

GentenKarateJutsu - PI København, karateafdelingen



Af Jan Dam, chefinstruktør og formand. Foto: Jan Geisler, Grønland, pt Danmark.

GentenKarateJutsu er den nyeste afdeling under PI København, og på rigtig mange måder har vi set frem til muligheden for at skrive vores første artikel her i bladet, og således få muligheden for at præsentere os selv. GKJ blev i princippet indstiftet for godt 3 år siden, hvor vi som en lille gruppe af karatefolk fra Herlev Karate klub, Gentofte Karate klub, Gladsaxe Karate klub og Hokuto Kai i Brøndby begyndte at træne sammen.

Vi dyrkede alle Shotokan karate - nogle af os havde erfaringer med fra andre former for enten karate eller anden kampsport. Til fælles havde vi ønsket om at fordybe os i studiet af kampkunst.

Vi følte på et eller andet plan alle, at den traditionelle tilgang til karate man så ofte ser i klubber, der dyrker klassisk Shotokan karate, retter sig mere mod sport end mod praktisk og realistisk selvforsvar. Et sådanne udsagn kan man naturligvis have en holdning til, men det var vores ønske at inkorporere selvforsvarsteknikker af samme slags som politiskolen underviser i, i karaten.

Shotokan karaten er som sådan en japansk "videreudvikling" af karaten, der oprindeligt kommer fra Okinawa. I de ældre okinawianske stilarter ses typisk langt flere aspekter, end som det er tilfældet i de japanske stilarter. Som eksempel opereres der i



okinawiansk karate med begreber som "Tuite" og "Gyakute". Tuite er anvendelsen af ledlåse, og en lang række af de tekniker, man undervises i på Politiskolen, kan genfindes i den oprindelige okinawianske karate. Gyakute teknikker udgør kunsten at "vende et greb" eller frigøre sig fra dette. Da anvendelsen af "Politiskole lignende tekniker" således på et tidligere tidspunkt i historien havde været en del af karaten, faldt det os helt naturligt at forsøge os med at inkorporere disse i vores Shotokan karate, og det har vi så arbejdet på siden.

Til at starte med var vi 12 medlemmer - det var slet og ret her vi satte overliggeren, vi betragtede os selv som en studiegrup-

pe. Vi var alle fortsat medlem af vores respektive karateklubber, nogen af os arbejdede som instruktører, nogen var menige medlemmer. Vi mødtes ugentligt typisk et par timer på en aftalt hverdagsaften – og så 6 timer hver søndag. Sådan fungerede vi i et par år. Som det så ofte sker, fandt vi mere og mere glæde ved at træne på den måde, som vi var kommet frem til, og for godt et år siden blev det foreslået, at vi meldte os ud af vores respektive klubber, afholdt en egentlig stiftende generalforsamling og begyndte at optage medlemmer. Det skulle vise sig, at der ikke var langt fra tanke til handling, og kort efter var vi oprettet som forening under folkeoplysningsloven.

På dette tidspunkt var pladsen som karateafdeling under PI ledig. Vi havde nogle samtaler med lokale stationsrepræsentanter om muligheden for at komme til at blive afdeling under PI, og henover sensommeren 2011 sendte vi de første papirer af sted til PI's forretningsudvalg. Lad os sige det på den måde, vi var BESTEMT ikke utilfredse, da vi efter et hovedbestyrelsesmøde fik at vide, vi var optaget som den ny karateafdeling.

Og så til noget andet end historien bagom vores afdeling!

Træningen i klubben finder for nuværende sted på tirsdage, torsdage og søndage. Vi træner ikke 6 timer om søndagen mere, vi har skåret ned – er blevet lettere "dovne", og nøjes med 4 timer, der lægges i tidsrummet 1000 – 1400. Hverdags træningerne på tirsdage og torsdage er 1½ time lange fra 1830 – 1900.

Bortset fra den traditionelle Shotokan – vi er medlemmer af Shihan Sadashige Kato, 9.dan – verdensomspændende karateorganisation IJKA – lægger vi stor vægt på praktisk selvforsvar. Over halvdelen af vores medlemmer er politifolk – og de ønsker i høj grad at selvforsvarsaspektet trænes i forbindelse med hvert eneste træningspas. Nu er det ikke sådan at forstå, at vi ser helt bort fra sportskaraten, det gør vi ikke. Et af vores talentfulde junior medlemmer, Nicolai Lindhage, er netop, som en ud af kun to karateudøvere fra Danmark, blevet udtaget til IJKA europamesterskab til april i år. Vi glæder os til at se, hvad Nicolai kan drive det til i frikampene og skriver lidt om det i vores næste artikel her i bladet.

Som en af instruktørerne i afdelingen har vi Daniel Christoffersen, der trådte sine "karate barnesko" i Gladsaxe karateklub, der indehaves af hans onkel Jan Christoffersen. Daniel kom senere på landsholdets talentcenter øst, hvor han trænede i 6 år. Daniel er en fremragende instruktør udi sportskaraten og fungerer i øvrigt som afdelingens næstformand. På grund af ønsket om at fokusere meget på selvforsvar og hele tiden udvikle os, har vi i afdelingen ret så mange aktiviteter. Så ofte som »

vi overhovedet kan, og økonomien tillader det, har vi diverse gæsteinstruktører på besøg. Disse gæsteinstruktører behøver bestemt ikke komme fra en karate baggrund. Vi har således haft undervisningsrækker indenfor Wing Chun Kung-Fu, Self Pro Krav (En polititudviklet form for Krav Maga) og Kyusho. Dertil kommer at vi sidste år arrangerede en træningsrække over 4 weekender, der udelukkende drejede sig om sportskarate. Instruktør på denne træningsrække var Philip Carlsen fra det danske landshold.

"Kyusho" er en anden, gammel orientalsk disciplin, der knytter sig til stort set enhver form for kampkunst. Kært barn er kendt under mange navne, og på politiskolen taler man om atemi, anvendelsen af tryk mod kroppens nervepunkter. Hvilken politimand husker ikke "nakke-næse fatning", hvor man lægger en angriber ned ved at trykke den ene hånds tommelfinger ind mod næseroden, samtidig med man griber manden om baghovedet med den anden hånd, mens man trækker hans hoved ind mod ens egen krop, og drejer det rundt så angriberen falder om på jorden?

I 2012 afvikler afdelingen en hel undervisningsrække for vores instruktører i den gamle kunst, Kyusho. Hvor de lukkede seminarer er forbeholdt instruktørerne, således at disse igennem indeværende år kan dygtiggøre sig og viderefordre deres viden til afdelingens elever, kan enhver komme til de åbne og grundlæggende seminarer. Der vil være et lille og relativt beskedent beløb, der skal betales ved indgangen, hvis man ikke er medlem af karateafdelingen - dette beløb er endnu ikke fastsat, men vil bestemt ikke slå nogens økonomi i stykker.

Instruktør på Kyusho kurserne er Nicolaj Fænø Skarbye, der fungerer som Kyusho Danmarks chefinstruktør på Sjælland. Vi har i afdelingen haft fornøjelsen af Nicolaj ved tre forskellige lejligheder, og hvad han lærer os er bestemt såvel spændene som vedkommende. Denne artikels billeder kommer fra sidste seminar med Nicolaj, og som det tydeligt ses, virker teknikkerne ganske og aldeles effektivt.



Så....om man lige er startet på Politiskolen eller sidder godt og solidt i stolen efter mange års tjeneste....alle er velkomne og der behøves absolut ingen forudsætninger indenfor nogen form for kampsport/kampkunst for at kunne følge med. Træningerne med Nicolaj er ikke fysisk hårde, nærmest tværtimod. Man skal imidlertid indstille sig på, man kan være øm i kroppen efter et par timer med tryk og lette slag på nervepunkterne.

Det er på tide at slutte denne præsentation af vores afdeling af. Vi vil gerne sige tak for de muligheder vi får som ny afdeling under PI. Vi håber også at se nogen af Jer læsere til lidt god træning og hygge – og hygge går vi op i! Det kan godt være, at søndagstræningerne er lange - til gengæld har vi altid kaffe med, så vi har et alibi for at sætte os ned nogle gange undervejs, snakke lidt om karaten og drikke en kop kaffe, inden den bliver kold! Skulle du være interesseret i afdelingen eller deltagelse i nogen af vores arrangementer, så kontakt os på gentenkaratejutsu@hotmail.com eller jda012@politi.dk

Du kan også møde os på hjemmesiden www.gentenkaratejutsu.com

Vi glæder os til at se dig,

P.v.a. GentenKarateJutsu