

## Lehrgangsbericht Chen Tao Wushu

Am Sonntag, den 10.07.2011 fand in Duisburg-Rheinhausen der dritte Fachschaftslehrgang 2011 im Wushu-Verband NRW statt.

Thema: Formen – Kuen Tao

Das Seminar dauerte von 10 Uhr bis 14 Uhr; die Teilnehmer wurden dabei von Sifu Hans Stresius (10./6. Leong Toan), Sifu Christoph Lemm (7./5. Leong Toan), Sifu Karl-Dieter Alletter (5. Leong Toan) und Sifu Frank Olislagers (7./5. Leong Toan) in verschiedenen Formen des Chen Tao Wushu unterrichtet.

Sifu Frank Olislagers machte den Anfang und unterrichtete die Form "Tai Seng". Die Tai Seng ist eine kurze, kampfbetonte Form, die heute leider aus vielen Ausbildungs- und Prüfungsprogrammen verschwunden ist, aber die wesentlichen Technikmerkmale des Shaolin Kempô in seiner ursprünglichen Form enthält.

Nach einer kurzen Pause übernahm Sifu Christoph Lemm die Gruppe und unterrichtete den 4. Teil des Drachenstils, der großen Drachenform aus dem Chan Shaolim Si Kung Fu. Dieser Technikteil enthält viele selbstverteidigungsbezogene Technikfolgen und verdeutlicht gut den Kern des Chan Shaolim Si Kung Fu. Sifu Hans Stresius unterrichtete danach die Feuerform aus dem Chuan Su Pok Kek Kune, die rein meditativ ausgeführt wird. Wenngleich es sich auch hierbei um Kampftechniken handelt, stehen doch bei dieser Form nicht der Kampf und die Selbstverteidigung im Vordergrund, sondern die harmonische und fließende Ausführung im Einklang von Bewegung und Atmung. In der Ausführung ähnelt diese Form sehr den bekannten Formen aus dem Tai Chi Chuan und Qi Gong.

Abschließend brachte Sifu Karl-Dieter den Teilnehmern die 3. Shifat aus dem Shaolin Kempô nahe und ging dabei auch intensiv auf die praktische Anwendung der Technikabfolgen ein. Diese Form gehört zum Standardformenprogramm in der Fachschaft Chen Tao Wushu und von daher ist sie auch für Gürtelprüfungen im Schülerbereich überaus wichtig.

Aufgrund der geringen Teilnehmerzahl konnte die Gruppe dieses Mal als Gesamtgruppe unterrichtet werden. Es hat sich gezeigt, dass Lehrgänge zu den Themen Partnerübungen und Selbstverteidigung anscheinend sehr viel beliebter sind als zum Thema Formen, doch darf dabei nicht vergessen werden, dass Formen ein überaus wichtiger Bestandteil der Kampfkünste sind und diese auch von bloßen Straßenschlägereien unterscheiden. Letztlich sind die Formen das universelle Übungsmittel für jeden Kampfkünstler, auch für die Trainingsbestandteile Kampf, Partnerübung und Selbstverteidigung. Das wird leider häufig falsch eingeschätzt.

Der nächste Lehrgang der Fachschaft Chen Tao Wushu findet am Sonntag, dem 16.10.2011 in Grevenbroich zum Thema "Befreiungen aus Haltepositionen" statt.

Quelle: Frank Olislagers