Akrobatik mit Rhythmus vereint

JKCS Goslar bietet seit wenigen Wochen Capoeira und Cross-Defense an – Gruppen sollen gefördert werden

Von Sebastian Krause

Der JKCS Goslar bietet seit einigen Wochen Capoeira an. Die Teilnehmer kommen schnell ins Schwitzen, was am intensiven Sport und den rhythmischen Klängen liegt. Foto: Krause

Der Judo-Karate-Club Sportschule (JKCS) Goslar scheint die schlechte Nachricht vom Abgang zahlreicher Mitglieder aus der Ju-Jutsu-Abteilung überwunden zu haben. Nur wenige Wochen später hat sich der Verein mit Capoeira und Cross-Defense zwei neue Standbeine aufgebaut. Beide Sportarten sollen künftig weiter gefördert werden und den eingetretenen Mitgliederschwund durch die Ju-Jutsuka auffangen.

„Wir haben uns damit arrangiert. Wir haben Mitglieder verloren, das ist leider so. Wir gewinnen jetzt aber an anderer Stelle wieder ganz kräftig dazu“, sagt Vorsitzender Wolfgang Kummer. Nach abschließenden Gesprächen mit seinen Vorstandskollegen sei er zu dem Schluss gekommen, dass sich die Trennung nicht mehr vermeiden ließ. „Es ging nicht mehr. Es ist auf der zwischenmenschlichen Ebene einfach so gekommen.“ Rund 100 Mitglieder hatten den Verein aufgrund von atmosphärischen Störungen verlassen und sind zum TSV Immenrode gewechselt.

Der JKCS blickt aber längst wieder nach vorn, wie die neuen Angebote zeigen. Beispielsweise beim Capoeira, einer brasilianischen Kampfkunst, kommen derzeit rund 15 Teilnehmer zum Training – und dabei ordentlich ins Schwitzen. Das liegt nicht nur an den Übungen, sondern auch an den rhythmischen Klängen, die während der Einheit gespielt werden. „Das schlaucht“, sagt ein Teilnehmer, als er während einer Pause zu seiner Trinkflasche greift.

Dann geht es zügig weiter: Trainer Peter Nyari, der seit 2005 Capoeira betreibt, erklärt die nächste Aufgabe. Er geht aber auch auf die individuellen Fähigkeiten eines jeden Teilnehmers ein. Jeder kann die Übung so absolvieren, wie es der eigene Leistungsstand zulässt. „Capoeira ist eine der allumfassendsten Bewegungsformen, die ich bisher kennengelernt habe“, sagt Andreas Kuckelkorn aus Lutter, der zu der Capoeiragruppe um Nyari gehört.

Deshalb könne ein Mann mit einer Frau, ein Erfahrener mit einem Unerfahrenen und sogar ein Erwachsener mit einem Kind spielen – nicht kämpfen. Das betonen die Trainer immer wieder, der Gegenüber sei ein Partner. Besonders deutlich wird das zum Ende des Trainings, als die Gruppe einen Kreis – Ronda genannt – bildet und miteinander spielt. Die erfahrenen Capoeirista stimmen dafür Lieder an, es wird geklatscht und mit brasilianischen Instrumenten musiziert. Erst langsam, dann immer schneller.

Für Volker Hempel ist die Ronda ein „Energiezirkel“. „Da zeigt man, was man kann, lässt dem Anderen aber auch den Raum, um sich zu entfalten“, sagt er. Das Spiel miteinander ist der große Abschluss eines intensiven Trainings, das viele Facetten hat. „Musik und die Kultur sind starker Bestandteil des Capoeiras“, erklärt Martin Eschner. Jedes Lied habe eine bestimmte Bedeutung, mal eine historische, mal eine traditionelle.

Die verschiedenen Eindrücke – ob Musik, Kunst, Kultur oder Sport – waren ein Grund, warum sich Lukas Linkogel der neuen Gruppe angeschlossen hat. „Der akrobatische Aspekt ist sehr hoch, auch Körperwahrnehmung und Körperempfinden machen die Sportart so interessant“, sagt der 20-Jährige aus Goslar. Das Spielen in der Ronda habe er als große Motivation empfunden.

ZUM HINTERGRUND

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst oder ein Kampftanz, dessen Ursprung auf den afrikanischen „Zebratanz“ zurückgeführt wird. Capoeira wurde während der Kolonialzeit in Brasilien von aus Afrika verschleppten Sklaven praktiziert und weiterentwickelt. Geprägt ist die Kampfkunst von drei Ebenen: dem Kampf, der Musik und der „Roda“ (portugiesisch „Kreis“). Die Kämpfe werden immer in der Roda ausgetragen, wobei für einen Kampf der Begriff „Spiel“ verwendet wird. Die Roda besteht aus einem Kreis von Capoeiristas und den Musikern. Jeweils zwei Capoeiristas spielen in der Roda, dazu wird musiziert und geklatscht.