

Shin Gi Tai Ichi – die Einheit von Geist, Technik und Körper: Shito Ryu-Lehrgang mit Carlos Molina



Am 16. Februar trafen sich Shito Ryu Berlin und seine Gäste zum Vorfrühlingstreffen 2019 unter Carlos Molina. Assistenten waren Shihan Molina (8. Dan) von Johannes Köster, Tom Witt und Michael Karpenkiel.

Shuto Uchi in der Grundschule und als Waffe im Zweikampf war das Eröffnungsthema dieses Karate Samstags. Vom Kihon ging es in die Selbstverteidigung. Anhand verschiedener Kata Sequenzen erläuterte Carlos Techniken gegen Handgelenks- und Körperumklammerungen.



Die Verteidigung soll rund sein und Tori nach unten bringen. Aufmerksamkeit war gefragt, in Worten des Meisters: Shin Gi Tai Ichi. Die Einheit (Ichi) von Geist (Shin), Technik (Gi) und Körper (Tai). Dies war die Überleitung in die Kata Goju Shiho (der Phönix oder 54 Schritte), eine okinawatische Kata der Itosu Schule, sowie in die Kata Shin Sei Ni von Kenei Mabuni.

Kenwa Mabuni, der Stilgründer des Shito Ryu, war seiner Zeit mit Choyun Miyagi (Goju Ryu) befreundet. Aus den Goju Katas Gekisei 1 und 2 entwickelte Kenwa Mabuni die Kata Shin Sei was so viel wie Neuer Anfang oder Neues Leben bedeutet. Der Sohn von Kenwa Mabuni, Kenei Mabuni, erschuf später Shin Sei Ni und zeigte sie den Karateka von Shito Ryu Europa vor ca. 20 Jahren auf Korsika.

Mit diversen Bunkai Übungen zu diesen Katas und anschließenden Vorführungen fand dieser wunderbare Samstag des Karate Do ein starkes Ende.

Vielen Dank dafür,

Arigato Gozaimashita Carlos Molina!

Johannes Koester