



# Bunkai-Projekt

SAMMLUNG VON BUNKAI-BEISPIELEN

Beginn einer Sammlung von Beispielvideos

Idee Alfred Heubeck | Start: 05.02.2017

## Grundgedanke

Karate ist Kata. Karate ist Selbstverteidigung. Logischer Schluss Kata ist Selbstverteidigung.

Die Selbstverteidigungskombinationen sind in den Kata-Sequenzen zu finden, im ungenauen Sprachgebrauch<sup>1</sup>, im Bunkai der Kata.

Zurzeit ist sind Bunkai-Lehrgänge sehr modern, es gibt Bücher und CDs. Das Problem besteht darin, dass Bücher und die CDs meist den Anspruch erheben für *jede* Stelle der Kata *eine* Anwendung zu haben. Nun gibt es aber für viele Stellen oft sehr viele verschiedene Anwendungen. Aber, es gibt auch Stellen, für die man nur schwer sinnvolle Anwendungen findet. (Das kann viele Gründe haben, Änderungen der Katatechniken, heute ungebräuchliche Waffen, Kleidung, Angriffstechniken, usw.) Nach Lehrgängen sind außerdem oft nicht mehr alle Beispiele im Gedächtnis.

Was braucht man also als Karatelehrer:

Leicht auffindbare Bunkai-Beispiele für bestimmte Kata-Stellen, mit der Auswahl unter verschiedenen Aufgabenstellung.

## Die Lösungsidee

Die verschiedenen Kata werden in Einzelbildern dargestellt. Gibt es für eine Stelle passende Anwendungen wird bei den Bildern darauf hingewiesen. Dabei wird der Schwierigkeitsgrad und die Aufgabenstellung vermerkt.

Braucht man jetzt für eine bestimmte Stelle eine Anwendung, so ruft man die Kata auf, sucht die entsprechende Stelle und kann dann, soweit vorhanden, passende Beispielvideos ansehen.

## Die Umsetzung

### Erste Möglichkeit

Auf der Seite „Karatedo-Hausheim.de“ lädt man die Kata mit entsprechenden Videos herunter. Auf der „KataBunkai.PDF“ -Datei<sup>2</sup> ist die Kata mit allen vorhandenen Videos und entsprechenden Links enthalten.

Der Nachteil diese Möglichkeit besteht in einem umfangreichen Download und der Notwendigkeit regelmäßiger Aktualisierungen.

Der Vorteil besteht für die Autoren in der einfachen Möglichkeit die Dateien zu erstellen und zu aktualisieren, der Anwender hat alle nötigen Daten daheim auf seinem Rechner.

---

<sup>1</sup> Bunkai heißt eigentlich Analyse der Kata, besser als Bunkai-Beispiele wäre Oyo-Beispiele.

<sup>2</sup> Die Zahl fertiger Beispiele für die Kata ist hier vermerkt.

Diese Möglichkeit ist auf der Hausheimer Seite bereits aktiv geschaltet.

## Zweite Möglichkeit

Auf der Internetseite „budo-karate.de/kata“ sind die Bilder einer Kata aufgereiht, eine Kamerasymbol zeigt ob es entsprechende Videos gibt. Diese und Hilfstexte sind dann mit einem Klick aufrufbar.

## Die Videobeispiele

Die Videobeispiele stammen zurzeit aus dem Team Hausheim, Pilsach, Berggau und aus dem Raum Nürnberg. Sie beschreiben verschiedene Aufgabenbereiche.

Sie werden relativ langsam vorgeführt, damit Einzelheiten besser erkannt werden können.

Die Bunkai-Beispiele können nur eine grobe Vorgabe liefern. Sie müssen an Eigenschaften und Fähigkeiten der Ausführenden angepasst werden. Dabei sollte sich beim Üben eine stetige Optimierung und Verfeinerung einstellen.

Sowohl die Darsteller auf den Videos und auch das Aufnahmeteam haben noch wenig Erfahrung mit Filmaufnahmen. Auch hier sollen Schwächen und Fehler stetig ausgemerzt werden, Leider sind als Folge immer wieder Aktualisierungen nötig.

Das Team versucht in nächster Zeit immer mehr Lücken zu schließen und fehlerhafte Aufnahmen zu ersetzen.

## Weitere Planung

Eine kurze Rechnung: 25 Shotokan-Kata mit durchschnittlich 30 Techniken ergibt 750 Techniken. Fasst man etwa 3 Techniken zu einer Sequenz zusammen ergibt das 250 Sequenzen. Geht man davon aus, dass man für jede Sequenz etwa 10 Anwendungen findet, so erhält man 2500 Bunkai-Beispiele, Feinformen und Varianten nicht einberechnet.

Diese alle zu Filmen ist für ein Amateurtteam unmöglich, sie zu finden und einzustudieren eine Utopie.

Vielleicht besteht aber die Möglichkeit Videos von anderen Teams zu erhalten und diese Einzubauen. Hier haben wir die größte Hoffnung. Wie das organisiert werden kann, muss noch geplant und organisiert werden. Wer bereits mitarbeiten will, möge ein Mail an „Alfred Heubeck“ senden.

Vielleicht kann so eine Sammlung entstehen, die eine echte Hilfe für Karatelehrer darstellt.

Der Autor und sein Team stehen zwar allen Karatestilen offen gegenüber, kommen aber aus dem Shotokan. Deshalb werden zurzeit vorwiegend Shotokan-Kata und Oyo-Beispiele daraus bearbeitet. Das Projekt ist aber prinzipiell stilunabhängig. Allerdings müsste dann das Bild- und Filmmaterial von der jeweiligen Stilrichtung geliefert werden.

## Haftung

Obwohl auf die Darstellung extrem gefährlicher Anwendungen verzichtet wird, können bei unvorsichtigem und unsachgemäßem Üben, Verletzungen auftreten. Deshalb sollte immer unter Anleitung eines erfahrenen Trainers geübt werden. Die Autoren übernehmen keinerlei Haftung für eventuelle Folgen aus den beschriebenen Übungen.