



## Sensei Sugimura Memorial Gasshuku 2025



**Die 52. Ausgabe des Sommer-Gasshuku fand vom 7. bis 10. August 2025 in der schönen Stadt Bern statt.**

In der zweiten Augustwoche wurde Bern zum Hotspot für alle Karate-Enthusiasten. Sie war der absolute Treffpunkt für die Karate-Familie der JKA-Schweiz sowie für zahlreiche internationale Karate-Enthusiasten. Ganz im Zeichen des SKR-Mottos "Freundschaft, Kultur und Tradition" stand das Gasshuku. Wir sind stolz auf diese kulturelle Tradition und die vielen Freundschaften, die während des Sugimura-Sensei-Memorial-Gasshuku entstanden sind.

Etwa 180 Teilnehmer aus der ganzen Schweiz sowie aus Deutschland, Frankreich, Italien, Litauen, England und Belgien kamen nach Bern, um an diesem grossartigen Event teilzunehmen. Die Bedingungen waren einfach perfekt, eine ideale Gelegenheit, das JKA-Karate weiter zu vertiefen.

Vier intensive, aber äußerst inspirierende Trainingstage, in denen die Teilnehmer ihre Technik unter der Anleitung von erstklassigen InstruktorInnen vertiefen durften. Gemeinsam erlebten sie anspruchsvolle Trainingseinheiten und teilten ihre Leidenschaft für das einzigartige JKA-Karate.



Die Atmosphäre in der Sporthalle und ausserhalb war einfach fantastisch! Einmal mehr war die Veranstaltung ein echtes Highlight für alle Teilnehmer. Ein riesiges Dankeschön an die grossartigen lokalen Organisatoren, angeführt von Andrea Kennel und Beni Isenegger, die mit einem engagierten Helferteam um Karate Kai Bern und Uni Bern sowie Adrian Meyer am Check-in tatkräftig mitgeholfen haben!

### **Vielen herzlichen Dank an alle!**

Das Sommer-Gasshuku ist nicht nur der Höhepunkt des Karate-Jahres bei JKA Schweiz, sondern auch eine grosse Hommage an Shihan Sugimura. Er hat die JKA-Karate-Familie in der Schweiz aufgebaut und geprägt. Sein Vermächtnis lebt in allem, was wir tun, weiter. Das gesamte Managementteam und alle Mitglieder von JKA Schweiz stehen dafür ein.

Es war uns eine besondere Freude, die beiden Gast-Instruktoren **Shihan Ogura** und **Sensei Hakizume** begrüßen zu dürfen. Sie wurden von allen mit offener Herzlichkeit empfangen, in einer Atmosphäre, die von Begeisterung und Motivation geprägt war. Ihr Unterricht war wirklich beeindruckend. JKA-Karate-Techniken und -Kombinationen wurden in jeder Gruppe auf eine sehr präzise und detaillierte Art und Weise erklärt. Jede Trainingseinheit war darauf ausgerichtet, die wichtigen Punkte im Kihon zu vermitteln. Sie begeisterten alle mit ihrer großen technischen und pädagogischen Kompetenz, die sie mit so viel Herz und Freude an den Tag legten.



Die bewährten Trainingsstrukturen unseres Gasshuku sorgten für ein abwechslungsreiches und anspruchsvolles Programm, das allen Teilnehmern viel Freude bereitete. Kihon, Kata, Kumite und spezielle Aufwärm- und Cooling-down- waren wichtige Bestandteile des täglichen Trainingsprogramms. Das gezielte Kata-Training mit Ogura Shihan, Hakizume Sensei und unseren

Schweizer Instruktoren war für alle Teilnehmenden besonders wertvoll.

Die technischen Erläuterungen von **Ogura Shihan** zu Meikyo, Wankan, Chinte und Tekki Nidan und Sandan waren für alle Trainierenden ein echtes Highlight.

Die präzisen und dynamischen Techniken, die **Hakizume Sensei** in Kanku Dai und Gankaku, die er in einer absolut beeindruckenden Progression vorführte, waren schlichtweg Weltklasse!

Wir sind Shihan Ogura, Hakizume Sensei vom JKA-Hauptquartier, sowie unseren Schweizer Instruktoren Andrea Kennel, Christian Mundwiler, Bernhard Isenegger und Daniel Brunner für ihre wertvollen und spannenden Trainingseinheiten besonders dankbar.

Herzlichen Dank an alle Instruktoren! Gemeinsam haben sie uns eine wunderschöne und inspirierende Woche mit erstklassigem JKA-Karate-Training ermöglicht.

Zum ersten Mal führten wir ein Seminar für Kampfrichter durch, das von Shihan Ogura



geleitet wurde. Die Teilnehmenden erhielten von ihm wertvolle Anregungen. Am Ende des Seminars konnten alle vier A-Level JKA Judge der Schweiz ihre Lizenzen erfolgreich erneuern.

Herzlichen Gratulation an: Christian Mundwiler, Daniel Brunner, Beni Isenegger und meine Wenigkeit.



### **Eine Sommerlager ohne Grillparty? Undenkbar!**

Das Grillfest in geselliger Runde war wie immer wunderbar organisiert und hat jede Menge Spass gemacht. Beide Grillmeister Urs und Tobias zauberten köstliche Leckereien vom Grill, ein Fest für die Augen und für den Gaumen!

Die Festbänke waren gut gefüllt und alle Anwesenden genossen die laue Sommernacht in vollen Zügen. Die Stimmung war fröhlich und ausgelassen.

### **Ein riesiges Dankeschön an alle, deren Hilfe und Einsatz es möglich gemacht haben, ein so leckeres Buffet zu zaubern!**

Das Gasshuku endete mit einem kurzen, aber intensiven Senbon-zuki - einer alten Tradition, die wir wieder in unser Gasshuku aufgenommen haben.

### **Bestandene JKA-Dan Prüfungen**

Am Sonntag fanden wie geplant die Dan-Prüfungen statt. Die Kandidaten hatten sich gründlich auf die Prüfungen vorbereitet und intensiv trainiert. Dan-Prüfungen von Shodan bis Yondan wurden abgenommen.

- Adrian Osterwalder            1. Dan
- Nieves Tommasi                2. Dan
- Remo Gilgen                    2. Dan
- Bernhard Roos                 4. Dan

### **Bestandene JKA-Qualifikationsprüfungen**

- Hanspeter Rüttsche            C-level Examiner - B-level Judge
- Lamberto Grippi                C-level Examiner, C-level Instructor, C-level Judge

Herzlichen Dank an Ken für die fachkundige Übersetzung von Japanisch nach Deutsch. Fazit aus meiner Sicht: ein echtes Highlight. Für mich persönlich war es etwas speziell. Es war das erste Mal, dass ich selbst nicht mitmachen konnte. Aufgrund meiner Schulteroperation musste ich pausieren, um die Heilung nicht zu gefährden.

Es gibt kaum etwas Schöneres, als gemeinsam hart zu trainieren, Freundschaften zu schliessen, Zeit miteinander zu verbringen und JKA-Karate zu erleben. Wir freuen uns darauf, diese wertvollen Erfahrungen auch in Zukunft mit dir teilen zu dürfen. Das Gasshuku im August 2026 steht bereits auf unserem Radar.

*Tommaso Mini*