



«Zack, zack, zack»: Unter lauten Rufen erhält der Dummy gezielt schwere Tritte in den Brustkorb. In einem angrenzenden Raum üben Schüler des Karate- und Budoclubs einen Überraschungsangriff mit Messer.

Marc Dahinden



Winterthurer Strassenkampf seit 50 Jahren

KAMPFSPORT Unter der Berufsschule an der Wülflingerstrasse wird seit Jahrzehnten der Karate-All-Kampf gelehrt. Das Winterthurer Kampfsystem führte einst zum ersten schwarzen Gürtel für eine Schweizer Kämpferin.

Die weiss gekittelten Männer und Frauen verzerren ihre Gesichter. Zähne aufeinander und die Augen schmal. Ein Ruf ertönt und hallt laut wider von den massiven Betonwänden. Die Kittel werfen sich vornüber und rollen als weisse Kugeln durch den Trainingsraum. Die Schaumstoffmatten am Boden dämpfen ihren Aufprall nur leicht. «Fallschule» nennt sich diese Trainingseinheit.

Die Gesichter sind rot, die Schläfen nass. Doch es geht weiter.

Der Trainer hält ein Holzmesser in der rechten Hand, er greift an. In dichtem Takt wechseln sich Angriff und Abwehr ab, vier Arme klammern. Der Rücken des Unterlegenen klatscht auf die Matte, dann fällt die Eisenmiene: ein atemloses Lächeln, ein Blick zu den anderen Kämpfern am Mattenrand. Der Kampfmodus weicht dem Bewusstsein: Es ist ein ganz normaler Donnerstagabend, und man liegt auf dem kalten Boden eines Zivilschutzbunkers.

Keinen Meister anbeten

Das mehrmals pro Woche stattfindende Training des Karate- und Budo-Clubs Winterthur (KBCW) hat ein Credo: die realitätsnahe Selbstverteidigung. Techniken aus den japanischen Kampfkünsten Karate, Judo und

Jiu-Jitsu (Oberbegriff: Budo) werden nicht wie anderswo möglichst in Reinkultur gelehrt; hier herrscht Pragmatismus vor. Es gibt keine ausgeprägte fernöstliche Affinität und man ist froh, keinen Grossmeister anbeten zu müssen. Primär geht es immer um den eigenen Schutz in eskalierenden Situationen: Nützen ein klares Auftreten, Zurückhaltung oder auch eine Flucht nichts, dann kommt es zum Kampf, und da sind auch vermeintlich feige Gegenangriffe erlaubt: Tiefschläge beispielsweise oder Augenquetschen, was in anderen Kampfsportklubs verpönt ist. Die Stilmittel sind «strassenkampftauglich».

Das im KBCW gelehrt System gibt es so nur in Winterthur. Ins Leben gerufen wurde es vor 50

Jahren von Budokämpfer Bruno Dammert als «Karate-All-Kampf». Dammert bildete in einem eigenen Geschäft in Winterthur Personenschützer und Security-Angestellte aus und wies auch Stadtpolizisten im Nahkampf an, damals noch in einem Untergrundlokal beim Merkurplatz. Der Pragmatismus des Klubs geht auf den Gründer zurück. Dammert begann damit, japanische Begriffe konsequent einzudeutschen.

Immer auf den Dummy

Dammert war einer der Allerersten, die fernöstliche Karatetechniken in die Deutschschweiz brachten. Der Trend war erst wenige Jahre zuvor überhaupt im Westen angekommen. Bemerkenswert ist auch die Geschichte

von Vereinsmitgründerin Anneliese Pfeiffer. Sie wird in den Anfangsjahren Präsidentin des Klubs und besteht als erste Frau in der Schweiz die Prüfung zum 1. Dan der Japan Karate Association und wird somit zu einer der ersten weiblichen Schwarzgurtträgerinnen dieser Zeit.

Zu Spitzenzeiten hatte der KBCW 250 Mitglieder, heute sind es noch 130. Der Klub spürt die Konkurrenz, die vielen Kampfsportklubs, die in den letzten zwanzig Jahren in Winterthur aus dem Boden sprossen. Doch an Nachwuchs mangelt es nicht. Bis zu 50 Kinder tummeln sich jeweils im Juniorentraining.

Im Dojo, dem Trainingsraum, wo man nur ohne Schuhe rein darf, steht mitten im Raum ein Dummy. Die Plastikfigur schaut

ausdruckslos, auch als sie von einem Kampfschüler nach dem anderen eine gezielte Ohrfeige und zusätzlich einen Tritt in den Brustkorb verpasst bekommt. Manch einer lässt einen kurzen Schrei los. Der Trainer sagt, nichts überrasche einen Angreifer so sehr wie ein lautes und bestimmtes «Halt, stopp, gönd Sie uf Distanz!»

Der Fokus an diesem Abend auf Kampf und Lautstärke trägt: Das Hauptziel des Klubs war und ist auch im aktuellen Jubiläumsjahr die Befähigung zur Selbstermächtigung in der Not: In regelmässigen Theoriestunden werden Notwehrrecht, Waffengesetz oder auch das Opferhilfegesetz gelehrt.

Ein weiteres Credo lautet: Der schönste Kampf ist ein vermiedener Kampf. *Mirko Plüss*

Todesstürze und Doppelsaltos zu Popmusik

TANZ Seit der zweiten Primarklasse tanzen Alexandra von Niederhäusern und Thomas Bula zusammen Rock 'n' Roll, seit einem Jahr auf der höchsten Stufe.

Alexandra von Niederhäusern springt auf die Hände von Thomas Bula, die zu einer Rüberleiter geformt sind. Der 21-Jährige wirft seine Tanzpartnerin hoch. Diese fliegt in die Luft, streckt sich vor dem Wendepunkt waagrecht und landet dann wieder senkrecht mit dem Kopf voraus auf dem Rücken von Bula, der sie von hinten auffängt und zwischen den Beinen hindurchzieht.

«Todessturz» wird diese Akrobatikfigur im Rock 'n' Roll genannt. Sie darf an Turnieren erst gezeigt werden, wenn man die oberste Klasse erreicht hat. Die 22-jährige Alexandra von Niederhäusern und ihr Tanzpartner Thomas Bula gehören seit einem Jahr zur sogenannten A-Klasse der Erwachsenen, auf der Welt Rangliste stehen sie momentan auf Rang 53 von 90 Tanzpaaren. «Wir sammeln das ganze Jahr hindurch Punkte an Turnieren in der Schweiz, um uns so für die jährliche Weltmeisterschaft zu qualifizieren», sagt Bula. Gerecht hat es in der Erwachsenen-kategorie bis jetzt noch nicht.

Das Lächeln sitzt

Die beiden wirken ruhig und zurückhaltend, fast ein bisschen schüchtern. Aber sie können auch anders. Wenn sie gemeinsam auf der Bühne stehen, dann ist Showtime angesagt. Jeder Schritt sitzt, das Lächeln in Rich-



Der Todessturz, eine der Tanzfiguren, die Thomas Bula und Alexandra von Niederhäusern an Turnieren zeigen. *mad*

tung Publikum auch. An Turnieren werden normalerweise zwei Choreografien gezeigt, die eine mit reiner Fusstechnik, typisch sind etwa die Kicks nach vorne, die andere mit Akrobatikerelementen, beide sind zwischen ein und eineinhalb Minuten lang. «Länger ginge gar nicht, es ist so schon sehr anstrengend», sagt von Niederhäusern.

Rock 'n' Roll zu AC/DC

Mit dem Musikstil Rock 'n' Roll, der in den 50er- und 60er-Jahren entstand, hat der Tanz nicht mehr viel zu tun. Wichtig ist alleine ein 4/4-Takt und die Geschwindigkeit, die mit 46 bis 52 Takten pro Minute sehr hoch ist. Heutzutage wird zu allem getanzt, von AC/DC über Tina Turner bis zu Popmusik wie «Happy» von Pharrell Williams. Auch Bula und von Niederhäusern hören privat keinen Rock 'n' Roll. «Auch weil man es irgendwann nicht mehr hören kann.» Die 22-Jährige studiert im 3. Semester Physiotherapie an der ZHAW. Dazu habe auch das Tanzen beigetragen, sagt sie. Und ihre Sportbegeisterung, Bula ist Landschaftsgärtner und seit drei Jahren ausgebildet.

Mit Tanzen haben die beiden bereits in der zweiten Primarklasse begonnen. Gepackt hat es sie bei einer Rock-'n'-Roll-Tanz-aufführung, bei der auch von Niederhäuserns Schwester auf der Bühne stand. Seither treffen sich die beiden dreimal pro Woche, um zwei Stunden zu üben. Immer mit dabei ist ihr Trainer. Während der Übungsstunden sichert er von Niederhäusern durch eine Loge, die an den Ringen an der

Decke angemacht ist. Auch ein Doppelsalto will geübt sein. Auf der Bühne müssen die Sprünge dann sitzen. «Wir tanzen seit 14 Jahren zusammen, da ist das Vertrauen mittlerweile gross», sagt von Niederhäusern.

Zu wenig Männer

Dass ihr Hobby zeitintensiv ist und sie nie länger als einen Monat weg können, nehmen die beiden in Kauf. «Ich habe lieber Erfolg im Rock 'n' Roll, als zu reisen», sagt von Niederhäusern. Auch wenn es sie manchmal doch reizt. Das ganze Leben könne man diese Intensität des Trainings aber sowieso nicht durchziehen. «Mit 30 Jahren ist bei den meisten Tanzpaaren Schluss», sagt Bula.

Heute finden in Winterthur unter anderem die Weltmeisterschaften der Frauenformation statt. Mit dabei ist auch Bulas Schwester, die sich von ihrem Bruder für Rock 'n' Roll begeistert liess. In der Frauenformation tanzt sie, da ihr Tanzpartner ausstieg, als sie 16 Jahre alt war. Keine Seltenheit, denn «im Rock 'n' Roll herrscht allgemein Männermangel». Reine Männerformationen gibt es nicht. Auch Bula und seine Tanzpartnerin werden heute in den Eulachhallen im International Open antreten. Mit im Programm ist auch der Todessturz. *Anna Berger*

Heute Samstag, 24. 9., Eulachhallen. WM der Ladies Formations, World Masters im Boogie-Woogie und International Open im Rock 'n' Roll. Vorrunden ab 12.00, Semifinals 17.30 und Finals um 19.30 Uhr. www.damo.ch/wm16