

Liebe Sportsfreunde und Sportsfreundinnen (irgendwie fällt mir keine richtig passende Anrede ein),  
bevor ich mit meinem „Bericht“ starte Anfangs meine persönlichen Daten.

Name : Frank  
Vorname : Bernd  
Geburtsdatum : 15.10.1960 (noch 49 ;-)  
Familienstand : verheiratet  
Kinder : 4 (3 Mädchen, 1 Junge)  
Hobbys : Karate, Fitness, lesen und was Spaß  
macht  
Graduierung : 1 DAN aus Black Belt Projekt VI  
Beruf : Techn. Angestellter  
Wohnort : Bad Laasphe



Wie ich zum Karate kam und einiges mehr hab ich in meinem Monatsbericht November 2008 schon beschrieben. Seit dem ist einiges „passiert“.  
Nun trainiere ich auch schon ca. 3 Jahre mit euch im Black Belt Projekt zusammen.  
Eine schöne Zeit.

Heute schreibe ich noch ganz unter dem Eindruck der DAN-Prüfung in der Grube Louise von vor 2 Wochen. Vor 12 Jahren hab ich mit Karate begonnen. Das ich jetzt DAN-Träger bin, hab ich noch nicht so richtig realisiert. Manchmal kommt mir der Gedanke „stimmt das ?“. Ist für mich schon was ganz besonderes.

Das ich es schaffen konnte war dann gar nicht so selbstverständlich.  
Widrige Umstände hatten es fast geschafft mich zur Aufgabe zu zwingen.  
Nicht zuletzt hat Rudolf für mein Durchhalten gesorgt. Darüber bin ich sehr froh.  
Danke Rudolf !

Das ich es karatetechnisch schaffen konnte, verdanke ich zu einem großen Teil euch allen.  
Ihr habt mich mitgezogen und teilweise sogar eigene Trainingszeit für mich geopfert um mir meine Defizite auszutreiben. Ganz besonderer Dank gilt hier Felicitas, Jutta, Thomas, Majo, Albert und vielen mehr. Natürlich darf Rudolf in diesem Absatz auch nicht fehlen. Sogar ein Einzeltraining in Loope durfte ich genießen. Und nicht nur das Training. Jutta, der Rahmen war spitze.

Ich hab versucht in den fast letzten 1,5 Jahren das alles von euch angeregte in 5 Trainingseinheiten/Woche umzusetzen. Gelingen ist mir das leider nicht. Seht mir das bitte nach. Ich arbeite dran. Ich hab ja noch hoffentlich einige Jahrzehnte Zeit.  
Die brauch ich auch :-).

Tja, und die DAN-Prüfung selbst ? Einfach ein Traum. Mit allem drum und dran. Trotz relativ großer Prüfungsangst und Aufregung.

Es begann zu Hause bei der Abfahrt.  
Meine jüngste Tochter Chiara sagte mit sehr viel Gefühl : Papa, bring das Ding nach Hause.  
Eine liebe Verabschiedung durch meine bessere Hälfte (ohne den Spruch –ich drück Dir die Daumen-, weil sie glaubt das bringt kein Glück). Daumendrücken dann doch durch die Mittlere und Große-per Telefon. Dennis fuhr ja mit.

Dann in der Grube Louise. Die tolle Vorbereitung und Verpflegung. Um nichts brauchte man sich kümmern. Jürgen der perfekte Eventmager, immer freundlich und gut gelaunt, obwohl ich ihn bei der Ankunft aus seinem Mittagsschläfchen gerissen habe.

Die Prüflinge wurden von allen gehegt und gepflegt. Unglaublich. Das kann man nicht beschreiben sondern muss man erlebt haben.

Selbst im Warmmachraum (nennt man das so?) vorm Dojo waren Snacks und Getränke bereit gestellt. So viele schöne liebevolle und nette Details.

Die Prüfung in diesem Ambiente hatte schon was Feierliches.

Ein sehr würdevoller Rahmen.

Die Prüfungskommission bestehend aus Rodolf, Thomas und Beisitzerin Felicitas strahlte viel Ruhe und Gutmütigkeit aus, so dass zumindest keine Bewusstlosigkeit eintrat.

Die Grundschule und das Kumite hatte ich nach meinem Gefühl einigermaßen hingekriegt.

Bei der Kata bin ich dann doch öfter wieder in alte Muster gefallen. Das spürt man deutlich und es macht nervös. Die Kommission hat's ertragen und nicht kritisiert. So wurde ich etwas ruhiger. Beim Bunkai dann, hab ich einen Tritt nicht geschafft zu blocken. Zu schnell und stark für mich. Richtig gespürt und gesehen hab ich das aber erst deutlich nach der Prüfung. Vielleicht hat es die Kommission auch nicht gesehen :-).

Als es vorbei war, war ich sehr erleichtert. Mein Gefühl sagte mir – das war nicht super, aber Du hast alles gegeben-. Somit war ich auch nicht unzufrieden. Jetzt musste das Urteil abgewartet werden.

Draußen dann wieder beste Pflege. Astrit machte Espresso und wollte sogar noch Schnittchen machen.

Schade das sie eine Verletzung hatte. Sie wär sonst auch bei den Prüflingen gewesen. Ich wünsche Dir, dass Du nächstes Jahr auch so ein tolles Erlebnis hast.

Abends dann der Empfang mit Übergabe der Diplome. So feierlich und schön. Wirklich unbeschreiblich. Das tat gut. Und wieder diese vielen großen und kleinen Details. Super Essen. Eine Karte von Rudolf im Pass. Und..... ein im passenden Stoff verpackter Original Stein aus einem japanischen Garten in **Japan** von Jutta.

Das ganze Programm drum her rum. Alles mit viel Einsatz und Liebe organisiert.

Literatur Café, Aufführungen und und und.

Danke an alle !

Das erste Training mit schwarzem Gurt. Seltsames Gefühl. Aber Toll.

Nun zum Schluss möchte ich mich bei einer Person ganz besonders bedanken.

Dies soll ganz bestimmt nichts anderes schmälern. Der Dank gilt Dir meinem lieben Sohn Dennis. Du hast mit mir viel trainiert. Hattest bestimmt nicht immer Lust. Hast Dir aber nichts anmerken lassen, im Gegenteil. Bist so lieb und fürsorglich zu mir gewesen. Massiert, geachtet auf Essen, Trinken und und und. Dann gemeinsam in die Prüfung zum Bunkai. Aus der Prüfung mit leichten Blessuren. Gemeinsam gefreut.

Das war das schönste Geschenk was Du mir machen konntest. Ich glaube so was wünscht sich jeder Vater. Danke !

Ich wünsche den anstehenden und kommenden Prüflingen ein ebenso wertvolles Erlebnis.

Ich freu mich schon auf das nächste Black Belt Training.

Liebe Grüße aus Bad Laasphe !

Bernd