

## VEREINSPORTRÄT

# Schwertlose Samurai

Verein bietet waffenlose Kampfkunst aus Japan an

Von unserem Mitarbeiter  
TORSTEN LAUTERBORN

**KRÖV. Asiatische Kampfsportarten wie Karate oder Kung Fu kennt jeder. Das japanische Jiu Jitsu hingegen hat den Durchbruch noch vor sich. Der junge Verein „Fusegi“ ermöglicht den Einstieg.**

Der japanische Kriegsadel, die Samurai, kämpften üblicherweise mit Schwertpaar und Lanzen. Für den Fall, dass diese Waffen einmal brechen sollten, entwickelten die Krieger eine intelligente Selbstverteidigungstechnik, um drohende Niederlagen trotz fehlender Waffen abzuwenden: das Jiu Jitsu. Die in Deutschland noch relativ unbekannt asiatische Kampfkunst zählt nicht nur zu den ältesten, sondern auch „ehrwürdigsten“ ihrer Art. Sie ist Ursprung längst populärer Sportarten, darunter Judo und Aikido. Das Grundprinzip lautet: „Nachgeben, um zu siegen.“ Statt mit voller Kraft gegen den Angreifer vorzugehen, passt man sich an die Bewegungen seines Gegenübers an und versucht somit, dessen Energie gegen ihn selbst einzusetzen. Entscheidend sind dabei möglichst intelligente Wurf-, Hebel- und Falltechniken. Der Gegner wird mit viel Geschick

unter Kontrolle gebracht – ohne dass es zu Verletzungen kommt. Erlernen kann man diese „sanfte“ Kampfkunst seit wenigen Jahren auch in der Region: Beim Judo und Jiu Jitsu-Verein „Fusegi“ in Kröv treffen sich Nachwuchs-Samurai zwei Mal wöchentlich zum Verteidigungstraining.

Der sportliche Leiter Juan de la Fuente ist verantwortlich für die Übungseinheiten. Unterstützung bieten ihm Klaus Thull, Gerhard Molitor und Jürgen Hees. Eines ist den Betreuern wichtig: „Bei unserer Sportart geht es nicht um Gewalt – ganz im Gegenteil. Wir möchten Gewalt verhindern und damit Verletzungen ausschließen“, erklärt de la Fuente. Wie leicht man etwa unnötige Wehwehchen durch „korrektes“ Fallen auch im Alltag vermeiden könne, werde ständig trainiert. Selbst Senioren konnte der sportliche Leiter schon bei seinen Lehrgängen begrüßen – er erklärte ihnen mit Hilfe des Jiu Jitsu, wie Verletzungen bei Stürzen zu vermeiden sind. Für die jüngeren Mitglieder steht im Verein der Spaß im Mittelpunkt. Auf dem Programm stehen neben dem regelmäßigen Training auch Ausflüge und mehrtägige Feriencamps. In naher Zukunft sind erste Wettkampfteilnahmen geplant.

joa/ca

## INFOS ZUM VEREIN

**FUSEGI E.V. KRÖV/MOSEL:** „Fusegi“ für Judo und Jiu Jitsu wurde vor fast drei Jahren von ehemaligen Judokas in Kröv ins Leben gerufen. Ihr Name stammt aus dem japanischen und bedeutet „sich verteidigen“. Nach gut überstandener Gründungsphase zählt der Verein aktuell rund 25 Mitglieder. Neueinsteiger sind immer will-

kommen. Trainingszeiten: dienstags, 20 bis 21.30 Uhr (ab 14 Jahre), und freitags, 18.30 bis 20 Uhr (bis 14 Jahre), in der Halle der Grundschule Kröv.

● Infos zu Sportart und Verein findet man auf den sehr ausführlichen Internetseiten des Judo und Jiu Jitsu „Fusegi“ e.V. Kröv unter der Adresse [www.jiu-jitsu-fusegi.de](http://www.jiu-jitsu-fusegi.de).

joa/ca