

Mein Weg zu WingTsun  
Günther Plank, EWTO Nr. 95061-F

Eigentlich wollte ich als kleiner Bub immer Torwart werden. So begann ich als 6jähriger beim hiesigen Fußballklub, dem SV Hall. Nach anfänglichen Schwierigkeiten - ich war alles andere als ein Naturtalent - wurde mein regelmäßiges Training belohnt und ich entwickelte mich mit der Zeit zur Nachwuchs-Hoffnung. Im Alter von 16 Jahren wurde ich nach und nach dazu eingesetzt, beim Torwarttraining den jüngeren Nachwuchs zu trainieren. Es machte mir Spaß, mein (begrenzt)es Wissen weiterzugeben und zuzusehen, wie die Jungs besser wurden. Als ich mir beim Snowboarden jedoch das Schien- und Wadenbein brach, meine damalige Freundin kein Verständnis für mein Hobby hatte und vereinsinterne Schwierigkeiten auftraten, kam es, dass ich mit dem Fußballspielen aufhörte und mich auf die Suche nach einer anderen Sportart machte.

Über einen damaligen Schulkollegen kam ich zum Kickboxen. Über 10 Jahre intensives Fußballtraining bedingten Muskelverkürzungen ohne Ende, so dass ich bald feststellte, dass ich es im Kickboxen wahrscheinlich nie zu etwas bringen würde. Wie auch immer, es machte Spaß.

Durch meinen Cousin wurde ich auf WingTsun aufmerksam. Er konnte mich jedoch nicht davon überzeugen, dass WT wirklich so effizient ist wie er behauptete. Ich schoss ihn in der Distanz ab, er dominierte den Nahkampf. Heute glaube ich, dass dies daran lag, dass er einfach Hemmungen hatte mich „niederzuknüppeln“ und ihm mit seinem 2. SG keine andere Wahl geblieben wäre, wenn er wirklich gewinnen hätte wollen.

So blieb ich also vorerst beim Kickboxen. Jugendlicher Leichtsinn führte dazu, dass ich beim Training mein rechtes Bein beleidigte, indem ich es dazu zwang unaufgewärmt einen hohen Rundtritt zum Kopf auszuführen. Nach dieser schmerzlichen Erfahrung sah ich ein, dass Kickboxen auf Dauer nicht „mein Sport“ war.

Als ich dann meinen Präsenzdienst leistete, endete meine kurze und ziemlich erfolglose Kickbox-Karriere (3. bei Tiroler Meisterschaften ist an sich OK, nicht aber, wenn in meiner Gewichtsklasse nur 3 Teilnehmer gestartet sind). Nach Ableisten meines Bundesheer - Präsenzdienstes wurde ich von meinem ehemaligen Fußballtrainer gefragt, ob es möglich wäre wieder für den SV Hall zu spielen, da ihr damaliger Torwart gerade zum Bundesheer musste und somit ausfiel. Ich konnte meinem Trainer diese Bitte nicht abschlagen, merkte aber schnell, dass ich nur nach Änderung diverser Regeln (zBsp. Verkleinerung der Tore auf einen gewissen Prozentsatz der Körpergröße des Torwartes oder ähnliches) wirklich gut werden konnte. Nach Ablauf der Frühjahrssaison hängte ich meine Fußballschuhe bzw. Handschuhe endgültig an den Nagel. Schließlich gelang es meinem Cousin dann doch noch mich dazu zu bringen mir eine WingTsun Einführung anzuschauen.

„Greif einfach an!“ - dieser Satz, und die darauffolgende Unfähigkeit sich gegen die „Verteidigung“ zur Wehr zu setzen überzeugten mich und ich wurde am 03.08.1995 WingTsun Schüler in Innsbruck bei meinem Si-Suk, Sifu Gernot Redondo.

Es war eigentlich nie der Selbstverteidigungs-Aspekt, der mich am WingTsun interessierte, sondern mehr die Kampfkunst, die ich anstrebe.

Um so verwunderter war ich anfangs, dass von Weichheit, Nachgeben usw. nichts zu sehen bzw. fühlen war, sondern das Gegenteil der Fall war und Pak/Faust immer ziemlich hart ausgeführt wurde. Als ich einen Sihing nach dem Weichen/Sanften im WingTsun fragte, wurde ich (beispielhaft, wie mir allerdings erst später bewusst wurde) auf die „Sanften Mittel“ im 12er Programm verwiesen, die daraufhin mein Ziel wurden. Ich kämpfte mich zum Daan Chi durch (welches anfänglich mit zu viel Kraft trainiert wurde, wir waren ja schließlich „Männer und keine Weicheier“), in Erwartung, dass später das Weiche kommt.

Auf die Idee, Sifu Gernot zu diesem Thema zu befragen, kam ich natürlich nicht, wofür hat man denn schließlich Mitschüler?!

Als eines Tages ein ehemaliger Karateka, welcher nun „frischer“ WingTsun Schüler war, fragte, was ich denn gegen seine Hand-Angriffe machen würde, antwortete ich mit dem von der Einführung her bekannten „Greif einfach an“, was für meinen damaligen 3. Schülergrad eine eher kühne Aussage war.

Ich weiß nicht mehr, wer mehr überrascht davon war, dass meine Pak/Faust so gut funktionierte, er oder ich. Nicht, dass ich nicht schon vorher daran geglaubt hätte, dass WingTsun funktioniert, ich war darüber überrascht, dass es damals bei mir schon funktionierte.

Nach und nach kam auch das weiche Element hinzu und das Training machte immer mehr Spaß.

Im Herbst 1997 kam dann eine für mich bedeutende Wende in meiner bisherigen WingTsun Laufbahn: ich wurde Privatschüler von Sifu Gernot.

Damals ging ich gerade auf den 6. Schülergrad. Ich merkte bald, dass sich der Privatunterricht äußerst positiv auf meine Leistungen auswirkte. Mehr und mehr wurde mir klar, wohin WT gehen soll - vorgehen, kleben bleiben, nachgeben, folgen. Von da an bestand für mich kein Zweifel mehr, dass ich mit WingTsun das Gefundene hatte, was ich mein weiteres Leben machen will!

Zum Privatunterricht kam hinzu, dass ich nicht mehr wie bisher nur 2 x pro Woche trainierte, sondern versuchte das gesamte Angebot (samt Lehrgängen und Kleingruppen) auszunutzen.

Bald schon wurde mir die Möglichkeit angeboten, als Assistent in die Unterrichtstätigkeit hineinzuschnuppern. Ab März 1998 wurde mir auch schon ab und zu der eine oder andere Unterricht ohne Unterstützung anvertraut. Was mich anfangs am meisten überrascht hat, war die Tatsache, dass, wenn man Bewegungsabläufe bzw. Techniken SchülerInnen erklären muss, einem erst wirklich bewußt wird, wie sie funktionieren. Dies liegt wahrscheinlich daran, dass ich vorher nur gemacht habe was mir gesagt wurde, ohne wirklich zu hinterfragen warum und weshalb dies gerade so und nicht anders gemacht werden soll. Dass durch die Unterrichtstätigkeit die Grundprogramme immer besser wurden ist sowieso klar.

Da ich nun fast sämtliche Lehrgänge, Trainingswochen usw. besuchte und außerhalb der „normalen“ Trainingszeiten mit Mitschülern trainierte, kam ich gut voran.

Im Herbst 1998 habe ich meine Übungsleiterprüfung abgelegt, am 02/05/1999 Programm 10 abgeschlossen, so dass der Übungsleiter gültig wurde.

Im 11er Programm hatte ich den Vorteil, so nebenbei etwas Latosa Escrima (3. SG) betreiben zu haben („just for fun“ bzw. für den Wettkampf), was mir die Sache erleichterte.

Die Programme ab 9 haben mir am Anfang alles andere als Spaß gemacht, da es weder körperlich, noch mental meine Art ist draufzuhauen.

Ich hatte vor WingTsun trotz der Tatsache, dass ich seit der Volksschule immer einer der Kleinsten war, nur einmal eine körperliche Auseinandersetzung, welche ich nicht verbal lösen konnte, und hier half ein Hammer, welchen ich gegen das Schienbein meines (körperlich ziemlich überlegenen) Gegenüber schleuderte und ein anschließender Sprint nach Hause. Von daher war ich es auch nicht gewohnt, mich körperlich durchsetzen zu müssen.

Hier ist es natürlich wie bei allem anderen - wenn man etwas besser kann, macht es auch mehr Spaß. Sicherlich haben mir auch die Escrima Trainingskämpfe geholfen, „ich geh rein und komm als Sieger wieder heraus“ in meinem Kopf abzuspeichern.

Es ist immer noch so, dass ich (zu sehr?) darauf bedacht bin, dass meinem „Gegner“ nichts passiert, was mir für den (hoffentlich nie eintretenden) Ernstfall auf der Straße Nachteile verschafft, als Lehrer meiner Meinung nach von Vorteil ist.

Als ich bei den von mir so sehr ersehnten „Sanften Mitteln“ gelandet bin, war ich mir mittlerweile darüber im Klaren, dass diese nicht ganz so sanft sein würden (zumindest bei einem überlegenem Gegner), wie ich mir das vorgestellt habe. Dies macht nun aber nichts mehr aus, da ich die Weichheit im WingTsun ja mittlerweile kennengelernt habe und umzusetzen versuche, was leider noch nicht so gelingt wie ich es gerne hätte.

Am 30/01/00 habe ich den Laufzettel für 12 bei meinem Si-Fu (Oliver König) abgeschlossen. Ursprünglich wollte ich es auf 1 etwas langsamer angehen lassen, aber die Lust, Neues zu lernen war einfach größer! So wird eben Escrima auf der Strecke bleiben müssen. Dafür möchte ich, sobald es finanziell möglich ist, mit der WingTsun ChiKung Ausbildung anfangen, da ich im Gesundheitsbereich ein großes Potential sowohl für mich als auch für meine Gruppe sehe.

Im September 1998 hat sich meine Freundin, Nadja, eine WingTsun Einführung angesehen (fast freiwillig!). Es dauerte zwar noch ca. 1/2 Jahr, bis sie dann damit begonnen hat, aber mittlerweile gefällt es ihr auch gut. Sie ist zwar nicht so WT-verrückt wie ich, unterstützt mich aber wo sie nur kann.

Seit Anfang 1999 habe ich in Hall in Tirol eine eigene WT Gruppe, was ohne ihre Unterstützung nicht in diesem Rahmen möglich wäre. Welche Freundin sieht es schon gerne, wenn man an 3 Abenden unterrichtet, den anderen 2 Abenden selbst trainiert und am Wochenende noch den einen oder anderen Lehrgang, Kleingruppe usw. besucht. Mittlerweile ist es so weit, dass Nadja mich auch schon beim Unterrichten unterstützt.

Die Erfahrung in der Innsbrucker Schule bei Sifu Gernot als Assistent mitzuwirken hat mir noch klarer gemacht, dass dies meine Berufung ist und ich meine eigene Gruppe aufbauen will (eigentlich soll es ja eine Akademie werden!).

Dadurch, dass ich in Innsbruck sowohl Unterricht nehmen als auch unterrichten konnte stellte sich natürlich die Frage, warum ich mir eine Änderung dieses Zustandes wünschen hätte wünschen sollen?

Einerseits war es die Möglichkeit „eigenen“ Schülern die Kampfkunst näher zu bringen bzw. diese selbstverteidigungsfähig zu machen, andererseits kann ich meinen (wenn auch kleinen) Teil dazu beitragen WingTsun noch mehr zu verbreiten. Weitere Gründe sind, dass ich mir (irgendwann dann einmal) meine eigene WT Ausbildung finanzieren kann, die Möglichkeit meine Berufung zum Beruf werden zu lassen und mit meiner Schule zu wachsen.

Der Aufbau der Gruppe lief (auch dank der Unterstützung meiner WT Familie) nicht schlecht, so dass ich mir bald das Ziel gesteckt hatte eigene Räumlichkeiten anzumieten. Am Anfang unterrichtete ich in Turnhallen, die mir von der Stadt zur Verfügung gestellt wurden.

Die Erfahrung in Innsbruck hat mich davon überzeugt, dass eigene Räume sein müssen, wenn man WT nicht nur so nebenher unterrichten will.

Also habe ich den Sprung gewagt und Räume angemietet. Nach einigem Adaptierungsaufwand war es Anfang Mai 2000 dann so weit: die eigenen Räume der WingTsun Schule Hall wurden bezogen. So sehr mich dies auch freute, so sehr freue ich mich auch schon auf den Tag, an dem wir in größere Räumlichkeiten übersiedeln „müssen“.

Mittlerweile habe ich auch die Schwazer Gruppe übernommen (10/00), da der dortige Gruppenleiter seine Funktion aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr wahrnehmen konnte.

Die Entscheidung eine zusätzliche Gruppe zu übernehmen, obwohl die „eigene“ noch in den Kinderschuhen steckt, ist mir nicht leicht gefallen.

Da ich WingTsun mittel- bis langfristig als Profi betreiben will und dies ein weiterer Schritt in diese Richtung ist (da die Haller Gruppe aufgrund der regionalen Verhältnisse und Einwohnerzahlen für den Profi-Betrieb zu wenig ist) hätte eine weitere Gruppe über Kurz oder Lang sowieso kommen müssen. So habe ich mich eben dazu entschieden meine eigene Weiterbildung auf Lehrgänge, Kleingruppen und Privat-Unterricht zu kürzen und meine „Trainings-Zeit“ in Innsbruck gegen „Unterrichts-Zeit“ in Schwaz zu tauschen.

Lat-Sao „neu“ bzw. Blitzdefence:

Die Umstellung der Lat-Sao Programme war anfangs für mich eigenartig, speziell was den verbalen „Vor-Kampf“ angeht. Außerdem war es anfangs ungewohnt, nur mit meiner Schlaghand zu schlagen. Mittlerweile läuft dies aber schon recht gut (für die kurze Umstellungszeit). Speziell für die „älteren“ SchülerInnen war es nicht ganz so einfach umzustellen, denn wer gibt schon gerne etwas auf, was er schon „kann“.

Seit dem erstmaligen „hineinschnuppern“ am LG in Küsnacht (Vorkampf, Zeugenbeeinflussung usw.) im Spätsommer/Herbst 1999 bis zum Trainer 1 bzw. TG-Aufbaulehrgang am Schloss im Frühjahr 2000 wurden die neuen Programme mittlerweile schon einige Male „nachgebessert“, was ich als Bereicherung sehe. Vor allem bei den neuen SchülerInnen sehe ich auch, dass die Programme 1 und 2 recht schnell umgesetzt werden können und die SchülerInnen davon profitieren.

Einige kritische Bemerkungen:

Obwohl sie mir aufgrund meines Wissensstandes nicht zustehen hier einige kritische Bemerkungen, da ich glaube, dass es unter anderem Sinn der Technikerarbeiten ist, zu erfahren, was ich mir als WT«ler so denke:

Eine für mich eher verwunderliche Erfahrung war für mich mein erster Lehrgang, der nicht von Sifu Gernot bzw. von Si-Fu (Oliver) abgehalten wurde - ich glaube, es war in Bregenz. Dort traten Schüler zu Prüfungen an (und bestanden diese auch noch), die von ihrer Leistung her nicht dem entsprachen, was ich bis dahin gewohnt war. Nicht, dass meine Mitschüler(innen) und ich unser jeweiliges Programm besonders gut machen würden, aber wir haben zumindest das jeweilige Schülerprogramm komplett durchgemacht und entsprechend geübt. Da ich von der Einführung her immer vom „einheitlichen Standard innerhalb der EWTO“ gehört habe, hat es mich schon etwas schockiert, dass Leute zu Prüfungen antreten und noch nicht einmal den Inhalt des jeweiligen Programmes kennen (alte Schülerprogramme!).

Wenn ich mich einer Prüfung stelle, dann bereite ich mich darauf vor und hoffe, dass das, was ich mache, für die jeweilige Anforderung in Ordnung ist (abgesehen davon, dass mich Sifu Gernot sonst erst gar nicht zur Prüfung antreten lässt). Wenn dies nicht der Fall ist, dann will ich die Prüfung auch nicht bestehen (ich will mich ja nicht selbst betrügen).

Leider habe ich bisher schon einige Male die Erfahrung gemacht, dass Personen Prüfungen bestehen, obwohl dies eigentlich nicht der Fall sein sollte. Das ist umso schlimmer, da dies auch beim Übungsleiter- und Trainer 1 - LG der Fall war. Ich sehe hier das Problem, dass Leute unterrichten dürfen, obwohl sie eigentlich nicht in der Lage sind, dies ordentlich zu tun. Es ist mir klar, dass bei einer so großen Anzahl von Prüflingen nur sehr schwer der Überblick behalten

werden kann, aber ich finde gerade bei den Ausbilder-Prüfungen sollte hier mehr Wert auf Qualität gelegt werden.

Über meine eigene Unfähigkeit, gewisse Techniken (Fook, Tan, Bong usw.) so umzusetzen, wie sie sein sollen, möchte ich mich hier gar nicht auslassen. Ich bin froh darüber, dass meine Lehrer sehr viel Wert auf technisch korrekte Ausführung legen und, wie das alte Sprichwort sagt „Übung macht den (WT) Meister“!

Der Weg ist noch weit, aber vorgegeben .... und ich bin davon überzeugt, dass ich ihn gehen werde!

In diesem Sinne freue ich mich schon auf deine Korrekturen,

dein To-Suen

Günther Plank