to everyone and keep it alive with the same vigour as he did. We have a lot of work to do and we want to be successful so it is a very big responsibility.

What did he leave behind for us?

He left us a passion to search and understand his technique and philosophy and a process how to do it.

What are the important points in a teacher-student relationship?

I think truth and the accessibility and openness of the instructor. The teacher can be a teacher as long as he has something to give to the student. He must have the wisdom that the student seeks to keep up that type of relationship. 術





Shukokai als Lebensschule. Lernen von Disziplin und Selbstkontrolle
Shukokai as school for life teaches discipline and self-control

Stark
ohne Gewalt

Power
Without Violence

Es ist bekannt, dass das Erlernen einer Kampfsportart das Selbstbewusstsein stärkt. Erwachsene und Jugendliche lernen, mit Aggressionen umzugehen. KSI Schweiz hat in den letzten zehn Jahren über 1500 Kinder und Jugendliche aus über zwanzig Herkunftsländern in Karate unterrichtet. Eine kleine Erfolgsgeschichte der Integration und Gewaltprävention.

Das Ziel aller asiatischen Kampfkünste ist die Vermeidung einer körperlichen Auseinandersetzung. Ein guter Karateka weiss Konfliktsituationen auf der Strasse, im Berufs- oder Schulalltag richtig einzuschätzen und wenn möglich in positive Bahnen zu lenken.

Karate lässt sich nicht in einer Schnellbleiche in wenigen Wochen erlernen. Regelmässiges Training und etwas Disziplin sind erforderlich. Mit den erzielten Fortschritten bei den technischen Fertigkeiten (Abwehr-, Schlag- und Fusstechniken) stellt sich auch ein gutes Selbstwertgefühl ein. Kimura-Shukokai-Karate ist ein traditionelles Karate. Über die technische Schulung hinaus werden hier im Unterricht Werte vermittelt, welche für das Zusammenleben in einer Gemeinschaft wichtig sind: Toleranz, Rücksichtnahme, Bescheidenheit und Respekt vor den Mitmenschen.

Das Bundesamt für Sport in Magglingen befasst sich seit Jahren mit dem Thema Jugendgewalt. Erkenntnis: Kampfsport kann Jugendliche gleich in mehrfacher Hinsicht Techniken und Werte, die für soziale Akzeptanz, ihr Selbstbewusstsein und ihre Persönlichkeitsbildung bedeutungsvoll sind, vermitteln (Quelle: Tages-Anzeiger vom 13. Februar 2007). Dazu auch Lothar Janssen, psychologischer Berater und Leiter Beratungs- und Präventionsstelle (BPS) an der Schule in Hombrechtikon: «Kinder, welche regelmässig eine gute Kampfsportschule besuchen, sind in Rituale eingebunden. Sie lernen ihre Impulse besser unter Kontrolle zu halten, auch und besonders die aggressiven.»

KSI-Jugend

Bei KSI Schweiz trainieren aktuell 300 Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. Rund 60% davon sind gebürtige Schweizer, die anderen kommen aus 18 verschiedenen Herkunftsländern, darunter viele aus Albanien, Bosnien, Bulgarien, Deutschland, England, Frankreich, Griechenland, Italien, Japan, Kroatien, Portugal, Serbien, Sri Lanka oder den USA.

Steve Lunt, Chefinstruktor Schweiz, hat die Erfahrung gemacht, dass Kinder und Jugendliche nicht nur technisch im Training reifen, sondern auch im Dojo Erlerntes im Leben umsetzen können. Es ist also nicht übertrieben, wenn man sagt, Shukokai-Karate-Training sei eine Lebensschule. 

It is known that the learning and exercising of martial arts strengthens ones self-confidence, and as a consequence adolescents as well as adults learn how to deal with aggression.

KSI Switzerland has taught over 1500 children and juniors from more than twenty different countries in the past ten years. This is a little story of success in terms of social integration and violence prevention.

The goal of every traditional Asian martial art is to avoid physical contact in a possible dispute. A good Karateka will know how to judge a conflict situation and whenever possible lead it into a positive non-violent outcome.

Karate cannot be learned in a few weeks. Ongoing training and discipline are essential in order to improve the technical skills and abilities, which will lead to a stronger self-confidence. Kimura Shukokai is a traditional Karate style, which also transmits and teaches fundamental values essential to today's society like tolerance, modesty, considerateness and respect towards other people.

The Federal Sports Association in Magglingen has been doing research for many years in the field of violence among youths. One of the main findings was that martial arts help children and adolescents in more than one way in terms of building up their self-esteem and personality (source: Tages-Anzeiger, February 13, 2007). Lothar Janssen, psychological coach and chairman of the Institution for Counselling and Prevention at the school of Hombrechtikon, stated that «children that do martial arts on a regular basis are used to certain rituals and no matter how aggressive they are, learn to control their impulses.»

KSI youth

KSI Switzerland actually trains and teaches over 300 children and juniors under the age of 18. 60% of them are Swiss citizens, the rest come from 18 different countries, such as Albania, Bosnia, Bulgaria, Germany, England, France, Greece, Italy, Japan, Croatia, Portugal, Serbia, Sri Lanka and the USA.

Shihan Steve Lunt, Chief Instructor in Switzerland, has made the experience that the children not only improve their technical skills during training but are also able to apply the experiences made in the dojo in their everyday life. It is certainly not an exaggeration to say that, Kimura Shukokai Karate is a school of life. 

Interview Shihan

Eddie Daniels

Wie würden Sie Kimura Shukokai beschreiben und was unterscheidet es von anderen Formen?

Ich glaube, dass Kimura Shukokai immer schon ein ehrlicher Stil war, indem wir uns nicht scheuen, unsere Schwächen zu akzeptieren und versuchen, uns zu verbessern. Ein Unterschied zwischen unserem und anderen Stilen ist, dass bei einigen Arten der wahre Geist der Kampfkünste verloren gegangen ist. Wir üben für die Kampfkunst, nehmen aber auch an Turnieren teil. Ich glaube, dass wir stetig versuchen, die Technik zu verbessern, und Änderungen gegenüber aufgeschlossen sind. Wir testen unsere Technik, und wenn wir einen Weg finden, sie zu verbessern, so setzen wir ihn um. Es gibt Stilrichtungen, die an ihrer Technik festhalten, nur weil diese immer so praktiziert wurde.

Welche von Sensei Kimuras Aussagen oder philosophischen Lehren haben Sie am meisten beeindruckt?

Er gab uns so viel an Gedanken und Überlegungen mit, aber ein Ausspruch kommt mir sofort in den Sinn: gerecht, teilen, sorgen. Drei Worte, die – nur so gelesen – nicht viel beinhalten. Sässen Sie mit Sensei zusammen und würden hören können, was er damit meinte, so wäre dies etwas Unvergessliches. Manchmal denke ich, ich habe mehr über die Kampfkunst von Karate gelernt, indem ich ihm ausserhalb des Dojos zuhörte als beim eigentlichen Training.

Woher kommen Ihre neuen Ideen?

Meine Ideen kommen meistens beim Beobachten der Leute beim Training. Wenn ich einen Fehler

How would you define Kimura Shukokai, what makes it different to other styles?

I think Kimura Shukokai has always been an honest style in that we are not afraid to face our weaknesses and try to improve them. One difference between us and some other styles is that some styles have gone down the road of sport Karate and forgotten the martial arts' side of it. We train for the martial art but also take part in tournaments.

I think we are always looking for new ways to improve our technique and we're not afraid to change. We test our techniques and if we find a way to do it better we will change it. There are some styles who stick to the way they execute techniques simply because they have «always done it like that».

Which of Sensei Kimura's sayings or philosophical teachings stayed with you the most?

He gave us so many and so much to think about but one phrase which springs to mind is: Fair, Share, Care. Three words which when just read, don't mean much but if you were sat with Sensei and listening to the way he explained the philosophy in the phrase it would be something that you wouldn't forget. Sometimes I think I learned more about the martial art side of Karate listening to him talking outside of the dojo than the actual physical training side.

Where do your new ideas come from?

I get most of my ideas from watching other people training. If I notice what I consider is a mistake,

auszumachen glaube, arbeite ich selber daran und finde heraus, wie ich diesen Fehler beheben und die Technik verbessern kann.

Warum unterrichten Sie Kimura-Shukokai-Karate?

Nun, schliesslich gehe ich der Idee eines Mannes nach, weil ich an das glaube, was er lehrte. Egal, wie dieser Stil genannt wurde, es ist einfach so, dass dieser den Namen Shukokai trägt. Es gibt so viele Leute heutzutage, die verschiedene Formen von Shukokai praktizieren – ich jedoch ziehe es vor zu sagen, dass ich Kimura Shukokai praktiziere und dem Weg meines Lehrers folge.

Was hat er uns hinterlassen?

Er sagte einst, dass er eine Menge kleiner Kimuras hinterlassen möchte, und ich glaube, das hat er auch getan. Abgesehen von der Technik, die er uns vermittelte, hinterliess er eine grossartige Schar von Leuten, welche stetig nach Verbesserungen trachten und zusammen ein gemeinsames Ziel verfolgen.

Welche Beziehung hatten Sie persönlich zu Sensei?

Zuerst und vor allem war es immer eine Lehrer-Schüler-Beziehung, aber ich möchte erwähnen, dass wir auch Freunde waren. Er war für uns alle eine grosse Inspiration.

Wie sehen Sie KSI in 20 Jahren?

Schwierig zu sagen, da niemand in die Zukunft schauen kann, aber ich würde meinen, dass wir immer noch wachsen und uns technisch verbessern werden. Es ist sehr wichtig, dass wir nie aufgeben, besser zu werden.



Shihan Eddie Daniels, UK, gibt sein Wissen weiter
Shihan Eddie Daniels, UK, sharing his knowledge

Sie haben sicher vieles gesehen während Ihrer Karatekarriere, was war Ihr faszinierendstes Erlebnis?

Das Beste, was mir je passierte, war Sensei Kimura zu treffen. Meine wohl lebhafteste Erfahrung war, Sensei Kimuras gewaltigen Schlag zu sehen und zu erleben.



I will work on it myself and find out how I can help to fix that mistake and improve the technique.

Why do you train Kimura Shukokai Karate?

Well at the end of the day I'm following a man's idea, because I believe in what he was teaching. It wouldn't have mattered what the style was called, it just so happens that it has the name Shukokai. There are so many people today practicing different forms of Shukokai but I prefer to say I practice Kimura Shukokai and follow the way of my teacher.

What did he leave behind for us?

He once said that he would like to leave behind a lot of little Kimuras and I think he did that. Apart from giving us his technique he left us with a fantastic group of people who are all still looking for improvement and working together towards the same target.

What relationship did you personally have with Sensei?

First and foremost it was always a teacher-student relationship but I would also like to think that we were friends as well. He was very much an inspiration to us all.

How would you visualize KSI in 20 years from now?

It's hard to say because nobody knows the future but I would like to think that we will still be growing and improving technically. It's very important that we never stop striving to be better.

You've surely see many things in your Karate career, what would you say was your most fascinating experience?

The best thing that's ever happened to me was meeting Sensei Kimura. I suppose my most vivid experience was seeing and feeling Sensei Kimura's powerful impact. 

Wo stehe ich?

Abklärung

- Ziele**
- neutrale Standortbestimmung
 - Eignungsabklärung vor Übertritten
 - Planung der Schullaufbahn
- Inhalte**
- geistiges Potential
 - persönliche Lernreife
 - Arbeitshaltung
 - schulisches Wissen
 - Arbeitstechniken
 - Lernschwierigkeiten
- Weg**
- schriftlicher und mündlicher Teil
 - ca. 6 Stunden
 - teilweise im Beisein der Eltern

Wir informieren Sie gerne persönlich.

Zürich 044 382 90 90

Winterthur 052 212 06 28

Chur 081 286 90 60

SCHULBERATUNG

Die Schule nach Mass

ernstudio

eine Schule der Kalaidos Bildungsgruppe Schweiz









Interview Shihan

Lionel Marinus

Was ist das Ziel von KSI?

Unser Ziel ist es, die Ideen und die Philosophie von Sensei Kimura zu erhalten und zu verbessern, um sicherzustellen, dass diese künftigen Generationen weitergegeben werden.

Wie würden Sie Kimura Shukokai beschreiben und was unterscheidet es von anderen Formen?

Ich glaube, dass es die Persönlichkeit von Sensei Kimura ist, die uns unterscheidet. Er war immer bestrebt, das bestmögliche Resultat mit der minimalen Anstrengung zu erreichen. Ich glaube, dass es sich nicht nur um blosses Ausüben eines Sports handelte, sondern vielmehr um eine Art Körperverständnis.

Wenn Sensai Kimura vor Ihnen stehen würde und Sie ihm eine Frage stellen könnten, wie lautete sie?

Ich glaube nicht, dass ich ihm eine Frage stellen würde. Ich würde ihn vielmehr bitten, mir ein Gyaku-zuki zu zeigen, sodass ich es noch einmal sehen könnte.

Welche von Sensei Kimuras Aussagen oder philosophischen Lehren haben Sie am meisten beeindruckt?

Der Ausspruch «one hit, one kill» hat mich am meisten beeindruckt. Es hat in keiner Weise etwas damit zu tun, jemanden zu töten – das ist das Letzte, was wir wollen. Für mich bedeutet das, die maximal mögliche Stärke, Kraft und Wirkung aus jeder Technik herauszuholen. Wir praktizieren immer noch Kampfkunst, wofür wir neben der Philosophie auch ein Motto brauchen. «One hit to get the best result» tönt natürlich nicht so einnehmend, aber dieser Satz bedeutet mir

In your opinion, what is the target of KSI?

Our aim is to preserve and improve Sensei Kimura's ideas and philosophy and to insure that they are passed on to the future generations.

How would you define Kimura Shukokai, how does it differ from other styles?

I think the thing that makes us different is what Sensei Kimura was, the person that he was. He was always seeking the maximum result with the minimum effort. As opposed to just doing a sport I suppose it's more like a human body movement science.

If Sensei Kimura was here now and you could ask him one question, what would it be?

I don't think I would ask him a question. I would rather ask him to show me a gyaku-zuki so I could see it just one more time.

Is there any part of Sensei's philosophy or one of his sayings that has stuck in your mind?

I think the saying «one hit, one kill» is the one that stands out the most for me. It has nothing to do with actually killing anyone, that's the last thing we want. To me it means trying to get the maximum possible strength power and impact from any technique. We still practice martial arts and we need philosophy and a phrase like «one hit to get the best result» doesn't seem to captivate it all but that sentence means much more to me than hitting people. As I said it's to find the way to get the maximum out of one's body.

viel mehr als Leute zu schlagen. Wie ich schon erwähnte, geht es darum, das Maximum aus seinem Körper herauszuholen.

Warum glauben Sie, war Sensei Kimura so gut?

Ich glaube, er hatte eine wissenschaftliche Auffassung. Er entwickelte eine Trainingsart. Einmal sagte er, «Übung macht nicht perfekt, perfekte Übung macht perfekt», und das erklärt alles für mich. Er hatte diese wissenschaftliche Art, perfekt zu trainieren.

Wie motivieren Sie Ihre Schüler, so hart zu trainieren? Könnten Sie anderen jungen Instruktoeren einen Rat geben?

Es gibt keine Ratschläge und keine Abkürzungen, was mich betrifft. Als Lehrer müssen Sie zuerst das Verlangen im Schüler wecken, besser zu werden. Dies ist sehr individuell. Sie könnten ihnen einen Tritt oder einen Schlag zeigen oder eine Methode, woran sie glauben. Erst dann, wenn sie an die Technik oder Methode glauben, die Sie unterrichten, werden sie bereit sein, mit Freude härter zu trainieren, um ein Ziel zu erreichen. Dies hat Sensei Kimura mit mir getan. Als ich ihn das erste Mal traf, hiess er mich den Schutzschild halten, und er schlug ein paar Mal darauf ein. Das war genug für mich zu wissen, dass ich auch so schlagen wollte. Wenn die Lehrer dieses Verlangen im Schüler nicht wecken können, so werden diese vermutlich nur aus geringeren Beweggründen wie Turnierteilnahme, Medaillengewinn oder Erreichen des nächsten Gurtes trainieren, was natürlich nur vorübergehend ist.



Shihan Lionel Marinus, SA, ein erfahrener Lehrer voll von Enthusiasmus
Shihan Lionel Marinus, SA, an experienced teacher full of enthusiasm

Why do you think Sensei Kimura was so good?

I think he had a scientific brain. He developed a way to train. He once said, «practice doesn't make perfect, perfect practice makes perfect» and that about wrapped it up for me. He had that scientific way of looking for the perfect way to train.

How do you motivate your students to train so hard? Could you give other younger teachers a tip?

There are no tips, no short cuts as far as I'm concerned. As a teacher you first have to create the desire in the student to become better. The way to do that is individual. You could show them a kick or a punch or a method that they believe in, and only once they believe in your technique or the method that you are going to teach them they will become enthusiastic and will want to train hard to achieve a goal. That's how Sensei Kimura did it with me. When I first met him he told me to hold the punching pad then he punched it a few times and that was enough for me. I knew I wanted to punch like that. If teachers don't create that «want» in the students they may be training for more shallow reasons like tournament, medals or the next belt, which are temporary wants. Sensei Kimura created permanent wants in his students. They wanted something he had and were willing to work hard for as long as it takes to get it.

What was the most amazing experience that you've had in your Karate carrier?

I suppose it's boring because everyone tells the same story but I have to tell the truth, it was my first lesson I had with Sensei Kimura. When I held a punching

pad for him the first time I remember thinking, well he doesn't look that big and strong, I don't have to take a specially strong stance to hold a pad for him. I really wasn't expecting what was to come. That was the most amazing day of my life. That's when he created the want in me.

Was war Ihre faszinierendste Erfahrung in Ihrer Karatekarriere?

Vermutlich ist es langweilig, weil jeder das Gleiche erzählt. Aber ich sage Ihnen die Wahrheit, es war die erste Unterrichtsstunde mit Sensei Kimura. Als ich das erste Mal das Schlagkissen für ihn aufhielt, weiss ich noch, wie ich dachte, dass er nicht so gross und stark aussehe. Ich muss keine spezielle Haltung einnehmen, um das Kissen für ihn zu halten. Ich erwartete wirklich nicht, was kam. Das war der aufregendste Tag meines Lebens. Das war, als er das Verlangen in mir erweckte.

Woher kommen Ihre neuen Ideen?

Es gibt keine neuen Ideen, wie ich glaube. Ich suche einfach Wege, um Sensei Kimuras Prinzipien anzuwenden, sodass sie von den Schülern besser verstanden werden können. Vielleicht hatte ich eine oder zwei eigene Ideen, aber die grosse Mehrheit kam von Sensei.

Was hat Sensei Kimura uns hinterlassen?

Vor allem hinterliess er uns eine Struktur. Damit meine ich die weltweite Organisation, wofür er so hart gearbeitet hatte, sie zu etablieren. Er vermittelte uns eine gute Idee über das, was er anstrebte. Ich glaube, unbewusst lehrte er uns Dinge in einer Art, die es uns ermöglichen sollte, seine Lehre weiterzutragen, wenn er einmal nicht mehr da sein sollte. Ich fragte ihn einmal, was ihn motivierte, und er sagte: «Wenn ich nicht mehr da bin, will ich viele kleine Kimuras erschaffen, die übernehmen.» Ich glaube, dass er das erreicht hat. 

pad for him the first time I remember thinking, well he doesn't look that big and strong, I don't have to take a specially strong stance to hold a pad for him. I really wasn't expecting what was to come. That was the most amazing day of my life. That's when he created the want in me.

Where do you get your new ideas?

There are no new ideas as far as I'm concerned. I just find ways of applying Sensei Kimura's principles so they can be more readily understood by the students. Perhaps I've had one or two ideas of my own but the vast majority are from Sensei.

What did Sensei Kimura leave behind for us?

First of all he left behind a structure, I mean with that, the world association that he worked so hard to establish. He also left us with a good idea of what he was looking for. I think subconsciously he taught in a way where he thought that he wouldn't be there forever and instilled things in us that made it possible to carry on from him. I asked him once what motivated him and he said, «When I'm not around I want to create a lot of little Kimuras to take over.» I think he succeeded in that. 

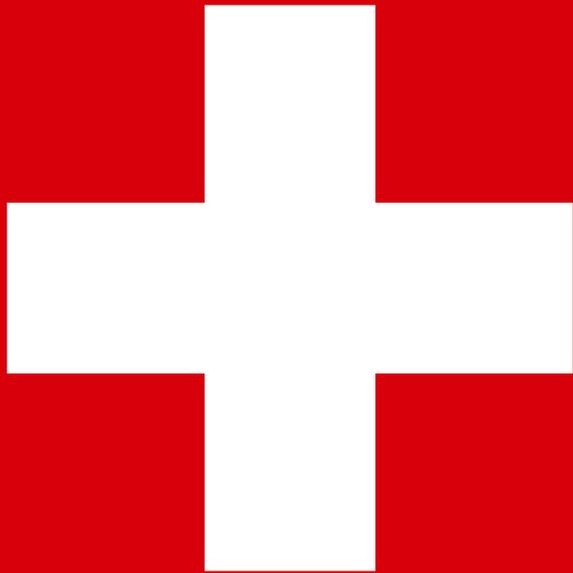
Werte für Generationen.



Tradition und Moderne gehen bei vielen Sportarten Hand in Hand. Die Tradition wird gelebt dank beständigen und sicheren Werten, die Moderne erhält Kraft durch junge Ideen und den dahinterstehenden Menschen: Werte für Generationen. 80 AMAG RETAIL Filialen freuen sich auf Ihren Besuch. www.retail.amag.ch

Qualität ist unser Antrieb





KSI Schweiz Switzerland



KSI Schweiz hat rund 500 männliche und weibliche Mitglieder aus allen Altersklassen im Kanton Zürich. Die zwei Dojos in Adliswil und Wetzikon sind ein Trainings- und sozialer Treffpunkt für Karatekas aus über zwanzig verschiedenen Ländern. Das soziale Spektrum deckt alle Berufsgruppen ab.

Der Honbu, die Hauptschule von KSI Schweiz mit rund 400 Mitgliedern, liegt in Adliswil. Das Dojo Wetzikon wurde am 30. Oktober 2004 eröffnet.

Lebenslanges Lernen

Mit «Bescheidenheit und strenges Bemühen» wird das Leben des berühmtesten japanischen Samurais Miyamoto Musashi (1584–1645) auf den Punkt gebracht. Diesen Leitsatz verkörpert in der Schweiz Shihan Steve Lunt, 7. Dan. Er leitet KSI Schweiz und vermittelt auch nach über 30 Jahren Lehrtätigkeit sein immenses Wissen regelmässig in persönlich geführten Lektionen.

Shihan Steve Lunt begann 1969 mit Shukokai-Karate, nachdem er bei verschiedenen Stilrichtungen trainiert hatte. Er kämpfte sich schnell in die englische und später in die Schweizer Allstyle-Karate-Nationalmannschaft. In den Jahren 1978 bis 1983 gewann er praktisch alle Schweizer Turniere in der Schwer- und Offengewichtsklasse.

Während 23 Jahren war Steve Lunt persönlicher Schüler von Grossmeister Shigeru Kimura. Er erhielt in dieser Zeit einen tiefen Einblick in die Techniken des Shukokai-Karate. 1979 wurde Shihan Steve Lunt durch Soke Kimura zum Schweizer Chefinstruktor von Kimura Shukokai International ernannt. Der gute Ruf von Sensei Steve Lunt zieht regelmässig hochgradige Karateschüler aus der ganzen Welt an.

Karatetraining

In 30 Wochenlektionen stehen abgestuft nach dem Stand der individuellen Entwicklung Trainings für Anfänger und Fortgeschrittene, für Kinder und Erwachsene zur Auswahl. Die aktuellen Trainingszeiten finden Sie auf der Club-Website: www.ksi-karate.ch 

KSI Switzerland counts some 500 male and female members of different age. The two dojos located in Adliswil and Wetzikon are meeting points for people from more than twenty different nations, belonging to all social backgrounds and occupations.

The Honbu (the headquarter) in Adliswil was opened in 1997 and counts 400 members. The Wetzikon dojo opened its doors in October 2004, its membership exceeds 100 persons.

A lifetime of learning

Shihan Steve Lunt (7th Dan) has been leading KSI Switzerland for nearly 30 years. With his 39 years of Karate experience, he has been personally transmitting his vast knowledge and values of this fascinating martial art.

After having trained in various different styles, Shihan Lunt began with Shukokai Karate in 1969. Very soon after he became a member of the English National Team and later on also of the Swiss All Styles Team. From 1978 until 1983 he won almost all tournaments of the Swiss Heavy Weight as well as the Open Weight Championships.

For 23 years he was Master Kimura's student and during that time he gained a profound insight into the techniques of Shukokai Karate. In 1979 he was appointed Swiss Chief Instructor of Kimura Shukokai International. Shihan Lunt's good reputation attracts high-grade Karatekas from all over the world.

Karate training

30 lessons a week are given to children and adults, beginners and advanced alike, tailor-made to their ability. The exact time schedule can be found on the club website: www.ksi-karate.ch 



Respekt, Geschwindigkeit, Kraft und Kontrolle waren Schlüsselwerte von Soke Shigeru Kimura. Mit dieser Zeichnung hat er – für Shihan Steve Lunt persönlich – die Essenz des Stils in wenigen Strichen zum Ausdruck gebracht.

Respect, speed, power and control have been key factors of Soke Shigeru Kimura. With this drawing he has – for Shihan Steve Lunt personally – expressed the essence of the style with a few strokes.

BUDO.CH 武道スポーツ 日本

Alles für den Kampfsport Tout pour le sport de combat

BUDOSPORT NIPPON ZÜRICH

**Grösste Auswahl der Schweiz an Kampfsportartikel
plus grande choix de la suisse dans les produits d'arts martiaux
biggest assortment of martial arts products in switzerland**

250m2
Ausstellung
250m2
exposition

Fachgeschäft
seit 1960
commerce spécial
depuis 1960

freundliche & kompetente Beratung
service adorable
& capable

Gutschein 10% auf
Ihren Einkauf
avoir de 10% sur
votre achat

Besuchen Sie uns !
venez nous
rendre visite !

Markenartikel &
Eigenprodukte
marque connu &
une propre marque



**KAMIKAZE
KAITEN**



BUDO.CH
武道スポーツ
日本

BUDOSPORT NIPPON ZÜRICH

Postfach 3870 • 8021 Zürich • Telefon 044 241 54 66
Fax 044 241 63 57 • info@budo.ch • www.budo.ch
PC 80-35237-3 • Credit Suisse Zürich BC 5288-124916-41

Ladenlokal • Rolandstrasse 15 • 8004 Zürich
Montag – Freitag 9.00 – 12.00, 13.30 – 18.30 Uhr
Samstag 10.00 – 16.00 Uhr durchgehend offen

KSI in der Schweiz

KSI in Switzerland

Honbu Adliswil



Kimura Shukokai Karate International

Shihan Steve Lunt
Webereistrasse 55
8134 Adliswil

Fon 044 709 09 02
Fax 044 709 09 51
adliswil@ksi-karate.ch
www.shukokai-karate.ch

Dojo Wetzikon



Kimura Shukokai Karate International

Sensei Loges Kathingamu
Usterstrasse 109
8621 Wetzikon

Fon 043 497 03 05
wetzikon@ksi-karate.ch
www.shukokai-karate.ch

Dojo Dübendorf



Kimura Shukokai Karate International

Sensei Ivica Spasov

Fon 078 835 32 27
duebendorf@ksi-karate.ch
www.shukokai-karate.ch

Opening soon

Neueröffnung
Herbst 2008











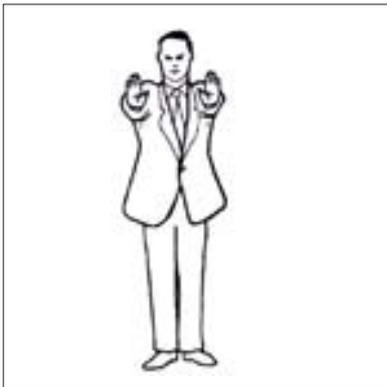
KSI-Schiedsrichter- Gesten

KSI Refereeing

Gestures

Ankündigung und Gestik des Schiedsrichters

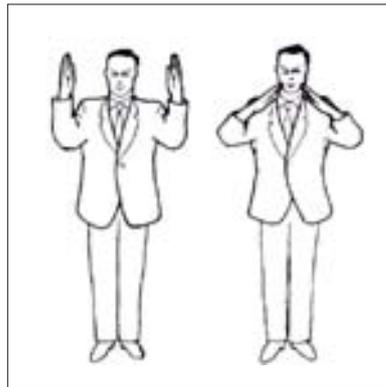
Announcements and Gestures of the Referee



Shomen-Ni-Rei

Der Schiedsrichter streckt seine Handinnenflächen nach vorn (Grüssen des Publikums).

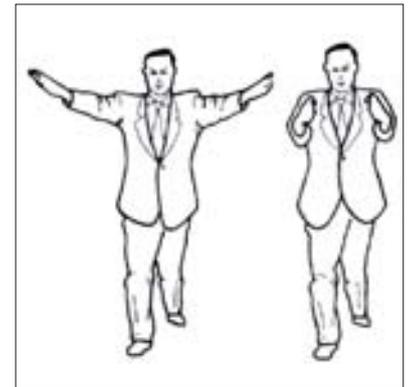
The Referee extends his arms, palms to the front.



Otagai-Ni-Rei

Der Schiedsrichter weist die Wettkämpfer an, sich gegenseitig zu verneigen.

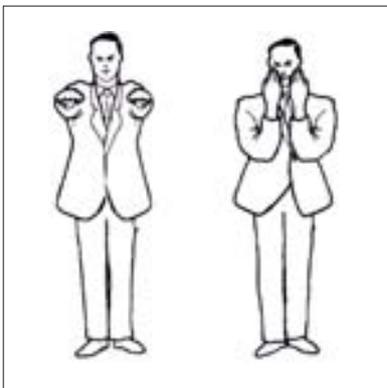
The Referee motions to the contestants to bow to each other.



Tsuzukete Hajime

Weiterkämpfen lassen. Bei der Ankündigung «Tsuzukete» steht der Schiedsrichter in einem Vorwärtsstand, seine beiden Arme ausgestreckt, die Handinnenflächen gegen die Wettkämpfer gerichtet. Wenn der Schiedsrichter «Hajime» sagt, dreht er die Handflächen und bringt seine Arme mit einer schnellen Bewegung nach unten; zeitgleich nimmt er einen Schritt zurück.

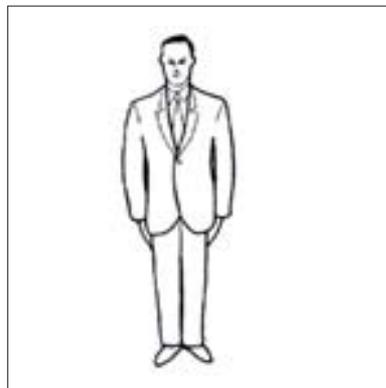
«Resume fighting-begin»
The referee says «Tsuzukete» standing in a forward stance, his arms extended with his palms facing to the contestants. As he says «Hajime» he turns the palms of his hands and brings them rapidly together while stepping back.



Shimpan-Ni-Rei

Der Schiedsrichter weist die Wettkämpfer an, sich gegen die Schiedsrichter zu drehen und zu verneigen.

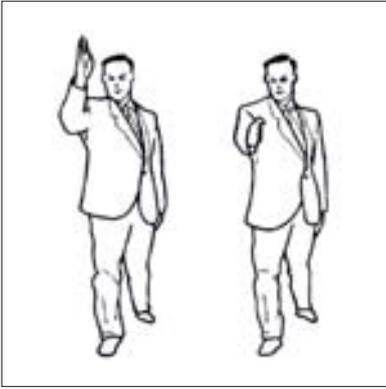
The Referee motions the contestants to turn and bow to the referees



Sanbon Shobu Hajime

Nach der Ankündigung nimmt der Schiedsrichter einen Schritt zurück.

«Start the Match»
After the announcement, the Referee takes a step back.

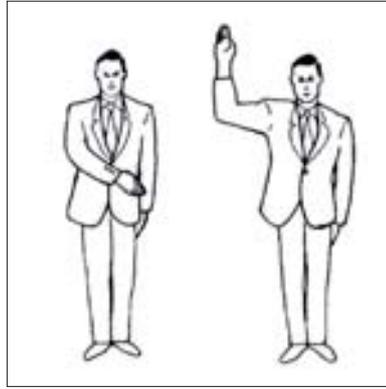


Yame

Unterbruch oder Ende des Wettkampfes oder beides. Bei der Ankündigung übt der Schiedsrichter eine Abwärtsbewegung mit seinem Arm aus.

«Stop»

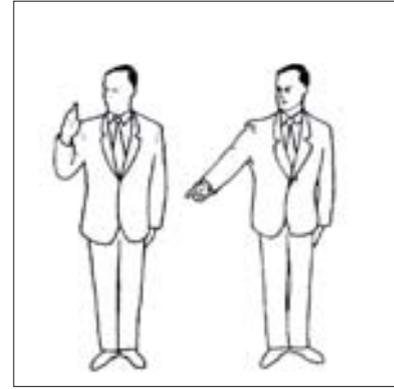
Interruption or end of a match. As he makes the announcement, the Referee makes a downward chopping motion with his hand.



Ippon (1 point)

Der Schiedsrichter streckt seinen Arm seitlich/aufwärts weg (90 Grad) zur Seite des Wettkämpfers hin, der einen Punkt erzielt hat.

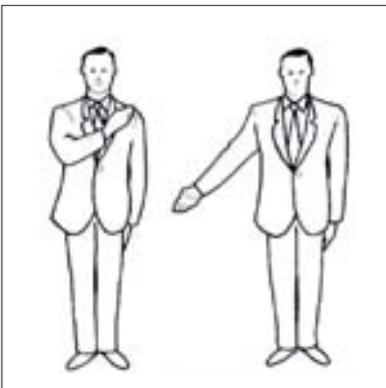
The Referee extends his arm upward at 90 degrees on the side of the scorer.



Kiken

Der Schiedsrichter zeigt mit dem Zeigefinger zur Startlinie des aufgebenden Kämpfers. Dann kündigt er dem Gegner den Sieg an. «Renunciation»

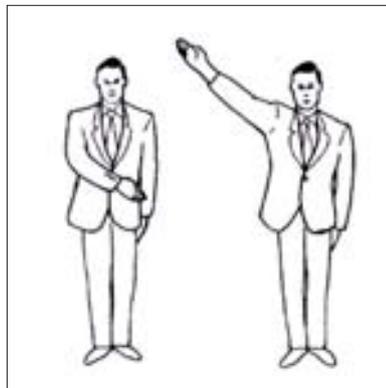
The Referee points with the index finger towards the renouncing contestant's line, then announces a win to the opponent.



Wasa-ari (½ point)

Der Schiedsrichter streckt seinen Arm seitlich/abwärts weg (45 Grad) zur Seite des Wettkämpfers hin, der einen halben Punkt erzielt hat.

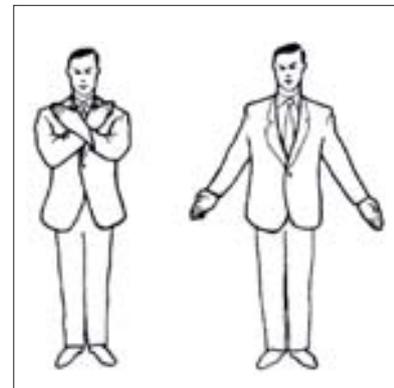
The Referee extends his arm downward at 45 degrees on the side of the scorer.



No Kachi (Win)

Am Ende des Wettkampfes zeigt der Schiedsrichter den Sieg an für «Aka» oder «Ao» durch Anheben des Armes (45 Grad) zur Seite des Siegers.

At the end of the match or bout, announcing «Aka (or AO) No Kachi» the Referee extends his arm upward at 45 degrees on the side of the winner.



Hikiwake

Unentschieden

Der Schiedsrichter kreuzt die Arme und öffnet diese wieder mit den Handinnenflächen nach vorne.

«Draw»

When time is up and scores are equal, or no scores have been awarded, the Referee crosses his arms and then extends them with the palms showing to the front.



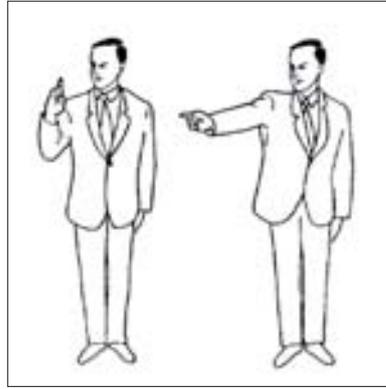
Atenai Yoni

«Erste Verwarnung wegen unzulässiger Technik»

Der Schiedsrichter hält seine rechte Faust auf Brusthöhe und umfasst diese mit seiner linken Handfläche.

«Forbidden technique 1st level»

The Referee holds his right hand at chest level.



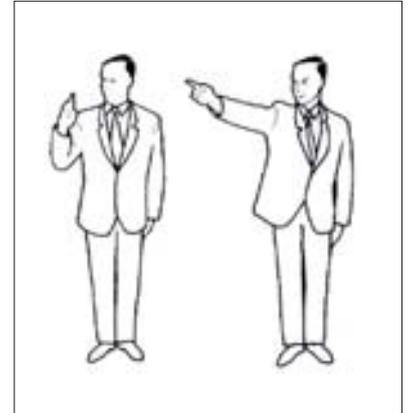
Hansoku Chui

«Dritte Verwarnung wegen unzulässiger Technik»

Der Schiedsrichter zeigt mit dem Zeigefinger auf den Bauch des Fehlbaren und gibt dem Gegner einen ganzen Punkt.

«Forbidden technique 3rd level»

The Referee points with his index finger towards the stomach of the offender and awards Ippon (one point), to the opponent.

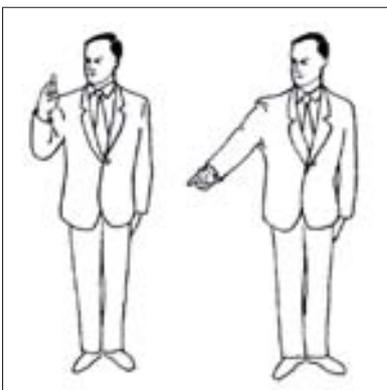


Shikkaku

Disqualifikation (Ausschluss vom Turnier). Der Schiedsrichter zeigt auf den Disqualifizierten und weist ihn von der Matte unter gleichzeitiger Ankündigung «Aka (Ao) Shikkaku». Anschliessend gibt er dem Gegner den Sieg bekannt.

«Disqualification from the rest of tournament»

The Referee points to the face of the offender, then motions out and behind with the announcement «Aka (AO) Shikkaku!» He then announces a win for the opponent.



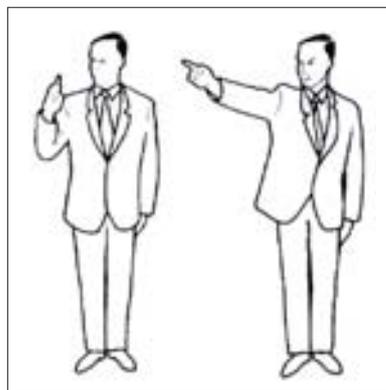
Kaikoku

«Zweite Verwarnung wegen unzulässiger Technik»

Der Schiedsrichter zeigt mit dem Zeigefinger im 45-Grad-Winkel zum Bestraften und gibt anschliessend seinem Gegner einen halben Punkt.

«Forbidden technique 2nd level»

The Referee points with his index finger downwards at 45 degrees in the direction of the offender, and awards wasa-ari (½ point) to the opponent.



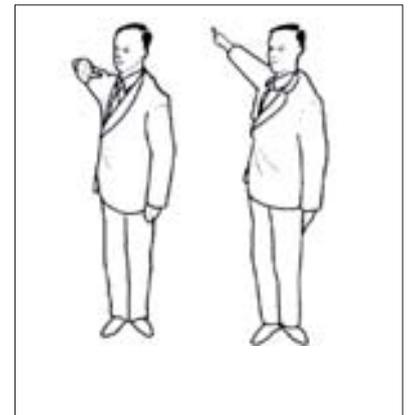
Hansoku

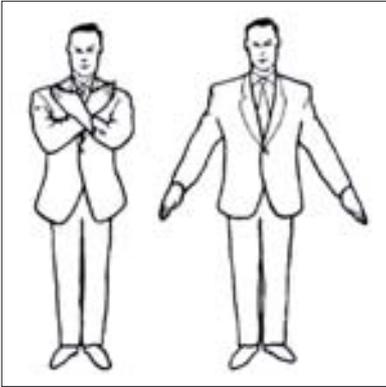
«Disqualifikation»

Der Schiedsrichter zeigt mit dem Zeigefinger ins Gesicht des fehlbaren Kämpfers und erklärt den Gegner zum Sieger.

«Disqualification»

The Referee points with his index finger to the face of the offender, and awards a win to the opponent.





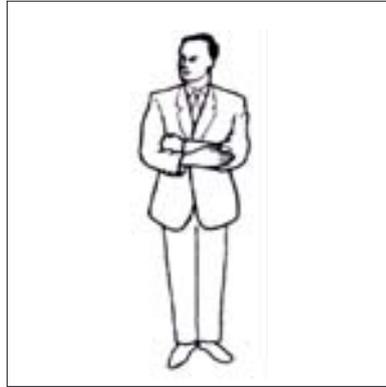
Torimasen

«Keine Wertung»

Der Schiedsrichter kreuzt seine Arme und bringt diese mit einer bestimmten Bewegung wieder nach unten.

«Unacceptable as a Scoring Technique»

The Referee crosses his arms, then makes a cutting motion, palms downward.

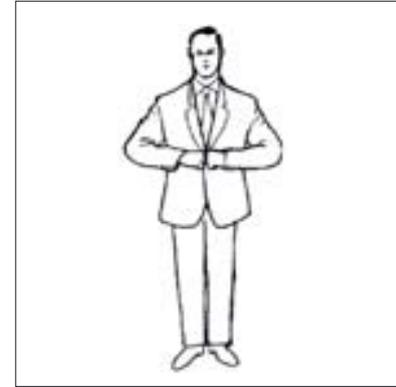


Geblockte Technik oder Ziel nicht getroffen.

Technique blocked or off target.

Der Schiedsrichter zeigt an, dass die Technik geblockt wurde oder das Ziel verfehlt wurde. Dabei hält er die offene Hand über den Vorderarm.

The Referee places an open hand over the other arm to indicate to the Judges that the technique was blocked or hit a non-scoring area.



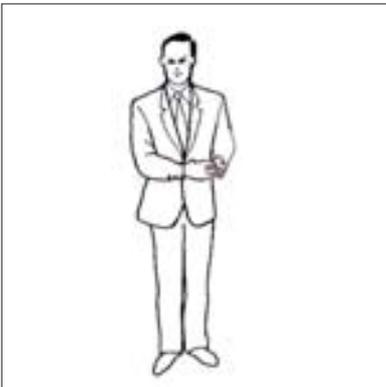
Aiuchi

«Gleichzeitige Techniken»

Keine Punkte zu vergeben. Der Schiedsrichter bringt auf Brusthöhe seine Fäuste zusammen.

«Simultaneous Scoring Techniques»

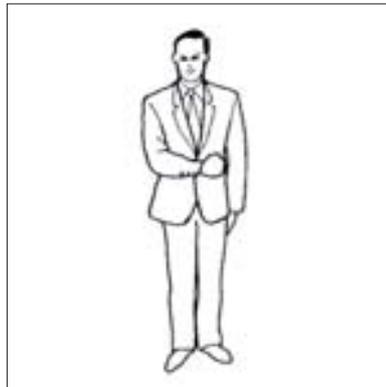
No point is awarded to either contestant. The Referee brings the fists together in front of the chest.



Aka (Ao) Zuerst gepunktet **Aka (Ao) Scored first**

Der Schiedsrichter zeigt, dass Aka oder Ao zuerst gepunktet hat. Dabei führt er die Fingerspitzen der offenen Handfläche (Punkt erhaltende Seite) auf die andere Handfläche.

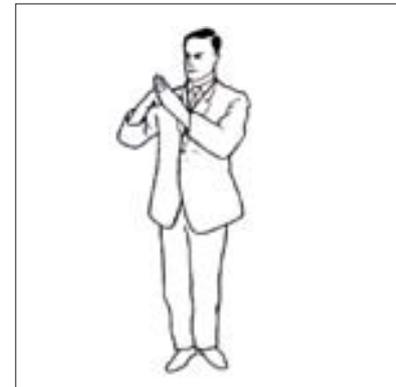
The Referee indicates that Aka scored first by bringing the open right hand to the palm of the left hand. If Ao was first, the left hand points into the right hand.



Am Ziel vorbei **Technique missed**

Der Schiedsrichter zeigt, dass die Technik das Ziel gänzlich oder durch Abprallen verfehlt hat. Er hält den Arm waagrecht mit geschlossener Faust.

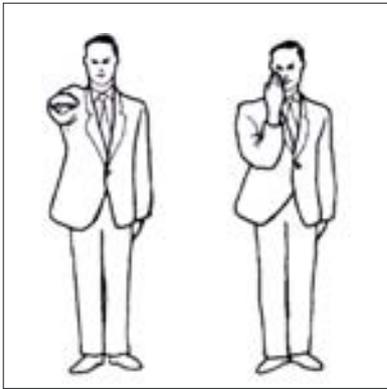
The Referee moves the clenched fist across the body to indicate to the Judges that the technique missed or glanced off the scoring area.



Zu starker Kontakt **Excessive contact**

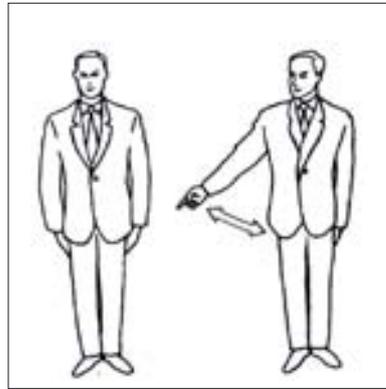
Der Schiedsrichter zeigt den Richtern, dass ein zu fester Kontakt stattgefunden hat.

The Referee indicates to the Judges that there has been excessive contact.



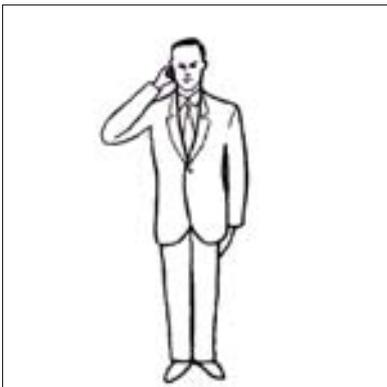
Shugo

Der Schiedsrichter ruft den Spiegelrichter.
 «Judge Called»
 The Referee calls the Judge.



Jogai

«Austritt aus Kampffläche»
 Der Schiedsrichter zeigt den Richtern einen Austritt aus der Kampffläche an, indem er mit dem Finger auf die Linien zeigt.
 «Exit from the Match Area»
 The Referee indicates an exit to the Judges, by pointing with the index finger to the match area boundary on the side of the offender.



Gefährlicher und unkontrollierter Angriff

Dangerous and uncontrolled attacks

Der Schiedsrichter führt seine geschlossene Faust an seinem Kopf vorbei. 着
 The Referee brings his clenched fist past the side of his head. 着





Spiraldynamik



Spiraldynamik – die intelligente Gebrauchsanweisung für den Körper. Ein Lehr- und Lernkonzept, das im Karatesport ebenso hilfreich und effizienzsteigernd ist wie in anderen Trainingsformen, Therapie und Prävention. Selbstverantwortung und Know-how sind das Fundament für intelligentes Training, das Bewegung erst zum Erfolgsrezept der Natur macht. Für den Karateka heisst das: bewussteres Training, höhere Effizienz, kontrolliertere Technik, mehr Power.



«Spiraldynamik» – the intelligent instructions for use for your body. A concept for teaching and learning which is equally helpful and utmost efficient for Karate as well as for other forms of training – it is both therapy and prevention. Selfresponsibility and know-how are the fundament for intelligent training, that makes moving your body a successful formula of nature. This means for a Karateka: more awareness in training, higher efficiency, a better control of the technique, more power.



釋

空

菴



Soke Shigeru Kimura

Grand-
master
of Shukokai



Sensei Kimura als junger Mann in Japan
Sensei Kimura as a young man in Japan



Soke Kimuras Philosophie
des Erfolgs
Soke Kimura's Success
Philosophy

Kraft, Schnelligkeit und Dynamik sind Attribute des Kimura-Shukokai-Karates. Sie sind das Ergebnis des einzigartigen Körperverständnisses und des permanenten Strebens nach Verbesserung, das Soke Shigeru Kimura auszeichnete.

Der Gründer (Soke) Shigeru Kimura wurde am 2. März 1941 in Kobe, Japan, geboren. Er begann mit 16 Jahren unter der Führung von Sensei Chojiro Tani (1921–1998) Karate zu trainieren. Mit 21 Jahren gewann er die «All Japan Championship». Diesen Titel holte er im darauf folgenden Jahr zum zweiten Mal. Nach diesen Turniererfolgen zog er sich aus den Wettkämpfen zurück und widmete sich ganz der Weiterentwicklung des Shukokai-Karate. Durch seine stete Suche nach grösserer Schlagkraft und Schnelligkeit erlangte er ein Verständnis für die Körpermechanik des Menschen wie kein Zweiter. Soke Kimura starb 1995 überraschend im Alter von 54 Jahren an einem Herzversagen. Zurück liess er sein Vermächtnis und seine Vision der perfekten Technik oder in den Worten von Shigeru Kimura: Power, Speed, Control.

Karate für alle

Es ist nie zu spät, um mit Karate zu beginnen. Denn regelmässiges Karatetraining fördert das allgemeine Wohlbefinden, die Kraft, die Beweglichkeit, die Konzentration, die Koordination sowie die Fähigkeiten zur Selbstverteidigung. Das macht Karate zu einer geeigneten Betätigung für Kinder ab sechs Jahren genauso wie auch für Erwachsene jeden Alters. Für Karate braucht es keine speziellen körperlichen Voraussetzungen. Eine stetige Verbesserung der individuellen Fähigkeiten steht im Vordergrund des Trainings. Durch die natürlichen Bewegungsabläufe entstehen keine einseitigen Abnutzungserscheinungen des Bewegungsapparats und der Gelenke. Die positiven Effekte stellen sich bereits bei zweimaligem wöchentlichem Training ein. 

Power, speed, control and the deep understanding of body mechanics are just some of the attributes which make Kimura Shukokai so special. They are the result of a continuous striving for improvement and perfection.

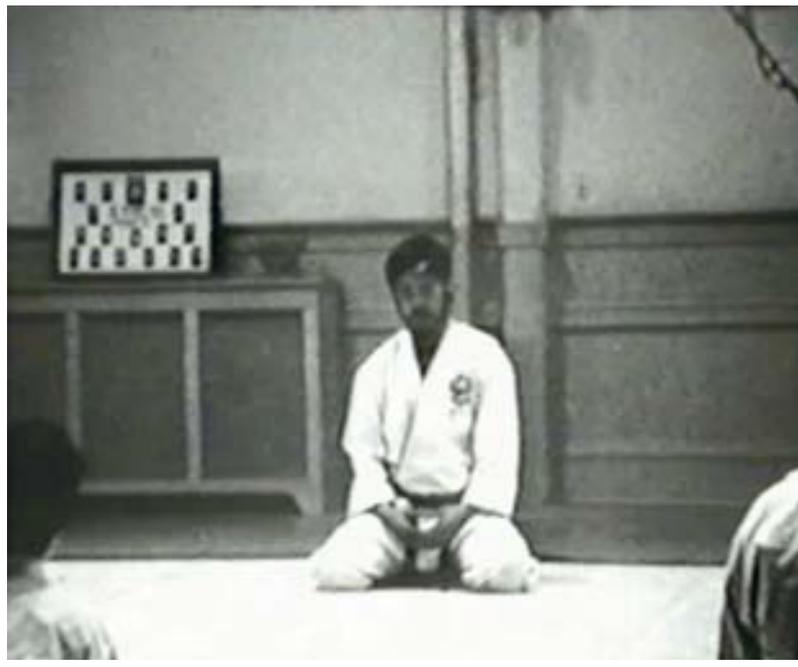
The founder (Soke) Shigeru Kimura was born in Kobe, Japan on March 2, 1941. He began with Karate at the age of 16 as a student of Sensei Chojiro Tani (1921–1998). At the age of 21 he won the «All Japan Championship» which he did again a year later. After this great success he retired from competing in tournaments and from then on dedicated himself to the refinement and evolution of Shukokai Karate. On his continuous search for more power and speed he reached a level of understanding body dynamics and mechanics as no other did. In 1995 he succumbed to a heart failure at the age of 54 only. What he left behind is the vision of a perfect technique, or, to use his own words; power, speed and control.

Karate for everyone

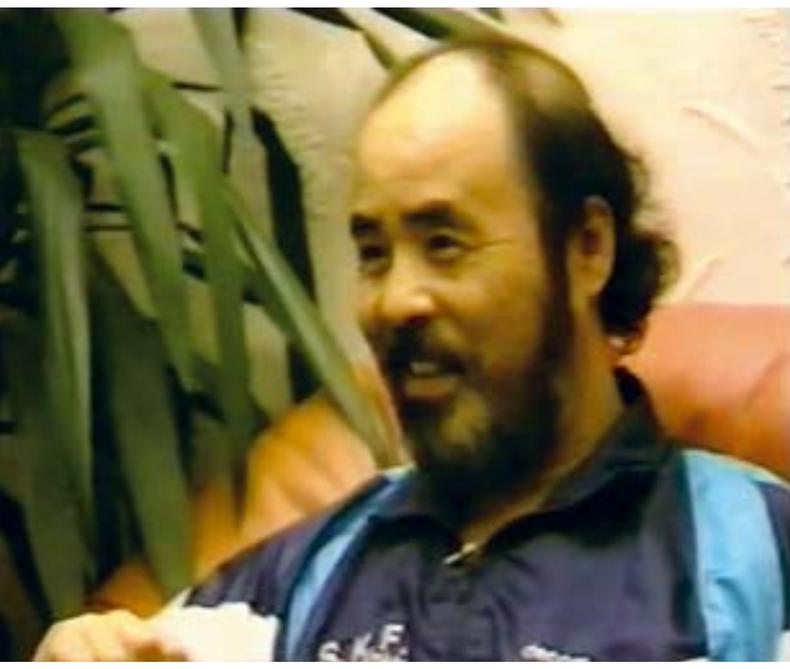
It is never too late to start with Karate. Training on a regular basis stimulates your well-being, strengthens your body and enhances your agility. Moreover, it also teaches you a realistic way of self-defence.

This makes Karate an ideal sport for children from the age of six and adults of all ages. No special physical background is needed. The main target of every lesson is the continuous improvement of the individual skills. Kimura Shukokai Karate training is a use of the natural movements of the body, without putting undue stress on the joints and muscles. Training twice a week already shows very positive effects.

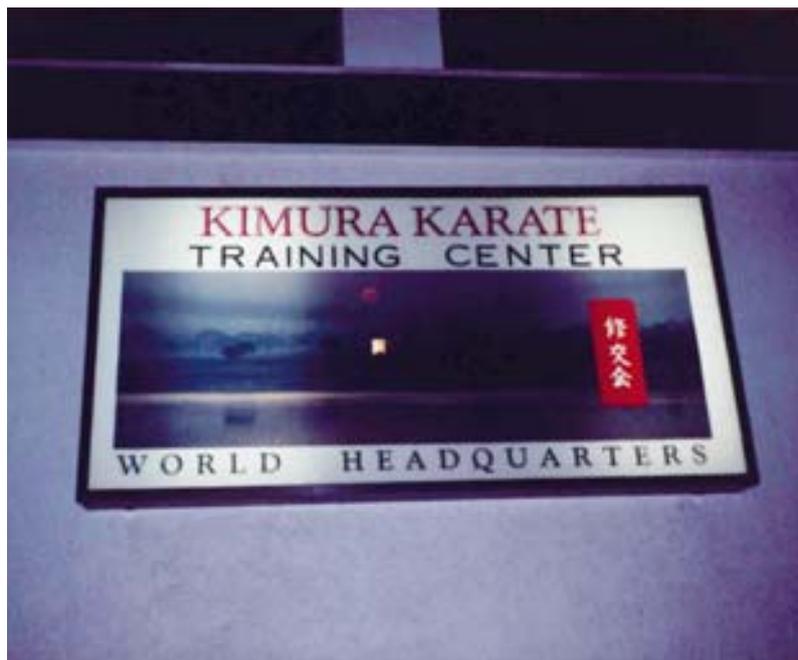




Bilder von Sensei Kimura aus früheren Zeiten
Early pictures of Sensei Kimura demonstrating his technique



Die Dojo-Regeln: Respekt, Einsatz, Geduld, Kreativität, Enthaltbarkeit
The dojo creed: respect, effort, patience, creativity, temperance



Soke Kimura, seine Vision lebt weiter
Soke Kimura, his vision lives on

GLOSSARY

A

Aiuchi

Gleichzeitig punkten
Scoring simultaneously

Aka

Rot
Red

Ao

Blau
Blue

Ashi-barai

Fussfeger
Foot sweep

Awasate ippon

Zwei halbe Punkte = ein Punkt
Two half points = one point

B

Budo

Martial Arts
Martial Arts Way

C

Chudan

Mittlere Körperpartie
Torso

D

Dachi

Stellung (Stand)
Stand

Dan

Schwarzgurtgradierung
Black belt grading

Do

Weg oder Pfad
Way or path

Dojo

Ort des Weges, Trainingshalle
Place of path, training place

E

Empi

Ellbogen
Elbow

Empi-uchi

Ellbogensschlag
Elbow strike

Enchosen

Kampfverlängerung
Elongation of fight

F

Fukushin

Richter
Referee

Fumikomi

Stampftritt
Stamp kick

Furi-zuki

Runds Schlag, von unten nach oben geschlagen
Round punch, from down to up

G

Gedan

Bereich unter dem Gürtel
Area beneath belt

Gedan-barai

Abwehr nach unten
Defense down

Geri

Tritt
Kick

Gi

Karateanzug
Karate suit

Gyaku-zuki

Fauststoss mit dem Arm, der dem vorderen Fuss entgegengesetzt ist
Reverse punch

H

Hai

Ja
Yes

Hajime

Start, Anfang
Start, Begin

Haitouchi

Handkantenschlag, Daumenseite
Strike with edge of hand, thumb side

Hansoku

Disqualifikation
Disqualification

Hansoku chui

Verwarnung
Warning

Hantei

Entscheidung
Decision

Heiko-dachi

Füße schulterbreit und nach vorn stellen
 Feet shoulder width, parallel stance

Heisokudachi

Füße zusammenstellen
 Feet together

Hidari

Rechts
 Right

Hikewake

Unentschieden
 Tie

Hikite

Zurückziehende Hand
 Pull back hand

Hiza

Knie
 Knee

Hiza-geri

Knieschlag
 Knee strike

Honbu

Hauptdojo eines Karatestils
 Main dojo of a Karate style

IJ**Ippon**

Ein Punkt
 One point

Ipponashi-zuki

Einbein-Fauststoss
 One leg punch

Ipponken

Eine «Knödli»-Faust
 One knuckle strike

Ipponkumite

Kampfübung mit dem Partner, mit Einzelangriff
 Single attack training with partner

Jodan

Kopf- und Halsbereich
 Head and neck area

Jodan-uke

Abwehr nach oben
 Defence upwards

Jogai

Bereich Aussenseite der Kampf-
 fläche
 Area outside fighting area

Juji uke

Gekreuzte Handabwehr
 Crossed hands defence

Jiyu kumite

Freier Kampf
 Free fighting

K**Kakato**

Fersen
 Heel

Kakato-geri

Fersentritt
 Heel or axe kick

Kake-dashi

Stellung mit gekreuzten Beinen
 Crossed leg stand

Kamae

Bereitschaft
 Ready

Karate

Chinesische oder leere Hand
 Chinese or empty hand

Karate-do

Weg der leeren Hand
 Path of the empty hand

Kata

Trainings-Schema, Kampf gegen
 imaginären Gegner
 Training scheme, fight against
 an imaginary opponent

Kata bunkai

Verwendung der Kata
 Application of the kata

Keage

Rückfedernd
 Back bouncing

Keikoku

Halber-Punkt-Strafe
 Half point penalty

Kekomi

getreten
 stamped

Keri

Treten
 Kick

Ki

Lebenskraft
 Vitality

Kiai

Harmonie der Lebenskraft,
 Karateschrei
 Harmony of vitality, karate
 scream

Kibadachi

Pferdestellung mit Füßen nach
 innen
 Horse position with feet towards
 inside

Kihon

Grundtechniken
 Basic technique

Kiket

Greiftechnik
 Grip technique

Kiken

Verzicht
 Resignation

Kime

Endstellung, Endpunkt einer Be-
 wegung
 Endposition, endpoint of a move-
 ment

Kin-geri

Leistentritt
 Groin kick

Koken

Geneigtes Handgelenk
 Bent wrist

Kokutsu-dachi

Stellung mit 70% Gewicht auf dem hinteren Bein
Stand with 70% weight on back leg

Kumite

Kampf
Fight

Kyu

Schülergrad, Farbgurt
Grade of student, color of belt

M**Maiai**

Distanz zwischen den Gegnern
Distance between opponents

Mae-geri

Vorwärtsfusstritt
Kick straight forward

Mae tobi-geri

Vorwärtsfusstritt, gesprungen
Kick straight forward, jumped

Maeken-zuki

Schlag mit der Führungshand
Punch with leading hand

Makiwara

Schlagpfahl
Wooden board wound with rope for striking

Mawashi-geri

Halbkreisfusstritt
Halfround kick, touching with upper foot side

Mawashi-zuki

Rundschlag
Round punch

Mawate

Drehung
Turn

Migi

Links
Left

Mikazuki-geri

Rund-Fusssohlentritt bei Abwehr oder Angriff
Round kick as defence or attack

Mokuso

Konzentrationszeit
Time of concentration

Musubi-dachi

Stand mit den Fersen zusammen und die Füße offen
Stand heels together, feet open

Nekoashi-dachi

Katzenstand
Cat stance

N**Nukite**

Speerhand
Spear hand

O**Oi-zuki**

Gleichseitiger Fauststoss mit Schritt vorwärts
Step and punch forward simultaneously

Oss

Budo-Begriff u.a. Begrüssung
Budo term expression for salute

P**Pinan oder Pidan**

Grundkata
Basic kata

R**Rei**

Gruss
Greeting

Ryu

Schule, Stil
School, style

S**Samurai**

Japanischer Krieger
Japanese warrior

Sanbon-Kumite

Dreischritt-Kampf
Three technique fighting

Sanchin-dachi

Sanduhr-Stand
Hourglass stand

Sasai-uke

Abwehr mit Unterstützung des anderen Armes
Defence supporting blocking arm with other

Seiza

Knien
Kneeling

Sempai

Höher-Gradierter
Superior grade

Sensei

Lehrer
Teacher

Seinsei ni Rei

Gruss zum Lehrer
Greeting to teacher

Shihan

Professor oder Meister
Professor or Master

Shikaku

Disqualifikation, vom Rest des Wettkampfes
Disqualification for the rest of fight/competition

Shiko-dachi

Sumo stand, Füße nach aussen
Sumo stance, feet 45 degrees

Shiro

Weiss
White

Shobu

Wettkampf
Competition

Shobu-ippou

Kampf bis zum ersten Punkt
Fight until the first point

Shobu-sambon

Kampf bis drei Punkte
Fight until three points

Shuto-uke

Abwehr mit der Handkante
Defence with edge of hand

Soke

Gründer
Founder

Sokuto

Aussenseite des Fusses
Outside of foot

Soto-uke

Abwehren mit der Aussenseite
des Armes
Defence with outside of arm

Surikomi

Halbschritt
Half step

T**Taisho**

Handballen
Ball of hand

Te

Hand
Hand

Tetsui

Hammerfaust
Hammer fist

Tsuzuke-te

Weitermachen
Continue

Tzukami-uke

Abwehr mit Griff
Defence with grip

Tzuki

Fauststösse (Mehrzahl)
Punches (pl.)

U**Uchi**

Innenseite
Inside

Ude

Unterarm
Forearm

Uchi-ude-uke

Abwehr mit Innenseite des Arms
Defence with inner side of arm

Uke

Abwehr
Defence block

Uraken

Schlag mit dem Handrücken
Punch with back of the hand

Ura mawashigeri

Vorwärtsgeschlagener, halbrun-
der Fusstritt
Half round kick, touching with
the bottom of foot or heel

Urazuki

Kurzer Faustschlag
Short punch

Ushirogero

Fussstoss nach hinten
Back kick

Ushiro

Runder Fussschlag mit Drehung
Round kick with turn

W**Waza-ari**

Halber Punkt
Half point

Y**Yamazuki**

Doppelfaustschlag
Punch with both fists

Yame

Stopp
Stop

Yoi

Bereit
Ready

Yoko

Seite
Side

Yoko-geri

Seitentrtritt mit der Ferse
Side kick

Z**Zanchin**

Wachsamkeit
Alertness

Zen

Ab dem 5. Jahrhundert nach
Christus entstandene Linie des
Mahayana-Buddhismus
Philosophy starting from the
5th century of the Mahayana-
Buddhism

Zenkutsu-dachi

Vorwärtsstand
Stand to front

Zuki

Fauststoss (Einzahl) 拳
Punch (sing.) 拳

Gedanken von Chefinstruktor

Personal Thoughts

of Chief Instructor

Steve Lunt

Shihan Steve Lunt hat 40 Jahre Karate-Erfahrung. Ein paar persönliche Gedanken dazu.

Manchmal frage ich mich, was uns antreibt, die anderen Lehrer, die langjährigen Schüler und mich. Das Geld kann es nicht sein, dazu verdient man zu wenig. Der Ruhm ist es auch nicht. Ist es ein lockerer Job? Nein, das ist er bestimmt nicht. Weshalb also gehen wir Tag für Tag, Jahr für Jahr ins Dojo, suchen nach neuen Ideen, experimentieren mit neuen Empfindungen, die uns hoffentlich dabei helfen werden, härter zuzuschlagen, uns schneller zu bewegen, die Katas kraftvoller auszuführen? Für einige Glückspilze wie mich ist es einfacher, weil wir Soke Kimura persönlich kannten und unter seiner Aufsicht trainierten, manche von uns während 25 Jahren. Wir waren seine bescheidenen Schüler, seine Söhne und Töchter, seine Trainingspartner, seine Versuchskaninchen. Ja, vor allem seine Versuchskaninchen. Wir mussten seine neuen Ideen umsetzen – manche von ihnen lebten nicht lange, weil sie nicht so gut funktionierten, wie er es gewollt hatte, und manche haben sich bis heute bewährt. Wir können sagen, dass wir sie alle durchexerziert haben, ja, alle Einfälle, die dieser Grossmeister in seinem allzu kurzen Leben hatte. Wir waren ein Teil von ihnen. Wir taten, was er sagte, wir fühlten, was er uns zeigte, wir verstanden die Herkunft seiner Ideen und er zeigte uns gleichzeitig das Potential. Wir wurden niedergeworfen, wenn wir dachten, wir wären gut geworden, und jedes Mal, wenn wir am Boden lagen, half er uns wieder auf. Kurz gesagt, er führte uns auf seinem Weg, unserem Weg, dem Weg der leeren Hand (Karate Do).

Die Vision lebt weiter

Jetzt ist er nicht mehr unter uns. Oder doch? Ich frage mich. Ich sehe die vier Welt-Chefinstruktoren mit demselben Elan und Enthusiasmus unterrichten, wie es Sensei Kimura tat. Die zweite und die dritte Generation von Schülern, die den Sensei kannten, bewegen sich besser als noch vor zehn Jahren. So-

Shihan Steve Lunt has 40 years of Karate experience. A few personal thoughts.

Sometimes I wonder what drives us on, the other teachers, the long-time students and myself. It can't be the money, there isn't enough! It can't be fame either. Easy job? No it certainly isn't easy. So why then do we keep going to the dojo day after day, year after year looking to find new ideas, experimenting with new feelings which will hopefully help us to punch harder, move faster, perform Kata more dynamically? For some lucky ones like myself it's easier because we knew Soke Kimura personally and trained under his supervision, some of us for as long as 25 years. We were his humble students, his sons and daughters, his training partners, his guineapigs. Yes especially his guineapigs. We were the ones that had to try out his new ideas, some which didn't last very long because they didn't work as well as he had wanted them to and some which we still practice today. We can say we went through them all, yes, all of the ideas that this Grand Master had in his all too short lifetime. We were part of them. We did what he said, we felt what he showed us, we understood where he was coming from and gave us the gift of being able to understand where it was all going. We were shot down when we thought we were getting good and helped up every time we were down. In short he kept us on his way, the way, our way, Karate Do.

The vision lives on

He's not around anymore. Or is he? I wonder. I see the four World Chief Instructors teaching with the same vigour and enthusiasm as Sensei Kimura did. The second and third generation of students who knew Sensei are moving even better than they did ten years ago. Even the kid punching in the corner of the dojo who wasn't even born when Sensei passed away somehow reminds me of him. Yes he's still around in spirit, his technique is certainly still here and improving. We are still on the Kimura



Shihan Steve Lunt findet viele Parallelen in Karate und Musik
Shihan Steve Lunt finds many parallels in Karate and music

gar das Kind, das in der Ecke des Dojos Schläge trainiert und das noch nicht einmal geboren war, als der Sensei starb, erinnert mich irgendwie an ihn. Ja, im Geist ist er immer noch unter uns, seine Technik ist ebenfalls noch da und wird ständig besser. Wir befinden uns noch immer auf dem Weg von Kimura. Sein Unterrichtsstil und seine Lehren sind noch heute die Richtschnur für alle Techniken, an denen wir heute arbeiten; nun haben wir die Aufgabe, dies weiter zu führen. Es ist schön zu sehen, dass wir uns stetig weiter entwickeln und ich schätze mich glücklich, ein Teil dieses Prozesses zu sein.

Tag für Tag im Dojo

Natürlich steht und fällt es mit mir. Wenn ich müde bin, muss ich mich zusammenreißen und vor meinen Schülern auf die Matten steigen, und ich bin derjenige, der den ersten Impuls für die Stunde geben und die Schüler motivieren muss, aber jedes Mal bekomme ich von ihnen eine Reaktion, die mich ebenfalls motiviert. Wenn ich die Matten verlasse, fühle ich mich immer besser, als bevor ich sie betrat. Ich glaube, kein anderer Beruf oder Zeitvertreib könnte mir so viel geben wie Karate.

Es ist ganz einfach. Es ist das, was wir tun. Es ist das, was uns Freude macht. Es ist unser Leben.

Ja, manchmal frage ich mich, aber nicht lange. 寿

way. His teachings are still very much the guideline of every technique we work on, but now we have the job of taking it a step further. It's good to see that we are moving steadily in the right direction and I feel lucky to be a part of it.

Day after day in the dojo

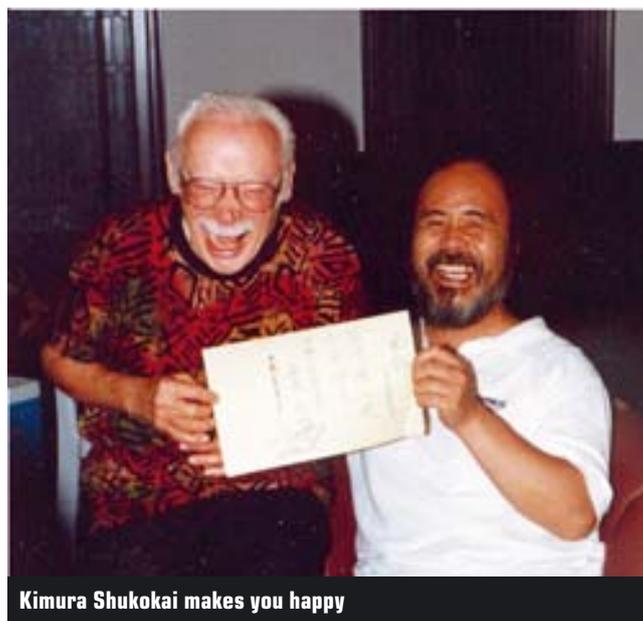
Well of course it starts with me. I have to pull myself together if I'm tired and come onto the mat in front of my students and it's me who has to give the first impulse to the lesson and lift up my students, but every time I do I get a response from the students which in turn lifts me too. I always come off the mat feeling better than I did when I stepped on to it. I don't believe there is another job or pastime that would give me back as much as Karate does.

It's quite simple. It's what we do. It's what we enjoy. It's our life.

Yes sometimes I wonder, but not for long. 寿







Kimura Shukokai makes you happy

Impressum

Publisher: Kimura Shukokai International, CH-8134 Adliswil, www.ksi-karate.ch

Issue: Special KSI World Championship Issue, June 2008

Editors: Various members of Kimura Shukokai International

Photography: Felix Streuli, www.felixstreuli.ch; Various Donations And Artists Of Unknown Origin

Prepress: Alinéa AG, www.alinea.ch

Printing: pmc print media corporation, www.pmcotwil.ch