

## **PRESSEMITTEILUNG: KARATEVEREIN ASAHI RHEDA-WIEDENBRÜCK e.V.**

### **Rheda-Wiedenbrück**

#### **Richard Bara besteht Prüfung zum 5. DAN**

Karate, nur Sport oder doch eine Lebensphilosophie? Richard Baras Lebensweg jedenfalls ist durch diese Sportart ganz entscheidend mitgeprägt worden. Im Jahr, in dem der heimische Karateverein Asahi Rheda-Wiedenbrück sein 30-jähriges Jubiläum begangen hat, hat der Vereinsvorsitzende die Prüfung zum 5. DAN (Meistergrad) bestanden.

Aber nicht nur der Verein hat dreißigjähriges Jubiläum sondern auch Bara selbst. 1977 hat er mit dem Karatetraining begonnen. Seit April 1985 ist der Vater von 3 erwachsenen Kindern nicht nur als Trainer, sondern auch als Vereinsvorsitzender tätig. In der zurückliegenden Zeit kann der als Hausmeister im Ratsgymnasium in Wiedenbrück tätige Bara auch auf eine Vielzahl von Erfolgen mit seinen Karateka zurückblicken. Hier sind an eine Vielzahl von Vorbereitungen auf DAN Prüfungen und viele Wettkampferfolge zu denken.

Aber sein eigenes Training hat er trotz allem nie vernachlässigt. Im Januar 1986 bestand er die Prüfung zum 1. Kyu, dem letzten Schülergrad. Im Dezember 1987 folgte für den Emsstädter dann die Prüfung zum ersten Meistergrad, dem 1. DAN.

Seminare zum Erwerb der Fachübungsleiterlizenz, Trainerlizenz, Kampfrichterausbildung etc. standen ebenfalls auf dem Programm. Auch erwarb er entsprechende Prüferlizenzen, wie die A-Prüfer-Lizenz die ihn berechtigt, Prüfungen bis zum 1. DAN abzunehmen. Im Jahre 2006 absolvierte Bara die Prüfung zum Karatelehrer. Aber auch Lehrgänge in Selbstverteidigung hält Richard Bara ab.

Die letzte Prüfung, die zum 4. DAN, absolvierte der heimische Karateka im Jahre 2002. 5 Jahre beträgt die Wartezeit zwischen dem 4. und 5. DAN. Um den nächstmöglichen Prüfungstermin wieder wahrnehmen zu können, fing Richard Bara vor rd. einem Jahr an, zusammen mit Hans-Detlef Serowy aus Halle/Westf., sich intensiv auf die Prüfung vorzubereiten. Zu dieser Vorbereitung gehörten u.a. mehrere Lehrgänge bei Hanshi Fritz Nöpel, der dann Ende November, in der Nähe von Heidelberg, als einer von drei Prüfern Richard und Serowy die Prüfung abnahm.

Die Prüfung, gezeigt werden mussten zwei Katas (Kampf gegen mehrere imaginäre Gegner) sowie Kata Bunkai (Kenntnis der Anwendung der Kata), verlangte den Geprüften einiges an Schnelligkeit, Ausdauer aber auch an exakten Techniken ab. Besonderes Lob galt der Kata Bunkai, die die beiden Prüflinge von langer Hand vorbereitet hatten. Neben Fuß- und Fausttechniken zeigten Richard und Hans Detlef auch Wurf- und Hebeltechniken. Aber auch in Kata wurden Bara gute Techniken bescheinigt, insbesondere zeichne ihn aber das notwendige Selbstbewusstsein, die innere Ruhe und Gelassenheit, wie man es von einem Träger des 5. DAN erwartet, aus. Diese Worte haben für Richard Bara aber eine besondere Bedeutung, schließlich kommen sie von zwei echten Pionieren des Karate in Deutschland. Fritz Nöpel (9.DAN Goju-Ryu) lebte und trainierte mehrere Jahrzehnte in Japan und ist heute der höchstgraduierte Karateka, der Stilrichtung Goju Ryu, Europas. Albrecht Pflüger (7. DAN Shotokan) war Mitte der sechziger Jahre bereits Präsident des deutschen Karatebundes und mit für die Verbreitung des Karatesportes in Deutschland verantwortlich. Dritter Prüfer war Marcus Gutzmer (5. DAN Shotokan), Landestrainer von Sachsen-Anhalt.

Neben dem Karate gilt Bara sein Interesse dem Arnis, eine philippinische Kampfkunst, die mit und ohne Stöcken trainiert wird. Wunsch und Ziel des Emsstädters ist es, den Karatesport bis ins hohe Alter zu betreiben und vielleicht auch noch einen weiteren Meistergrad zu erlangen. Ebenso möchte er weiterhin jungen, aber auch älteren Menschen vermitteln, dass der Karatesport sehr gut geeignet ist, die Koordination, die Konzentration und die Ausdauer zu verbessern, aber auch das Selbstbewusstsein zu stärken.

Stephanblome