

Prüfungshandbuch Battojutsu



SHŌBUKAN INYŌRYŪ BATTŌJUTSU
尚武館陰陽流 拔刀術

Allgemeines zum Prüfungshandbuch Battojutsu	3
Sinn und Zweck des Prüfungshandbuchs	3
Autor und Weitergabe	3
Glossar	4
Sicherheitsrichtlinien außerhalb des Trainings	6
Rechtliche Lage in Deutschland	6
Richtlinien für Besitz und Transport des Katanas für Schüler	6
Kleine Anekdote zum Training mit Bokken	7
Zusatz zu Terrorzeiten	7
Sicherheitsrichtlinien im Training	8
Ausrüstungsprüfung	8
Essen und Trinken im Training	8
Trainingstauglichkeit	9
Disziplin und Respekt im Training	9
Halt heißt halt! (Yame!)	9
Zanshin!	9
Rei!	10
Sportpsychologie und Rituale	10
Trainingsorganisation	10
Wer kann eigentlich Trainer sein?	10
Trainingsausrüstung	12
Trainingskleidung	12
Der passende Obi zum Rang	13
Bewaffnung	13
Schutzausrüstung	14
Schutzstufe Locker	14
Schutzstufe Hart	15

Allgemeines zum Prüfungshandbuch Battojutsu

Sinn und Zweck des Prüfungshandbuchs

In den vergangenen Jahren und den vergangenen Prüfungsordnungen war jeweils ein Teil Theorie für die einzelnen Prüfungen eingeplant. Um die Theoriekenntnisse genau so einheitlich zu liefern wie sie abgefragt werden, steht dieses kleine Handbuch zur Verfügung.

Im Rahmen der Shobukan Inyo-Ryu Battojutsu Prüfungen sollten auch nur solche Theoriefragen abgefragt werden, die sich aus den Themen hier zusammensetzen oder ableiten.

Die Theorie und vor allem die japanischen Begriffe sind nicht unbedingt 100% korrekt. Dieses Dokument erhebt auch keinen Anspruch darauf, aber ich bitte darum, jede mögliche Verbesserung direkt zu melden, so lernen wir genau wie im Training ständig dazu.

Autor und Weitergabe

Autor: Stephan Andreas (Stephan.Andreas@battojutsu.de)

Bilder:

- Das Shobukan Inyo-Ryu Symbol stammt von Benedikt Schwarz
- Die Abbildung "Gürtel im Shobukan Inyo-Ryu" stammt von Soke Hans-Jürgen Eul

Gern darf dieses Dokument im jetzigen Stand (so und nicht anders) für nicht kommerzielle Zwecke so oft wie möglich weitergegeben oder gedruckt werden. Alle Änderungen bitte mit mir absprechen.

Glossar

Zur Übersicht sind hier noch einmal, genau wie in der Prüfungsordnung, die Begrifflichkeiten aufgeführt:

Japanische Begriffe	Erklärung
Bokken	Holz-Übungsschwert
Choken	Schaumstoffschwert aus dem Chanbara
Chudan no Kamae	Mittlere Stellung
Fudoza	Spezieller Sitz (Schwertsitz)
Dojo	Trainingsort
Gedan no Kamae	Untere Stellung
Gi	Trainingsanzug, bestehend aus Oberteil und Hose
Giri	Schnitt
Gyaku	seitenverkehrt
Hajime!	Los!
Hakama	jap. Hosenrock, häufiger im Aikido getragen
Hasso no Kamae	Obere Stellung (links oder rechts)
Hidari	Links (Beim Schnitt zählt der Eintrittspunkt)
Iaito	Übungsschwert mit stumpfer Klinge
Jiburi	Blutabstreifen
Jodan no Kamae	Obere Stellung
Kamae	Stellung/Grundstellung
Katate	einhandig
Kesa Giri	“Mönchskuttenschnitt” - diagonal abwärts
Kiriage	diagonaler Aufwärts (dies ist keine Übersetzung)
Ko-	Kurz/Klein
Migi	Rechts (Beim Schnitt zählt der Eintrittspunkt)
Morote	zweihändig

Noto	Schwert einstecken
O-	Groß/Lang
Obi	Gürtel / Schärpe
Osae	abwärts
Rei!	Verbeugen!
Saya	Schwertscheide
Shinken	Beseeltes Schwert (also geschmiedet und geschärft)
Tsuki	Stich
Uke	Block
Wakizashi	Zweitschwert, ca. 60 cm lang
Yame/Yamite!	Stop!
Yoko	Seitwärts
Zanshin	Kampfgeist

Sicherheitsrichtlinien außerhalb des Trainings

Wichtig für jeden Battojutsu-ka sind die regionalen/allgemeinen Gesetze und die Sicherheitsregeln im Training. Um jedem Schüler und jeder Schülerin zu ermöglichen, sicher und gesund zu bleiben, sind diese Regeln unbedingt wichtig und einzuhalten! Im Gegensatz zu waffenlosen Kampfkünsten können und dürfen wir uns viel weniger Fehler erlauben. Daher müssen wir auch noch disziplinierter sein.

Rechtliche Lage in Deutschland

Das Katana selbst zählt als Hieb- und Stichwaffe nach dem Waffengesetz (§1 WaffG). Damit ist der Erwerb und Besitz erst ab 18 Jahren frei. Ausgenommen hiervon sind abgestumpfte Waffen, die klar als Trainingsgeräte zu erkennen sind. Ein Iaito ist wahrscheinlich nicht direkt als Trainingsgerät zu erkennen, vor allem nicht für Personen ohne Trainingserfahrung. Außerhalb der eigenen Wohnung/Grundstückes und Dojos gilt außerdem, dass sie am Besten in einem geschlossenen Behälter ohne direkte Zugriffsmöglichkeit transportiert wird. Ist das nicht der Fall, kann das eventuell als "Führen" einer Waffe zählen, und das ist generell erst einmal verboten. Ganz besonders muss das bei öffentlichen Veranstaltungen beachtet werden. Laut Gesetzestext (§42 WaffG) ist das Führen bei öffentlichen Veranstaltungen generell verboten, allerdings können Ausnahmen beantragt werden. De Facto müssen wir für jede Veranstaltung und Vorführung dringend vorher eine Erlaubnis organisieren oder das mit dem Veranstalter klären.

Zusätzlich zu den rechtlichen Grundlagen zu Führen, Transport und Umgang gilt als interne Regel, keine Waffen und Trainingsgeräte (Bokken) offen zu transportieren (z.B. Bus und Bahn), damit sich niemand bedroht fühlt. Das leichtfertige Ziehen der Klinge ist im öffentlichen Bereich auch tabu und verboten, da sich hierdurch zufällige Beobachter bedroht fühlen könnten - und Bedrohung ist auch abseits vom Waffengesetz strafbar.

Aktuell gibt es meines Wissens (Stand Januar 2017) noch keine besonders verschärften Gesetze zur Terrorabwehr, die einen Einfluss auf unsere Trainingsausrüstung hätten. Besondere Vorsicht ist trotzdem anzuraten, dazu aber weiter unten im Dokument mehr.

Richtlinien für Besitz und Transport des Katanas für Schüler

Besitz: Ein scharfes Katana darf nur ab dem 18. Lebensjahr erworben werden und auch nur dann im eigenen Besitz sein. Unter 18 Jahren wäre ein Iaito z.B. eine gute Alternative, oder ein Bokken.

Transport: Sowohl Katana als auch Bokken werden nach Möglichkeit verschlossen und ohne Einsichtsmöglichkeit transportiert. Optimal ist dafür eine abgeschlossene Tragetasche. Ist dies nicht möglich, sollte der direkte Zugriff für sich selbst und andere blockiert sein. Also kein Tragen im Gürtel oder in der Hand, egal ob das Katana in der Saya steckt oder nicht.

Training: Ohne offizielle Trainingseinheit, Lehrgang oder Vorführung darf das Schwert nicht geführt werden. Also mit der scharfen Klinge wird nicht alleine im Wald oder auf einem Parkplatz trainiert, sondern nur auf dem eigenen Grundstück.

Kleine Anekdote zum Training mit Bokken

Als Trainer wurde eine Geschichte an mich herangetragen, so wie sie irgendwo in Deutschland passiert sein soll. Ein Schüler (unter 18) hat auf dem eigenen Grundstück mit großer Hecke abends trainiert. Allerdings war es schon recht dunkel, und man konnte sein dunkles Bokken vielleicht nicht ganz so gut im Scheinwerferlicht als Bokken erkennen. Obwohl er auf dem eigenen Grundstück mit Holzwaaffe trainiert hat, wurde er professionell vom SEK überwältigt. Rechtliche Konsequenzen gab es natürlich nicht, aber der Schock daheim und in der Nachbarschaft war natürlich groß!



Zusatz zu Terrorzeiten

Da die Polizei seit einigen Jahren in Europa sehr nervös ist, empfehle ich eine zusätzliche wichtige Regel und ein Paar Regeln, die jeder Schüler verinnerlichen sollte:

Wenn die Polizei das anordnet, liegt die Waffe sofort auf dem Boden! Ihr zückt keinen Ausweis, keine Papiere, sondern wartet damit auf weitere klare Anweisungen!

Die Polizisten werden im Zweifelsfall sehr nervös zu heutigen Zeiten. Erwartet nicht, dass sie so geduldig sind wie euer Trainer.

Habt ihr das erste Treffen überlebt, müsst ihr nicht alles hinnehmen, was der Polizist sagt. Einige Beamte könnten abweichende Informationen haben und z.B. denken, dass Schwerter eine schlechte Sache sind und niemand eins haben sollte. Bittet dann den Beamten, das klären zu lassen, notfalls auf dem Revier oder per Anwalt. Den Personalausweis solltet ihr auch auf dem Weg zum Training dabei haben.

Auch wichtig ist, dass ihr die volle Trainingsausrüstung und am Besten den Trainingsausweis dabei habt, dann sollte jedem klar werden, dass ihr wirklich zum Training wollt.

Sicherheitsrichtlinien im Training

Im Kapitel vorher haben wir über die “Gefahren” außerhalb des Trainings geschrieben. Für unsere Gesundheit müssen wir im Training selbst aber noch wachsamer und disziplinierter sein, da hier mehr passieren kann. Sicherheitsthemen werden in anderen Sportarten manchmal etwas belächelt, aber mir liegt es persönlich am Herzen, dass jeder sicher trainiert. Wenn jeder Schüler 40 Jahre oder mehr dabei bleibt, und 52 Wochen im Jahr trainiert, dann ist die Gefahr statistisch gesehen hoch, dass irgendwann etwas passieren kann.

Das nächste Kapitel umfasst auch die Dojoregeln Battojutsu, die separat noch einmal aufgeschrieben sind. Hier sind noch weitere Erläuterungen zu den Regeln enthalten.

Ausrüstungsprüfung

Bevor wir unser Training beginnen (also noch vor dem Angrüßen) prüft jeder seine Ausrüstung auf eventuelle Schäden. Hier eine kurze Checkliste:

- Katana in Ordnung? (Aufhängung sicher, Teile fest montiert)
- Bokken / Tanto in Ordnung? (Keine Splitter im Holz)
- Helm in Ordnung? (keine herausstehenden Teile, Schutz i.O.)
- Panzerung in Ordnung? (gibt sie denn Schutz?)
- Ausrüstung sicher am Rand verstaut?

Was nicht in Ordnung ist, sollte auch nicht benutzt werden. Notfalls entscheidet der Trainer über den Zustand der Ausrüstung. Wichtig ist auch, dass alle Gegenstände weit weg von der Trainingsfläche verstaut sind, damit niemand versehentlich darüber stolpert.

Bei Training außerhalb der Halle sollte das Schuhwerk in Ordnung sein und alle Teilnehmer die Ausrüstung auf einem Haufen im Blickfeld stapeln - so wird nichts gestohlen und notfalls kann man schnell zum Erste-Hilfe-Kasten oder Handy.

Essen und Trinken im Training

Alles zum Kauen oder Trinken darf direkt in den Taschen bleiben! Der Grund dafür liegt nicht an sportmedizinischen Erkenntnissen, sondern ist denkbar einfach: Je weniger sich Schüler während des Trainings zu den Taschen schleichen, desto geringer ist das Risiko, dass jemand unabsichtlich getroffen wird. Außerdem hat der Trainer einen besseren Überblick über alle Teilnehmer - er trägt immerhin schon genug Verantwortung.

Bei härteren Trainingseinheiten und vor allem im Kinder-/Jugendbereich wird der Trainer aber eventuell Trinkpausen einbauen, damit jeder kurz Kraft tanken kann.

Trainingstauglichkeit

In den Dojoregeln wird auf die Tauglichkeit der Teilnehmer hingewiesen. Aus der Trainingserfahrung heraus folgt eine kleine Liste an Punkten, die unbedingt vorher mit dem Trainer abgesprochen werden müssen und eventuell die Tauglichkeit beeinträchtigen:

- Alkohol / Drogeneinfluss
- Medikamente (vor allem Schmerzmittel)
- Schlafentzug / Nahrungsentzug
- Körperliche Beeinträchtigung / Verletzung
- Mentale Beeinträchtigung

Alle genannten Punkten können und werden Einfluss auf das Training haben. Oft denkt man als Schüler nicht unbedingt daran, dass z.B. einige Schmerzmittel die Blutgerinnung und Konzentration beeinträchtigen - keine gute Idee bei einem Training mit scharfen Klingen. Auch wenn jemand einen wirklich wirklich schlechten Tag hat, kann das Auswirkungen auf das Partnertraining haben.

Letztendlich hat der Trainer aber die Entscheidung - es gibt kaum einen Grund, jemanden auf Schmerzmitteln bei einem rein auf Kraftsteigerung ausgelegten Training auszuschließen.

Disziplin und Respekt im Training

Wieso steht die Überschrift unter dem Kapitel "Sicherheitsrichtlinien"? Für Disziplin gilt - der Trainer und die älteren Schüler sind erfahrener im Training und bei Sicherheitsaspekten. Wenn alle diszipliniert den Anweisungen folgen, läuft das Training geordneter und dadurch auch sicherer ab. Hier einige Beispiele, die beliebig erweitert werden könnten.

Halt heißt halt! (Yame!)

Sobald jemand "Halt!" oder "Yame!" ruft, gibt es nur eine richtige Reaktion: Die Bewegung stoppen...einige Sekunden die Aufmerksamkeit aufrecht erhalten (ob der Übungspartner auch stoppt)... dann zuhören! Das Kommando zum Anhalten kann kommen, weil die Übung zu langweilig ist, oder aber, weil jemand wirr durch die Halle läuft (alles schon vorgekommen).

Zanshin!

Zanshin bedeutet Kampfgeist - und dazu gehört auch Aufmerksamkeit. Vor einer Technik schauen wir in die Richtung, egal ob Kata oder Jigeiko. Nur so wissen wir, dass niemand hinter uns steht.

Rei!

Hier ein Originalkommentar zu unserem Training: "Etikette wirken aufgesetzt und fast schon religiös" Ehrlich gesagt gehört das auch zum Training dazu: Wir haben viele komische Rituale, so wie das Angrüßen vor dem Partner und vor dem Trainer.

Respekt ist in unserem Training wichtig - wir trainieren nicht gegeneinander sondern miteinander. Und durch die Verbeugung, egal wie aufgesetzt, zeigen wir das und bekennen uns dazu, dass alle "feindlichen Handlungen" im Training bleiben. Je mehr das Gemüt hoch kocht, desto wichtiger wird eine Verbeugung.

Sportpsychologie und Rituale

Allgemein haben unsere eintrainierten Rituale auch einen sportpsychologischen Aspekt. Nach jahrelangem Training lernt der Körper, nach dem Angrüßen hochzufahren und nach dem Abgrüßen zu entspannen. Die geistige Vorbereitung schärft die Aufmerksamkeit, beugt Sportverletzungen vor und sorgt für Ausgeglichenheit.

Trainingsorganisation

Die Trainingsorganisation schützt uns alle rechtlich und auch körperlich vor Schaden. Der Trainer hat daher mehrere zentrale Rollen:

- Er gibt Start und Ende des Trainings an
- Er prüft die Sicherheit von Halle / Dojo
- Er plant den Ablauf des Trainings und eventuelle Pausen
- Er leistet Unterstützung bei allen Angelegenheiten vor, während und nach dem Training

Als Schüler in einem Verein seid ihr bei offiziellen Trainingseinheiten nicht nur im Training, sondern auch auf der direkten Fahrt zu und von der Trainingseinheit versichert. Allerdings muss dazu eine Trainingseinheit geregelt und bekannt sein.

Erste-Hilfe-Kasten und ein Telefon/Handy sind unabdingbar für eine ordentliche Trainingseinheit, und vor allem der Trainer wird dafür sorgen, dass beides da ist. Nur so kann man reagieren, wenn wirklich etwas passieren sollte.

Wer kann eigentlich Trainer sein?

Für Sportvereine ist die Frage sehr leicht zu beantworten: Ein Übungsleiter / Trainer benötigt entweder einen Übungsleiterschein des Deutschen Sportbundes oder die Genehmigung des Vereinsvorstandes. Zusätzlich sollte das ganze mit einem Dan-Träger von Shobukan-Inyo Ryu abgestimmt sein, sonst ist man natürlich kein Shobukan-Inyo Ryu Battojutsu Trainer.

Bei privaten Dojos gilt auch, dass man die Abstimmung mit einem Shobukan-Inyo Ryu Dan-Träger benötigt. Zusätzlich empfiehlt sich natürlich auch eine Ausbildung als Übungsleiter oder eine vergleichbare Qualifikation.

Leider ist das in Kampfkunst- und Kampfsportschulen deutschlandweit nicht selbstverständlich, auch ein qualifizierter Übungsleiter zu sein. Zusätzlich zur Trainingserfahrung, die meistens an der Gürtelfarbe abzulesen ist, muss man für gutes Training auch ein guter Trainer sein! Hintergrundwissen über ordentliches Aufwärmtraining, rechtliche Rahmenbedingungen (Hallensicherheit etc.) und Motivation der Schüler sind Fähigkeiten, die man nicht unbedingt nur im normalen Training bekommt.

Trainingsausrüstung

Für das Training wird anfangs nicht viel Ausrüstung benötigt. Je mehr man aber später in die fortgeschrittenen Techniken abtauchen möchte, desto eher lohnen sich Investitionen in gute Schutzkleidung.

Trainingskleidung

Zur normalen Dojo- Trainingskleidung gehören:

- T-Shirt (unter dem Gi)
- schwarzer Gi (Trainingsanzug)
 - schwarze Hose dazu
- Obi (Gürtel) passend zum Rang oder weiß
- schwarze Hakama (Hosenrock)
- Bei Bedarf Tabi / leichte Trainingsschuhe

Beim Training draußen (je nach Wetter):

- Gi
- Obi
- festes Schuhwerk
- eventuell Regenschutz oder ähnliches

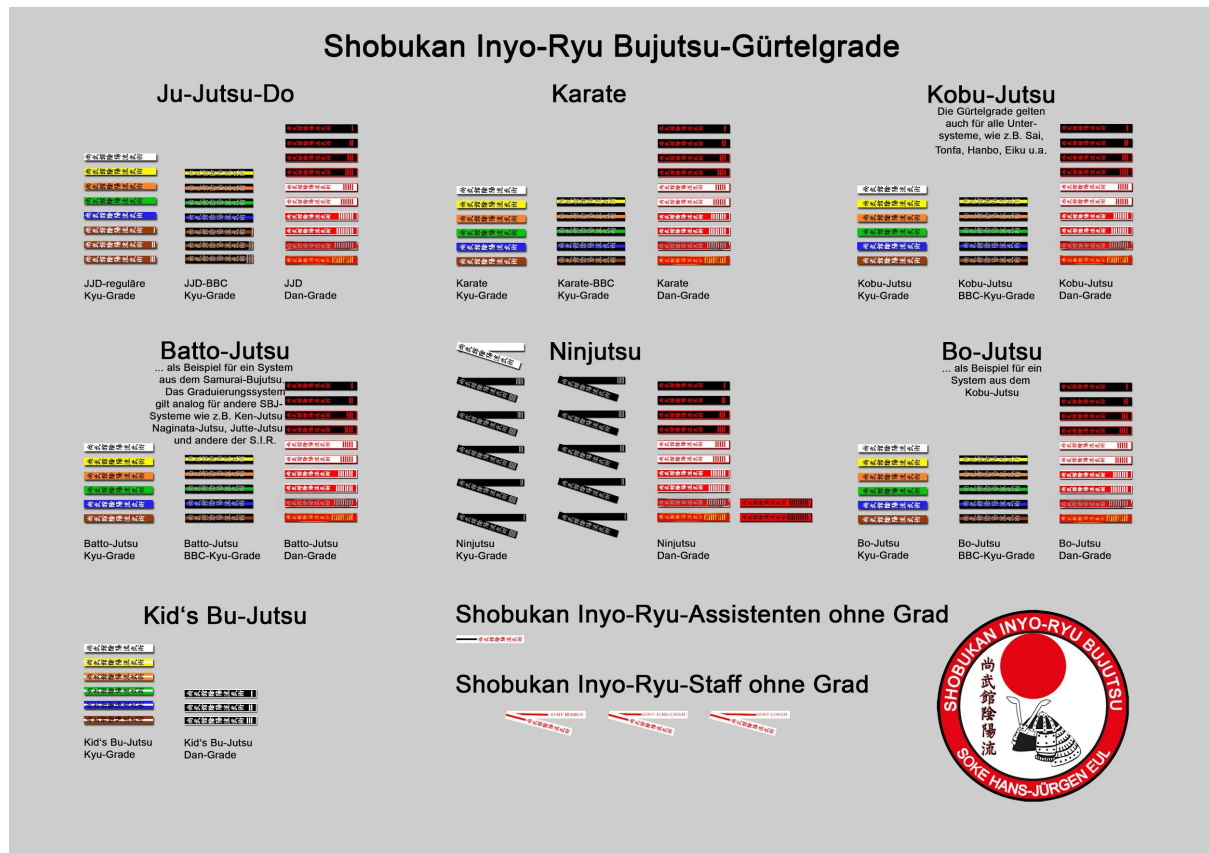
Nach Möglichkeit trainieren wir in der Halle barfuß. Sollte das aber z.B. aufgrund von Krankheit oder ähnlichem nicht möglich sein, sind leichte Trainingsschuhe oder Tabi gut.



Die Farben sind für unsere Schule vorgegeben, um einheitlich aufzutreten. Ab dem 1. Dan können die Farben allerdings frei gewählt werden. Wenn es das Training erfordert, darf auch ein weißer Gi mit schwarzer Hakama getragen werden.

Nach dem Training sollte man Gi und Hakama ordentlich zusammenfalten und weglegen, bei Bedarf vorher auch einige Zeit auslüften. Der Vorteil gegenüber den üblichen blauen Kendo-Gi ist der, dass diese meistens mit Indigo gefärbt sind und daher nur per Handwäsche gewaschen werden können - einen normalen Trainings-Gi kann und sollte man aber regelmäßig in der Waschmaschine waschen.

Der passende Obi zum Rang



Für Shobukan Inyo-Ryu gelten die oben gezeigten Gürtelfarben und - Ausführungen.

Bewaffnung

Zusätzlich zur Kleidung nutzen wir eine ganze Palette an Trainingswaffen im Training. Einige davon sind wichtig, andere können optional für einige Trainingseinheiten dazu kommen.

Wichtige Ausrüstung:

- Bokken (Trainings-Katana aus Holz oder vergleichbarem Material)
- Iaito (stumpfe Übungsklinge) für alle Schüler/innen bis 18 Jahre
- Shinken (scharfes Katana) für alle ab 18 Jahren mit mindestens 5. Kyu

Optionale Bewaffnung:

- Trainings Wakizashi (japanisches Zweitschwert)
- Trainings Tanto (japanisches Messer/Dolch)
- Choken (Schaumstoffwaffen aus dem Chanbara)

Weiterhin kann natürlich alles andere in Absprache mit dem Trainer genutzt werden. Allerdings sind Waffen wie z.B. der Bo oder Sai-Gabeln eher Teil des Kobudo-Trainings oder anderer Kampfkünste.

Schutzausrüstung

Bei Partnerübungen und Jigeiko (Freikampf) ist Schutzausrüstung wirklich wichtig! Als Trainer kann man zwar die Übungen so wählen, dass das Risiko minimiert wird (z.B. eng stehen), aber Unfälle können immer passieren. Da Rüstungsteile das Training natürlich immer einschränken, sollte man die richtige Ausrüstung passend zu den möglichen Gefahren wählen.

Schutzstufe Locker



Lockerste Schutzausrüstung wird bei normalem abgesprochenen Partnertraining empfohlen, d.h. Übungen, wo Angriff und Verteidigung fest abgesprochen sind:

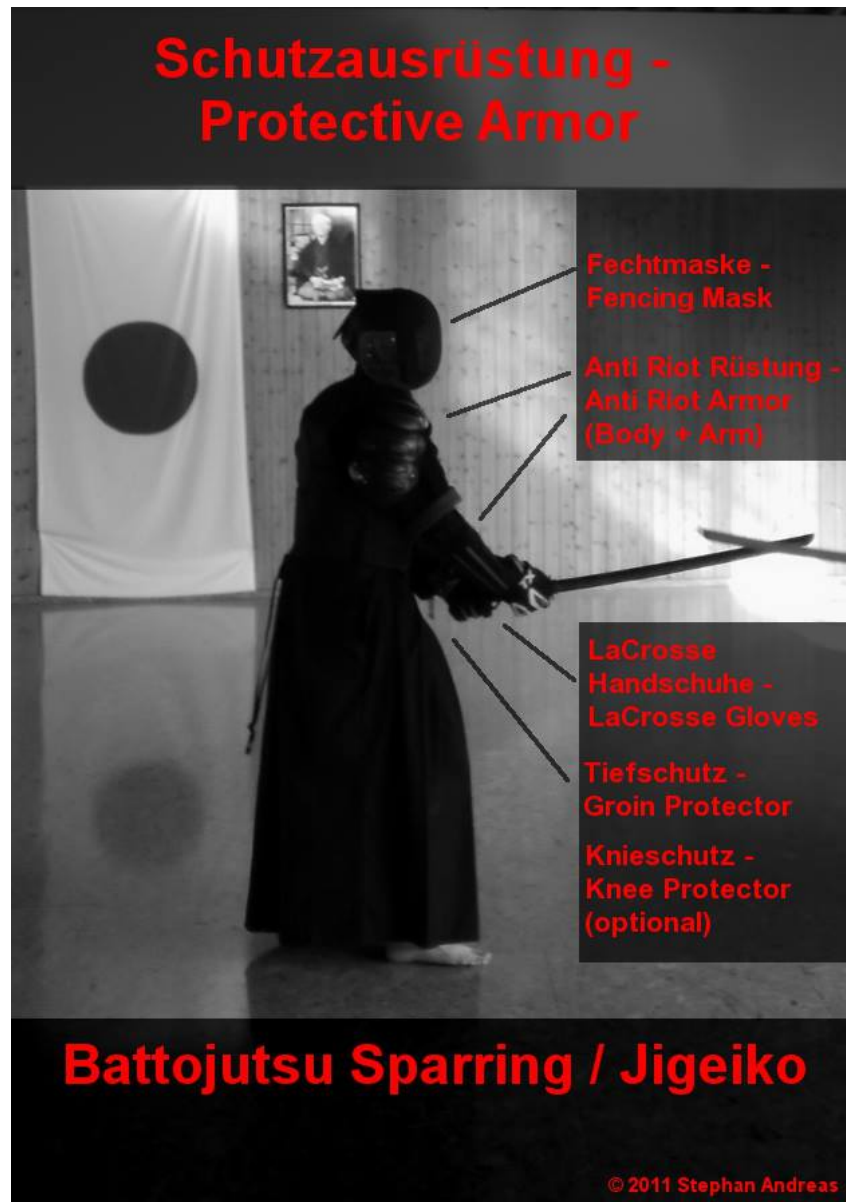
- Schutzhelm
- Schutzhandschuhe

Als Schutzhelm eignet sich ein Fechthelm, der bis zu 1600N zugelassen ist. Zusätzlich dazu empfiehlt sich am Helm ein Hinterkopfschutz (vgl. historisches Fechten). Der Helm ist wichtig, da er auch die Augen und den Kehlkopf schützt.

Schutzhandschuhe können entweder vom historischen Fechten oder LaCrosse genommen werden. Alle anderen Handschuhe haben meist andere Anforderungen und schützen nicht alles, was bei uns geschützt sein muss: Motorradhandschuhe sind gut gegen Schürfwunden auf dem Asphalt, Kendo-Kote schützt vor Bambus und Winterhandschuhe gegen Kälte.

Bei unserem Kindertraining mit Choken (Schaumstoffwaffen) empfiehlt sich auch ein Schutzhelm und Handschuhe. Hier könnten Schläge in die Augen oder auf die Ohren gehen oder kleinere Schrammen an den Händen auftauchen. Vor allem im Kindertraining sollte das Training Spaß machen! Es gibt keine Bonuspunkte für Blessuren.

Schutzstufe Hart



Sobald es um Freikampf oder etwas freie Übungen geht - oder aber wenn Trainingspartner zu hart zuschlagen - wird eine härtere Rüstung benötigt. Schwachpunkte sind Gelenke und innere Organe, beides darf auf keinen Fall verletzt werden und hat langwierige ernsthafte Probleme zur Folge! Daher brauchen wir:

- Helm (wie oben)
- Handschuhe (wie oben)

- Kehlkopfschutz (historisches Fechten)
- Tiefschutz / Brustschutz
- Schutzweste / Gambeson
- Gelenkschutz: Ellenbogen und Knie

Mit der hier genannten Ausrüstung wird es noch blaue Flecken geben, aber hoffentlich keine bleibenden Verletzungen. Wichtig ist, dass kein Hieb und vor allem kein Stich bleibenden Schaden anrichtet.