

Am Sonntag, den 20.03.2016 war es soweit, eine Gruppe Kata - Begeisterter flog für 10 Tage nach Tōkyō 東京 um im Kodokan 講道館 mit Begleitung hochrangiger Kata Experten die Kata Kodokan Goshin Jutsu 講道館護身術, Kime no Kata 極の形, Ju no Kata 柔の形, Isutsu no kata 五の形 und Koshiki no Kata 古式の形 intensiv zu trainieren.

Nach einem ca. 11 stündigen Flug mit Japan Airlines kam die Gruppe voller Tatendrang und Spannung im Flughafen Tōkyō Narita 成田空港 an.

Das Hotel lag in der Nähe des Bahnhofes Iidabashi (飯田橋駅, Iidabashi-eki) ca. 5 min zu Fuß, im Bezirk Chiyoda (千代田区, chiyoda -ku) im Zentrum von Tōkyō.

Der erste Tag war geprägt vom Ankommen, Zimmer aufsuchen, Koffer auspacken und die Gegend um das Hotel erkunden.

Natürlich wurde auch der erste Weg zum Kodokan beschritten (stramme 15 min Fußweg). Abends wurde gemeinsam in einem typisch japanischen Restaurant gegessen.

Am Dienstag ging es endlich los. Es wurde in den nächsten ein einhalb Tagen drei Lerneinheiten Kodokan Goshin Jutsu durchgeführt. Sensei Fujita 藤田, 8. Dan und Sensei Makishi 眞喜志, 5. Dan erklärten in Abschnitten von je zwei bis drei Techniken die Besonderheiten der Katatechniken. Die Teilnehmer übten die vorgegebenen Aufgaben intensiv.

Für die, die an diesem Tag noch nicht genug hatten, gab es im Anschluss noch zwei Stunden offenes Katatraining für alle.

Am Mittwochvormittag am Ende der ersten drei Kata Einheiten, durften die Teilnehmer jeweils paarweise einzeln ihre Kata vor den Augen der Meister zeigen. Diese gaben eine Rückmeldung zu jeder vorgeführten Kata. Sie lobten das hohe Niveau der Gruppe.

Mit der Kime no Kata folgte am Mittwochnachmittag die Zweite Kata Einheit. Diese wurde durch die Meister Mukai 向井, 7. Dan und Shimoyama 下山, 5. Dan gelehrt.

Um 18:00 Uhr ging es für die Nimmersatten weiter mit einem Training in der amerikanischen Botschaft. Michael Hoffman hatte für alle die Teilnahme an dem dortigem Judotraining organisiert, welches immer mittwochs und samstags stattfindet.

Am Donnerstag folgten morgens zwei weitere Trainingsstunden der Kime no Kata und am Nachmittag durften die einzelnen Paare das neu Gelernte vorführen. Auch Mukai und Shimoyama lobten den Trainingseifer und die guten Kata Vorführungen am Ende dieser drei Lerneinheiten.

Für die, die nicht im Kodokan bleiben wollten, um eventuell den Großmeister Daigo 醍醐, 10 Dan oder Yamamoto 山本, 9 Dan im Training zu erleben, hieß es zurück zum Hotel und ein wenig relaxen. Dann wurde in kleineren Gruppen das benachbarte Ausgehviertel um den Bahnhof von Iidabashi inspiziert.

Die ersten beiden Einheiten der Ju no Kata wurde am Freitag von Sensei Sameshima 鮫島, 8.Dan unterrichtet.

Einige Teilnehmer entschieden sich eine Fahrt nach Nikkō (日光市, *-shi*, dt. *Sonnenschein-Stadt*) zu machen. Es liegt etwa 140 Kilometer nördlich von Tōkyō. Außer den Tempelanlagen, Pagoden und Grünanlagen kann man dort das Mausoleum des ersten Shōgun Tokugawa Ieyasu 徳川 家康 将軍 und dessen Shinto-Schrein (Nikkō Tōshōgū 日光東照宮) besichtigen. Auf dem Rückweg hat man einen Abstecher nach Asakusa 浅草 gemacht, um die Tempelanlage zu besichtigen. Bekannt ist der Stadtteil für den Sensō-ji 浅草寺, den ältesten und bedeutendsten buddhistischen Tempel von Tōkyō. Abends versprüht die Anlage in der Abenddämmerung eine besondere Aura, da die meisten Touristen mit der Schließung der vielen Läden um den Tempel den Heimweg antreten und wir hatten mehr Platz.

Am Samstag gab es die Möglichkeit am Vormittag erneut Judotraining und im Anschluss Nihon Ju-Jutsu Training in der amerikanischen Botschaft zu machen. Außerplanmäßig konnten die Teilnehmer einen interessanten Vortrag mit anschließender Diskussionsrunde über die Judogesichte besuchen.

Für den Sonntag war eine ganztägige Fuji – Hakone Tour vorgesehen. Die meisten Reisetilnehmer nutzten diese Möglichkeit, sowohl den Fujisan 富士山, den größten Berg Japans (3776,24 m Höhe) als auch den Ashi See (芦ノ湖, Ashi-no-ko) bei der Stadt Hakonemachi (箱根町, hakone-machi) zu besichtigen. Von dessen Ufer aus fährt man mit einer Fähre zu der 15 min entfernt gelegenen Station Sōunzan 早雲山 am Ufer des Ashi Sees. Während der Fahrt kann man den Hakone-Schrein am Seeufer mit seinem roten Torii 鳥居 sehen. Von dort geht es mit der Hakone-Seilbahn (箱根ロープウェイ, Hakone Rōpuwei) hoch zur Bergstation Ōwakudani (大涌谷, dt. „großes kochendes Tal“), dabei überquert man das gleichnamige vulkanische Tal mit seinen zahlreichen heißen Quellen. Besonders beliebt, weil man den Fuji-san in seiner vollen Pracht bei gutem Wetter sehen kann.

Montagsmorgen fand die letzte Teileinheit der Juno-Kata mit Demonstrationen der Teilnehmer statt.

Für die Isutsu no Kata gab es zwar nur eine Lerneinheit am Montagnachmittag begleitet durch die Sensei Utsugi 宇津木, 8. Dan und Kariya 雁屋, 6. Dan, aber auch hier waren die Sensei durch die Darbietung am Ende sehr begeistert.

Abends ist man wieder in Kleingruppen zum Essen gegangen. Es kristallisierte sich heraus, dass man sich meistens zu einem letzten Absacker im Foyer des Hotels traf. Manchmal nicht nur zum letzten.

Für die Koshiki no Kata waren mit Dienstag und Mittwoch zwei Tage (vier Lerneinheiten) vorgesehen. Diese wurden aber auch gut von den Teilnehmern genutzt. Die zwei japanischen Trainer waren Sato 佐東, 8.Dan und Otsuji 尾辻, 6. Dan.

Dienstagmittag gab es für die Teilnehmer ein gemeinsames Mittagessen mit allen beteiligten Trainern des Kodokans welches allen sehr gemundet hat. Das Essen fand in der oberen Etage des benachbarten Bezirksrathauses statt, welches einen imposanten Überblick über Tokio bietet.

Weitere kulturelle Highlights waren die Besichtigung

- der Kōtoku-in Tempel 高德院 in der Stadt Kamakura (鎌倉市 *-shi*). Er beherbergt eine monumentale Bronzestatue des Buddhas (大仏 – daibutsu).
- Die Rathaustürme (東京都庁舎, Tōkyō-to Chōsha, dt. „Regierungsgebäude der Präfektur Tōkyō“) in Shinjuku (新宿区, -ku), von wo man ganz Tōkyō von oben sehen kann, teilweise auch den Fuji-san.
- Die Besichtigung des Ueno Parks (上野公園 - Ueno Kōen ) mit seinen verschiedenen Tempeln; die Statue des letzten Samurai Führers Saigō Takamori 西郷 隆盛; die vielen kulinarischen Essbuden am Shinobazu-Teich 不忍池 Shinobazu no Ike und mit ein wenig Hanami (jap. 花見, „Blüten betrachten“) . Die eine oder andere Kirschblüte ließ sich schon blicken.
- Das sehenswürdige Samurai Museum サムライミュージアム in Shinjuku ni-chōme 新宿二丁目 (das Amüsierviertel in Tōkyō).
- Die Besichtigung der Östlichen Gärten des Kaiserpalasts (皇居, Kōkyo, dt. „Kaiserliche Residenz“) im Stadtteil Chiyoda 千代田.
- Der Buddhistische Tempel Sengaku-ji 泉岳寺 mit den Gräber der 47 Rōnin.

Am Donnerstag war früh Aufstehen für ein pünktliches Abfahren angesagt. Es ging wieder zurück nach Frankfurt. Einige Teilnehmer flogen nicht mit. Sie nutzten die Möglichkeit um länger Urlaub zu machen.

Für die gesamte Gruppe war der Besuch im Kodokan das Highlight. Insbesondere für die „Experten“ unter der Gruppe, die Wettkampf-Kata machen. Hier kann man seine Kata am besten perfektionieren. Es wurden intensive Gespräche mit den einzelnen Sensei geführt. Einige durften vor den Augen von dem ranghöchsten Meister des Kodokan, Sensei Daigo die Koshiki no Kata vorführen. Astrid Machulik, Michael Hofmann, Dieter Münnekhof und Thomas Hofmann wurden hierfür gelobt. Es ist schon alleine eine Auszeichnung in diesen Kreisen eine Kata vorzuführen.

Insgesamt sind alle Teilnehmer dieser Reise begeistert zurückgekehrt und nehmen die aktuellen Kataversionen und Verbesserungen mit nach Hause. Kata in so einer kurzen Zeit so intensiv und mit so viel Kompetenz zu üben ist nicht zu schlagen. Und natürlich ist Tōkyō selber immer eine Reise wert.

Wir bedanken uns bei dem Organisatorenteam. Allen voran Michael Hoffmann. Vielleicht hat der Bericht einige begeistert auch diese Fahrt mitzumachen und wir sehen uns vielleicht nächstes Jahr wieder.

-