

## KAMPFSPORT

# Erbin der Kampfnonne

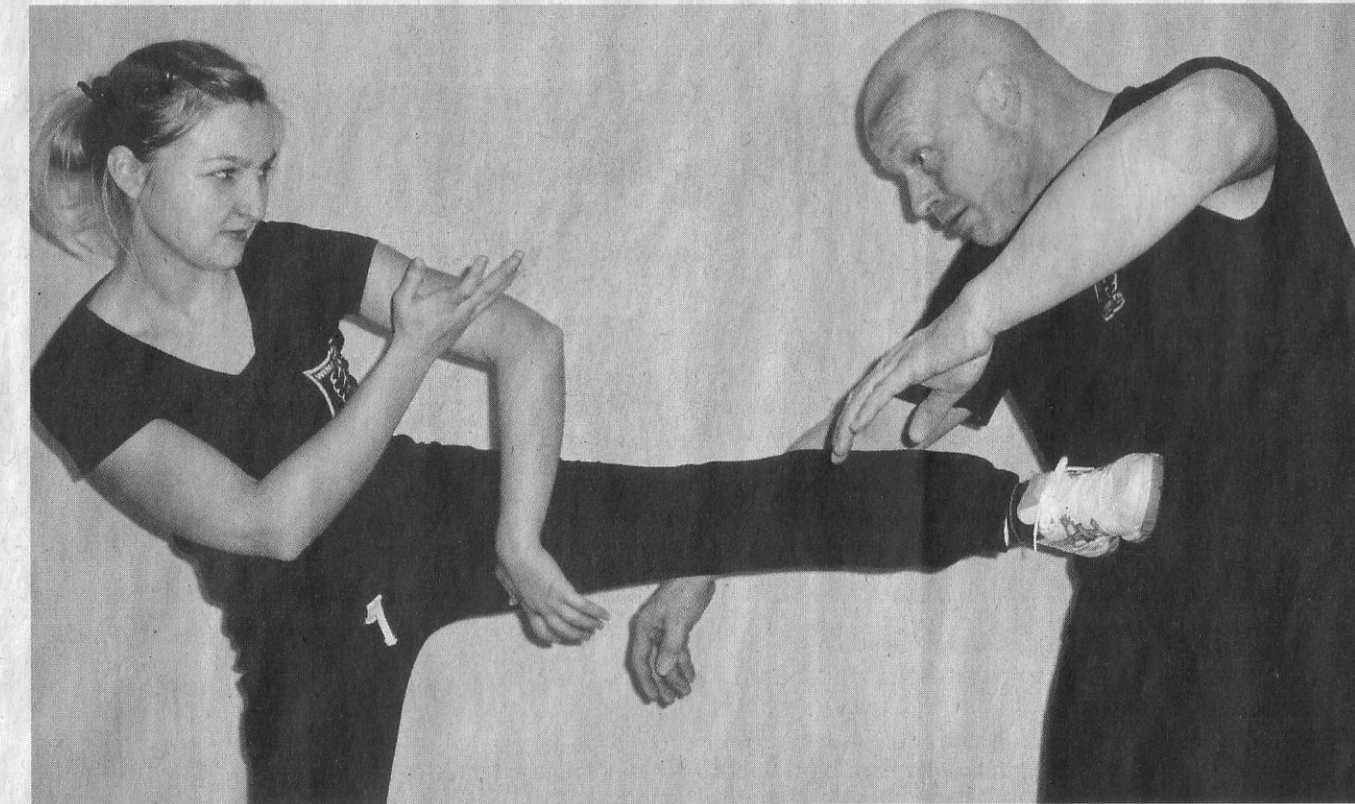
Ebersbergerin Katharina Straßer erste Wing Tsun Kung Fu-Lehrerin im Landkreis

**Taglaching** – Nach acht Jahren intensiven und harten Trainings hat sie es geschafft: Katharina Straßer hat die schwere Prüfung zum ersten Lehrergang im Wing Tsun Kung Fu bestanden. Die 27-Jährige ist die erste Frau im Landkreis, die sich mit dieser hohen Graduierung, die vergleichbar mit einem schwarzen Gürtel oder Dan in anderen Kampfsportarten ist, schmücken darf.

Ihr Lehrer, Sifu Erwin L. Kastl, freut sich darüber ganz besonders. Denn es ist der ausdrückliche Anspruch des Wing Tsun, auch dem körperlich Schwachen und der Frau eine Überlegenheit im realen, regellosen Kampf zu geben. Und das ist der Kampf, der in der Selbstverteidigung stattfindet.

Mit 16 Jahren begann Straßer mit Wing Tsun, musste aber durch einen beruflich bedingten Umzug nach zwei Jahren 2007 das Training beenden. Erst 2010 begann sie wieder mit dem Training in Taglaching.

Wing Tsun wurde vor ca. 350 Jahren in China von der Shaolin Kampfnonne Ng Mui entwickelt, die mit dieser Technik auch die stärksten



**Weiß sich zu wehren:** Katharina Straßer mit ihrem Coach Erwin L. Kastl.

FOTO: KN

Männer besiegt. Von ihrer Schülerin Yim Wing Tsun (übersetzt schöner Frühling) wurde das System dann verbreitet. Heute sind die meisten Lehrer Männer, was aber

mit der früher noch recht rauen Unterrichtsmethode zusammenhängt. Sifu Erwin L. Kastl gestaltet den Unterricht so, dass jeder langsam an diese Kampfmethodik und den

damit verbundenen Körperkontakt und die erforderliche Selbstkontrolle herangeführt wird. Wing Tsun kann und soll für den Angreifer gefährlich sein und muss deshalb

sehr kontrolliert geübt werden. Der Diplom-Sozialpädagoge unterrichtet seit 1990 Wing Tsun sowie Freistil und gehört zu den qualifiziertesten Lehrern in Bayern. Er hat

acht schwarze Gürtel/Lehrergrade in fünf verschiedenen Kampfsportarten. Deshalb kennt er genau den Unterschied zwischen einer klassischen Kampfsportart, die Selbstverteidigung nur am Rande betreibt, und der praxisorientierten Selbstverteidigung, wie er sie unterrichtet. Kastl: „Wettkämpfe bereiten nicht auf die Realität der Straße vor.“

Trotz ihrer beeindruckenden Kampfkraft ist Kathie, wie sie gerne genannt wird, „ein echter Sonnenschein“. Die zierliche Frau ist sehr beliebt und verbreitet immer gute Laune. „Jeder trainiert gerne mit ihr, und es gibt mit ihr oft was zu lachen“, sagt Kastl. Benutzen musste Straßer ihre Kenntnisse noch nie. „Trotz ihrer Freundlichkeit strahlt sie ein Selbstvertrauen und eine Bestimmtheit aus, die jeden potentiellen Angreifer im Vorfeld entmutigt“, erklärt ihr Coach: „Täter haben ein feines Gespür für Körpersprache und wissen genau, mit wem sie sich besser nicht anlegen. Und Kathie ist nun Teil einer langen Reihe hervorragender Kämpferinnen und Kämpfer und ganz sicher kein Opfer.“

ez

AK  
IN

TISC  
Jetz  
in d

In d  
Woc  
zeln  
die F  
In d  
len  
Zwe  
terge  
Woc  
der z  
ger d  
Acht  
geor  
Nur  
tions  
Platz  
ten  
nach  
gene  
werd  
jewe  
gatic  
bei v  
der  
Eber  
der 3  
Ziel  
sie z  
de d  
1862  
müs  
bein  
nen.  
Eber  
ßens

Releg  
Bayer  
1. Rur  
gendo  
SB L