

Schriftliche Arbeit zum 2. Lehrergrad in Wing Tsun und Freistil

Weiterer Werdegang seit dem 1. Lehrergrad

Seit einigen Jahren trainiere ich nun bei Erwin L. Kastl Wing Tsun und Freistil und habe es trotz Umzug beibehalten, seine Trainings zu besuchen.

Parallel dazu studiere und unterrichte ich Jeet-Kune-Do in Poing und Neuburg.

In meinen Auslandsreisen besuche ich zudem andere Lehrer & deren Schulen, um mich international weiter zu bilden und neue Ideen, Eindrücke und Übungen für meine Schüler mitbringen zu können. Es kam auch schon vor, dass ich neue Techniken ins Ausland bringen konnte.

Ist nicht auch das eine Idee der Kampfkunst? Sich stetig weiter zu entwickeln und andere Trainingspartner als Partner zu sehen, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen, statt sich als Konkurrenz zu sehen.

Das ist in der Realität nicht immer ganz einfach.

Mein Besuch in Ungarn gestaltete sich als besonders schwierig.

Zu Beginn ließ sich tatsächlich niemand finden, der mit mir und meiner Lebensgefährtin sprechen wollte (die mir half zu korespondieren). Sobald die Leute am Telefon erfuhren, dass wir aus einem anderen Land kamen, waren sie verunsichert und misstrauisch. Sie schienen Angst zu haben, Strafe an die eigene Organisation zahlen zu müssen.....!

Als sich dann endlich jemand fand, der uns zusehen lies, waren auch dort Fotos und Videos erstmal strengstens verboten. Erst als wir uns im Anschluss mit dem dortigen Trainer länger unterhielten, verstand er erst, worum es mir ging. Daraufhin trainierten wir zusammen und seit dem sind wir sogar heute noch in Kontakt.



Die eigenen Schulen

Mit einem guten Freund und Trainingspartner habe ich seit dem zwei Schulen erfolgreich eröffnet.

Großmeister Erwin L. Kastl besucht bei uns regelmäßig das Training und unterstützt die Prüfungsabnahme.

Schule #1 gab es zu Beginn in Grafing. Nach dem Tod von Ulli Rauch übernahm Ralf Müller die Schule und holte mich bald darauf zu sich ins Boot.

Gemeinsam zogen wir die Schule Ende des Jahres 2014 nach Poing um - dort besteht sie bis heute erfolgreich.



1. Prüfung in Poing 05/2015



2. Prüfung in Poing 10/2015 (noch mit WingTsun-Hund MICKEY)

In Neuburg besteht die Schule seit Februar 2017 und trotz des beengten Raums besuchen auch hier nach und nach mehr Schüler meinen Unterricht.



Neuburg 07.2017

Training als Trainer

Eine meiner "liebsten" Fragen im Training der Anfänger lautet: "...und dann?"

Diese Frage hat bestimmt schon jeder mal gehört, der einem Anfänger eine Technik gezeigt hat. Aber gerade das gehört ja zum Wing Tsun dazu:

Es ist wie eine Sprache. Man lernt zuerst Vokabeln, dann Satzteile. Und je mehr man davon kennt, desto weiter kann man die Sätze spinnen. Die Grammatik bleibt jedem selbst überlassen. Es kommt ja auch darauf an, mit wem ich gerade spreche....

Also zurück zu der Frage:

Hier gibt es kein "ich mach jetzt das und dann...".

Am Anfang sind es einfach Bausteine. Und Geduld.

Um Wing Tsun und Freistil zu erlernen - und das ist das Gute daran - muss man keine Vorkenntnisse haben oder super sportlich sein. Man muss nur verstehen das alles was wir an Techniken durchführen, im Training erstmal langsam geschieht. Hier wird (nur) die Technik erlernt und dabei natürlich dem Trainingspartner alle Zeit gewährt die er/sie braucht um zu verstehen und das Verstandene umzusetzen.

Jeder der länger im Training ist und die ersten Techniken erlernt hat, versteht mehr und mehr die Zusammenhänge und kann das Große und Ganze, das komplexe System, besser erkennen.

Am Anfang plötzlich auf der "anderen Seite" zu stehen, als Lehrer, ist erstmal merkwürdig. Jeder wartet auf Instruktionen und darauf, dass man selbst sagt, was als nächstes gemacht wird. Plötzlich geht man nicht mehr ins Training, und macht halt, was grad gemacht werden soll. Plötzlich hat man die Verantwortung und sieht jeden als einzelnen. Jeder ist anders. Und jeder braucht eine andere Förderung und Forderung. Und dem will man gerecht werden. Vorbereitung auf das nächste Training ist nun angesagt. In Jedem Training lerne ich auch was neues. Wie sagte es Erwin Kastl " lernen durch Lehren".
Ich für meinen Teil Unterrichte sehr gerne.

SIFU ?

Die Bedeutung des Wortes "Sifu" ist Vaterlehrer.

Darunter verstehe ich mehr, als nur viele Schüler zu haben oder große Schulen zu leiten.

Mein stetiges bestreben ist es, ein Trainer zu sein, der allen Anforderungen und jedem individuellen Schüler gerecht wird.

Es ist mir wichtig, die Schüler nicht als Masse, sondern als einzelne Personen zu sehen. Ich möchte meine Schüler motivieren, Ihnen Mut zusprechen, und alles aus Ihnen raus holen, was sie vielleicht selbst nicht von sich erwarten. Jedem ist etwas anderes Wichtig und jeder will anders gefördert aber auch gefordert werden. Sicherlich ist es mir nicht immer möglich, das zu schaffen. Aber ich versuche es und möchte damit erreichen, dass ich nicht nur ein guter Trainer im körperlichen Sinne bin, sondern auch im sozialen Aspekt mehr bin, als nur ein sportlicher Antrieb. Jeder Schüler darf zu jeder Zeit alles in Frage stellen - natürlich auch mich. Immer. Nur dadurch können wir uns entwickeln und besser werden.

Meine Persönliche Meinung:

Der Titel SIFU kann nicht einfach erworben werden.

Er kann dir nur verliehen werden - nicht durch einen anderen Lehrer, nicht durch einen Verband, nicht durch eine Reihe an Urkunden an den Wänden.

Er wird dir vom Schüler verliehen. Von jedem einzelnen, ganz unscheinbar. Keine Urkunde. Kein Foto. Es ist ein Geschenk des Vertrauens und Anvertrauens von jedem einzelnen.

Daher ist "Sifu-sein" eine ständige Auseinandersetzung mit sich selbst und der eigenen Position. DAS ist KUNG FU: Harte Arbeit.



Prüfung in Poing 04/2016

Und es geht weiter: Die Wing-Tsun & Freistil Begeisterung reißt nicht ab!



Prüfung in Poing 05/2017 (erstmalig auch mit Schülern der Neuburger Schule)

Kampfkunst verbindet

Kampfkunst verbindet uns nicht nur körperlich, als Trainingspartner, sondern auch sozial. Wir müssen uns mit uns selbst, unserem Körper und dem eigenen Körpergefühl auseinandersetzen.

Das ist manchmal gar nicht so einfach, macht aber auch Spaß! Und wir sind nicht alleine. Es ergibt sich eine Gemeinschaft und nicht zu vergessen Freundschaften!
In den Jahren meines Lernens und Trainierens habe ich viele Leute kommen und gehen sehen. Und jeder einzelne war eine Erfahrung für mich.
Ich habe viele wertvolle Menschen und Freunde kennen gelernt und allein dafür lohnt es sich schon Kampfkunst zu praktizieren.
Danke an ALLE!



Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich vor allem für das Vertrauen und Anvertrauen meiner Schüler an meine Person bedanken. Ihr seid es, die unser Training zu dem machen, was es ist, die die Schule zu EURER Schule machen und die das Kampfkunstfeuer am brennen halten.

Vielen Dank, dass ich miterleben darf, wie ihr euch verbessert und steigert und wie wir alle voneinander lernen.

Höchsten Dank an Sifu Erwin L. Kastl, der mich stets unterstützt hat.

DANKE, ERWIN.

Alexander Lemke im Juli 2017