

Karate: eine alte Kampfkunst

Die weitverbreitete und beliebte Sportart *Karate* entstand erstmals im 19. Jahrhundert in China. Nach dem 2. Weltkrieg wurde diese in der ganzen Welt verbreitet. Es wurde in Okiwana entwickelt, früher das Ryukyu-Königreich. Für die Sportart braucht man viel Körperbeherrschung und Geschick. Es geht bei Karate um einige Schläge und Kicks, die man erlernt und für die Selbstverteidigung einsetzt. Umso bekannter der Sport wird umso beliebter und besser besucht ist er auch.

Einen genauen Gründer gibt es nicht, aber als „Gott des Karate“ ist Sosai Oyama, geboren in Südkorea, bekannt. Eine Karatelehrer:in (Sensei) muss viel Erfahrung haben und fair sein. Wer lernen will seinen Körper zu beherrschen und sich zu verteidigen, sollte Karate erlernen.



Karate wurde ursprünglich zur Selbstverteidigung entwickelt somit besteht bei Karate schon ein gewisses Verletzungsrisiko, aber es ist ziemlich gering. Karate ist in der Regel kein Teamsport sondern eine individuelle Kampfsportart, bei dem man auch eine bestimmte Kleidung, namens Gi, trägt. Die Sportart ist leider nicht bei den Olympischen Spielen vertreten. Karate ist für alle interessierten Sportler und Sportlerinnen eine gute Option.

Folgende Gürtel gibt es:

- weißer Gürtel (Anfänger)
- gelber Gürtel
- grüner Gürtel
- violetter/blauer Gürtel
- brauner Gürtel (Oberstufe), roter Gürtel
- schwarzer Gürtel

- Martin D.