

# KARATE NEWS

DER OFFIZIELLE NEWSLETTER DER



OKTOBER 2021 - AUSGABE 7

*Anne Steinmetz und Mia Reding - Kata Nationalkader*

# VORWORT

Liebe Sportler, Eltern, Club-Verantwortliche und Karateinteressierte,

mit großer Freude präsentieren wir Euch hiermit die bereits siebte Ausgabe unseres Newsletters - ein Projekt, was mir persönlich viel Freude bereitet. Es zeigt auch, dass im Karate (wieder) einiges los ist und unser Nationalteam viel erlebt und sich beständig weiterentwickelt.

Als ich Anfang März meinen Posten als Sekretärin der Sektion Karate begonnen hatte, war es in der Karatewelt coronabedingt noch relativ ruhig. Ich bin froh, dass die Dynamik wieder an Fahrt aufgenommen hat und unsere Athleten wieder an mehr und mehr Turnieren teilnehmen können.

In den kommenden Monaten dürfen wir uns somit zum einen auf das Championnat National freuen, das am 27. und 28. November in der Nationalhalle stattfinden wird. Zum anderen blicken wir auch schon voller Vorfreude auf die WM in Dubai (16. - 21.11.2021) für die fünf Athleten aus dem Nationalkader selektioniert wurden. Die organisatorischen Vorbereitungen sind bereits abgeschlossen und unsere Athleten stehen in den Startlöchern. Wir wünschen ihnen dabei eine gute Vorbereitung und viel Erfolg.

Viel Spaß beim Lesen und bis ganz bald.

Herzliche Grüße,

*Madlena Midunsky*



# EVENTS

## 2021 SMALL STATES OF EUROPE KARATE CHAMPIONSHIPS

**24. - 26.09.2021, MONTENEGRO**

In Montenegro fand die Karate-Meisterschaft der kleinen Staaten von Europa statt. Der Nationalkader war hier mit einer größeren Mannschaft an den Start gegangen. Insgesamt starteten für den Nationalkader 26 Athleten, wobei viele Athleten doppelt gestartet waren. Insgesamt gab es 510 Nennungen.

Das Luxemburger Nationalteam nahm insgesamt 19 Medaillen aus Montenegro mit nach Hause. Bei 26 angetretenen Athleten eine insgesamt gute Bilanz.

*Congratulations!*



# ERGEBNISSE:

KATEGORIE	PLATZIERUNG	NAME
<b>CADET KATA FEMALE</b>	1 	REDING MIA 
CADET KATA FEMALE	2 	RODRIGO SARAH 
CADET KUMITE MALE -52 KG	2 	BELEBASS YOUNESS 
CADET KUMITE MALE -52 KG	3 	TEIXEIRA TOMAS 
CADET KUMITE MALE -52 KG	5	LAMBOT GASPARD 
<b>CADET KUMITE MALE 70+ KG</b>	1 	DAVIES ALEXANDER 
FEMALE KATA	3 	STEINMETZ ANNE 
FEMALE KATA	11	BORCH LOUISA 
FEMALE KUMITE -55 KG	2 	HOFFMANN LAURA 
FEMALE KUMITE 68+ KG	2 	GIORGETTI POLA 
FEMALE TEAM KUMITE SENIORS	3 	LUXEMBOURG 
FEMALE TEAM KUMITE U14	5	LUXEMBOURG 
<b>JUNIOR KATA FEMALE</b>	1 	STEINMETZ ANNE 
JUNIOR KUMITE FEMALE 59+ KG	3 	SCHUMANN CHIARA 
MALE KATA	5	MARQUES PATRICK 
MALE KATA	9	DOS SANTOS DIOGO 
MALE KUMITE -67 KG	3 	RADOVIC STEFAN 
MALE KUMITE -67 KG	3 	ZEIN ALABEDIN HASSAN 
MALE KUMITE -75 KG	3 	NEVES JORDAN 
MALE KUMITE OPEN	2 	KHAIDAR ADIL 
MALE KUMITE OPEN	3 	NEVES JORDAN 
MALE TEAM KUMITE CADETS	5	LUXEMBOURG 
MALE TEAM KUMITE SENIORS	5	LUXEMBOURG 
MALE TEAM KUMITE U14	3 	LUXEMBOURG 
U14 KATA FEMALE	9	BREISCH ANNA 
U14 KUMITE FEMALE 47+ KG	5	OLAFSSON ELENA 
<b>U14 KUMITE MALE -50 KG</b>	1 	PIERANTONI MATTEO 
U21 KATA FEMALE	5	BORCH LOUISA 
U21 KATA MALE	5	DOS SANTOS DIOGO 
U21 KUMITE MALE -67 KG	3 	ZEIN ALABEDIN HASSAN 





Unser Präsident Ulrich Nelting wurde in Montenegro ins "Executive Committee" der SSEKF (Small States European Karate Federation) gewählt (hier v.l.n.r.):

- Ulrich Nelting (Luxembourg)
- Katherine Broder (Liechtenstein)
- Andreas Vasileiou (Cyprus/President)
- Maurizio Mazza (San Marino)



Mit Samuel FREUND, Foued JERBIA & Ezio DE RUBEIS haben gleich drei weitere Luxemburger „Referees“ ihr nächstes Level erreicht: „SSEKF-Referee“ sowohl für „Kata“, als auch „Kumite“.

Herzlichen Glückwunsch an alle Drei.

# LION CUP

**25.9.2021, LUXEMBURG**

Parallel zu der Karate-Meisterschaft der kleinen Staaten fand in Strassen der Lion Cup statt.

Dort gewann Jenny Warling in ihrer Kategorie (Kumite -55Kg Senior) den ersten Platz. Herzlichen Glückwunsch!



# K1 PREMIER LEAGUE MOSCOW

01.10. -03.10.2021, RUSSLAND

Jenny Warling, Pola Giorgetti und Jordan Neves machten sich gemeinsam mit Nationaltrainer Raphael Veras da Silva auf den Weg nach Moskau.

**Jenny Warling** konnte sich nach einem Freilos bis ins Semifinale kämpfen, unterlag dann aber ihrer russischen Gegnerin:

Freilos

2-0 Hanna Kuklova (SVK)

3-0 Veroica Brunori (ITA)

1-5 Anna Chernysheva (RUS)

In der Repechage gewann Jenny schließlich den Kampf um Bronze gegen Valeria Kumizaki (BRA) deutlich mit 7:2. Jenny ging schon nach kurzer Zeit deutlich in Führung und ließ sich den Sieg nicht mehr aus der Hand nehmen. Herzlichen Glückwunsch an Jenny und Raphael zum 3. Platz!

**Jordan Neves** unterlag leider gleich in der ersten Runde seinem belgischen Gegner. Obwohl dieser das Poolfinale gewann, schied der Belgier dann leider doch kurz vorm Ziel aus, sodass es keine Repechage mehr für Jordan gab.

Jordan Neves:

0:3 Quentin Mahauden (BEL)

**Pola Giorgetti** musste in der ersten Runde gegen Vera Kovaleva (#32) aus Russland antreten. Leider verlor Pola gegen die Russin mit 1:3. Da die Russin aber ins Finale kam, bekam Pola die Chance auf Repechage. Dort verlor sie dann ganz knapp mit 1:1 gegen Charlotte Grimm (#27) aus Deutschland.

Alles in allem war es wieder eine gute Erfahrung für unsere Athleten.



# POLISH OPEN

15 - 17.10.2021, POLEN

Nationalcoach Raphael Veras ist mit Jenny Warling, Jordan Neves, Pola Giorgetti und Adil Khaidar (v.l.n.r.) auf den Polish Open gewesen, um weiter ihre Form zu optimieren. Das Turnier war mit insgesamt 31 Ländern gut vertreten.

Mit einer Bronzemedaille für **Pola Giorgetti** fliegt das Team zurück nach Luxembourg. **Jenny Warling** dagegen war gut ins Turnier gekommen, unterlag dann aber der späteren Siegerin Diana Shostak. Obwohl sie in die Repechage kam, entschied sie sich dazu nicht weiterzukämpfen, um sich zu schonen. **Jordan Neves** gewann die erste Runde überlegen, unterlag dann aber knapp in der zweiten Runde dem späteren Sieger, sodass Jordan ebenfalls in die Repechage kam. Dort führte er, musste aber leider 3 Sekunden vor Schluß einen Treffer hinnehmen, sodass er auch dort ausschied. **Adil Khaidar** verlor leider seine erste Runde und bekam keine Chance mehr auf Repechage.

3. Platz für Pola Giorgetti (Kumite +68kg)

1:0 Kinga Harast (POL)

1:0 Amelie Lücke (GER)

0:2 Niamh Junner (SCO)

2:1 Patrycja Szelagiewicz (POL)

7. Platz für Jenny Warling (Kumite -55kg)

1:3 Diana Shostak (UKR)

gegen Ami Connell (SCO) (nicht angetreten)

9. Platz für Jordan Neves (Kumite -75kg)

7:0 Patryk Kobus (POL)

0:1 Mads Viberg Larsen (DEN)

3:3 Marek Simun (SVK)

Adil Khaidar (Kumite -84kg)

0:2 Michel Corbalan (DEN)





# COUPE INTERNATIONALE DE KAYL

16.10. -17.10.2021, LUXEMBURG

Insgesamt 17 Athleten des Nationalkaders hatten am Coupe de Kayl teilgenommen. Auf diesem Turnier gab es insgesamt 504 Nennungen. Damit konnten viele Karatekas sich auf einem hohen Niveau vergleichen und schauen, wo sie zur Zeit stehen. Insgesamt zwölf Medaillen nahm der Nationalkader an diesem Wochenende aus Kayl mit nach Hause. Die Ergebnisse im Einzelnen:



David Marques (Kumite U21 Open)  
David Marques (Kumite Senior +75kg)



Anne Steinmetz (Kata U18)  
Patrick Marques (Kata Senior)  
Laura Hoffmann (Kumite Senior Open)  
Hasan Zein (U21 Open)  
Hasan Zein (Senior -75kg)



Anne Steinmetz (Kata Senior)  
Sarah Rodrigo (Kata U16)  
Mia Reding (Kata U16)  
Noa Wolter (Kumite U14 -45kg)  
Nick Bintz (Kumite U14 -45kg)

Glückwunsch an alle Medaillisten!



# KARATE

## 16+17 OCTOBRE 2021

Hall Sportif à KAYL (LUX)

9h: Début compétition Kata  
13h: Compétition Kumite

Samedi  
catégories  
KUMITE KATA  
U10 U9  
U12 U10  
U14 U11  
U12  
U13  
U14

# COUPE INTERNATIONALE DE KAYL

www.karatekayl.lu

Dimanche  
catégories  
KATA/KUMITE  
U16  
U18  
U21  
Seniors  
+35



# DUTCH OPEN

**23.10. -24.10.2021, HOLLAND**

In starker Besetzung war das Luxembourg National Team in Almere vertreten.

Und wieder gab es Medaillen für das Luxembourg National Team, hier die Ergebnisse:



Hasan Zein (Kumite U21 -67kg)  
David Marques (Kumite U21 -84kg)



Louisa Borch (Kata U21)  
Anne Steinmetz (Kata Junior)  
Mia Reding (Kata Cadet)  
Noa Wolter (Kumite U14 -45kg)

Darüberhinaus gab es noch 5. Plätze für:

- Diogo dos Santos (Kata U21)
- Chiara Schumann (Kumite Junior +59kg)
- Sarah Rodrigo (Kata Cadets)
- Anna Breisch (Kata U14)

Herzlichen Glückwunsch an alle!



# PRESSE

**KARATE - Lion-Cup in Strassen**

## Warling sorgt für Luxemburger Erfolg

Zwei Wochen nach ihrem zweiten Platz bei den Budapest Open hat Jenny Warling ihre Klasse beim Lion-Cup in Strassen erneut eindrucksvoll unter Beweis gestellt. Die 27-jährige Karateka sorgte bei dem international renommierten Turnier, bei dem 766 Sportler aus 21 Nationen am Start waren, für den einzigen Luxemburger Sieg. In der Klasse -55 kg waren 21 Sportlerinnen im Einsatz. Warling gewann ihre fünf Kämpfe allesamt. Im Finale behauptete sie sich mit 5:1 gegen Amélie Voegelin aus der Schweiz. jg

Luxemburger Wort 28.09.21

## 19 Medaillen

### KARATE

Mit 19 Medaillen – viermal Gold, fünfmal Silber und zehnmal Bronze – kehren die Luxemburger Karatekas von den Meisterschaften der kleinen Länder aus Montenegro zurück. Ganz oben auf dem Treppchen standen Mia Reding, Alexander Davies, Anne Steinmetz und Matteo Pierantoni. Jenny Warling durfte sich nach fünf gekämpften Runden unterdessen über den Sieg beim internationalen Lion-Cup des KC Strassen freuen. (J.Z.)

**KARATE - In Moskau**

# Warling holt Bronze

Jenny Warling hat sich beim Premier-League-Turnier in Moskau (RUS) in der Gewichtsklasse -55 kg auf den dritten Platz gekämpft. Die 27-Jährige gewann gestern im Duell um Bronze mit 7:2 gegen die Weltranglistensechste Valeria Kumizaki (BRA). Zuvor hatte Warling mit 1:5 gegen die spätere Siegerin Anna Chernysheva (RUS) verloren. *jan*

Luxemburger Wort 04.10.2021

RTL.LU 03.10.2021:



## KARATÉ

# Du bronze pour Giorgetti

Je suis venu pour que mes athlètes reviennent avec des médailles.» Avant l'Open de Pologne de Bielsko-Biala, l'entraîneur national Raphaël Veras annonçait la couleur. Eh bien, le technicien britannique-brésilien doit être satisfait. En effet, une de ses combattants repart de Pologne avec une médaille. Et pour une fois, ce n'est pas Jenny Warling (-55 kg) qui s'est mise en évidence. La chef de file de l'art de la main vide au Grand-Duché, qui restait sur plusieurs très bonnes prestations, n'a, cette fois, pas connu la

même réussite. Battue d'entrée par l'Ukrainienne Diana Shostak (1-3), qui la frappe à son genou blessé, elle préfère ne pas participer aux repêchages, face à l'Écossaise Amy Connell: «Dans les trente premières secondes, l'Ukrainienne m'a frappée dans le genou. Après, je n'osais plus m'approcher. J'ai attaqué de trop loin et elle m'a contré. Heureusement, j'avais le genou "tapé"», confie l'ancienne championne d'Europe, qui se classe finalement 7<sup>e</sup>.

C'est sa copine Pola Giorgetti (+68 kg) qui s'est cette fois mon-

trée à son avantage. En forme, après avoir remporté deux médailles aux championnats d'Europe des petites nations il y a quelques semaines, elle a d'abord pris le dessus sur la n° 1 polonaise Kinga Harast (1-0) avant de dominer sur le même score l'Allemande Amelie Lücke. Au troisième tour, elle cède (0-2) contre l'Écossaise, Niamh Junner. En repêchages, elle domine la Polonaise Patrycja Szelagiewicz (2-1) pour décrocher une magnifique médaille de bronze: «Je vois la progression de Pola. Faire des résultats demande du temps. Je suis content pour elle», se réjouit le technicien. «La médaille c'est toujours l'objectif, mais je ne me suis pas trop pris la tête. Je me suis simplement dit de bien combattre avec détermination. Je me sens plutôt bien en ce moment. Je profiterai des semaines à venir pour encore travailler sur quelques points», indique la combattante grand-ducale.

Deux autres Luxembourgeois étaient en Pologne. Chez les -75 kg, Jordan Neves se défend bien. Il remporte facilement son premier tour contre le régional de l'étape, Patryk Kobus (7-0), avant de plier face au Danois Mads Larsen Viberg (0-1). En repêchage, le combattant grand-ducal s'incline de justesse face au Slovaque Marek Simun (3-3) et prend la 9<sup>e</sup> place. Quant à Adil Khaidar (-84 kg), il perd au premier tour contre un autre Danois, Michel Corbalan (0-2). Pas de repêchages pour lui.



Belle médaille de bronze pour Pola Giorgetti, qui pose avec Raphaël Veras.

Le Quotidien 18.10.2021

## SPORTMELDUNGEN IM ÜBERBLICK

### Karate: Doppelgold für Marques, Bronze für Giorgetti

Mit 367 Athleten aus 62 Vereinen und 13 Ländern (504 Einschreibungen) war die „Coupe internationale de Kayl 2021“ am Wochenende top besetzt. Luxemburg wurde durch sieben Vereine und eine Nationalauswahl vertreten, die insgesamt 155 Einsätze bestritten. Trotz starker ausländischer Konkurrenz schlugen sich die FLAM-Kämpfer in allen Altersklassen hervorragend und errangen an den beiden Wettkampftagen im Kata und im Kumite 52 Medaillen: 10 Gold-, 17 Silber- und 25 Bronzeplätze. Herausragend verlief der Auftritt von David Marques (FLAM) im Kayler Sportzentrum, der sowohl bei der Elite (+75 kg), als auch bei den U21 (Open) auf dem obersten Treppchen stand. Yanis Tamim (-75 kg, Differdingen) holte ebenfalls Gold bei den

Senioren. U16-Gold gewannen Tomas Vicente (Strassen) und Jordan Sibille (Differdingen), bei den U12 siegte Zineb Belabass (Strassen), bei den U10 Lena El Meskiri (Niederanven) und Emil Mujanovic (Kayl), bei den U9 Jairo Mineiro (Walfer) und bei den U35 Tamara Schuh (Kayl, die beiden letzteren im Kata). Im Medaillenspiegel schloss Luxemburg hinter Belgien (28 Gold) auf Platz zwei ab. Beste Einzelplatzierungen gingen an die Nationalmannschaft (Platz 7), KC Differdingen (Platz 8), Chinto Kayl (Platz 10) und Strassen (Platz 13), mit je zweimal Gold. Alle Ergebnisse und Medaillen sind unter [www.sportdata.org](http://www.sportdata.org) nachzulesen. Bei den „Polish Open 2021“ lief es nicht ganz wunschgemäß. Pech hatte vor allem Jenny Warling (-55 kg, 21 Teil-

nehmerinnen), die nach Hammerlos mit Diana Shostak ein Hammerlos erwischte. Die Ukrainerin gewann den Kampf mit 3:1 und holte später Gold. In der Trostrunde kam Warling nicht über ein 0:0 gegen Ami Connell hinaus, die Referees sahen die Schottin im Vorteil, die anschließend Bronze gewann. Deutlich besser lief es für Pola Giorgetti (+68 kg, 13 Teilnehmerinnen). Die Niederanvennerin konnte ihre ersten beiden Kämpfe gegen Kinga Harast (POL) und Amelie Lücke (D) mit 1:0 gewinnen, scheiterte aber im entscheidenden Fight an Niamh Junner (SCO). Den Kampf um Bronze konnte Giorgetti letztes Endes gegen Patrycja Szelagiewicz für sich entscheiden und holte damit die Kastanien für Luxemburg aus dem Feuer. Die beiden männlichen Vertreter

schaften keine Überraschung. Adil Khaidar (-84 kg, 28 Teilnehmer) schied bei seiner Premiere auf diesem Niveau in der ersten Runde aus, Jordan Neves (-75 kg, 28 Teilnehmer) landete mit einem Auftaktsieg, einem klaren 7:0 gegen Patry Kobus (POL), einen Achtungserfolg, steckte aber in Runde zwei und in der Trostrunde eine knappe Niederlage ein. Last but not least gastierte der KC Strassen am Wochenende mit acht Kämpfern bei den „Open de France Noris Combat“ in Villebon-sur-Yvette. Mit vier Kumite-Medaillen zog sich das Team von Leticia Ferreira tapfer aus der schwierigen Aufgabe. KENZA Belabass (Sen.) und Clement Moens (U18) holten Silber, Anna Grinberga (U18) und Gaspard Lambot (U16) gewannen Bronze. (MB)

Tageblatt 19.10.2021

# TERMINE

*Save  
the  
date!*

## Sportpsychologisches Seminar für Kata und Kumite

- 09.11.2021  
18:00 - 20:00 Uhr, HNAM Strassen

## B-Trainerausbildung (EQF4 Karate )

- 4. + 5.12.2021
- 11.12.2021
- 22. + 23.1.2022
- 5. + 6.2.2022

## LTAD Symposium:

- 14.-16.01.2022



### ENTRAINEUR SPORTIF KARATE

LUXQF 4 - PARTIE SPÉCIALISÉE

DATES: 04/12/2021 - 06/02/2022 (8H - 17H)

LOCATION: INSTITUT NATIONAL DES SPORTS

LANGUAGE: LUX/FR/GER

REGISTRATION: OFFICE@KARATEFLAM.LU

REGISTRATION DEADLINE: 27/11/2021





Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux  
 Fédération Nationale agréée et reconnue  
 d'utilité publique  
 Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois  
 Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale  
 Le Prince Louis

# BULLETIN D'INFORMATION 08/2021

## FLAM ACCREDITED COACH CERTIFICATION

### 20 NOVEMBRE 2021

### Séminaire théorique et pratique pour les coaches

**Public cible** : coach désirant coacher le 27/28 novembre 2021 et n'ayant pas encore de certificat valable WKF / EKF

La partie **théorique** se déroulera de **8H30-12H30** à la **GRANDE SALLE DE CLASSE** au **SPORTLYCÉE**

La partie **pratique** se déroulera de **13H30 - 16H30** au **INS HALL 1**, Cents, Luxembourg

*Monsieur le Président, chers membres,*

Veillez prendre note par ce courrier que pour tous les intéressés voulant coacher au championnat national samedi le 27 et dimanche le 28 novembre 2021, seuls les coaches qui ont un certificat valide de la WKF/EKF jusqu'à ce jour pourront coacher.

Pour les coaches qui n'ont pas encore de certificat ou plus valide de la WKF/EKF, un stage sera organisé le 20 novembre informant sur le règlement actuel.

Un certificat sera remis à tous les intéressés participant après le stage.

Les inscriptions peuvent seulement se faire via sportdata. Veuillez donc s.v.pl. transmettre cette information à tous les intéressés afin qu'ils puissent s'inscrire.

[https://www.sportdata.org/karate/set-](https://www.sportdata.org/karate/set-online/veranstaltung_info_main.php?active_menu=calendar&vern=6112#a_eventhead)

[online/veranstaltung\\_info\\_main.php?active\\_menu=calendar&vern=6112#a\\_eventhead](https://www.sportdata.org/karate/set-online/veranstaltung_info_main.php?active_menu=calendar&vern=6112#a_eventhead)

Pour plus d'informations, prière de nous contacter à l'adresse e-mail suivante:

[secretaire@karateflam.lu](mailto:secretaire@karateflam.lu).

Salutations sportives  
 Commission technique et sportive



FLAM Karaté | Membre WKF | Membre EKF  
 Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux a.s.b.l.  
 3, route d'Arion | L-8009 Strassen | Grand Duché de Luxembourg  
 Site internet: [www.flam.lu](http://www.flam.lu) | e-mail: [secretaire@flam.lu](mailto:secretaire@flam.lu) | Tél: 00352 49 66 11 | Fax :00352 49 66 10





Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux  
 Fédération Nationale agréée et reconnue  
 d'utilité publique  
 Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois  
 Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale  
 Le Prince Louis

INVITATION 06/2021

Section Karaté: Commission des grades

SUJET: EXAMENS DES GRADES DANs

INVITATIONS DES JURYS

Date du passage des grades DAN: samedi, le 4 décembre 2021  
 et dimanche le 5 décembre 2021

Lieu : Coque, Centre National Sportif et Culturel Kirchberg  
 Adresse: 2 Rue Léon Hengen, 1745 Luxembourg  
 Salle au -1, salle des arts martiaux

- Date de l'examen : pour le 1 KYU (examen du 1<sup>er</sup> DAN)  
 Samedi, le 4 décembre 2021 à 14h00 (porte ouverte à partir de 13h00 et briefing avec tous les jurys, durée examen : +/- 3 h)
- Examen pour 2<sup>ème</sup> DAN et plus.  
 Dimanche, le 5 décembre 2021 à 10h00 (porte ouvert à 09h30)
- Cérémonie remises des diplômes : début vers 11h15 – fin 12h00  
 Après l'examen, une cérémonie de remise des diplômes des candidats ayant réussi le passage de rattrapage de grade 2021 est organiser.

Le concept de l'examen, impacté par la situation COVID-19, vous sera communiqué en temps utile sur base des informations que le gouvernement nous aura communiquées.

Bien sportivement  
 Bureau de la commission des grades





# GEWALT- PRÄVENTION

## **(Doch) kein Mangel an Zivilcourage**

*Von Jürgen Fritzsche & Rudi Heimann*

Im Training im Studio ist die Musik laut und feuert zu mehr Leistung an. Plötzlich knickt jemand um, schreit verletzt „Aua“. Warum geht keiner hin und hilft?

Es ist Pause in der Schule. 200 Kinder spielen und toben über den Schulhof. Ein kleines Mädchen steht auf einem Gehweg vor der Schule. Ihr gegenüber steht ein erwachsener Mann. Das Mädchen lacht den Mann an – wer ist der Mann? Wer geht hin und hilft?

Eine ältere Person wird offensichtlich von Jugendlichen am Eintreten in die Bahn gehindert und auf das Übelste angegangen. Warum geht keiner hin und hilft?

## **Fünf Stufen zur Hilfeleistung**

Forscher beschreiben einen fünfstufigen Prozess, der darüber entscheidet, ob ein Zuschauer in einer Situation, in der Hilfe objektiv angezeigt wäre, hilft oder nicht hilft. Zunächst sprechen die Forscher von der grundsätzlich latent vorhandenen Verantwortungsdiffusion – einem Phänomen, das stärker auftritt, je mehr Zuschauer vorhanden sind. Dahinter steht der subjektive Gedanke des Einzelnen, dass schon jemand anderes helfen wird, womit er selbst nicht mehr einschreiten muss. Dieses Phänomen wird zumindest verringert, wenn

- die Notlage eindeutig erkennbar ist,
- die Bitte um Hilfe ausgesprochen wird,
- die Kompetenz anderer Helfer als weitaus geringer eingeschätzt wird oder
- es sich bei dem Opfer um ein Kind unter neun Jahren handelt.

In Fällen, in denen massive Gewalttaten drohen, wurden auch gegenteilige Effekte beobachtet. Je mehr Leute anwesend waren, desto wahrscheinlicher wurde eine Intervention – dies wird als positiver Bystander-Effekt bezeichnet.

Die fünf Stufen bilden ein Modell (Abbildung 1), das am Ende darüber entscheidet, ob sich ein potentieller Helfer für das Opfer einsetzt oder nicht. Zudem gibt es in jeder Stufe Optionen den gedanklichen Prozess des Helfers zu beeinflussen – zugunsten oder gegen eine Hilfeleistung.

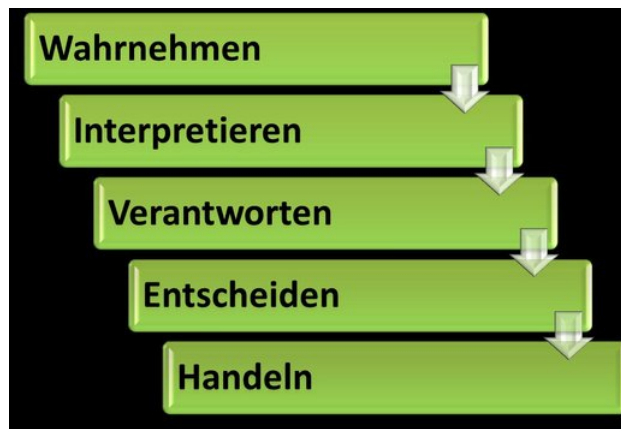
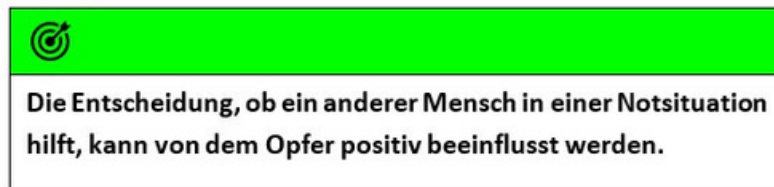


Abbildung 1 - Fünf Stufen der Hilfeleistung



In den folgenden Ausgaben werden wir das Thema noch weiter beleuchten.

## 1.1. Wahrnehmung

Das Ereignis selbst muss durch die Sinne der Zeugen zunächst aufgenommen werden. Damit dürften in den allermeisten Situationen visuelle oder auditive Eindrücke für die Wahrnehmung verantwortlich sein. Bildet sich eine Menschenmenge, sind Rufe oder Schreie zu hören oder ist eine bedrohliche Situation deutlich zu erkennen, können Menschen aufmerksam werden. Durch ein hastiges Vorbeieilen aus zeitlicher Dringlichkeit oder das gedankliche Versunkensein in Medien wie Zeitungen oder Smartphones kann die Aufmerksamkeitsschwelle so herabgesetzt sein, dass die Situation nicht aus eigener Motivation heraus aufgenommen werden kann. Ferner wird der Gehörsinn im öffentlichen Raum immer häufiger durch getragene Kopfhörer beeinträchtigt.

In den folgenden Ausgaben werden wir das Thema der „Hilfeleistung“ noch weiter beleuchten.

Euer Jürgen

# IM FOKUS

## KIMBERLY NELTING

NATIONALKADER KUMITE SENIOR  
KC NIEDERANVEN / WELT- UND  
EUROPAMEISTERIN

*Mit wieviel Jahren hast Du mit Karate angefangen und warum?*

Als ich 6 Jahre alt war, stellte mein Vater mir und meinem älteren Bruder Cassidy die Aufgabe, den schwarzen Gürtel in Karate zu erwerben, damit wir uns später selbst verteidigen können.

*Wie häufig trainierst Du pro Woche und wo?*

Ich trainiere insgesamt sechs mal pro Woche. Montags in meinem Club, Dienstags beim LIHPS (Luxembourg Institute for High Performance in Sports), Mittwochs, Donnerstags & Freitags im Nationalkader und am Wochenende entweder beim LIHPS oder ich kämpfe auf Turnieren.

*Welches war Dein erster Karate-Erfolg?*

Mein erster Sieg auf einem Turnier war der „Coupe FLAM“ in Differdange. Ich war damals mega stolz über den mega großen Pokal.

*Welches war Dein größter Erfolg bisher und was ist Dein nächstes Ziel?*

Ich denke, das war ganz eindeutig mein Junioren Weltmeistertitel in 2017, dicht gefolgt von meinem gerade erreichten U21-Europameistertitel in diesem Jahr. Besonders stolz hat mich gemacht, dass ich sowohl meine Kategorie bei den Junioren (-59kg), als auch bei den U21 (-61kg) jeweils als Weltranglistenerste in die nächst höhere Kategorie verlassen habe. Mein nächstes Ziel ist, mich um meine berufliche Ausbildung zu kümmern. Ich hatte ja für die Olympia-Qualifikation und für die U21 Europameister-



schaft extra ein „gap year“ eingelegt, um mich ganz auf das Karate konzentrieren zu können. Aus diesem Grunde mache ich jetzt auch eine sportliche Karate-Pause.

*Wer ist Dein größtes Vorbild?*

Ganz eindeutig meine Familie. Meine Eltern: Sie sind immer für mich da, wobei mein Vater während der ganzen Jahre quasi mein „Manager“ war bzw. ist, egal ob es nur darum ging, mir ein vergessenes T-Shirt zu bringen, oder mich auf fast allen Turnieren mit zu begleiten; meine Mutter dagegen schaut immer, dass ich gesund esse und genügend Schlaf bekomme. Meine große Schwester: Weil sie auch immer für mich da ist, gerade wenn es mir mal nicht so gut geht. Mein vier Jahre älterer Bruder, auf den ich immer aufschauen konnte, immerhin hatte er schon den schwarzen Gürtel, als ich erst den blauen Gürtel besaß, und „last but not least“ meine behinderte Schwester, die bei meinem WM-Titel damals mit dabei sein konnte und der ich deshalb auch die Goldmedaille von Teneriffa gewidmet hatte.

*Was war bei Dir ein bedeutendes oder lustiges Ereignis im Karate?*

Meine 100. Medaille war genau die Goldmedaille bei der Weltmeisterschaft 2017 auf Teneriffa.

# EMMA THUY

NATIONALKADER KATA  
KC WALFER / U12 LANDESMEISTERIN

*Mit wieviel Jahren hast Du mit Karate angefangen und warum?*

Mit 10 Jahren habe ich mit Karate angefangen. Damals trieb ich schon einen anderen Sport und ich wollte mit einem neuen, zweiten Sport beginnen. Ich entschied mich für Karate, da ich Karate schon mit 6 Jahren probiert und gemocht hatte, jedoch nach einem Monat aufhörte wegen der unpassenden Trainingszeiten.

*Wie häufig trainierst Du pro Woche und wo?*

Ich trainiere wie folgt: 2 Mal die Woche Turnen im Le Réveil Bettembourg, ungefähr 2-4 Mal die Woche Karate im Nationalkader und ab und zu auch im Club.

*Welches war Dein erster Karate-Erfolg?*

Mein erster Karate-Erfolg war mit 11 Jahren der dritte Platz am Coupe des Coupes-Wettkampf im Jahr 2018.

*Welches war Dein größter Erfolg bisher und was ist Dein nächstes Ziel?*

Mein größter Erfolg war die Landesmeisterschaften 2019, dort wurde ich Landesmeisterin in der Kategorie U12. Mein nächstes Ziel ist an internationalen Wettkämpfen teilzunehmen und einen Podiumsplatz erringen zu können.



*Wer ist Dein größtes Vorbild?*

Mein größtes Vorbild ist die Karate-Weltmeisterin in der Disziplin Kata-Mannschaft Jasmin Jüttner aus Deutschland.

*Was war bei Dir ein bedeutendes oder lustiges Ereignis im Karate?*

Einer meiner bedeutendsten Ereignisse im Karate war der zweite Platz am Coupe des Coupes Wettkampf im Jahr 2019. Damals hatte ich den orangen Gürtel und trat gegen viel bessere und ältere Kandidaten an. Ich hatte nicht mit dem zweiten Platz gerechnet nachdem ich meine Gegner gesehen hatte. Trotzdem gewann ich gegen Kandidaten mit einem viel höheren Gürtel, wie blau und sogar einmal braun und ergatterte den zweiten Platz.

# AUSBLICK



LA FEDERATION LUXEMBOURGEOISE DES ARTS MARTIAUX  
PRESENTE

# CHAMPIONNAT NATIONAL DE LUXEMBOURG

A PARTIR DE U14

KARATE

KATA

27 NOVEMBRE 2021

KUMITE

28 NOVEMBRE 2021

CENTRE DES ARTS MARTIAUX

RUE DE RECKENTHAL  
L-2410 STRASSEN / LUXEMBOURG



Délai d'inscription: vendredi 19 novembre 2021 sur [www.sportdata.org/karate/set-online-lu/](http://www.sportdata.org/karate/set-online-lu/)  
Les horaires et tableaux exacts seront annoncés le 20 novembre 2021

### ATTENTION

Pour participer à ce Championnat National, les compétiteurs doivent impérativement être en possession de:  
- passeport sportif en règle et autorisation parentale  
- deux timbres de licence dont celui de la saison en cours et 12 mois de pratique karaté  
Tous les compétiteurs doivent être présents au minimum une heure avant le début de leur catégorie



16-21  
November  
*25<sup>th</sup> World Senior Championships*  
DUBAI 2021

## Delegation:

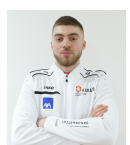
Raphael Veras da Silva - Nationalcoach  
Tamara Schuh - Sportdirektorin



Kata  
Patrick Marques



Kumite  
Jennifer Warling  
Pola Giorgetti  
Jordan Neves  
Adil Khaidar



# IMPRESSIONEN

## SEMAINE DES ARTS MARTIAUX BELLE ETOILE





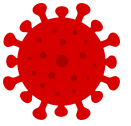
# DUTCH OPEN





# SONSTIGES

## CORONA



Bitte haltet euch an die aktuellen ministerialen Vorgaben, die die Sportaktivitäten und Hygienevorschriften betreffen. Informationen findet ihr zum Beispiel hier:



Wir bitten euch achtsam mit Kontakten umzugehen und eure Vorbereitung für die kommenden Turniere nicht zu gefährden. Die Hygienevorschriften dienen eurer Sicherheit und sollten im Sinne eurer Leistungsfähigkeit auch bei niedrigen Inzidenzen eingehalten werden. Wir empfehlen dies nicht nur für euer Training, sondern auch für eure privaten Kontakte und den Urlaub einzuhalten.

Bleibt fit und gesund!!

## WANTED: CLUBPROFILE



Wenn Sie Interesse haben, ihren Verein im nächsten Newsletter zu präsentieren, senden Sie uns gerne Ihr Clubprofil (Text und Bilder) zu ([office@karateflam.lu](mailto:office@karateflam.lu)).



# LITERATUR

## EMPFEHLUNG

Wang, S. (2021). Effect of ankle proprioceptive training on preventing ankle injury of martial arts players. **(Effekt von propriozeptivem Training des Fußgelenks zur Prävention von Fußgelenksverletzungen von Kampfsportlern)**. Frontiers in Sport Research. Francis Press. S. 48-55.

