



# Karate

Autor/in: [Karate-Lehrer Gianni Scaduto](#)

Karate (ursprünglich To-De genannt) die waffenlose Kampfkunst aus Okinawa (Insel im Süden Japans), erfunden durch das einfache Volk, denen das Waffentragen untersagt wurde.

Shito-Ryu Karate gehört zu den vier grössten Karate Stile der Welt. Shito-Ryu beinhaltet Shuri-te, Naha-te und Tomari-te, darum ist Shito-ryu mit über 60 Kata's der katareichste Stil.

Gegründet wurde unser Stil durch Grossmeister Kenwa Mabuni im Jahre 1934. Sensei Mabuni bekam den Meistergrad von Sensei Itosu und Sensei Higaonna im Jahre 1915. 1916 eröffnete er bereits sein erstes Dojo, aber noch nicht unter dem Namen Shito-Ryu sondern unter der Bezeichnung Okinawa Karate Study Club.

Sein Wissensdurst machte vor anderen Stilen nicht Halt und so trainierte Kaise Mabuni gleichzeitig noch Bo-Jyutsu, Sai-Jyutsu, Kobudo, Ninjitsu, u.v.mehr. Einige Techniken integrierte er auch im Shito-Ryu. Sensei Mabuni wurde oft als wandelndes Karate-Lexikon betitelt, da er der Auffassung war, die Kata's dürften nicht verändert werden. Viele seiner Trainingspartner und Freunde gründeten ihre eigenen Stile, wie z.B. Gichin Funakoshi (Shotokan), Chojun Miyagi (Goju-ryu), usw.

Sensei Mabuni teilte Japan in zwei Zonen, die eine überliess er seinem erstgeborenem Sohn Kenei Mabuni, die andere seinem Lieblingsschüler Manzo Iwata. Nach dem Tod von Mabuni Sensei wurde durch Grossmeister Manzo Iwata Shitokai ins Leben gerufen, und Ishimi Sensei als Stilvertreter Europa eingesetzt. Lange Zeit existierten zwei Hauptstile (Verbände): Shito-Ryu und Shitokai. 1993 nach dem Tod von Sensei Iwata wurden die zwei Verbände wieder vereint unter dem Namen World Shito-Ryu Karate Do Federation Shitokai. Das Oberhaupt dieses Gebildes ist nun Soke Kenei Mabuni.

Sensei Ishimi ist unser Grossmeister und wurde durch Sensei Tuzjikawa und Sensei Mabuni ausgebildet. Er besucht uns etwa drei bis viermal im Jahr, so das wir unsere Techniken weiter verfeinern können.

Shitokai ist eine dynamische Kampfkunst und kann sowohl als Selbstverteidigung wie auch als Sportart betrieben werden.

Shitokai Karate ist Hart und Weich.

Shitokai Karate bietet für beides geeignete Schlag- und Abwehrtechniken mit Armen und Beinen. Insbesondere wird aber die Tradition des Stiles in den Katas (Formen) gefördert, da sie die Essenz des Karate bedeuten.

Shitokai Karate ist für jede Alterstufe und jedes Geschlecht geeignet. Die Gymnastik und die Fitness beanspruchen einen Teil des Trainings. Speziell Jugendlichen bietet Karate eine Gelegenheit das Selbstvertrauen zu stärken.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten