Internationales Sommercamp Zadar 2023

Am Mittwoch, den 23.08.2023, machte sich die Kyokushinkai – Karateabteilung bereits zum dritten Mal dieses Jahr auf den Weg nach Kroatien. Nächster Halt: Internationales Sommercamp Zadar.

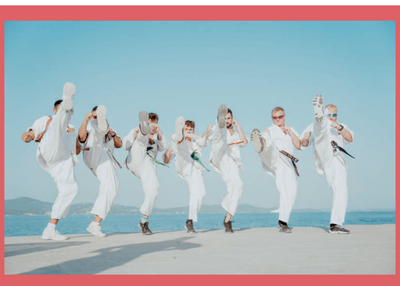
Für die 11 engagierten Mitglieder sollte dieser fünftägige Ausflug zweifellos ein unvergessliches Erlebnis werden. Abends um 21:00 Uhr begann die Reise, als sie sich mit Vorfreude auf das, was kommen würde, auf den Weg machten. Besser durchgekommen als gedacht, belagerten sie hungrig eine halbe Stunde vor Öffnung eine örtliche Bäckerei, um sich nach der langen Fahrt zu stärken.

Nach der Ankunft in Zadar wurden die Karatekas von einer reibungslosen Unterbringung und einer toll organisierten Zimmeraufteilung begrüßt. Die Gastgeber des Sommercamps hatten alles perfekt vorbereitet, was den Start in das Abenteuer sehr angenehm bereitete und die Vorfreude noch mehr steigerte. Nach kurzer Besichtigung und Verräumung der Gepäckstücke, läutete die Gruppe das Trainingslager gebührend mit einem morgendlichen Schwimmen und Baden im angenehm warmen Meer ein. Beim ersten Mittagessen um 13:00 Uhr trafen schließlich alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen des Sommerlagers aufeinander – das Camp hatte nun offiziell begonnen.

Das Herzstück des Aufenthalts waren zweifellos die intensiven Trainingseinheiten. Davon galt es, jeden Tag drei Stück zu absolvieren. Frühmorgens liefen die Teilnehmer: innen, in Karate-Gis bekleidet,

die Küste entlang, führten anschließend einige Grundtechniken aus (Kihon) und beendeten die Einheit mit diversen Stretchingübungen, um die Körper optimal auf die verschiedenen Herausforderungen des Tages vorzubereiten.
Gestärkt vom darauffolgenden Frühstück, konzentrierten sich die Karatekas auf differenziert gestaltetes Kata-Training sowie gemeinsame Selbstverteidigungssequenzen (Bunkai). Geprägt von Bodenkampf, Wurftechniken und Verteidigung bei Messerangriffen, erlangten die Kampfsportler und Kampfsportlerinnen hierbei spannende neue Einblicke in die Diversität des Karatesports. Spätabends lag der Fokus neben weiteren Selbstverteidigungsübungen hauptsächlich auf der Verbesserung der Fähigkeiten im Kumite. Nach Einüben verschiedener Elemente im Kampf, klang der Trainingstag mit rotierenden Zweikämpfen gegeneinander aus. Das bot die perfekte Möglichkeit, voneinander im Kampf zu lernen, sich individuell weiterzuentwickeln und den Tag mit dem Herzstück des Kyokushinkai gebührend zu beenden.
Zwischenzeitlich wurden die Karatekas mit üppigen Mahlzeiten versorgt, um die Energiereserven wiederaufzufüllen.

Zwischen den Einheiten waren die Nachmittage für freie Aktivitäten reserviert, welche ausgiebig genutzt wurden. Das kristallklare Meer und die malerische Stadt Zadar boten die perfekte Kulisse für schwimmen, baden und Stadtbesichtigungen. Ein Highlight für die Truppe bestand dabei im Besuch des besten Burgerrestaurants der Stadt, bei dem alle die gemeinsame Zeit genossen und zelebrierten. Spaziergänge am Strand und kollektive Aktivitäten trugen dazu bei, das interne Gruppengefüge weiter zu stärken. Gleichzeitig bot das Sommercamp eine wunderbare Gelegenheit, internationale Kontakte zu knüpfen und das Kennenlernen anderer Karatekas aus verschiedenen Ländern zu fördern.

Bereits jetzt freuen sich alle schon auf das Sommercamp 2024 in Zadar, um sich weiteren Herausforderungen zu stellen und neue Erinnerungen zu schaffen. Trotz einiger Schrammen, Blessuren und einer schier endlosen Heimfahrt von 12,5 Stunden, waren am Ende alle glücklich und erfüllt von diesem unvergesslichen Abenteuer. An dieser Stelle bedankt sich das Münchner-Team herzlich bei Sensei Vladimir Sekelj und seinen engagierten Mitwirkenden, die seit Jahren Herzblut in die Organisation diverser Trainingslager und Wettkämpfe stecken. Dieser Ausflug wird für alle Teilnehmenden unvergesslich bleiben.

Tanja und Arif