

## Karateclub Goshin-Ryu Spreitenbach

### Trainingscamp Alt St. Johann im Toggenburg

Während den Auffahrtstagen vom 13. bis 16. Mai, trainierten die meisten unserer Karate-Kas, verstärkt mit den Dietiker Goshin-Ryu Karate-Kas in unserem traditionellen Karatecamp Alt Sankt Johann im Toggenburg. Leider wurden wir aber nicht vom gleich schönen Wetter wie in den letzten Karatecamps verwöhnt.

Deshalb konnten wir auch keine Wanderung durchführen. Alle Camp Teilnehmer durften ein T-Shirt entgegennehmen, welches speziell für das Goshin-Ryu Karatecamp gedruckt wurde. Wir danken für die grosszügige Offerierung der T-Shirts von Hr. Dr. Bütler, Berikon, Notariat des Kt. Aargaus. Unter der Leitung von Shihan Robert Bättig und Sensei Rolf Fischer trainierten alle Camp-Mitgliedern während den vier Auffahrtstagen die Kampfkunst Karate-Do. Während Shihan Robert Bättig das Training für die fortgeschrittenen Karate-Kas leitete, unterrichtete Sensei Rolf Fischer mit den Unterstufen- Karatekas an ihren Techniken. (Freikampf) eine neue Disziplin. Sie übten sich eif-

Am Samstag Nachmittag fand ein Camp Kata-Karateturnier statt.

Die Resultate:

**Unterstufe:**

1. Dennis Uchenna-Di Giorgio, 2. Bedran Yilmaz, 3. Catherine Gfeller, 4. Edon Shabani

**Mittelstufe:**

1. Kahrizan Kunasingam, 2. Lucas Luqueros, 3. Robin Trajanov, 4. Arabella Hebeisen

**Oberstufe:**

1. Kata Ratkic, 2. Edona Abduramani, 3. Samanta Lamesic 4. Vitto-re Osele-Bütler

Nach dem Turnier fanden die Farbgurt prüfungen statt.

Alle Prüflinge haben den Test bestanden, die zahlreichen Trainings des Camps haben viel dazu beigetragen. Bei zwei unserer Nachtesen wurden wir im heimeligen Restaurant Schäfli bestens verköstigt. Alle Mittagessen, sowie das Abend Essen wurden bei uns im Camphaus zubereitet.

Für Essen und Unterhalt der Küche waren Marco Civelli sowie Charlotte Fischer zuständig. Sie haben uns bestens mit feinem Es-

sen verwöhnt. Samstag zum Mittagessen durften wir ein Butterzartes Rinds-Ragout a la Marco geniessen. Am Freitagsmittag fand traditionellerweise das Spaghettessen statt. Die Sauce dazu wurde von mir, mit der Zusammenarbeit des Küchenteams gekocht. Samstagabend nach dem Nachtesen, fanden die Siegerehrungen des Kataturniers, sowie die Uebergabe der Gürtel sowie der Prüfungsdiplo-me statt. Einen grossen Applaus ertmeten danach Charlotte Fischer und Marco Civelli für Ihre gute Mitarbeit in unserem Camp. Sie haben uns damit sehr entlastet. Am Sonntagmorgen fand noch ein Karatetraining statt, danach wurde das Camphaus auf geräumt und gereinigt. Um ca. 13.30 konnten wir die Heimreise antreten. Wie in den anderen Jahren, wurden auch diesmal alle unserer Mitglieder direkt vor ihr Haustür gefahren. Alle Campteilnehmer sind glücklich zuhause eingetroffen, ohne Verletzungen zu verklagen, mit der Ausnahme von Muskelkater. Die meisten der Karate-Kas trainierten hart, intensiv und inte-

ressiert, am Schluss des Camps konnte man bei allen eine Leistungssteigerung feststellen. Die Klubgemeinschaft wuchs von Tag zu Tag, und man konnte mit frischer Bergluft in den Lungen nach Hause reisen. Die schönen Erinnerungen an die Camp Zeit werden bleiben. So durften wir auch in diesem Jahr durften ein sehr erfolgreiches, schönes und interessantes Karatecamp miteinander verbringen.

Ich bedanke mich bei allen Mitgliedern für die zahlreiche Teilnahme. Ganz herzlichen Dank an Charlotte und Marco für Ihre gute Mitarbeit. Bei Rolf Fischer für seine gute Unterstützung, mithilfe bei den Trainings sowie der Organisation. Roen Civelli, Tuy Bättig, Silvia Fausch und Catherine Gfeller für ihre Mithilfe in der Küche. Simon Fischer für die Beschriftungen.

Shihan Robert Bättig

Homepage: [www.grk.ch](http://www.grk.ch)

Wir freuen uns immer auf Neumitglieder, von 7 bis ca. 60 Jahren. Tel. 056 402 08 86 / Mobile 079 351 82 20 Email: [info@grk.ch](mailto:info@grk.ch)

