



Karatelehrgang mit japanischem Gasttrainer beim Shotokan Ennepetal. Dieser erfreut e über 50 Teilnehmer, die aus ganz NRW angereist waren. Fotos: Verein

# Über 50 Teilnehmer am Start

Japanischer Karate-Trainer Keigo Shimizu war in Ennepetal zu Gast

Über 50 Teilnehmer aus ganz NRW kamen Ende September zum überregionalen Lehrgang des Shotokan Ennepetal e.V. in die Klutertstadt.

**ENNEPETAL.** Die Trainingseinheiten wurden von dem renommierten japanischen Karate-Trainer Keigo Shimizu sowie der anerkannten Karate-Expertin und Buchautorin Sandy Brenscheid geleitet, die der Verein ein-



Karatetrainer Keigo Shimizu begeisterte die Teilnehmer.

geladen hatte.

Keigo Shimizu begeisterte mit seiner Vermittlung der schnellen Übertragung von starken, kontrollierten Karatetechniken über lange Distanzen. Sandy Brenscheid, Autorin des Buches „Karate ist Tanz – was Karatesportler von Tänzern lernen können“, brachte zur Verdeutlichung biomechanischer Aspekte und individueller anatomischer Gegebenheiten unerwartet ein Skelett-Modell mit, was

bei vielen Teilnehmern für eine neue Sichtweise zu diesem Thema führte. Keigo Shimizu äußerte sich zum ersten Lehrgang dieser Art des Vereins sehr positiv: „Die Organisation durch den Shotokan Ennepetal e.V. war großartig, die Teilnehmer hochmotiviert. Es hat Sandy Brenscheid und mir viel Spaß gemacht, die Trainingseinheiten hier zu leiten. Gerne kommen wir 2022 zum nächsten Lehrgang dieser Art wieder nach Ennepetal.“