

Dürener Zeitung 3.2.2012

# Die Kraft des Gegners in Schwäche verwandeln

In einer Sporthalle in der Fabrik für Kultur und Stadtteil trainieren drei Dürener Kampfkünstler für die **Hapkido-Weltmeisterschaft** in Seoul. Im Team können sich junge und erfahrene Kämpfer ergänzen. Konzentration und Disziplin.

VON SARAH MARIA BERNERS

**Düren.** Ihr Ziel haben sie klar vor Augen: Die WM 2013 in Korea, dem Land, das die Wiege des Hapkido ist. Und für dieses Ziel trainieren sie beinahe täglich. Und künftig werden es täglich noch ein paar Stunden mehr sein, in verschiedenen Hallen in Deutschland.

Aber Michael Treubig (24) und Claudia Usai (15) trainieren die koreanische Form der Selbstverteidigung mit großer Leidenschaft. In Seoul mit auf der Matte stehen wird ihr Trainer Jürgen Kraß-Kuth. Er selbst hat von internationalen Wettkämpfen schon einige Titel mit in die Heimat gebracht. In der Disziplin „Selbstverteidigung“ schafften es Kraß-Kuth und Treubig bei der WM in den USA auf den zweiten Platz.

## Gelehrt wird die Abwehr

„Es sind die Vollkommenheit und die Vielfalt dieser Sportart, die mich so faszinieren“, sagt Michael Treubig. Im Hapkido, erklärt er, würden sich Techniken aus vielen verschiedenen Kampfsportarten wie Judo, Taekwondo und Jiu Jitsu vereinen. Das Hapkido sehen die Sportler nicht als Kampfsport, sondern als Kampfkunst, als Kunst der Selbstverteidigung. Gelehrt wird nicht der Angriff, sondern die Abwehr. Es geht darum, die Bewegun-

gen des Angreifers weiterzuleiten und ihn mit dieser Kraft zu Fall zu bringen.

Das der Kampf kunstvoll sein kann, wird auch deutlich, wenn Michael Treubig und sein Trainer die Schwerter oder Stöcke zur Hand nehmen. Mit den Bewegungen ahmen sie die Form der koreanischen Schriftzeichen nach. Es sind ästhetische, gleitende Bewegungen, die zeigen, dass Konzentration, Disziplin und Körperbeherrschung für diese Kampfkunst unabdingbar sind. Gleichwohl gibt es auch das Vollkontaktsystem, bei dem es auf der Matte auch einmal lauter werden kann.

Mit einem guten Dutzend Sportlern aus ganz Deutschland wollen Kraß-Kuth, der Büchereimitarbeiter und die Schülerin nach Korea reisen. Die ersten Vorbereitungstreffen haben schon stattgefunden. Die Altersspanne zwischen den Teilnehmern ist enorm: Kraß-Kuth ist 47 und schon seit 35 Jahren in dem Sport zu Hause. Seine Mitstreiterin Claudia Usai ist gerade mal 15. „Wir können uns bei den Wettbewerben prima ergänzen“, sagt Kraß-Kuth. Die jungen Leute könnten die „Action-Teile“ übernehmen, und er könne seine ausgefeilte Technik demonstrieren. „Denn es gibt Techniken, bei denen man erst nach 30 Jahren das

Gefühl hat, sie wirklich zu beherrschen.“ Und Hapkido sei durchaus auch eine Selbstverteidigungskunst, die ältere Menschen gut erlernen könnten. Gerade weil es nicht darum geht, den Gegner mit Kraft zu bezwingen, sondern seine Kraft in eine fließende Bewegung umzuwandeln.



Trainieren täglich für die WM in Korea: Claudia Usai und Michael Treubig vom Dürener Verein JKK 2000. Foto: Berners