

## 1 Interview mit A am 04.08.2006

2

3 I: Okay, gut, ja also die Einstiegsfrage ist die Frage nach deiner Lebens- und  
4 Karategeschichte. Kannst du einfach was zu deiner Lebens- und Karategeschichte  
5 erzählen, was du da für wichtig, maßgeblich hältst?

6 A: Also Lebensgeschichte – du unterbrichst mich, wenn du mehr darüber willen willst  
7 – Lebensgeschichte: geboren 19XX in Q [Stadt] und bin seit `XX in Deutschland,  
8 hab' `XX mit Karate angefangen und ja angefangen hab' ich in dem kleinen Ort X-Y  
9 [Stadt] in der Nähe von W [Stadt] oder T [Stadt] kennt man eher von V [Stadt] da in  
10 der Nähe angefangen. Obwohl Fechten um die Ecke war, hab' ich irgendwie den  
11 Weg zu Karate ziemlich schnell gefunden. Ich hatte zu der Zeit Volleyball gespielt,  
12 ((lachend bis\*)) weil meine ganze Familie Volleyball gespielt hat. (\*) Und hatte  
13 bisschen Probleme mit meinem Trainer, weil der nicht so wollte, wie ich wollte  
14 undsoweiterundsofort. Wie man so pubertierend Probleme macht. Und dann hab' ich  
15 `ne andere Sportart gesucht und ein guter Freund der Familie oder ein guter Freund  
16 meines Bruders hat das damals angefangen bei Gelbgurt. Und da bin ich einmal zum  
17 Training mit zum Zuschauen gegangen und eigentlich also in `ner Partnerschaft  
18 würde man sagen, Liebe auf den ersten Blick und so war das, was mich also von der  
19 ersten Sekunde an fasziniert hat und bis heute noch fasziniert. Und ich hatte auch  
20 Glück, dass kurz danach, nach diesem Abend praktisch ein Anfängerkurs damals  
21 anfang. So hab' ich dann angefangen. Damals war ich auch, gab's kein Kinderkarate  
22 in dem Sinne, wie man's heute betreibt. Und da war ich eigentlich zu jung für's  
23 Karate dort, weil es hieß, ab XXXXzehn und ich war erst XXXXzehn, dann hieß es:  
24 Komm' in einem Jahr wieder. Dann hab' ich zu dem Trainer damals gesagt:  
25 Entweder oder. Also entweder ich fang' jetzt an oder ich geh' woanders hin. Also so  
26 war von Anfang an für mich so, so wichtig, das Karate, dass ich schon mit dreizehn  
27 wusste, das will ich machen jetzt und sofort und auf der Stelle. Ja, und so war's dann  
28 auch. So hab' ich dann auch angefangen und hab's auch (.) von Anfang an sehr  
29 ernst genommen und war für mich, für jemand, der erst XXXXzehn ist, pubertiert und  
30 vielleicht auch andere Interessen entwickelt durch die Clique und durch die ganzen  
31 Ablenkungsmanöver, die man halt in dem Alter hat, war das für mich von Anfang an  
32 nie eine Frage. Also es war für mich sofort zentral und so bedeutend, dass wirklich  
33 alles andere außen vor stand, also alles andere musste sich hinten dran stellen und  
34 war immer zuerst kam Karate und danach kamen alle anderen Sachen überhaupt zur

35 Debatte. Ja und ich bin 19, also im Frühjahr 19XX nach Z [Stadt] gekommen. Das  
36 war damals, ging's ja drum zu studieren, wo zu studieren, was zu studieren und auch  
37 da hat mich das Karate natürlich sehr bestimmt. Ich wollte zu E. ins Training, ich  
38 wollte unbedingt in seiner Nähe sein. Ich hab' darin eigentlich meine Zukunft  
39 gesehen. Ich hab' halt versucht in Z [Stadt] oder im Umkreis erst mal ein Studium zu  
40 finden, was mich interessiert und dann noch `nen Studienplatz natürlich zu  
41 bekommen und hab' damals in M [Stadt] angefangen, Innenarchitektur zu studieren,  
42 weil ich hatte die Auswahl C [Stadt], R [Stadt] und M [Stadt]. Hatte auch eine  
43 Bewerbungsmappe hingeschickt. Erst `XX, wurde abgelehnt und dann war ich öfters  
44 dann in M[Stadt], hab' mit den Professoren gesprochen, hab' sozusagen wie die  
45 Mappe auszusehen hat, wusste ich vorher nicht und hab' das Ganze `XX wiederholt  
46 zum nächsten Aufnahmetermin und wurde dann auch angenommen –  
47 glücklicherweise. Muss ich aber dazu sagen, dass ich vom Studium recht wenig  
48 hatte, weil ich war morgens und abends in Z [Stadt] im Training. Da ging's eigentlich,  
49 also der rote Faden ging weiter immer Karate vorne dran und alles andere musste  
50 dann leiden, in Führungszeichen leiden. Ja und dann ist mir immer auch von den  
51 Professoren die Pistole auf die Brust gesetzt worden, weil das war damals  
52 Fachhochschule, die Kurse waren klein, man konnte jeden sehen, der kommt und  
53 geht. Also war ich halt nur zu den Prüfungen anwesend und die Professoren  
54 ((lachend bis \*)) kannten mich noch nicht mal. Ach, sind sie auch im Kurs. (\*) Na ja  
55 dann haben sie mir halt die Pistole auf die Brust gesetzt, haben sie gesagt:  
56 Entscheiden sie sich! Entweder Sport oder Studium. Und die Entscheidung war  
57 relativ einfach. Ich habe mich für den Sport entschieden. Meine Eltern waren aber ein  
58 bisschen verständlicherweise, aus der heutigen Sicht verständlicherweise dagegen.  
59 Also hab' ich überlegt, vielleicht auf ein anderes Studium umzuschwenken, was zwar  
60 diese künstlerische Richtung verfolgt, weil das wollte ich immer machen aber  
61 bisschen freier gestaltet ist. Also hab' ich in dem gleichen Gebäude, an der gleichen  
62 FH umgeschwenkt zu Grafikdesign. Aber im Grunde war das letztendlich genau das  
63 Gleiche in grün wieder – immer nur Karate, Karate, Karate und dazwischen halt ein  
64 bisschen Grafik. War natürlich dann auch, also die Pistole hab' ich mir dann selber  
65 auf die Brust gesetzt, weil ich gesehen hab', weil das einfach so nicht funktioniert. Je  
66 freier das Künstlerische wird, um so mehr Zeit nimmt das in Anspruch. So paradox  
67 das auch klingt aber man muss viel mehr, (.) äh wie soll ich sagen, man muss viel  
68 mehr aufnehmen können, man muss viel mehr raus gehen, Ideen sammeln, ja

69 Impulse bekommen und sofort die Zeit hatt' ich einfach nicht. Also hab'  
70 ich immer nur von Arbeit auf Arbeit gear/hingearbeitet, habe so Nachtstunden halt  
71 eingelegt, dass halt die Arbeit am nächsten Tag abgegeben werden konnte. Und die  
72 waren natürlich auch qualitativ in `ner entsprechenden Stufe, also nicht der Hit. Also  
73 habe ich mir dann selber die Entscheidung gestellt, habe ich gesagt' – entweder oder  
74 – und hatte auch Glück zu dem Zeitpunkt hatte XY., das war 19XX, hatte zu dem  
75 Zeitpunkt ein Dojo aufgemacht oder das war Ende `XX eigentlich, ging die Bauzeit  
76 los und da hab' ich bisschen mitgeholfen, war teilweise die Bauleitung, weil E. zu  
77 dem Zeitpunkt auch auf Wettkämpfen war und so weiter. Also so bin ich mit in das  
78 Dojo mit rein gewachsen. Und April `XX wurde das Dojo eröffnet. Und so hab' ich  
79 mich dann langsam nach und nach mich da rein gearbeitet. XXXX **wurde ich dann**  
80 **in eine Führungsposition im Verband berufen.** Und so ist eigentlich, sagen wir  
81 mal, der Trainingsweg gewesen und sportlich also athletisch Sport möchte ich auch  
82 nicht die Titel aufzählen. Ich glaub', das ist im Archiv bekannt. Ja und summa  
83 summarum kann ich eigentlich sagen, das Karate hat mich sehr bestimmt schon  
84 immer und es wird mich auch weiterhin sehr bestimmen – nicht nur charakterlich,  
85 was immer Viele sagen, das Ich und sofort sondern mehr eigentlich den  
86 Lebensweg bestimmt hat. Und ich muss auch wirklich sagen, so steinig und so  
87 holprig auch mache Wege waren, letztendlich hat sich das für mich immer geebnet  
88 und für mich immer zum Positiven, weil ich auch immer dran geglaubt hab'. Also ich  
89 hab' nicht eine Sekunde dran gezweifelt oder bereut etwas. Ich hab' immer sehr fest  
90 dran geglaubt und sehr hartnäckig dran gearbeitet. Ich war auch im nie Karate das  
91 Supertalent von Anfang an. Sondern ich hab' gearbeitet, ich hab' sehr viel gearbeitet  
92 fürs Karate und auch immer nicht nachgelassen. So wie ich zurückdenke, in den  
93 letzten XX Jahren hab' ich vielleicht, das kann ich an einer Hand zählen, wann ich im  
94 Training nicht war. Da war ich entweder mit 40 Fieber im Bett oder hatte `nen Gips  
95 am Arm oder irgendwas war, was wirklich nicht machbar war. Aber ansonsten hab'  
96 ich bis heute also diesen, diesen Hunger, diesen Durst aufs Training nie verloren.  
97 Und (.) ich denke, das ist auch mit ein Stück mit (.) die Arbeit von Karate und halt  
98 diese Faszination an dieser ganzen Sache. Und ich versuch' das auch eigentlich im  
99 Training, auf den Lehrgängen oder in meinem Kata und soweit auch in der Gruppe  
100 bei uns im Dojo auch so weit weiter zu geben, weil das ist einfach, da steckt so viel  
101 Lebensenergie drin, das versuch' ich eigentlich, das, was ich bekommen hab',

102 versuch' ich ein Stück weiter zu geben. So das ist das, was ich jetzt so auf die  
103 Schnelle, was mir dazu einfällt.

104 **I:** Gut, danke. Ich brauch' eben mal `nen Stift, weil sonst vergess' ich meine  
105 Anschlussfragen, danke, die so zwischendurch auftauchen. Kannst du sagen, was  
106 genau dich an Karate fasziniert? Also das einfach noch mal genauer beschreiben.

107 **A:** ich probier' das, weil das eine sehr schwierige Frage ist. Ich werd's öfters gefragt  
108 und du weißt es sicherlich auch, das ist ganz schwierig zu beantworten, weil das  
109 Ganze an sich wirkt. Also es ist nicht nur ein, zwei Punkte sondern das ganze Paket  
110 Karate mit allem, was dazu gehört, das wirkt in sich und es ist dieses (.), sagen wir  
111 mal so, ich kenne, ich kenn' keinen Bereich, weder beruflich, noch im Leben, noch in  
112 anderen Sportarten, die (.) ständig neue Herausforderungen stellen auf diese Art und  
113 Weise, wo du auch immer das Gefühl hast, du bist noch nicht am Ende, du kannst  
114 noch weiter arbeiten, das kann noch besser werden und wo immer neue Ideen  
115 sprudeln und es ist einfach, sagen wir mal so, diese, diese, diese Arbeit an dir selbst,  
116 glaube ich, das ist das, was mich persönlich sehr fasziniert und das löst natürlich  
117 eine gewisse Begeisterung bei mir aus und ich hoffe, das kommt auch an, immer  
118 weiter zu geben und das wiederum gibt einem wieder sehr viel. Und das so wie ein  
119 Kreis, der, wie ein Rad, das sich ständig dreht und ja es ist ganz schwierig, das jetzt  
120 in Worte zu fassen, warum, warum das so ist. Aber (.) das sind einzelne  
121 Bewegungen, die faszinieren. Es ist die Kata, die fasziniert. Es ist die Arbeit am  
122 Partner, die fasziniert. Es ist die Geschichte, die fasziniert. Rein sportmed/ sport/ na  
123 ja sportwissenschaftlich gesehen ein Trainingsaufbau interessiert, wie man  
124 jemanden zu etwas hinführen kann, interessiert, wieso schaffen, wieso schafft man  
125 es im Karate, dass vom Kind bis zum höchsten Alter von allen möglichen  
126 Leistungsstufen alle in einer Halle trainieren können. Wieso funktioniert's in Karate  
127 und woanders nicht. Also ich kenn' keine Sportart, bei der es funktioniert. Also es ist  
128 schon, es sind viele Faktoren, die das Ganze abrunden oder die das Ganze so, so,  
129 wie soll ich sagen, wie in so einem hellen L/Licht erleuchten lassen, also wirklich so  
130 was Faszinierendes machen. Also das ist schwierig, das in Worte zu fassen, weil es  
131 doch, man wehrt sich zwar dagegen aber das ist schon ein Stück Esoterik auch  
132 dabei. Es ist so was Ungreifbares aber es ist schon sehr, (.) sehr faszinierend, sehr  
133 begeisternd.

134 **I:** (I lacht) Ja, ich hab' so paar Anschlussfragen im Kopf.

135 **A:** Also ich denke auch, das Faszinierende ist, du kommst, je länger, je länger du  
136 Karate machst, umso tiefer kommst du in die Materie hinein. Also es ist wie zu  
137 vergleichen, du fängst als Anfänger an einer Wasseroberfläche an, du, du erfasst  
138 vielleicht einen Teil der Wasseroberfläche, je länger und je mehr Jahre vergehen,  
139 umso mehr tiefer kommst du an den Grund, wobei der Grund nie sichtbar ist, weil es  
140 geht immer tiefer rein. Das ist diese Faszination eben, was du vorhin sagtest, dass  
141 du nie das Gefühl hast, du bist am Ende, du beherrscht etwas, weil jetzt mal aus  
142 dem Praktischen gesprochen, achtest auf eine Seite, vergisst du die andere Seite,  
143 machst da wieder Fehler, achtest du auf das andere, vergisst du wieder das andere.  
144 Es ist, der Körper ist einfach zu komplex und wir benutzen im Alltag den Körper zu  
145 einseitig und zu wenig. Ich denke, dass jemand, der kein Karate macht, die  
146 Bewegungen, die, die Karate bieten kann, also **er** benutzt **seinen** Körper nur zehn  
147 Prozent seiner Fähigkeiten nur ein. Und wenn du Karate anfängst und das trainierst  
148 und über Jahre trainierst, verstehst du erstmal, wie komplex der Körper arbeiten  
149 kann und welche Möglichkeiten auch drin stecken. Und die Möglichkeiten sind ja  
150 nicht am Ende. Es gibt ja immer wieder neue Bewegungen, immer wieder neue  
151 Muskulaturen, die du entdeckst, immer wieder neue Teilbewegungen, Impulse, auf  
152 die du wieder achtest und wie gesagt, achtest du aufs andere vergisst du das andere  
153 wieder, wie komplex ein Körper arbeiten muss im Karate. Und Karate ist, vielleicht  
154 sollt' ich das unter uns bleiben, finde ich, ist etwas sehr, also ist eine sehr intelligente  
155 Sportart. Also es ist keine Sportart, die man mal in zehn Abenden mal abhandeln  
156 kann und mal gemacht hat und dann war's das. Also einer, der ernsthaft Karate  
157 betreibt, den erfasst das auch in der Regel ein Leben lang. Und wenn der mal eine  
158 Zwangspause einlegen muss, aus meine Erfahrung aus dem Dojo, wir haben sehr  
159 viele Leute, die nach zehn, fünfzehn Jahren wiederkommen, weil sie sich erinnern,  
160 ich hatt doch mal Karate gemacht und möchte mal wieder was für mich tun und ihnen  
161 fällt sofort Karate wieder ein. Also es ist schon (.) etwas, was, soll ich sagen, in  
162 bleibender Erinnerung lässt, weil es einfach so intensiv an deinem Körper arbeitet.  
163 Und am Körper arbeiten heißt irgendwo auch an dem Geist arbeiten, weil in dem  
164 Moment, wo du dich mit deinem Körper beschäftigst, meditierst du nach innen, mit dir  
165 selber meditierst du, in der Bewegung meditierst du. Und ich denke schon, das ist, (.)  
166 das ist (.), wie soll ich sagen, das ganze Paket Körper und Geist, was man immer so  
167 schön sagt, ist schon was dran. Es ist schon sehr intensiv, es ist sehr  
168 vereinnahmend, es ist sehr zeitintensiv auch bis man etwas versteht, verbessert,

169 erlernt, es kostet unheimlich viel Kraft und Zeit, Willen, Konzentration, Koordination,  
 170 also alle Faktoren, die man in den Sportbüchern liest, die hast du eigentlich in einer  
 171 Sportart, in einer Trainingseinheit im Karate, teilweise in einer Bewegung drin. Und  
 172 ich kenne wenig Sportarten, also ich guck' mir, also ich bin sehr interessiert an allen  
 173 Sportarten. Und ich gucke außer Turnen, wo vielleicht der gesamte Körper so sehr  
 174 flexibel eingesetzt wird, kenn' ich wenig Sportarten, wo der Körper so als Ganzes so  
 175 intensiv eingesetzt wird. Also der Läufer hat seine Beine in erster Linie, sagen wir  
 176 mal, vordergründig Fußballer seine Beine wieder plus natürlich die Taktik u. s. w.  
 177 aber so rein sportpsychologisch gesehen, ist schon der Körper sehr also in feinsten  
 178 Teilen immer im Einsatz im Karate. Also grob ist der Anfänger. Dadurch haben wir  
 179 auch dieses Gürtelsystem, damit du auch immer tiefer in die Materie rein kommst,  
 180 das Thema hier ist Timing. XY. (m) hat gestern gesagt: Je besser das Timing, umso  
 181 besser kenn' ich den egal welchen Gürtelgrad jemand hat. Je besser ähm man in  
 182 diese Tiefe reinkommt, umso höher, also so ist die Theorie, so ist es, umso höher  
 183 sollte man natürlich auch in den Gürtelgraden aufsteigen. Und (.) ja wie gesagt, ein  
 184 ganz großes und ganz schwieriges Thema.

185 I: Okay. Ja Gürtelsystem war auch grad noch mal ein Stichwort. Das ist ja sehr  
 186 hierarchisch angeordnet. Warum ist das so? Dann sitzen da so Prüfer. Also es ist  
 187 sehr schwer, Leuten, die das nicht machen, zu erklären. Die kriegen also sofort  
 188 irgendwie so ein ganz komisches Bild, natürlich auch bei Karate in Reihen, da schreit  
 189 ((lachend bis \*)) immer einer – ne. Okay. (\*)

190 A: Dazu muss man erst mal sagen, dass ursprünglich Karate und teilweise heute  
 191 noch in Japan gibt es dieses System nicht. Das System gibt, es gibt ein Schwarzgurt  
 192 und ein Weißgurt. Es gibt den Schüler und den Meister. Dazwischen gibt es  
 193 eigentlich recht wenig. Das ist das Ursprüngliche. Das Gürtelsystem kommt  
 194 eigentlich aus dem Westen. Weil die westliche Mentalität es immer verlangt, dass  
 195 etwas strukturiert ist, ein Konzept für irgendwas vorhanden ist. Das ist so die  
 196 westliche Denkweise. Und natürlich liegt das immer im Ermessen des **Trainers**, in  
 197 Führungszeichen, des **Meisters** wie er damit umgeht. Es gibt natürlich auch  
 198 Negativbeispiele, wie's auch in der Schule Negativbeispiele gibt, beim Job – der  
 199 **Chef** kann auch seine Position negativ ausnutzen. Das gibt es in allen  
 200 Lebenssituationen. Im Karate ist natürlich durch das System, durch die Farb-, durch  
 201 diese Farbgürtel natürlich sichtbar in welche Karatestufe. Das hat nichts, das  
 202 verwechseln auch Viele, mit Intelligenzstufe zu tun. Das ist `ne rein Karatstufe, was,

203 äh was wirklich auf die Leistung im Karate beschränkt, ähm macht das sichtbar,  
204 welche, in welche Höhe ich mich befinde, hat aber, wie gesagt, nichts mit der  
205 geistigen Reife zu tun. Aber wie gesagt, es liegt im Ermessen des **Trainers**, wie er  
206 damit umgeht. Es ist vergleichbar mit Schulklassen. Also unsere ganzen Grundkata,  
207 die Heian-Katas eins bis fünf vergleich' ich immer mit Schulklassen – erste Klasse,  
208 zweite Klasse – vor allem bei Kindern erklär' ich, weil sie immer auf Gürteljagd sind:  
209 Ich möcht' 'n nächsten Gürtel. In der Regel kommt dann als Antwort: Kannst du  
210 schon deine Kata für den nächsten Gürtel? Nein. Würde dich der **Lehrer** auch in die  
211 nächste Klasse schicken, wenn du in deinen Arbeiten überall Sechser schreibst?  
212 Nein. Also bleib noch in der Klasse stehen, bis du `ne eins schreibst in der Arbeit  
213 oder `ne zwei. Dann kannst du in die nächste Klasse hochsteigen. Also so kann man  
214 es ein bisschen (.) vergleichen und wie gesagt, wenn damit richtig umgeht, wie  
215 gesagt, Dunkelziffer gibt es immer, gibt es überall, wenn man damit vernünftig und  
216 richtig damit umgeht, ist eigentlich keine Hierarchie sondern ist einfach auch eine  
217 Hilfe, auch den Trainierenden ein Ziel zu geben, auf eine Prüfung hinzuarbeiten.  
218 Denn wo kann ich mich heute noch in meiner Freizeit, wo kann ich mir in meiner  
219 Freizeit ein Ziel setzen? Wenn ich jemanden seh' im Fitnessstudio: Welches Ziel hat  
220 der denn im Fitnessstudio zu trainieren? Am Anfang ist das Ziel, natürlich die schöne  
221 Figur, abnehmen undsoweiter. Das Ziel ist aber ganz schnell verlaufen nach, ich  
222 glaub', keine drei, vier Wochen dauert das, ist das Ziel in weiter Ferne, weil der Weg  
223 dahin sehr lang und zu schwer wird. Aber durch das Gürtelsystem bring' ich eine  
224 Struktur in etwas hinein, zwingt vielleicht – in Anführungszeichen – die Leute auch,  
225 auf etwas hinzuarbeiten, damit sie letztendlich ihren Fortschritt machen, nicht damit  
226 der **Trainer** seine Position als Schwarzgurt vorne ausnutzt. Und ich glaube, die Zeit  
227 heute hat sich auch ein bisschen verändert. Diese Zeit vor zwanzig Jahren, dass der  
228 Trainer vorne brüllt und alle schreien ‚Oss!‘ und alle springen aus dem Fenster, wenn  
229 der Trainer sagt: Springt! Die Zeiten sind, denke ich, vorbei. Also heute spricht man  
230 auch mit den Trainern. Die Trainer sind nahbar geworden, sind nicht mehr wie früher  
231 beim Ochi geworden, wo man noch nicht mal in die Nähe durfte u. s. w. Das, glaube  
232 ich, die Zeit hat sich schon gewandelt, die Gesellschaft hat sich gewandelt. Es gibt  
233 durchdachte Strukturen in Kinderbereichen, Seniorenbereich. Also ich glaube, hm ein  
234 Laie vielleicht von außen, der sieht das vielleicht so. Aber wenn man das vernünftig  
235 erklärt und dass Prüfungen eigentlich keine Prüfungen sind sondern eher  
236 Überprüfung des momentanen Leistungszustandes, also wenn man das, glaube ich,

237 vernünftig erklärt, dann ist es, steht das auch nicht mehr in Frage, ob das ne  
 238 Hierarchie ist, ob **einer** vorne den Befehl gibt, die anderen folgen, also es ist nicht  
 239 wie beim Militär, wie es früher mal war. Ich weiß, ich hab' selber zu der Zeit  
 240 angefangen. Wenn man (.) eine Sekunde den Blick vom Trainer abgewendet hat,  
 241 musste man Liegestütze machen. Also die Zeiten, es gibt sicherlich noch Vereine,  
 242 die das noch so praktizieren aber in der Regel, würde ich sagen, die heutige Zeit ist  
 243 ein bisschen (.) gesellschaftsfähiger geworden, was auch das Karate angeht. Weil  
 244 die Leute auch über Techniken mehr wissen. Früher musste man nichts über  
 245 Techniken, da musste vorne nur Einer stehen und rum brüllen und Kommandos  
 246 geben. Damit war man zufrieden. Heute ist man damit nicht zufrieden. Die Vereine,  
 247 die das noch so praktizieren, sind sehr klein geworden. Diese Vereine existiert fast  
 248 nicht mehr. Also heute weiß man viel über Techniken, möchte man auch `nen Aufbau  
 249 haben, möchte man `ne Struktur und auch ein Training haben, möchte man auch  
 250 alles erklärt haben, möchte man auch Teilbewegungen haben, Gymnastik sollte auch  
 251 schon eine halbe Physiotherapie sein, damit auch alles passt. Also das Karate hat  
 252 sich extrem entwickelt in allen Richtungen sowohl inhaltlich als auch äußerlich, was  
 253 die Position Trainer-Schüler angeht. Wie gesagt, es gibt immer schwarze Schafe  
 254 aber die gibt es immer im Leben.

255 **I:** Okay. Ähm du hast über Ziele gesprochen, dass die Gürtelprüfungen ein Anreiz  
 256 sind, einfach für die Leute auch dabei zu bleiben. Ich hab' dann so spontan gedacht,  
 257 irgendwann hat man dann ja Schwarzgurt oder auch höhere und ja dann werden  
 258 diese Ziele rarer – ne – Wettkampf halt auch. Ähm was ist dann das Ziel oder wo,  
 259 woher kommt dann die Motivation? Ich meine, ja.

260 **A:** Also **Einer**, der, sagen wir mal, jetzt `nen Schwarzgurt hat - `nen ersten, zweiten  
 261 Dan hat - der macht ja, sagen wir mal, acht bis zehn, zwölf Jahre Karate. Also hat  
 262 der ja schon einen bestimmten Weg hinter sich. Und dieser Weg war in der Regel  
 263 sehr intensiv mit allen Höhen und Tiefen, die dazu gehören. Und jetzt lassen wir den  
 264 **Wettkämpfer** mal raus, haben wir den normalen **Breitensportler**, **der** das macht,  
 265 der hat vielleicht als Ziel, erstmal, sagen wir, die nächste Gürtelprüfung dauert  
 266 vielleicht ein paar Jahre bis das wieder als Ziel kommt. Aber ich denke, es sollte im  
 267 Idealfall so sein, dass **er** verstanden hat, wie komplex, was wir vorhin sagten, wie  
 268 komplex das Karate hat, wie viel Inhalte es noch gibt, wie viel Möglichkeiten es noch  
 269 gibt. Bin ich Trainer im Verein, ist meine Aufgabe als Trainer im Verein, mein, mein  
 270 Verein gut auszubilden, im besten Fall eine gute Trainingseinheit auszubilden, im



271 besten Fall, mir gute Trainingseinheiten auszudenken, dass ich nicht alles wiederhole,  
272 dass ich nicht nur das Prüfungsprogramm rauf- und runtereiere, dass Leute nicht  
273 schon vorher wissen, was kommt bevor das Training losgeht. Das könnte ein Ziel  
274 sein. Das andere Ziel kann sein, eine Kinder- und Jugendgruppe aufzubauen, das  
275 an den Nachwuchs weiterzugeben. Und das dritte Ziel, denk' ich, also, so ist unser  
276 Ziel, sagen wir mal, an die Trainierenden auf solchen Lehrgängen, neue Impulse zu  
277 geben, wo die Leute auch sehen, da ist noch mal `ne Tür, da kann ich `ne zeitlang  
278 weiter arbeiten. Das Lehrgangssystem im DKV ist ja wirklich so, man kann, ich  
279 glaube, an einem Wochenende zehn Lehrgänge gleichzeitig besuchen, um, wenn's  
280 einem langweilig wird, sag' ich jetzt Mal ganz banal im Karate. Also die  
281 Möglichkeiten sind genügend da. Und wer nach zehn, zwölf Jahren nur wegen  
282 Prüfungen trainiert, der hat meines Erachtens sowieso das Ziel ein bisschen verfehlt.  
283 Es ist im Gürtelgrad am Anfang im Schülerbereich natürlich das wichtigste Ziel  
284 erstmal hochkommen, weil immer bei allen ist das Ziel immer – Schwarzgurt. Das ist  
285 völlig natürlich. Und so ist es ja auch gedacht. Aber bis dahin, wie gesagt, durchläuft  
286 man schon einige, einige Zeit, einige Jahre, einige Trainingseinheiten, einige Gi's  
287 verschleißt man da undsoweiterundsofort. Da sollte man schon vielleicht ein  
288 bisschen mehr verstanden haben, dass es mehr gibt als nur `ne Gürtelprüfung  
289 undsoweiter dass man auch mehr draus machen kann. Der **Wettkämpfer an sich,**  
290 **jetzt wenn ich von mir** ausgehe, (.) ich hatte halt das große Glück, dass ich meine  
291 Tätigkeit als **Trainer** eben nach der Wettkampfzeit weiter machen konnte. So bin ich  
292 eigentlich dem Wettkampf treu geblieben, zwar auf der anderen Seite auf der Matte  
293 aber ich bin nach wie vor im Wettkampf und meine Devise war von Anfang an, bevor  
294 ich den Wettkampf auch angefangen habe, ich werde den, den, das Karate weder für  
295 den Wettkampf beginnen noch aufhören. Also es war für mich nie Sinn zum Zweck  
296 sondern es war immer, (.) es ist mitgegangen und es war schön, wenn's gut gelaufen  
297 ist aber ich hab' auch viel Enttäuschungen erlebt aber es hat nie aufgehört. Also es  
298 war, es kam eher so `ne Erstrechtstimmung immer bei mir auf. Und immer wenn's  
299 schief gegangen ist, jetzt erst recht. Also es war mir zu wichtig um es an einem Punkt  
300 am Wettkampf aufzuhängen oder an einem Punkt – Gürtelprüfung. Das war mir zu  
301 groß das Thema oder zu wichtig, um es an einem Punkt fallen zu lassen oder wieder  
302 hoch zu heben. Also es war immer sehr (.) schon, wie gesagt, sehr dominierend und  
303 man kann immer nur von sich ausgehen. Also wenn ich von mir ausgehe, gut am  
304 Anfang – Gürtelprüfung – klar, aber irgendwann mal denk' ich, hat man schon

305 verstanden, es gibt mehr im Karate als Gürtel. Das wünsch' ich jedem, dass das so  
 306 ist. Und ja ich mein', für jeden ist ja mal `ne Grenze da. Für Gürtelprüfung ist klar,  
 307 beim einen ist der erste Dan, beim anderen der dritte Dan und beim anderen der  
 308 fünfte – ist klar. Aber ich hoffe und wünsche auch durch unsere Arbeit, dass ein  
 309 bisschen das Ziel auch anders verstanden wird, dass auch eigentlich – das Karate ist  
 310 das Ziel mit allem, was dazu gehört. Man hat gute Tage, man hat schlechte Tage,  
 311 man hat gute – auch als Trainer – mal gute Einheiten, mal schlechte Einheiten, sind  
 312 auch nur Menschen. Also mit allen Facetten, die dazu gehören, ist das Karate doch  
 313 etwas, denk' ich, Wundervolles. Und da hat man genügend dran zu arbeiten. Und ich  
 314 denk' auch dann, wenn das nicht so wär', würden wir nicht in so `nem großen Kreis  
 315 uns vier Tage hier treffen und die Leute zelten im Regen und frieren sich den Hintern  
 316 ab und sind trotzdem da. Also es muss schon mehr dran sein als jetzt nur reine  
 317 körperliche Bewegung.

318 **I:** Okay. Ähm ja wir hatten ja vorhin schon das Thema schon: „Frauen in  
 319 Führungspositionen im DKV“. Also es gibt mittlerweile ja neununddreißig Prozent  
 320 Mitglieder – also weibliche Mitglieder – und in den Führungspositionen, wenn man  
 321 jetzt in die Vorstände von den Vereinen guckt, da gibt es eigentlich gar keine, also  
 322 fast gar keine Frauen und in dem Verband, Landesverbänden überhaupt also ist  
 323 definitiv null, es sei denn bei Frauenbeauftragte. Wie kommt das? Was meinst du?  
 324 **A:** Äh, hm schwierige Frage. Ich denke mal, fangen wir mal, es gibt eigentlich,  
 325 glaube ich, oder der Grund ist eigentlich, dass Karate selbst, denke ich, ä\_h\_m es  
 326 ging mir früher nicht anders. Ich hab' immer versucht oder ich dachte immer, die  
 327 Frauen oder ich müsste, geh' ich mal von mir aus, ich müsste auch als **Trainer** die  
 328 gleiche Kraft zeigen können wie ein Mann im Karate zeigt. Es ist einfach rein  
 329 psychologisch in der Regel fast nicht möglich, weil einfach, es ist einfach so, dass die  
 330 Frauen von der Power her, also jetzt reine Körperkraft gesehen, natürlich etwas  
 331 schwächer sind als die Männer. Aber ich dachte immer, damit (.) kann man auch die  
 332 Qualität einer Technik oder das Karate ausmachen, bis ich dann verstanden hab',  
 333 dass das nicht so ist, dass ganze andere Faktoren ein Rolle spielen. Aber um das zu  
 334 verstehen, das hat (.) also viel Training und viel Lehrgänge und viel **Trainerdasein**  
 335 gekostet, bis ich verstanden hab', dass es auch auf andere Dinge ankommt als auf  
 336 die reine Körperkraft. Natürlich ist es schön und es sollte auch Power da sein, also  
 337 es ist nun mal eine sehr starke, eine sehr dynamische Sportart, das ist richtig. Aber  
 338 das ist nicht das A und O. Und ich denke, da geht's schon mal los, aus dieser

339 Einsicht heraus, habe ich dann auch keine Probleme gehabt, vor einer großen  
340 Gruppe zu stehen und zu sagen: Darauf kommt es an und das trainieren wir! Da hab'  
341 ich überhaupt keine Probleme. Aber ich weiß, die Schwierigkeit bis man dahin  
342 kommt. Aber das hat, weil ich, sagen wir mal, weil ich jetzt Karateprofi bin, hab' ich  
343 auch die Zeit investiert darin und das auch zu verstehen und Training zu geben  
344 undsoweiterundsofort. Der normale **Dojo-Leiter** oder der normale **Trainierende** in  
345 einem Verein, haben wir ja vorhin auch kurz gesprochen, der kommt nach der Arbeit,  
346 der gibt ein Training und geht in der Regel. Das ist so der Alltag der normalen  
347 Vereine. So und die Zeit, sagen wir mal, der Mann kann vielleicht durch reine  
348 Körperkraft noch manches kompensieren, manche Schwächen - die Frau vielleicht  
349 nicht. Aus der Position geht's schon los. Es gibt wenig Trainerinnen in den Vereinen  
350 schon. Wenn, dann manchen sie die Kindergruppen, weil man sagt, die Frauen  
351 können mit den Kindern gut auskommen. So das ist diese Mutterrolle, die man eher  
352 spielt in den Vereinen aber wenig die Trainerrolle. **Also ich kenn' wenig Vereine,**  
353 **die das machen und wenn,** dann sind das meistens die Sportlerinnen, die auch,  
354 sagen wir mal, die auch sportlich oder im Wettkampf was gerissen haben. Sonst in  
355 der Regel seh' ich eigentlich immer die Frauen, die ich sehe im Verein, die was  
356 machen, sind Kindertrainerinnen. Außer dass sie an der Oberstufe trainieren, bei den  
357 Erwachsenen trainieren (.) also so gut wie gar nicht – höchstens mal Anfänger  
358 irgendwas, also irgendwas, was noch nicht so bedeutend ist, sag' ich jetzt mal  
359 einfach. Und daraus ergibt sich, denke ich auch, dass der nächste Schritt, aus einem  
360 Vereinleiter oder Trainerdasein schon keiner sich traut, noch ein Schritt weiter einen  
361 Verein zu führen. Und keiner, der einen Verein oder Verband (*nicht*) führt, wird  
362 natürlich auch weiter in den Landesverband oder Bundesverband vordringen. Also  
363 ich denke, die Ursachen liegen vielleicht noch in den Anfängen einfach, dass Karate  
364 noch für viele Frauen einfach so ein Thema ist: Ich stell' mich in die Reihe an. Vorne  
365 kann ich sowieso niemand überzeugen und wer soll schon auf mich hören. Und  
366 umgekehrt auch. Die Männer akzeptieren das vielleicht gar nicht, dass `ne Frau,  
367 dazu gehen wir ja gar nichts, warum soll ich das jetzt nachmachen, was will sie mir  
368 denn erzählen. Also all diese, diese Gedanken, die denk' ich, vielen im Kopf rum  
369 gehen und ich weiß um die Schwierigkeit vorn zu stehen als Frau, weiß ich. Ich  
370 mach' jetzt XXXXzehn Jahre Lehrgänge. Ich weiß, was es heißt. Und es hat mir auch  
371 viel gekostet undsoweiter viel Energie und kostet nach wie vor viel Energie aber auch  
372 viel Erfahrung. Und ich denke, weil wir einfach ja in erster Linie uns durch die

373 Bewegung auszeichnen, denk' ich, dass das vielleicht, vielleicht täusch' ich mich  
374 auch, vielleicht mit ein Grund liegt, deshalb werden oft solche, solche Kapitel von  
375 Frauen im Verband abgedeckt, so wie wir das vorhin gesagt haben, die Frauenseite,  
376 wir diskutieren, ob wir `ne Krawatte oder ein Tüchlein tragen. Alles, was eigentlich  
377 nicht so wichtig ist aber worüber auch mal gesprochen werden soll aber eigentlich  
378 nicht ernst genommen wird. Also auch auf diesem DKV-Teil, auf unserem  
379 Verbandstag, wenn ich seh', was für Themen die Frauen behandeln, das ist  
380 eigentlich immer diese gleiche Sparte. Das ist eben bei Frauen die  
381 Selbstbehauptung, vielleicht noch Kindertraining, vielleicht noch, was weiß ich,  
382 treffen sich die Frauenreferentinnen aber das war's, was da gemacht wird. Also als  
383 Trainerinnen wenig passiert da. Wie gesagt, wenn, dann sind das halt die Leute, die  
384 auch wie Nadine, ich – das war's dann auch schon relativ. Bedauerlicher, aber es iss  
385 (.) ist halt der Stand der Dinge. Und ich denke, vielleicht sind wir auch nicht der  
386 einzige Verband, bei dem es so ist. Ich weiß es nicht. Ich kenn' die Struktur in den  
387 anderen Verbänden nicht.

388 **I:** Okay. Du hast gesagt, du weißt, was es kostet, vorne zu stehen als Frau, was  
389 kostet's denn?

390 **A:** Also ich kann mal vom Anfang, äh von den Anfängen erzählen. Ich war, wie  
391 gesagt, vor fünfzehn Jahren war ich paar Tage jünger, war ich Anfang zwanzig, vor  
392 der Gruppe zu stehen, vor fünfzig, hundert, zweihundert Leuten zu stehen, die  
393 teilweise länger Karate machen als du alt bist, ist schon mal, (.) ist schon mal `ne  
394 Überwindung. Weil man genau weiß, sie gucken dich sehr skeptisch an, sie wollen  
395 dich testen, was hast du auf dem Kasten, was bist du für ein junger Athlet, damals  
396 noch als Athlet, man hat im DKV-Magazin vielleicht mal gelesen über dich, nun  
397 wollen wir dich mal live sehen, was kann sie, also die ganz diese normale Skepsis,  
398 die man dir gegenüber hat. Und noch als Schwierigkeit, nenn' ich's noch mal, als  
399 Schwierigkeit – als Frau. Das sind ja zweierlei Dinge. Man muss ja als Mann, äh als  
400 Frau in dem Moment dem Mann befehlen sozusagen, wie er sich zu bewegen hat  
401 oder Kommandos geben und sagen, da geht's lang im Training. Ist natürlich also von  
402 meiner Seite aus, hat das natürlich sehr viel vorneweg natürlich Überwindung  
403 gekostet. Es kostet äh körperlich enorm viel Kraft, wahrscheinlich mehr, schätz' ich  
404 einfach mal ein, wenn man dann rein akustisch, um mit der Stimme durchzukommen,  
405 wie in einer Halle, wie dieser, wo wie heute morgen fast vierhundert Leute drin  
406 stehen, dass auch in der zwanzigsten Reihe hinten dich hört und wahrnimmt und

407 sich auch angesprochen fühlt und nicht verloren geht. Also die ersten fünf Reihen zu  
408 kontrollieren, ist ja nicht das Thema. Wichtig sind die nächsten fünfzehn Reihen, ob  
409 die noch mitkommen. Und das ist eigentlich so rein psychologisch gesehen einfach  
410 auch ein Problem. Gab's auch genügend Beispiele, wo's auch in die Hose gegangen  
411 ist, wo die Stimmen piepsig waren, wo das nicht ankam, wo's bisschen kindlich  
412 geklungen hat. Das sind all diese Äußerlichkeiten, die halt auch gelernt werden  
413 müssen und die man auch verstehen muss, dass das ist alles zum Trainingskonzept  
414 gehört. Und natürlich auch die Akzeptanz der Leute ganz einfach zu bekommen,  
415 dass man sagt: Okay, sie kann was, sie kann mir was vermitteln, ich akzeptier' sie  
416 und geh' ich auf den nächsten Lehrgang auch hin. Und nicht abgetan wird. Aber  
417 leider muss ich sagen, ich hatte, die Männer sieht das bisschen anders aus, ich  
418 hatte, als ich damals anfang als Trainerin, ich hatte keine, die mir das vorgelebt hat.  
419 Ich war die Erste damals. Die XXXXX YYYYYY hat damals zwei Lehrgänge  
420 gegeben aber ich hoffe, ((lachend bis \*)) das erscheint jetzt nicht öffentlich (\*) aber  
421 sie war nie mein Vorbild, weil ich hab' einfach bei ihr trainiert und ich wusste, so  
422 möchte ich nie Training geben. Das war mir einfach zu piepsig, zu fipsig, zu, die  
423 Argumentationen zu (.), weil's die Kampfrichter so sehen wollen, müssen wir es so  
424 machen, es war mir alles bisschen so unhaltbar – um Gottes Willen. Es war genau  
425 die Sparte Frau, Frauenlehrgänge oder Frauentrainerinnen, wo ich gesagt hab', um  
426 Gottes Willen das will ich nicht. Da lächelt jeder. Also ich wollt' nicht ausgelacht  
427 werden. Ich wollt' ernst genommen werden einfach. Und wie gesagt, dadurch dass  
428 ich keine hatte, die mir das vorgelebt hat, muss ich sehr viel selbst erfahren. Und  
429 natürlich konnte ich von den Trainern und den männlichen, sag' ich mal, Trainern  
430 was abgucken aber das ist was ganz anderes als Frau trotz alledem. Also muss ich  
431 sehr viel durch Eigenerfahrung ähm lernen, wie das funktioniert und so`n, so`n  
432 Trainertwist, die sind zu fünft. Das ist ein ganz anderes Paket, als wenn man allein  
433 am Wochenende den Lehrgang hat, wo zweihundert Leute auch auf einen allein  
434 fixiert sind zum Beispiel. Also das ist schon mal `ne andere, hm (.) noch mal ein  
435 anderes Kriterium. Da ist schon körperlich sehr anstrengend, geistig sehr  
436 anstrengend. Das betrifft jetzt Mann wie Frau natürlich. Es ist schon nicht einfach,  
437 wenn man vier oder sechs Einheiten im Kopf hat. Die hat man ja vorher  
438 durchgemacht, durchkonstruiert im Kopf. Und die müssen auf die Sekunde  
439 abrufbar sein, um diese Konzentration über diese lange Zeit zu halten, bis zur letzten  
440 Sekunde auch jeden zu motivieren, weil die einen kommen erst, gehen, ruhen sich

441 drei Stunden aus und du stehst sechs Stunden als Trainer und versuchst, die  
 442 Begeisterung noch durchzuziehen über diese lange Zeit. Das ist schon, wie gesagt,  
 443 körperlich wie geistig auch natürlich auch eine Anstrengung einfach. Und was ich  
 444 vorhin sagte, es ist halt als, als Frau, denk' ich, noch mal ein bisschen mehr als, als  
 445 bei einem Mann. Wobei natürlich auch vieles, du bist routinierter, das ist ganz klar.  
 446 Was du in deinem Leben tust, wenn du es öfters machst, wird es routinierter aber  
 447 nachher kostet es sehr viel Energie, sehr viel Kraft. Allein Kommandos in dieser  
 448 Halle zu geben, laut zu werden, kostet unheimlich viel Bauchkraft, damit es nicht aus  
 449 der Kehle kommt und piepsig klingt. Also das unterschätzt man sehr viel. Und (.), wie  
 450 gesagt, wenn man was vormacht, dass das halt auch verstanden wird, dass die  
 451 Bewegungen so klar und so deutlich sind, natürlich versucht man das Maximum,  
 452 dass auch die Leute auch sehen: Aha, das will sie mir zeigen. Ich kann, weil das lebt,  
 453 das Karate lebt ja einmal aus der Akustik, aus dem Verbalen, aus dem Erklären aber  
 454 vielmehr aus dem Vormachen. Deshalb muss man auch körperlich sehr fit sein und  
 455 nicht nur an den Lehrgängen, sondern auch in der Woche auch sich immer drauf  
 456 vorbereiten, körperlich fit sein, damit man auch akzeptiert wird als Eine, die vorne  
 457 auch wirklich was erzählen kann und nicht Eine, die nach dem Wettkampf zwanzig  
 458 Kilo zugenommen hat, sich kaum bewegen kann, noch aus der Theorie von vor  
 459 zwanzig Jahren lebt. Hat man ja auch genügend Beispiele nach wie vor im Verband.  
 460 Also summa summarum ich hab' versucht, ein bisschen das Karate vorzuleben –  
 461 ganz einfach.

462 **I:** Und ja, liegt das jetzt vorwiegend an der Stimmung, dass das als Frau  
 463 anstrengender ist als, als Mann oder an der Fitness? Aber das kam jetzt nicht so  
 464 rüber. Du meinst, es wäre anstrengender aus verschiedenen Gründen. Aber ich hab'  
 465 jetzt verstanden, okay Stimme, dann vielleicht irgendwie Fitness auf das so lange  
 466 aufrecht zu erhalten und was war das Dritte? Ach so dann doch auch die Akzeptanz  
 467 zu kriegen, also wenn man dann doch erst mal – ne.

468 **A:** Also vom Umfeld her die Akzeptanz, glaub' ich, die hab' ich. Also mein' ich, die  
 469 hab' ich. Das Gefühl, sag' ich, ich hab' sie. Ich bin ja auch lange genug jetzt dabei.  
 470 Also die Akzeptanz hat man sich erarbeitet und das ist auch in Ordnung jetzt. Und  
 471 stimmlich natürlich, also wie gesagt, meine Stimme hat sich auch in den letzten  
 472 fünfzehn Jahren verändert, einfach durch diese viele Kommandos, durch das laute  
 473 Sprechen und ja und ja die ist einfach dunkler und tiefer geworden die Stimme. Aber  
 474 das bringt einfach der Beruf mit sich. Körperlich – auf jedem Fall – bringt das mit

475 sich, weil der weibliche Körper ab `nem bestimmten Alter eben auf was anderes aus  
476 ist als auf Training sondern um Kinder zu bekommen und, und, und. Das ist ja, das  
477 ist ja von der Natur so vorgegeben. Eigentlich arbeitet man als Sportler dagegen.  
478 Und ich bin jetzt siebenunddreißig und eigentlich die biologische Uhr, um jetzt, sagen  
479 wir mal, ein Kind zu bekommen, dieser Natur zu folgen, tickt. Also arbeite ich schon  
480 seit Jahren dagegen und das wird auch weiter so bleiben. Ich versuch' immer, diese  
481 Fitness aufrecht zu erhalten und ich denke, das kostet schon einer Frau wesentlich  
482 mehr Kraft. Und ich sehe, man braucht sich ja nur seine eigenen Mitschüler  
483 anzusehen, die gleichaltrig sind, wie sie aussehen und wie du selber aussiehst. Ich  
484 mein', die Beispiele, die Beispiele sind ja da. Es ist ja nicht aus der Welt gegriffen.  
485 Das ist, die Praxis sagt einfach, das ist einfach die Natur. Das lässt ab `nem  
486 gewissen Alter bei Frauen nach, vielleicht lässt das Gewebe nach u. s. w. u. s. f. Und  
487 eigentlich, diese Spannung zu halten, sowohl im Leben als auch im Körper, als auch  
488 in Muskulatur und, und, und, kostet schon Energie, sagen wir mal so. Ich trainier'  
489 jeden Tag, ich trainier' jetzt zum größten Teil zweimal am Tag. Das fällt manchem  
490 Zwanzigjährigen bei uns im Dojo nicht leicht und ich mach's mit siebenunddreißig  
491 immer noch mit der gleichen Begeisterung. Natürlich ich merk' auch einfach, vor  
492 zwanzig Jahren bin ich, wenn ich ein hartes Training gemacht hab', am Abend  
493 wieder ein hartes Training gemacht. Heute, wenn ich ein hartes Training mach',  
494 muss ich einen Tag warten bis die Knochen wieder da sind, wo sie hin sollen. Also  
495 es ist einfach, die Natur die zwingt dich schon ein bisschen in die Knie und sagt:  
496 Mach langsamer! Und willst trotzdem dagegen zu halten und: Nee, ich versuch'  
497 schon aufrecht zu bleiben und versucht, diese Fitness zu halten, weil man will ja  
498 auch durch Bewegung überzeugen vorne. Was ich sagte, Karate lebt ja vom  
499 Vormachen, vom Zeigen. Und ich find's halt schade, wenn man, vielleicht kommt es  
500 ja mal, aber ich find' es halt schade, wenn man nur noch aus Theorie Karate macht.  
501 Das ist einfach schade. Vielleicht, wie gesagt, zwingt die Natur einem einmal dahin  
502 aber ich seh's jetzt am XY. , der ist jetzt ...zig (Alter), wie man gehört hat, wie er sich  
503 bewegt und das ist eigentlich das beste Vorbild, dass das doch noch weiter geht,  
504 wenn man will. Natürlich kostet das Überwindung, viel Kraft und kostet viel (.) ja, wie  
505 gesagt, Überwindung aber es ist machbar. Es ist halt auch eine, eine Konsequenz  
506 oder dass man sehr diszipliniert mit sich umgeht und mit allem, was dazu gehört.  
507 Aber ich hab' auch das Glück, dass ich in einem guten Kreis bin, S.(m) und E. (m),  
508 dass wir uns alle drei so hochziehen. Wir machen alle drei gegenseitig, dass es

509 auch, einerseits ist es auch nicht leicht aber einfach die Fälle, der vielleicht immer  
 510 allein gelassen ist, der immer von sich aus starten muss. Ich hoff', die Frage ist  
 511 beantwortet.

512 **I:** Ja. Ja, mir fiel nur so spontan ein. Männern geht es ja nicht viel anders. Ich meine,  
 513 da lässt ja dann auch alles förmlich ab `nem bestimmten Alter nach – ne und die  
 514 müssen ja nun auch dagegen arbeiten. Ist es bei Frauen wirklich eher oder mehr?  
 515 Ich weiß es nicht.

516 **A:** Ähm blub, blub, blub so bei den Männern mit Sicherheit ist es genau das Gleiche.  
 517 Ich mein', ich erleb's ja auch. Ich weiß es auch. Aber ich glaube einfach, für die Frau,  
 518 weil es eine sehr dynamische Sportart ist, wie gesagt, eine sehr kraftbetonte Sportart  
 519 ist, ist einfach, es kostet einfach mehr Kraft. Es ist (.) schwierig zu sagen aber es ist  
 520 eine sehr, sehr kraftaufreibende Sportart und weil das Element Kraft, also Kraft in  
 521 Verbindung mit Dynamik, einfach für die Frau eigentlich sehr schwierig ist, denke ich,  
 522 das ist einfach, kostet noch ein bisschen mehr Energie als bei einem Mann. Natürlich  
 523 kommt das Alter bei Männern auch zum Tragen. Das ist eine ganz normale  
 524 natürliche Geschichte, die das Alter mit sich, Alter, ach was sag' ich, mit sich bringt  
 525 aber ich denke schon, dass es für die Frau vielleicht manchmal schwerer ist, wobei  
 526 ich sagen muss, dass die Frauen im Training selbst wesentlich zäher sind als die  
 527 Männer. Also das hat meine Erfahrung gezeigt. Das zeigt auch zum Teil die  
 528 Ergebnisse, die Medaillenränge oder die Ergebnisse bei den Meisterschaften, dass  
 529 einfach unsere Frauen im Verband wesentlich erfolgreicher sind als die Männer. Und  
 530 wenn ich seh' auch im Training die Häufigkeit, wann die Athleten erscheinen, ist bei  
 531 den Frauen deutlich besser als bei den Männern oder bei den Jungs in dem Fall.  
 532 Also ich denke schon, dass so von der Einstellung her die Frauen zäher sind, auch  
 533 später aufgeben im Training als ein Mann. Vielleicht sind Männer wehleidig, ich weiß  
 534 es nicht. Aber grundsätzlich der Kraftaufwand insgesamt gesehen ist, glaube ich, bei  
 535 der Frau (.) vielleicht ein bisschen mehr.

536 **I:** Ja, was du gesagt hast, diese Akzeptanz zu kriegen als Frau, als Trainerin das hat  
 537 Kraft gekostet auf jedem Fall, du hast aber auch nie aufgegeben sondern einfach  
 538 weiter gemacht. Wie, wie bist du damit umgegangen? Das wäre jetzt die Frage.  
 539 Gab's, gab's konkrete Beispiele? Ich kann mich noch erinnern, bei `nem Lehrgang  
 540 war das mal im M [Stadt], L. (*m*) kommt da einmal und trainiert dann mit und er hat  
 541 dann nicht ‚Sensei ni rei‘ gesagt – das fand ich doof.



542 **A:** Na gut zum Thema L. (*m*), das lassen wir jetzt mal weg. Das ist, (I lacht) das ist na  
 543 ja das kann man jetzt nicht an Beispiel nehmen. Der R. (*m*) ist halt ein Fall für sich  
 544 aber das kann man nicht, das lassen wir jetzt mal weg. Aber summa summarum (.)  
 545 muss ich wirklich sagen, also (.) die Akzeptanz ist, denk' ich, da. Also ich merk's an  
 546 meinen eigenen Lehrgängen, ich merk's wenn wir zu dritt sind, zu viert sind, zu fünft  
 547 sind so wie hier, also ich habe nicht das Gefühl, also all der zu mir auf den Lehrgang  
 548 gekommen und mich nicht akzeptiert, dann frag' ich mich sowieso, warum kommt  
 549 der. Der weiß doch, wer Training gibt. Also wenn der/keiner ist ja gezwungen, zu  
 550 kommen. Also sie würden nicht kommen, wenn sie nicht wollten. Von daher denk'  
 551 ich, die Akzeptanz ist da. Also man zwingt ja niemanden hier her. Äh wie ich das  
 552 hingekriegt hab'? Man wächst in so `ne Aufgabe auch hinein. Also ist am Anfang  
 553 natürlich mit Unsicherheiten, die man versucht, nicht so zu zeigen, natürlich versucht  
 554 man halt, zu überspielen aber man wächst in diese Rolle hinein und mit jedem  
 555 Lehrgang und mit jedem Lob, was man nach dem Training bekommt, wächst man  
 556 auch in seinem eigenen Selbstbewusstsein und (.) weil man auch vielleicht weiß,  
 557 dass ich vom XY. komme und was ich sage, hat Hand und Fuß und nicht, ich hab's  
 558 nicht erfunden, nicht, also ich mach' mein Training selber aber es ist nicht aus, wie  
 559 soll ich sagen, aus dem Himmel gegriffen. Ich erzähl' jetzt nicht irgendwas, ohne  
 560 mich vorher abgesichert zu haben, was auch haltbar ist. Also vielleicht ist es auch,  
 561 da es diesen Stellenwert hat im Verband, ist auch vielleicht ein bisschen, sagen wir  
 562 mal so, bisschen Vorakzeptanz da gewesen, weil man wusste, okay, ich komm', ich  
 563 bin die Schülerein vom XY. . Vielleicht oder mit Sicherheit hat das auch mitgeholfen.  
 564 Aber letztendlich da vorne steht man allein. Da ist kein XY, kein Niemand neben  
 565 dran, man muss das allein durchzieh'n. Und muss man auch sagen, das ist vielleicht  
 566 auch nicht jedermanns Sache. Vielleicht gibt's auch deshalb nicht so viele, so viele  
 567 Trainerinnen. Aber dadurch dass ich im Wettkampf auch in der Katadisziplin immer  
 568 alleine vorne steh' und ich bin gewöhnt, mich alleine zu präsentieren und mich  
 569 bewerten zu lassen oder gewöhnt war, hat das vielleicht, hab' ich mit `ner anderen  
 570 Frechheit bin ich in diese ganze Sache rein gegangen und einfach das gewöhnt war.  
 571 Vielleicht, ich hab' das im Wettkampf gesehen auf eine andere Art und Weise aber  
 572 ich hab' mich auch, ich präsentier' mich, ich muss akzeptiert werden. Im Wettkampf  
 573 du zeigst dich und du möchtest mit deiner Kata angenommen werden und akzeptiert  
 574 werden. Von daher waren das vielleicht Parallelitäten oder Parallele, die einfach mit  
 575 helfen. Aber sagen wir mal so, ich hab' nie groß Probleme mit meinem

576 Selbstbewusstsein gehabt. Deshalb sag' ich, ist vielleicht auch Charaktersache  
 577 einfach. Vielleicht ist nicht Jeder für gemacht. Muss man auch können und auch bei  
 578 uns im Dojo hab' ich kein Problem. Ich hab' auch kein Problem, jetzt vor so vielen  
 579 Leuten zu stehen. Das ist für mich, also ich seh' meine Aufgabe als Trainer so, dass  
 580 – egal ob ich Zwanzig oder Zweihundert vor mir hab' – ich versuch' mit der gleichen  
 581 Überzeugung. Natürlich ist einfach rein organisatorisch, muss man ein bisschen  
 582 anders schau'n bei zweihundert Leuten als bei Zwanzig. Aber die Intensität oder das,  
 583 was ich an Kraft reinsetze, ist für mich identisch. Also das ist für mich ein und  
 584 dasselbe und ich versuche, auch den Zweihundertsten mit der gleichen Begeisterung  
 585 auch zu erreichen wie den Zwanzigsten, weil ich denke, allen haben es verdient, alle  
 586 haben das Recht. Alle, die auf dem Lehrgang sind, wenn nur Zwanzig da sind,  
 587 können die Zwanzig ja nichts dafür, dass die anderen nicht Hundert gekommen sind.  
 588 Sondern die Zwanzig müssen mit einem zufriedenen Tag nach Hause gehen, also  
 589 und so. Ich denke, das kommt dann auch an. Und von daher denke ich auch, ist  
 590 auch als Antwort eine gewisse Akzeptanz auch da. Weil ich versuch's auch, einfach  
 591 den Leuten auch zu geben.

592 **I:** Okay. Würdest du Karate eher, hat das männliche Anteile für dich? Also ich hatte  
 593 ein Interview, (.) da kam das ganz klar rüber, dass sie meinte, es hätte super viel  
 594 männliche Anteile. Karate wäre irgendwie ein männlicher Sport. Damit konnte ich  
 595 jetzt so selber/deswegen stell' ich die Frage ((beide lachen)).

596 **A:** Ich kann damit auch nicht so viel anfangen – männliche Anteile. Puhhh wie man's  
 597 sieht. Also ich kann jetzt nicht in einen Kopf eines Mannes hineinschauen aber es  
 598 war (.) äh ich kann nur sagen, ich hab' Karate vom ersten Tag bis heute noch mit  
 599 Männern trainiert und meine Trainingspartner waren von Anfang an immer nur  
 600 Männer. Weil ich hatte mal oder wo ich angefangen hab', wollte ich mal, wie gesagt,  
 601 was ich vorhin gesagt, wollte ich so sein wie ein Mann, so gut sein, wie ein Mann, so  
 602 stark sein wie ein Mann, weil ich das immer toll fand, weil diese Kraft mich nach wie  
 603 vor fasziniert. Und dann hab' ich von einer Läuferin diese Florence Griffith Joyner,  
 604 die jetzt verstorben ist vor Jahren, diese Läuferin, hab' ich mal ein Interview gelesen,  
 605 weil sie damals mit Abstand die Beste war im Hundert-Meter-Sprint, da hat sie  
 606 gesagt, sie trainiert nur mit Männern, weil das sind die Besseren. Mit Schwächeren  
 607 gibt sie sich gar nicht ab, weil sie möchte so sein wie die Besseren. Also trainiert sie  
 608 mit den Besseren – nicht mit den Schwächeren. Sie läu/sie sieht zwar immer den  
 609 Rücken der Männern beim Laufen aber sie versucht, ran zu gehen. Und das war für

610 mich auch so, so`n Motto. Ich hab' immer versucht, mit Männern, also weil ich sie  
 611 immer als Bessere gesehen hab', also in dem Fall mit S. und E. auch wenn wir  
 612 Lauftraining gemacht haben immer mit denen, ich hab' auch immer nur ihren Rücken  
 613 gesehen. Aber das war für mich die Motivation. Alle, die hinter mir waren, haben  
 614 mich ja nicht interessiert sondern die vor mir waren, die haben mich ja interessiert.  
 615 So hab' ich eigentlich immer alles gesehen. Wie war die Frage? Männliche Anteile.  
 616 Ah jetzt ((lachend bis \*)) ist ja gut, dass ich nicht wegrutsche, dass ich nicht  
 617 wegrutsche von der Frage. (\*) Also hab' ich versucht, immer mit Männern zu  
 618 trainieren. Ich wollt', dass ich mit Männern trainier', damit ich so nah wie möglich an  
 619 diese, an diese Leistung rankomme. Deshalb hab' ich das, jetzt nicht negativ  
 620 gesehen, männliche Anteile. Ich weiß jetzt nicht, ob die Frage auch oder die Antwort  
 621 von der anderen Kollegin als negativ gedacht war aber – nicht so – ne. Äh männlich,  
 622 ja wie gesagt, wenn man sieht ...

623 **I:** Aggressionen war auch bei...

624 **A:** Aggressionen? (2) Es gibt für mich auch negative und positive Aggressionen. `Ne  
 625 positive Aggression ist für mich einfach ein Kräfteinsatz. Aggression wirkt sich in  
 626 einer Kraft aus und negative Aggression ist immer ganz deutlich, wenn man sagt: Ich  
 627 hau dir auf die Fresse. Also ich mein', das machen wie ja nicht im Karate. Also es  
 628 soll ja nicht so sein. Ja, (.) ist schwierig. Ich kann die Frage gar nicht so richtig  
 629 beantworten. Klar, hat es männliche Anteil, natürlich ist es, was ich vorhin öfters  
 630 sagte, es ist halt einfach ein Kraftakt mit Sicherheit. Aber es sind auch sehr viel  
 631 weibliche Anteile. Was sind dann mit den ganzen weichen Bewegungen in der Kata?  
 632 Was ist mit dem ganzen Ausführen, was wir vorhin angesprochen haben? Was ist  
 633 damit? Da tun sich die Männer schwer. Da sind die Frauen wieder im Vorrang. Da  
 634 haben die Frauen wieder bessere Karten. Ich denke, diese Yin-Yan die sind schon  
 635 im Karate in einem sehr ausgewogenen Maß vertreten als wie man es sieht. In  
 636 manchen Momenten brauch' ich diese männliche Aggressivität vielleicht, in manchen  
 637 Momenten brauch' ich die Weibliche. Die Katas leben es uns vor. Es gibt aggressive  
 638 Katas, es gibt (.) weiche Katas, also wie die Nisho-Shi-Ho heute morgen. Es gibt  
 639 kraftbetonte wie Sochin, wo einfach die Kraft dominiert oder Jion oder Jiini. Bitte wie  
 640 auch immer. Also ich denk', das Karate ist schon so charakterisiert auch, man  
 641 charakterisiert ja auch diese Katas in verschiedenen Charaktere. Warum sagt man,  
 642 für deinen Körper und für deine Statur passt die Kata besser. Für dich passt die Kata  
 643 besser. Sonst können ja alle die gleiche Kata mit der gleichen Intensität machen.

644 Von daher, denke ich, hat sie vielleicht recht gehabt mit der Aussage aber man darf  
645 es nicht negativ sehen. Sondern das ist einfach, das ist richtig – ja – richtig.

646 **I:** Also war es jetzt so für dich selber jetzt nie `ne Schwierigkeit, dass du im Grunde  
647 immer nur auf Männer getroffen bist sowohl als selber Trainierende, dass du  
648 männliche Trainingspartner hattest, einfach auf Wettkämpfen, dass eigentlich nur  
649 ((lachend bis \*)) männliche Kampfrichter da sitzen (\*) und dich bewertet haben als  
650 auch jetzt als Trainerin, wenn du vorne stehst, siehst du ja auch mehr Männer als  
651 Frauen im Grunde – ne - also.

652 **A:** Also einmal glaube ich, seh' ich durch eine Trainerin, ich hör' das immer, die  
653 Frauen sprechen mich jetzt konkret drauf an, dass sehr viele Frauen sich freuen oder  
654 begeistert sind, dass eine Frau vorne einfach den Ton an für sich angibt, weil die  
655 Identifikation mit der Frau wesentlich leichter fällt wie mit einem Mann. Was ich  
656 vorhin sagte, Männer sind von der Kraft her sowieso dominierend. Wenn ein Mann  
657 technisch schnell und stark vormacht, ist es ((komm' ruhig rein – spricht mit  
658 Reinkommenden)) schnell und stark vormacht, ist es vielleicht schön anzusehen  
659 aber vielleicht kommt im Hinterkopf der Frauen – ich erreich' das sowieso nicht. Das  
660 ist, wie soll das gehen? Wenn `ne Frau das macht, kommt vielleicht der Gedanke:  
661 Ja, wenn sie's macht, vielleicht kann ich's dann auch. Von daher denk' ich, dass die  
662 Richtung schon mal positiv angekommen ist. Du hast noch `ne zweite Frage mit  
663 reingesetzt?

664 **I:** Das hab' ich jetzt auch vergessen aber ... (I lacht)

665 **A:** Der O. hat gestört.

666 **I:** Ja. (I lacht) Ja. Ähm wenn, jetzt noch mal zum, zum Thema jetzt der Arbeit zurück.  
667 Es sollen ja, ich will ja Ansatzpunkte finden eventuell, auch um im, im DKV, im  
668 Verband halt mehr Anreize für Frauen in Führungspositionen zu finden. Hast du `ne  
669 Idee, was man da machen könnte spontan?

670 **A:** Na ja, ist schwierig, weil in der Verbandstruktur würde ich so einiges verändern.  
671 Also unter anderem auch diese Sachen aber das ist nicht das Einzige aber (.) ja ich  
672 glaub', unser Verband hat die gleichen Probleme wie viele Verbände auch. Das hat  
673 man jetzt bei der Fußball-WM gesehen, wie trotz vorhandenen Geldern und  
674 sonstigen Möglichkeiten wie eingeschlafen oder wie eingefahren, sagen wir es  
675 besser so, so ein Verband sein kann in alten Strukturen, die einfach nicht mehr up-  
676 to-date sind, sag' ich jetzt mal. Ich denke nichts anderes, also uns geht es nicht  
677 anders mit den, mit den eingefahrenen Strukturen. Dazu gehört natürlich auch diese,

678 diese Frauengeschichte. Wie gesagt, das, was ich vorhin sagte, das geht ja schon in  
 679 den Vereinen los. Wer ist denn schon in den Vereinen vorne? Also es muss dann  
 680 schon erst mal im Kleinen angesetzt werden, dass die Frauen sich als Trainer mehr  
 681 durchsetzen, durchsetzen in den Vereinen, in den Vorständen mehr durchsetzen,  
 682 nicht nur diese Frauenabteilungen in die Hand nehmen sondern die gesamte  
 683 Abteilung. Und jetzt ist mir auch die Frage von vorhin eingefallen, man darf nicht  
 684 sich, wie soll ich sagen, ich bin die Frau und er ist der Mann, also ich muss mich  
 685 emanzipieren, also immer mit dem Gedanken, ich hab' ein Problem mit `nem Mann.  
 686 Also wenn man immer nur mit diesem Gedanken durch die Welt rennt, ich glaub',  
 687 dann hat man auch in Problem damit. Ich hatte kein Problem, weil Männer in der  
 688 Reihe standen. Das war nämlich die Frage, ob ich Probleme/ sondern ich hab' das  
 689 jetzt nicht so geseh'n. Das ist der Mann, der akzeptiert dich jetzt nie und die Frau  
 690 akzeptiert mich. Vielleicht war das genau umgekehrt. Die Frau hat mich nicht  
 691 akzeptiert und der Mann hat mich sofort akzeptiert. Oder als Kampfrichter den Mann  
 692 zu sehen. Ich hab' das nicht so gesehen den Mann sondern das war der  
 693 Kampfrichter. Also ich hab' das nicht so schwarz auf weiß gesehen. Also (.) ich  
 694 musste den Karateka überzeugen und ich musste den Kampfrichter überzeugen. So  
 695 und ich hab' auch international genügend Frauen gehabt. Und die Frauen waren die  
 696 schlechtesten Kampfrichter, also die mich am schlechtesten bewerten haben, so  
 697 rum. Also ich hab' das nicht so in Katalogen gesehen. Mann schlägt Frau gut  
 698 sondern als Mensch gesehen. Und da gibt es bei beiden Geschlechtern gut und  
 699 schlecht. Und ja.

700 **I:** Und wenn du jetzt ein, ein Fazit ziehen solltest aus deinem bisherigen Karateleben,  
 701 wie würde das klingen?

702 **A:** Um Gottes willen – keine Ahnung. Fazit? Sportlich oder?

703 **I:** Wie du meinst.

704 **A:** (.) Ist schwierig. Wie gesagt, wenn ich das mittlerweile fünfundzwanzig Jahre  
 705 machst, vierundzwanzig, fünfundzwanzig Jahre machst, dann ist das der größte Teil  
 706 deines Lebens hast du dich damit befasst und sehr intensiv befasst und hast auch  
 707 sehr, sehr viel dadurch auch gewonnen an Freunden, an Erlebnissen, allein wenn ich  
 708 die Wettkampfreisen nehme. In meinem Alter hab ich die ganze Welt bis auf  
 709 Australien hab' ich alles gesehen. Wer kann das in meinem Alter von sich  
 710 behaupten? Also hat auch sehr viele Nebenerscheinungen mitgebracht, die ich  
 711 vielleicht mit `ner anderen Sportart alleine nicht hätte hingekriegt. So rein sportlich

712 gesehen hat es mir sehr viel im Leben gebracht durch das Reisen. Und jetzt mal den  
713 Wettkampf zur Seite genommen – puhhh also es ist schon, es ist schon, es formt  
714 schon deine Person enorm, ob du jetzt vorne stehst als Trainer, weißt du, hast so `ne  
715 große Gruppe geleitet, ob du jetzt die Kinder trainierst und die hören auf dich und  
716 sind auf dich angewiesen, ob du jetzt im Dojo dein Training gibst und siehst wie ein  
717 Weißgurt, der bei dir angefangen hat und jetzt seinen Schwarzgurt macht. Also es  
718 sind schon viele Erlebnisse. Also jetzt in einem Satz zu sagen, ein Fazit, einen  
719 Schlusstrich oder ein Ergebnis zu sagen, ist ganz schwierig, weil das so viele  
720 Facetten hat. Also summa summarum, um es mal ganz blöd zu sagen, es hat  
721 einfach sehr viel gebracht, so sehr das Lebens inhaltsreich gemacht. Wenn ich seh',  
722 was andere Menschen, wie andere Menschen ihren Tag verbringen mit einem Chef,  
723 der sie von oben drückt, mit Mitarbeitern, die am Stuhl sägen und, und, und, da kann  
724 ich sagen summa summarum, ich hatte sehr viel Glück im Leben und das größte  
725 glück war das Karate - mein Hobby - zum Beruf wurde. Das können Wenige von sich  
726 behaupten dass das funktioniert. Und ich bin akzeptiert in meinem Beruf. Keiner will  
727 mir irgendwas. Ich bin selbständig in meinem Beruf. Ich hab' freie Hand und es ist,  
728 sagen wir mal so, es ist ein Beruf, wo die Leute in ihrer Freizeit hinkommen, das  
729 heißt – gut gelaunt, keiner zwingt sie. Das ist schon mal sehr viel. Also man hat  
730 eigentlich mit sehr viel Positivem zu tun und mit sehr viel Freundlichkeit zu tun. Und  
731 das summa summarum, glaube ich, das gibt mir mehr manch anderem in manch  
732 höheren Positionen, mit manch viel mehr Geld aber, ich sag' mal, mein Leben ist  
733 sehr friedlich, sehr harmonisch, ohne dass es mit rosa Wölkchen ist aber es hat  
734 Höhen und Tiefen. Aber summa summarum kann ich sagen, ich bin sehr zufrieden  
735 mit meinem Leben und ich bin glücklich, dass es so diesen Weg genommen hat. Und  
736 da hat das Karate den größten Anteil daran gehabt.

737 **I:** Okay. (I lacht) Gibt es irgendwas, was du anders machen würdest, wenn du's noch  
738 mal entscheiden könntest?

739 **A:** Ich wär' viel früher zum XY gekommen. ((lachend bis \*)) Das wär' das Einzige,  
740 wenn ich das gekonnt hätte (\*) aber auch das können Wenige von sich sagen aber  
741 ich würde das alles genauso in der gleichen Reihenfolge machen.

742 **I:** Ist okay. Danke.

743 **A:** Das war's?

744 **I:** Ja.

745

746

## 1 Interview mit C vom 02.08.2006

2

3 I: Okay, dann legen wir einfach los. Ja, also ich hab' ja schon erzählt, ich mach' `ne  
4 Studie „Frauenwege im Karate-Do“ und ähm tja mich würde halt deine  
5 Lebensgeschichte mit Schwerpunkt der Karategeschichte interessieren – ne einfach  
6 so, das mal erzählst.

7 C: Okay, ich hab' Karate 1976 angefangen, da war ich 21 Jahre alt. Und ähm (.) ja  
8 zuerst in F [Stadt] ein Semester lang ähm so die Idee gekriegt und noch nicht so  
9 richtig rein gekommen. Und als ich dann nach B [Stadt] gezogen bin, hab' ich ähm in  
10 B [Stadt] dann noch mal `nen Anfang/Anfängerkurs gemacht und ähm ab da wirklich  
11 regelmäßig zweimal die Woche trainiert (.) und ähm (.) ja so insgesamt zu meiner  
12 Geschichte den ersten Dan hab' ich dann nach sieben Jahren gemacht – 1983. Den  
13 zweiten Dan – äh da war ich zwischendurch ein Jahr in Australien – das hat also so  
14 vier Jahre gedauert, äh das war 1987 und den dritten Dan (.) noch später, das muss  
15 dann so ungefähr `93 gewesen sein. Und ich hab' jetzt keinen Ausweis dabei. Ähm  
16 die Dan-Prüfungen hab' ich alle bei Ochi gemacht. Also Ochi war ab dem braunen  
17 Gurt eigentlich mein Hauptlehrer. (.) Ähm ich selbst hab' auch (.) immer mal wieder  
18 als Trainerin gearbeitet. Angefangen hat's mit äh (.) mit `nem halben Jahr Vertretung  
19 für E. – damals noch H. in D [Stadt]. Die hat da Training gemacht im Frauen-Dojo.  
20 Da bin ich dann also an ihrer Stelle als sie in äh Neuseeland und Australien war für'n  
21 halbes Jahr, bin ich dann immer hingefahren und hab' Training gemacht mit den  
22 Frauen. Die waren damals alle so (.) Gelb- bis Orangegurte. Also das war ganz  
23 spannend und eine ganz schöne Atmosphäre. Und ich muss sagen, das  
24 Trainerinsein hat mir auch sehr geholfen, später als ich dann in der Schule  
25 unterrichtet hab'. Dann war so dieses ähm vor `ner –Gruppe stehen so die erste  
26 Angst war schon mal weg. Das also das hatte ich mir dann schon mal bewiesen, das  
27 kann ich. Also das hat mir dann insofern auch bei meiner beruflichen Karriere  
28 geholfen. Ja ich (.) hab' dann (.) aber also ich hab' mir damals nie vorstellen  
29 können, dass mein Leben jemals ohne Karate sein könnte aber inzwischen ist es  
30 soweit, und zwar hat, kam das dadurch, dass ähm (.) ja nach zwanzig Jahren Karate  
31 bin ich durch andere Dinge auf (.) ähm erst auf Tantra gekommen und hab' so  
32 festgestellt, ich hab' jetzt so meine männliche Seite gelebt, Karate ist für mich nach  
33 wie vor mehr die männliche Seite und jetzt wird's mal Zeit für die weibliche Seite.  
34 Und in dem Moment hab' ich dann Aikido entdeckt. Ich bin nach H [Stadt] gezogen



35 und da war ein Aikido-Dojo in der Nähe. Vorher hab' ich Aikido mal gesehen. Und  
36 ähm (.) dachte so: Oh, wenn ich nicht schon Violett-Gurt hätte, würde ich das gerne  
37 machen. Ich finde, das sieht einfach elegant aus. Man rollt, man ist ähm viel (.)  
38 weicher und ja es ist `ne ganz andere Vorgehensweise und trotzdem wirkt es sehr  
39 effektiv. Und ähm (.) danach hab' ich dann (.) Aikido angefangen und ähm da hab'  
40 ich's auch innerhalb von sieben Jahren zum ersten Dan gebracht. Und dadurch ist  
41 also Karate immer weniger wichtig geworden. Ich hab's also, ich bin also jetzt vor  
42 einem Jahr nach A. ausgewandert und ähm davor hab' ich die letzten Jahre  
43 eigentlich nur noch einmal die Woche Karate trainiert, um's nicht sterben zu lassen  
44 und weil ich das Training mit S. (*w*) so spannend fand. Ähm also persönlicher  
45 Kontakt war da wichtiger als karatespezifischer Ehrgeiz. Und ähm naja das ist dann  
46 durch das Weggehen weggefallen und obwohl ich's da am Ort, wo ich lebe in A., N  
47 [Dorf] auf dem Land, ähm es ein' Karate-Dojo zwar gibt ein Kleines und die sehr nett  
48 sind und der Stil ist ganz ähnlich wie Shotokan und die würden sich freuen, wenn ich  
49 bei ihnen mit trainieren oder unterrichten würde aber irgendwie hab' ich so gemerkt,  
50 das ist nicht mehr mein Ding. Also Aikido hat wirklich so die Stellung übernommen  
51 und (.) als ich noch in H [Stadt] gelebt hab', hab' ich also zwei-, dreimal die Woche  
52 immer Aikido trainiert und inzwischen ist das auch leider viel seltener geworden –  
53 ähm vielleicht einmal im Monat noch, weil dafür muss ich nach S [Stadt] fahren. (.)  
54 Okay, ja, also ich kann sagen, Sport ist in meinem Leben immer wichtig gewesen  
55 und ähm Karate ist ja auch so was wie, wie ein Weg. Das ist was, was das ganze  
56 Leben (.) ähm (.) vereinnahmt irgendwo, wo man zwei-, dreimal die Woche zum  
57 Training geht, hm viele Wochenenden auf Lehrgängen verbringt. Nachher macht der  
58 ganze Freundeskreis Karate. Also konkret sogar Partner lernt man im Karate  
59 kennen. Also einer meiner wichtigsten Partner ähm den hab' ich übers Karate  
60 kennen gelernt. Da war ich selber Braungurt und äh ich weiß nicht, soll ich Namen  
61 nennen? (C lacht) Also D. (*m*) war dann auch in der Nationalmannschaft und hab' ihn  
62 dann so mit begleitet. Und ähm als das zu Ende ging, der nächste Freund war auch  
63 von Karate. Und mit dem war ich ähm also mit D. war ich drei Jahre zusammen. Mit,  
64 mit dem F. (*m*) war ich dann (.) acht Jahre zusammen insgesamt. Also und wenn  
65 beide das machen, ist das auch gut, weil man sich gegenseitig anspornt und  
66 gegenseitig den ähm also diese viele Energie und die viele Zeit, die man in den  
67 Sport investiert, wird auch akzeptiert. Hm (.) über (.) Karate bin ich auch auf Zen-  
68 Meditation gekommen (.), die ja auch ja also eine japanische Form von Meditation (.)

69 äh - inzwischen liegt mir Zen nicht mehr so, ich mach' andere Meditationen aber  
 70 auch das ist so was wie ein Weg, der sich auch durch mein ganzes Leben zieht und  
 71 ähm (2) ja Karate hat insofern auch spirituelle Bedeutung, so was wie Meditation in  
 72 Bewegung. Und ich merke, (.) ja ich merke über sehr längere Zeit (.), wenn ich,  
 73 wenn ich mich nicht bewege, fehlt mir das richtig. Ja, jetzt fällt mir im Moment nichts  
 74 mehr ein. (C lacht)

75 I: Gut. Ja, dann hab' ich zu dem Einen oder Anderen noch mal `ne Frage. Ähm und  
 76 zwar du hast erzählt, du hast als Trainerin im Frauen-Dojo bei Elisabeth damals  
 77 Vertretung gemacht. Hm ich weiß gar nicht, ob du gesagt hattest, wann ungefähr das  
 78 war. Hm würde mich einfach interessieren das und ob es damals schon ein Frauen-  
 79 Dojo gab, wie das so ankam, weil oft ist es ja so, grade wenn jetzt zum Beispiel  
 80 Frauenlehrgänge ausgeschrieben werden, kommen wenig Frauen – ne zu Karate  
 81 jetzt, weil das ja immer irgendwie so nen Negativtouch hat. Und wie, wie kam das  
 82 an? Was haben, was hast du, hast du `ne Ahnung, was andere darüber gesagt  
 83 haben oder wie, wie damit umgegangen wurde?

84 C: Ähm das war ungefähr `82 als ich Training gegeben habe aber das Dojo gab's da  
 85 schon paar Jahre. Die haben sich selber gegründet. Also damals, weiß ich, waren  
 86 Frauenlehrgänge – ja mit, mit der Frauenemanzipationsbewegung zusammen und  
 87 Emma-Zeiten und Gleichberechtigungsbewegung ähm sehr, sehr gefragt, sehr in  
 88 Mode. Und ähm (.) also auch, also die wurden auf Landesebene durchgeführt und  
 89 auch auf Bundesebene. Und waren wirklich gut besucht, muss man sagen. Und ähm  
 90 ja das waren Zeiten, als ich angefangen habe mit Karate, da gab's überhaupt noch  
 91 keine Frauenwettkämpfe. Nur die Männer haben Wettkämpfe durchgeführt, also was,  
 92 (.) ja was viele Frauen einfach erstaunlich fanden. Also ich kann mich gut noch  
 93 erinnern, wie E. (w) (.) immer erzählt hat, wie sie mit'm äh Schwarzgut schon zu ins  
 94 Dojo kam und dann B. (m), der Trainer der Oberstufe, gesagt hat: Eine Frau trainiert  
 95 bei ihm nicht mit und hat sie rüber geschickt in die Unterstufe, wo sie mit den  
 96 Gelbgurten dann mit F. (m) trainieren musste. Also ich muss sagen, das war sehr  
 97 unterschiedlich von Trainer zu Trainer, wie sehr er die Frauen unterstützt hat. Und  
 98 ähm man brauchte wirklich viel Durchhaltevermögen, viel Zähigkeiten, um sich, um  
 99 sich da durchzusetzen. Und ähm so nach und nach fingen dann Wettkämpfe an. Erst  
 100 mal nur Kata und dann erst langsam wurden Frauen auch akzeptiert für Kumite und  
 101 hatten dann auch spezielle Regeln und spezielle Schützer-Auflagen u. s. w. Aber das  
 102 hat sich dann erst langsam entwickelt und ähm ich hab' immer gegrinst nachher so

103 Jahre später, B. zu sehen als Trainer von Mannschaften, dass er schließlich doch  
 104 festgestellt hat, die Frauen haben einfach den längeren Atem. Die Männer die haben  
 105 so `nen kurzen Sieg und dann sind sie weg vom Fenster, trainieren nicht mehr und  
 106 die Frauen halten durch und kommen über Jahre und machen mit. Was ich selbst  
 107 hab' ähm bei Wettkämpfen wenig gemacht, also ich hab' so ab und zu mal auf `nem  
 108 Landeslehrgang Kata und auch ein-, zweimal Kumite aber nicht mit besonderem  
 109 Erfolg, weil ja ich war wahrscheinlich zu ängstlich. Also der einzige Kampf, wo ich  
 110 mich erinnern kann, das ich den gewonnen hab', da bin ich getroffen worden und  
 111 dann war es so was wie ein Kampf auf Leben und Tod. ((lachend bis \*)) Den hab' ich  
 112 dann auch gewonnen. \* Aber so insgesamt war mir das zu äh zu kitschlich und zu ja (.)  
 113 zu sehr mit Aggression und Gewalt verbunden, die ich damals noch abgelehnt hab'.  
 114 Also heute find ich's (.) wichtig, dass ich zumindest die Wahl hab', auch  
 115 umzuschalten und zur Not, wenn's sein muss, ähm es zur Selbstverteidigung  
 116 anzu/anwenden und eben auch `ne harte, forsche Seite an den Tag zu legen. Also  
 117 mir hat's sehr geholfen beim Fokussieren, so zielgerichtet sein und eben zur Not  
 118 auch innerhalb von Bruchteilen von Sekunden Spannung zeigen und da sein und  
 119 wach sein und irgendwie die Umgebung um sich wahrnehmen. Also das hat schon  
 120 `ne ganz große Bedeutung für mein Leben, die ich auch nicht missen möchte.  
 121 **I:** Okay. (I lacht) Hm (.) ja (.) was für `ne Bedeutung hatte das für dich, ähm dass  
 122 dieses Umfeld, dass Frauen da gar nicht so geschätzt wurden? Kannst du das  
 123 beschreiben?  
 124 **C:** Ja. (2) Ähm ja das war dann, war eigentlich `ne Herausforderung so. Ich selbst bin  
 125 mit drei Brüdern (.) aufgewachsen und hab' von daher immer so (.) das Gefühl  
 126 gehabt, äh ich will nicht, ich will nicht so `ne aufgetakelte Zicke, so ein Weibchen  
 127 sein, wie so manche andere sondern ich will meinen Mann stehen im Leben. Meine  
 128 Mutter hat (.) immer schon auch gearbeitet und so ihren Teil zum Familienunterhalt  
 129 beigetragen. Abgesehen von vier Kinder aufziehen und ähm das war dann irgendwo  
 130 auch das Vorbild für mein Leben. Also es war für mich `ne Herausforderung und ähm  
 131 (.) ja `ne positive Entwicklung, dass es nach und nach mehr und mehr Frauen  
 132 wurden. Inzwischen ist es ja, (.) wenn ich mich, also so weit ich mich erinnere, über  
 133 fünfzig Prozent Frauen, die zumindest regelmäßig im Training sind. Aikido in  
 134 Deutschland auch, kann ich sagen, in Australien ist, im Aikido sind's noch vielleicht  
 135 erst ein Drittel (.) Frauen. Australien scheint so in der Entwicklung insgesamt  
 136 bisschen hinter Europa zurück zu sein. Also für mich war das was, (.) ja dass die

137 Männer da so um ihre Domäne kämpfen mussten, wollten ähm (.) eher `ne  
 138 Herausforderung als `ne Abschreckung. So ich denke, ich hab' das so mit `nem  
 139 Achselzucken abgetan und trotzdem meinen Weg gegangen. Hab' Unterstützung  
 140 gekriegt, wo ich Unterstützung gebraucht hab'. Hm manchmal hab' ich mir gedacht,  
 141 dass ich vielleicht mehr an Wettkämpfen teilgenommen hätte, wenn ich da mehr  
 142 Unterstützung gehabt hätte, wenn ich jemand gehabt hätte, der mich gecoacht hätte.  
 143 Aber das hat weder einer der Trainer gemacht, die hatten so ihre Lieblinge, noch äh  
 144 D. (m) als mein Freund, weil der war einfach zu sehr mit sich selbst beschäftigt, als  
 145 dass er sich noch um mich noch hätte kümmern können. Aber mein eigener Ehrgeiz  
 146 war eben auch nicht so groß, als dass das für mich wichtig gewesen wäre.

147 I: Gibt's denn ähm `ne konkrete Situation, an die du dich jetzt vielleicht erinnern  
 148 könntest, wo du sagen würdest, ähm da wäre irgendwas ganz anders gelaufen,  
 149 wenn ich jetzt ein Mann gewesen wäre im Karate?

150 C: (C lacht) Nee, (.) glaub' ich nicht.

151 I: Ja.

152 C: Nee, hab' ich nicht das Gefühl.

153 I: Aha! Ähm

154 C: Ich hätt' jetzt `ne Frage nach Selbstverteidigung erwartet. Also ich hab' eine  
 155 Situation gehabt in all den Jahren, die ich Karate mache, das sind jetzt bis vor einem  
 156 Jahr sozusagen 29 Jahre gewesen, eine Situation gehabt, wo ich's wirklich hab'  
 157 anwenden müssen. Und zwar (.) ähm bin ich im Zug (.) H [Stadt] - B [Stadt] von  
 158 besoffenen Eishockey-Hooligans angegriffen worden, in `nem vollbesetzten Abteil,  
 159 wo keiner der Männer, die auch in dem Abteil waren, irgendwie (.) eingegriffen hat  
 160 sondern ich musste dann wirklich zuschlagen, also bzw. ich hab' dann zutreten,  
 161 Mae Geri in die, in den Unterleib. Und also der Typ war besoffen und war also  
 162 mindestens zweimal so groß und schwer, also breit und schwer wie ich und äh so  
 163 betrunken, dass er's kaum bemerkt hat. Da musste ich noch mal zutreten und dann  
 164 hat er sich irgendwie, dann hatte ihn sein Kumpel so am Kragen weggezerrt. Also  
 165 sonst wäre es sicher noch mehr eskaliert. Und die Leute in dem Abteil, die waren  
 166 eher so: Huch, ich will damit nichts zu tun haben! Oh Gott, was macht sie da? Und es  
 167 war wirklich keine Hilfe von denen. Es war wirklich `ne peinliche Situation. Und ich  
 168 denke, wenn ich kein Karate gekonnt hätte, der hätt' mich zusammengeschlagen da.  
 169 Und also von daher war ich wirklich froh, dass ich's hatte. Insgesamt hab' ich immer  
 170 das Gefühl, ähm dass ich, ähm dass ich solche Situationen (.) meide und auch

171 lieber meide und einfach auch Gewalt nicht anziehe sondern dann lieber `nen großen  
172 Bogen um irgendwas mache. Also für mich ist Karate nicht so sehr `ne Waffe, die ich  
173 ähm trainiere, weil ich sie einsetzen möchte sondern ähm so nach dem Motto: Lieber  
174 lauter schreien und schneller rennen. So eher (.) ein, ein Mittel, sich fit zu halten, um  
175 dann im Notfall weg zu können und diese Situation, diese Eskalation zu vermeiden.  
176 **I:** Ja, ((lachend bis \*)) hört sich an, wie eine gute Strategie\*. Jetzt hast du vorhin  
177 gesagt, Karate hast du immer mehr als männliche Seite – ne - an dir empfunden.  
178 Kannst du das näher beschreiben, was genau an Karate jetzt ähm du als „männlich“  
179 definierst?

180 **C:** Ja also, männlich, als männlich empfinde ich eben die Techniken selber, ähm das  
181 Abstoppen, also das, das Auftreffen, das Blocken, grade Bewegungen ähm  
182 zielgerichtet, äh in Reihen trainieren und ähm ebenfalls so als, als Gruppe trainieren  
183 und so'n militärischer Zählton als Impuls des zum Vorwärtsbewegen ähm (3) also  
184 Aggressionen insgesamt wird ja in der Gesellschaft oft auch als eher männlich  
185 bezeichnet. Und die wird hier in kontrollierte Bahnen gelenkt. Hm (.) auch so dieses  
186 (.) sich konzentrieren und die Kraft auf einen Punkt fokussieren empfinde ich als  
187 männliche Seite. (.) Hm (.) Aikido dagegen – die weibliche Seite – ähm ist flexibel  
188 sein, einen Angriff, der auf mich zukommt, umlenken in Kreis- oder Spiralbahnen.  
189 Rollen (.), hinfallen - aufstehen, hinfallen - aufstehen, nicht ähm, nicht so im Karate,  
190 wenn ich da umfalle, verliere ich erstmal das Konzept. Bin ich erst mal verwirrt. Und  
191 im Aikido ist das einfach einbezogen. Das, ja das ist also meiner Meinung nach,  
192 ergänzt sich das beides, bringt zwei, sind zwei Seiten einer Medaille.

193 **I:** Mhm h\_m\_((C spricht leise im Hintergrund: gewinnen wollen ist auch noch))  
194 Gewinnen wollen. Ja. (I lacht) Ja diese männliche Struktur, die du jetzt so  
195 beschrieben hast, die du ähm ja im Karate so empfindest, h\_m\_ was denkst du, hat die  
196 für Auswirkungen auf Karate insgesamt, das ist ja immer in Verbänden organisiert  
197 bzw. in Vereinen, hat das Auswirkungen also auf die Struktur, die du jetzt  
198 beschrieben hast, als männlich und Karate hat die Auswirkung auf die Organisation  
199 im Verein bzw. außer im Verband?

200 **C:** (C lacht) Ja klar, also es ist, ähm es ist immer mit Hierarchie verbunden und es ist  
201 selten wirklich demokratisch. Also (2) ja es ist so Grundlage, Grundlage vom, vom  
202 Training und vom Trainingsethos ist auch Disziplin, Selbstdisziplin und dazu ist es  
203 erforderlich, dass jemand ähm die Autorität hat, auch klar zu sagen hat, so zählt, so  
204 geht's lang, das wird jetzt gemacht. Und wann immer das nicht passiert, ähm (.)

205 kommt es, kommt es schnell zu `nem Chaos oder zu `ner Umstrukturiertheit, die  
 206 wieder nicht so zu Karate passt. Im Aikido ist es integrierter, also im Aikido sind auch  
 207 mehr Frauen, die Dojos leiten. Ähm also ich kann mir gut vorstellen, dass es  
 208 Auswirkungen hat auf die Strukturen.

209 **I:** Ja, das wär' dann auch gleich die Anschlussfrage: Es gibt relativ wenig Frauen in  
 210 Karate in Führungsposition, egal jetzt in welchen Verband man guckt, es ist in allen  
 211 Verbänden eigentlich gleich. Ähm (.) hast du irgendwie `ne Idee, wie man das  
 212 abändern könnte? Also Frauen in Führungsposition wäre deine Trainerin - nu. Da  
 213 gibt es ja auch oft noch so Vorbehalte, dass Leute dann sagen: Was, du trainierst bei  
 214 `ner Frau? Ähm angefangen bei so was bis hin zu: Warum gibt es eigentlich nicht in  
 215 den Landesverbänden mal in den Vorständen mehr Frauen oder (.) in diesen  
 216 wichtigeren - in Anführungsstricheln - Positionen mehr Frauen?

217 **C:** (C lacht) Hm ja also ich selbst hab's äh in Position (.) mal, (.) was hab' ich denn  
 218 gehabt als Position? (.) Weibliche, weibliche Bundesjugendwartin – so war's – also  
 219 für die weibliche Jugend zuständig. Ähm (.) ja also (.) es ist, es ist mit viel Zeit  
 220 verbunden und ich denke, wenn, wenn Frauen so in das, in das Alter kommen, wo  
 221 man so weit ist, wo man die Reife hat, um so `ne Position zu begleiten, dass Frauen  
 222 dann oft ja Kinder kriegen, Haushalt wichtiger ist und ähm (3) dass dann, dass dann  
 223 eher die Männer unterstützt werden, auch familiär so was zu machen und dann  
 224 wirklich dann den ganzen Rest von Freizeit über den sportlichen Einsatz hinaus noch  
 225 einzusetzen, als dass Frauen die Unterstützung kriegen würden. Also ich würde  
 226 sagen, das ist ein gesamtgesellschaftliches Problem. Warum haben so wenig Frauen  
 227 in Deutschland auch beruflich äh Führungspositionen? Das ist dieselbe Ursache.  
 228 Das hängt meiner Meinung nach zusammen. Aber ich hab' jetzt auch so außer  
 229 gersell/gesamtgesellschaftlicher Veränderungen keine Idee, wie man's ändern  
 230 könnte.

231 **I:** Hm ja jetzt muss ich auch erst mal kurz überlegen. (I lacht) Ähm (4) du hast vorhin  
 232 gesagt, Karate vereinnahmt das Leben. Du hast es auch schon so ein bisschen  
 233 beschrieben – ne – über Freundeskreis u. s. w. Ähm kannst du das noch näher  
 234 beschreiben, in wie weit Karate das Leben vereinnahmt?

235 **C:** (C lacht) Ähm ja Vereinnahmen ist vielleicht der falsche Ausdruck. Also (2) ja es  
 236 ist von der Idee her einfach ein Weg. Und das heißt, dass (.) wenn man's ernst  
 237 nimmt und nicht, nicht nur, als dass es dann einfach automatisch nicht nur Freizeit  
 238 auch Freizeitsport bleibt sondern schon als Anfänger ist es wichtig, ähm zweimal in

239 der Woche zu trainieren und das ist für Viele schon ein ganz schönes Commitment  
 240 äh Verpflichtung. Und ähm so nach und nach stellt man fest, dass man Dinge (.) tun  
 241 (.) kann zusätzlich, um die Fitness und die Effektivität im Karate zu steigern, also  
 242 joggen, Krafttraining. Also und ich erinnere mich, dass ich vor'm, vor'm ersten Dan  
 243 fünfmal die Woche Karate trainiert hab' plus zusätzlich ähm Krafraum und solche  
 244 Sachen. Also es kriegt so `ne Eigendynamik, wenn man's ernst nimmt und (2) ja also  
 245 insofern nimmt es dann immer mehr Raum ein. Und, wie gesagt, durch, durch diesen  
 246 spirituellen Hintergrund (.)hat, den man auch nicht wirklich außen vor lassen kann,  
 247 speziell als Trainer, denk' ich, muss man sich damit beschäftigen, um was es wirklich  
 248 geht, also Samuraiethos, mal was dazu gelesen haben oder (.) Filme gucken oder  
 249 die Geschichte kennen. Ähm (2) dass es in Wirklichkeit nicht um das Besiegen von  
 250 Feinden geht sondern um ähm ja um das (.) um Selbstdisziplin, um den inneren  
 251 Schweinehund überwinden und ähm den, den Kampf im Grunde innerlich austragen  
 252 und der ist nur nach außen projiziert, darum geht. Also es geht immer (.) um das  
 253 Wesentliche und ich find's wichtig, sich darum zu kümmern.

254 **I:** Ja, hm (I + C lachen) hm Samuraiethos – kannst du da dazu noch was sagen, was  
 255 das ist ähm so ein bisschen? Also so grob – jetzt nicht ganz genau -ja. (C lacht)

256 **C:** Ja, ist `ne sehr männliche Sache, ähm Kunst, Kunst der Schwertführung und es  
 257 geht darum, sich so zu perfektionieren und sich dann in den Dienst einer Sache zu  
 258 stellen. Also im feudalistischen Japan natürlich dem, dem Patriarchen sich zu  
 259 verpflichten und dann dessen Feinde zu besiegen. Also es geht nicht mal um die  
 260 eigenen Feinde sondern darum dessen Feinde zu besiegen und wichtig ist, so gut zu  
 261 sein, dass ein Schwertstrich reicht. Ein Schwertstreich reicht, weil `ne zweite Chance  
 262 hat man nicht mehr, dann ist der Andere ja dran oder Beide prallen gleichzeitig  
 263 aufeinander. Was ist wichtig? Einfach den Überblick zu behalten. Es ist wichtig, die  
 264 eigenen Emotionen zu überwinden, wie Angst und Zweifel und sondern sich nur auf  
 265 dieses, auf dieses Ziel zu fokussieren.

266 **I:** Das war jetzt auch wieder sehr männlich ähm dominiert, wie du das beschrieben  
 267 hast, hast du ja auch selber gesagt. Würdest du denn Karatevereinigungen, Vereine,  
 268 Verbände als Männerbünde also bezeichnen?

269 **C:** (C lacht) (2) Puh ich glaub', so weit würde ich nicht gehen, ((lachend bis \*)) \* weil  
 270 Frauen doch immer mehr `ne Rolle spielen. In H [Stadt] ist auch `ne Jugendwartin  
 271 und kein Jugendwart. Ähm es hat auch zumindest zweite Vorsitzende gegeben. Ich  
 272 hab' Aikido-Dojos mit reinen Frauenvorständen kennen gelernt aber Karate, weiß ich

273 jetzt nicht, sind doch überwiegend Männer die Vorstände. Ich glaub', weil Frauen  
 274 einfach sich nicht so drängeln nach solchen Posten sondern dann eher die Männer  
 275 mehr den Ehrgeiz haben und sich dann dafür aufstellen lassen und so persönliche  
 276 äh Definitionen daraus ziehen (C lacht) als Frauen das tun. Frauen haben einfach äh  
 277 `nen breiteren Blick und `nen breiteren Interessenbereich im Leben noch. Also ich  
 278 kenn' Wenige, die sich wirklich nur auf Karate (.) äh konzentrieren.

279 **I:** Hm ist es, ist es denn ja schwierig, wenn man jetzt, Frauen haben gar keine  
 280 weiblichen Vorbilder dann oder wenig – nu – im Karate, würdest du das selbst so (.)  
 281 schwierig bezeichnen oder Schwierigkeit?

282 **C:** Ja sicher - klar. (C lacht)

283 **I:** Ähm auch wenn man jetzt so in, in, was du vorhin über Zen und so gesagt hast,  
 284 das ist ja auch immer ein Teil von Karate mit und wenn man jetzt diese ganzen  
 285 Gleichnisse liest oder auch die Karategeschichte oder das Samurai, die Samurai –  
 286 äh, äh –grundlagengesetze, da kommen nur Männer vor, das, ist das unter  
 287 Umständen für Frauen ein, ein Hindernis und könnte man das beheben?

288 **C:** (C lacht (4)) Tja wenn jemand was, so wie du ((lachend bis \*)) so `ne Geschichte  
 289 über Frauen und Karate schreibt, \* das könnte bestimmt was ausmachen. Ähm ja  
 290 sich einfach darauf zu besinnen, also auch Frauen in der Geschichte überhaupt in  
 291 der Geschichte Europas, auch das war (.) lange Jahre, Jahrhunderte nicht  
 292 interessant bis dann in der Frauenemanzipationsbewegung ähm Lehrstühle darüber  
 293 vergeben wurden und Dissertationen und Habilitationen darüber geschrieben  
 294 wurden. Aber ich hab' das Gefühl, das sind immer so Wellenbewegungen. Das ist  
 295 mal, mal ist es gefragt, mal wieder nicht so. Es hat sicher was mit der Wirtschaftslage  
 296 zu tun – nu – wie die Stellung von Frauen beruflich aussieht, ob sie gefragt sind in  
 297 Berufen oder wieder in Küche oder Kinderzimmer zurückgedrängt werden. Das spielt  
 298 sicher `ne Rolle und auch wie stark die Solidarität zwischen Frauen (.) ist oder  
 299 gefördert wird. Aber ich hab' immer das Gefühl, das ist mehr `ne Sache von Frauen  
 300 selber und nicht der Männer.

301 **I:** Hm „wäre `ne Sache von Frauen selber“ das hab' ich jetzt nicht ((lachend bis \*))  
 302 verstanden \*.

303 **C:** Ja, da müssen Frauen sich selber drum kümmern, das zu tun und zusammen zu  
 304 schließen und solidarisch zu sein und nicht äh ja und nicht sich hinzusetzen und zu  
 305 sagen: Wir sind Opfer und die Männer buttern uns unter und Männer sollen jetzt mal  
 306 dafür sorgen, dass das gefördert wird.



307 **I:** Okay. (I lacht) Ähm kannst du noch kurz dein Leben vor Karate zusammenfassen,  
308 also so nur, nur kurz halt vielleicht Berufsweg.

309 **C:** Ähm (.) ja also die 21 Jahre, ich hab' mit 17 Abi gemacht und äh ich hab'  
310 eigentlich schon immer (.) Sport gut gefunden, also unsere Eltern haben das auch  
311 gefördert. Und dann hab' ich das Studium angefangen. Äh zuerst zwei Semester  
312 Physik. Das war aber, das war `ne Sackgasse, weil ich von `nem  
313 Mädchengymnasium kam und wir sprachlich orientiert waren und in Physik und  
314 Mathe einfach zu wenig Vorkenntnisse da waren. Dann bin ich umgeschwenkt auf  
315 Germanistik/Anglistik. Und ähm im Studium bin ich dann eben auf Karate  
316 gekommen. Also vorher hab' ich paar andere Sachen ausprobiert – Tennis zum  
317 Beispiel. Hatte ich damals kein, keine Kondition, kein Ballgefühl, kein Auge für. Ähm  
318 hab' ich jetzt vor einem Jahr wieder in Australien wieder angefangen und hab'  
319 festgestellt, die 30 Jahre Karate haben mir geholfen, einfach da auch (.) andere  
320 Grundlagen zu haben. Also damals hat mir Tennis keinen Spaß gemacht und jetzt ist  
321 einfach viel, viel leichter, da einzusteigen. Also so (.) Rechts-Links-Koordination und  
322 Fitness (.) äh das ist einfach grundlegend, (.) grundlegend durch Karate gefördert  
323 worden. Und das ist sehr wichtig gewesen. Insgesamt hab' ich jetzt das Gefühl, ich  
324 muss immer Sport machen. Ich kann nicht ohne Sport sein.

325 **I:** Hm okay, äh gibt es irgendeine Situation, wo du sagen würdest jetzt so im  
326 Nachhinein das äh hätte ich gerne anders gemacht oder anders entschieden in  
327 deinem Leben oder in deinem Karateleben?

328 **C:** Nein.

329 **I:** Okay. (I lacht) Ähm hast du ein Fazit für das, ja für das bisherige Karateleben?

330 **C:** (C lacht) Ja, so Karate hat `ne ganz wichtige Bedeutung gehabt in meinem Leben  
331 und ähm (2) ich hab's mir nie vorstellen können, dass ich ohne Karate leben könnte  
332 und dass es jetzt möglich ist, ohne Karate zu leben oder das mit Karate ganz wenig  
333 zu leben liegt daran, dass Aikido die Stelle eingenommen hat. Ähm also Sport und  
334 Bewegung ist immer wichtig und Karate hat mir was gegeben, was `ne  
335 Regelmäßigkeit, `ne Verpflichtung bringt, so dass ich, ja so dass ich mich daran  
336 binden und damit mich identifizieren konnte. Also Leute, die, mit denen ich  
337 zusammen trainiere, die drauf achten, ob man da ist oder nicht, das war, hat `ne  
338 ganz große Rolle gespielt für mich. Die einen motivieren, die einem helfen über so  
339 `ne Schwelle von „ich kann nicht mehr“ zu kommen, so äh (.) die eigenen Grenzen  
340 auszuwerten, so was, was Fitness betrifft, was auch spirituelle und andere Dinge

341 betrifft, also es war eine ganz große, wichtige Grundlage in meinem Leben. Möcht's  
 342 nicht missen und auch natürlich für Selbstbewusstsein. Also ich kann es jeder Frau  
 343 nur empfehlen, ähm Karate anzufangen und mehrere Jahre zu machen, weil da, ja  
 344 da ist auch ganz viel Selbstbewusstsein, Körpergefühl, äh Verbindung von Körper  
 345 und Geist gewachsen und (.) entstanden, weil das kann man eigentlich nur durch  
 346 Erfahrung lernen und nicht nur im Kopf – ne.

347 **I:** Hm, mhm, mhm (I lacht) Ähm noch mal zurück jetzt ein Fazit: zu diesen Männer-  
 348 Frauen-Dingen. Ähm hast du dazu noch mal ein Fazit, also so als Frau in, in dem  
 349 doch eher männlich geprägten Karate – noch so `nen Schlusssatz.

350 **C:** (C lacht) Das finde ich jetzt schwer. Also das hat für mich jetzt so äh (5) sagen wir  
 351 mal so, ich hab' mich jetzt nicht dran gerieben, ich hab' das so gelassen. Und (.) ich  
 352 find' es sehr positiv, dass mehr und mehr Frauen Karate machen und ähm dass  
 353 dadurch dann diese Zweigeteiltheit auch an Bedeutung verloren hat. Also von daher,  
 354 dass das jetzt weniger Frauen auf Frauenlehrgänge kommen, zeigt einfach, dass  
 355 Frauen mehr gleichberechtigt sind und nicht mehr so, damals war es so eine Art von  
 356 Schutzbedürfnis: Wir wollen erst mal Karate für uns entwickeln ohne Konkurrenz der  
 357 Männer und ohne deren körperlichen Überlegenheit, die ja biologisch gesehen da ist.  
 358 Männerkörper sind anders als Frauenkörper. Äh und Aggressionspotential ist ein  
 359 anderes, muss man einfach mal so, also würde ich so sehen. Äh und heute ist es (.)  
 360 von meinem Gefühl her trotzdem einfach ausgeglichener. Dass weniger Frauen sich  
 361 dafür interessieren, zeigt für mich, dass es äh ausgeglichener ist.

362 **I:** Ist es vorstellbar, dass irgendwann auch in den Führungspositionen Männer und  
 363 Frauen so ausgeglichenerweise vorkommen?

364 **C:** Natürlich, natürlich.

365 **I:** Okay. Danke (I lacht) für das Interview.

366

367

368

369

370 **I:** Ja, also der DKV möchte ja gerne in die IOC und muss dafür halt bestimmte  
 371 Vorgaben erfüllen, die ja bis jetzt, also er ist ja irgendwie immer abgewimmelt worden  
 372 von fadenscheinigen Argumenten. Jetzt sind sie aber relativ kurz davor, dass sie nun  
 373 doch möglicherweise aufgenommen werden. Ich glaube 2008, das müsste man noch  
 374 mal nachgucken. Auf jedem Fall eins von den Kriterien haben sie definitiv bis jetzt

375 immer und überhaupt noch nicht erfüllt und auch keine Anstalten gemacht, das  
 376 jemals zu erfüllen - nämlich so wie der Deutsche Sportbund, dessen Mitglied sie ja  
 377 sind, zum Beispiel Gender Mainstreaming in die Satzung aufgenommen hat,  
 378 mussten sie das auch tun, haben sie aber nicht. Wäre aber `ne Voraussetzung dafür  
 379 ähm und es ist wenig Bereitschaft dafür da – sogar im Präsidium, dass obwohl die  
 380 wissen, dass die eigentlich müssten, dass sie endlich das erreichen, was sie schon  
 381 seit zehn oder ich weiß nicht, seit wie viel Jahren mindestens, wollen, ist die  
 382 Bereitschaft relativ gering dazu Gender Mainstreaming, also  
 383 Gleichstellungsangebote oder überhaupt Voraussetzungen dafür zu schaffen. Und  
 384 die Frage liegt von daher eben nahe, wie, wieso und auch wenn wir uns die unsere  
 385 Vereine angucken, die wir ja haben, hat man ja so oft den besagten  
 386 „Männerkindergarten“, hm haben wir vorhin gehabt, die Frage wäre (.) auch dann  
 387 wieso grade im Karate so ein Männerkindergarten entstehen kann?  
 388 (beide lachen)

389 **C:** Ja, so ähm Karate ist ja, kommt ja aus der japanischen Kultur und ist von daher  
 390 straff hierarchisch und patriarchisch ausgerichtet und äh von daher erleichtert so `ne  
 391 Struktur das natürlich, dass hier in Europa auch fortzusetzen. Aber es ist natürlich  
 392 immer nur ein Vorwand, also Karate hat sich genau wie Zen in jedem Land geändert  
 393 und angepasst an äh die gesellschaftlichen Strukturen. Aber ähm die Frage ist eben  
 394 für mich auch, ähm solange also was, was ist eher äh im Dojo, auf Dojo-Ebene in der  
 395 Leitungsebene ist das, ist das dieses Zusammenrotten von Männern und irgendwie  
 396 soziale Machtspielchen spielen wie in der Politik? Ist es etwas, was Frauen  
 397 abschreckt und abhält oder ist es umgekehrt, dass das Desinteresse der Frauen, das  
 398 Nichtengagement der Frauen, das den Männern eben diesen Spielplatz ermöglicht  
 399 und den Männern eben diesen Freiraum lässt, anstatt dass Frauen eingreifen und  
 400 sagen: Hej, Moment mal, was macht ihr da? Und: Wir wollen auch, n Wort mitreden.  
 401 Also bei uns im Dojo ähm hat inzwischen der große Vorsitzende schon ziemlich `en  
 402 Kreis von Followern aufgebaut. So und er macht das sehr geschickt, dass er eben äh  
 403 viele Anfänger anwendet. Also wenn das Dojo erst mal `ne gewisse ähm Größe  
 404 erreicht hat, der hat inzwischen, ich weiß nicht, wie's jetzt ist, aber vor einem Jahren  
 405 waren es ungefähr vierhundert Mitglieder. Das ist natürlich super beeindruckend.  
 406 Und die ganzen Anfänger stehen mit großen, blauen Augen hinter ihm und  
 407 unterstützen ihn auch. Also der macht die auch mobil, wenn `ne ähm, wenn `ne Wahl  
 408 ansteht. Und äh die vernünftigen Leute die sagen: Hej, was macht der da? Der

409 wirtschaftet total in die eigene Tasche. Der verfolgt seine eigenen Ziele und benutzt  
 410 uns alle nur. Ähm die vernünftigen Leute, die es anders haben wollten, die kriegen  
 411 einfach nicht genug ähm (.) ja Solidarität von, von Leuten aus dem Dojo, die sie dann  
 412 auch unterstützen und auf diesen Hauptversammlungen auftreten zusammen. Und  
 413 die sind eben auch oft nicht bereit, selber diese Position zu haben, weil das ja auch  
 414 mit `ner ganzen Menge äh Verwaltungsaufwand und Lebenszeit so verbunden. Also  
 415 da macht der schon `ne Menge und reißt sich da die Beine aus aber der zieht auch  
 416 seine komplette, seinen kompletten Egotrip, seine ganze Selbstidentifikation daraus.  
 417 Und ähm das will ja nicht jeder. Also es ist schon ein Problem, was ich denke, was  
 418 strukturell und gesellschaftlich einfach ist.

419 **I:** Hm, em, jetzt fällt mir dazu ein. Also es gehört ja schon ein, ein Mangel an  
 420 Selbstbewusstsein oder Selbstwertgefühl dazu, an so einer Position so festzuhalten,  
 421 um da so viel raus zu ziehen wahrscheinlich auch - ne. Ähm und dann fällt mir noch  
 422 ein, wenn Frauen dann eingreifen in diesen Männerkindergarten, dann ähm fangen  
 423 ja die Gesetze des Männerbundes an auch zu greifen sozusagen. (C: ja) Dann  
 424 werden sie gemobbt, ob sie Recht haben oder nicht. (C: Ja,ja.) Ja. Fällt dir da noch  
 425 was ein ((starke Geräusche 4:55))

426 **C:** Ja, das ist dasselbe wie in der Ebene von Politik - ne. **5:05 Geräusche** Ja  
 427 immerhin haben wir `ne Bundeskanzlerin.

428 **I:** Ja, sie wird auch an merkwürdigen Stellen angegriffen mit ihrem Aussehen u. s.w.

429 **C:** Ja, ja klar. Bei den Frauen ist immer das Aussehen und das Alter wichtiger als der  
 430 politische, die politische Aussage und Absicht u. s. w. Und bei Männern ist es äh (.)  
 431 der Machthunger oder irgendwas, was ja was wichtig ist oder was (Musik im  
 432 Hintergrund) Das schneiden wir raus. (I lacht)

433 **I:** Ja das schneiden wir raus ((lachend bis \*)) bzw. glaube ich, wird mit  
 434 aufgeschrieben. \* Egal (.) ähm wollt' ich jetzt noch was sagen, machen wir mal kurz  
 435 aus.

436

## 1 Interview mit Ch vom 03.08.2006

2

3 I: Okay, ich glaub', das läuft – ja. Also ja wie eben besprochen, also die Frage ist  
4 einfach, ob du was über deine Lebensgeschichte mit Schwerpunkt der Karate, deiner  
5 Karategeschichte erzählen kannst.

6 Ch: (beide lachen) Ich hab' hm vor elf Jahren mit dem Karate angefangen. Das war  
7 (.), ja ich war bis zu dem Zeitpunkt eigentlich ziemlich unsportlich, muss ich sagen -  
8 ja. Ich hab' Sport gehasst und ich hab', ja ich hab' das damals in der Schule so  
9 miterlebt, also es war dann so `ne Schulveranstaltung und da konnte man so in die  
10 Sache hineinschnuppern, sich das mal angucken, alles Mögliche, geholfen, was weiß  
11 ich, Teakwondo und fand halt, (.) ja von den Filmen fand ich, hat mich Kampfsport  
12 immer schon sehr gereizt. Da hab' ich das (.) ähm angeschaut, dass ich jetzt Karate  
13 mir anschauen möchte, Fechten hab' ich dann auch (.) mir angeguckt. Ja, es war  
14 eigentlich Zufall, dass ich dann beim Karate gelandet bin. Das waren (.) die, die (.)  
15 Trainer damals - ja. Die haben halt auch zufällig meine Eltern gekannt – ja. Und an  
16 dem Nachmittag, als ich von der Schule heim gekommen bin, waren auch diese zwei  
17 Trainer grad bei uns zum Essen. Und meine Eltern haben `ne Gastronomie. Und  
18 dann (.) ja haben die gemeint: Ja, ich hätt' voll Talent. Und ich soll doch mal so `nen  
19 Anfängerkurs bei denen machen. Und ja so hat's dann angefangen. Ich hab' dann  
20 damals im Allgäu in G [Stadt] angefangen mit Karate und ähm ja mein Trainer hat  
21 halt gemeint: Ja, ich hätte voll Talent – ja - und hat mich dann auch gleich gefördert.  
22 Bin ich gleich auf Meisterschaften auch gestartet. Ganz am Anfang zu Schwäbischen  
23 Meisterschaften, dann Badische Meisterschaften und dann halt auch irgendwann mal  
24 Deutsche Meisterschaft und ja das ging halt dann ja so (.) ja so von der Karriere halt,  
25 sag' ich mal, ziemlich steil nach oben, sag' ich jetzt mal – ja. Und dann war ich halt  
26 auch irgendwann mal im Jugendkader, dann im Nationalkader, bin dann auch  
27 international auf Meisterschaften gestartet. Also das war auch alles sehr, sehr  
28 zeitintensiv. Hat aber nichts desto trotz sehr, sehr viel Spaß gemacht. Und ich hab'  
29 letztes Jahr dann aufgehört mit dem (.) Karate aus beruflichen Gründen, weil ich  
30 beruflich ja sehr, sehr eingespannt bin und (.) ja deswegen hab' ich mit dem Karate  
31 aufgehört. Also nicht, weil es mir jetzt keinen Spaß mehr gemacht hätte oder so,  
32 weil's einfach zu zeitintensiv ist. ((lachend bis \*)) So, das war's erstmal – kurz und  
33 knapp. (\*)

34 **I:** Die Eckdaten noch – ne. Okay, ja wenn ich dann Fragen stell', muss ich auch  
35 immer erstmal überlegen – wozu. Ähm ja willst du mir noch mal sagen, was du  
36 beruflich machst einfach so.

37 **Ch:** Ich bin bei der Messe M [Stadt]. Äh ich bin zuständig für eine  
38 Baumaschinenmesse. Die Baumaschinenmesse findet dieses Jahr im November in  
39 China statt und da iss halt momentan also echt viel los, also ich schaff's auch gar  
40 nicht mehr, regelmäßig zu trainieren. Also (.) ja ich hab' auch überhaupt keine Lust,  
41 mehr jedes Wochenende unterwegs zu sein. Zu meiner aktiven Zeit war ich halt  
42 jedes Wochenende unterwegs und musste ich auch unter der Woche sehr, sehr oft  
43 trainieren. Und es war auch so (.) `ne ziemlich psychische Belastung, also dass du  
44 halt (.) ja von einer Meisterschaft auf die nächste Meisterschaft so gelebt hast. Und  
45 das war schon zur Studienzeit, während der Studienzeit war das schon stressig.  
46 Aber so während der, so, so nebenbei noch arbeiten, das geht einfach nicht. Und  
47 deswegen hab' ich beschlossen: Okay, ich will Karate sowieso nicht hauptberuflich  
48 machen, weil ich der Meinung bin, es bringt nicht wirklich viel, also reich wird man  
49 vom Karate nicht und deswegen hab' ich mich halt für (.) ja für Karate also (.)  
50 entschlossen, mit dem Wettkampfkarate aufzuhören. Also ich wollte es nie ganz  
51 aufhören. Es gibt Leute, die haben dann direkt nach dem Wettkampf komplett dann  
52 aufgehört. Und das wollte ich ja nicht, weil mir Karate, also weil mir an Karate schon  
53 sehr, sehr viel liegt. Es macht Spaß. Es macht auch Spaß, Training zu halten. Ich  
54 geb' ein Anfängertraining. Ich geb' auch so ein Oberstufentraining. Es ist, also macht  
55 mir sehr, sehr viel Spaß.

56 **I:** Ähm, ja, ja was ge, was genau ist denn das, was dich an Karate so fasziniert?

57 **Ch:** Na gut, sagen wir mal so: Zum einen ähm hab' ich sehr, sehr viele Freunde jetzt  
58 beim Karate auch ja. Es ist dann einfach auch die Atmosphäre mit den Leuten zu  
59 trainieren und dann ist, also ich mach' ja schon viel Sport. Also ich geh auch joggen,  
60 dann mountainbiken – ja - und dann geh ich auch ins Fitness. Aber Karate ist dann  
61 schon was Anspruchsvolleres. Man lernt irgendwie nie aus. Beim Fitness, also im  
62 Fitnessstudio irgendwann ist es zu langweilig. Das ist halt alles zu monoton. Jetzt  
63 beim Karate wie jetzt bei dem Lehrgang zum Beispiel, ich hätte jetzt nicht gedacht, ja  
64 gut ist okay, also so bewusst achtet man gar nicht auf eine so einzelne Technik aber  
65 ähm ja also man lernt einfach nicht aus. Das ist dann schon (.) geistig auch  
66 anspruchsvoller als jetzt nur, sag' ich mal in Anführungszeichen, ja zu joggen oder  
67 ins Fitnessstudio zu gehen.

68 **I:** Hm, kannst du das noch näher beschreiben? Also du hast jetzt irgendwie gesagt,  
69 es ist ein geistiger Anspruch auch und man lernt nie aus. Und es ging auch um die,  
70 um die Feinmotorik in der Bewegung – ne – die man eigentlich immer noch weiter  
71 verfeinern kann. Kannst du, ja kannst du das noch genauer sagen, worin jetzt der  
72 geistige Anspruch besteht oder...

73 **Ch:** (lacht) Na ja, (3) also ich finde unheimlich schön, was man halt im Training, man  
74 hat halt irgendwas gemacht – ja. Aber unterdessen, also grad im Hinblick darauf,  
75 dass man halt dann selber Training gibt und auch, also ich geb' ja unterdessen auch  
76 teilweise Lehrgänge und so, da macht man sich schon andere Gedanken, also wie  
77 kann ich's jetzt am besten rüberbringen, also dass die Leute das halt auch kapieren.  
78 Und man macht sich da einfach mehr Gedanken - ja. Gut also so mit Kata,  
79 Katabunkai was kann man damit machen – ja. Und so wenn jetzt ein Trainer vorne  
80 steht und erklärt, das muss man so und so machen, wie heute vor dem Lehrgang, ja,  
81 also find' ich schon interessant, wie man das dort so beobachtet, okay man kann das  
82 jetzt so erklären oder auf zwei Zeiten, also so Unterbau und Oberkörper, dass man  
83 das dann halt trennt – ja. Und das halt von der Bewegung her das so macht – ja. (2)  
84 Also ja, es ist nicht einfach nur so stupide, dass man's halt macht sondern man  
85 macht sich da einfach, also ich mach' mir zumindest schon viel, viel mehr Gedanken  
86 zu. Grad seit ich mit dem Wettkampf aufgehört habe, beim Wettkampf war es so, ja  
87 also man denkt eigentlich nur an den Wettkampf – ja. Aber jetzt denke ich halt so, ja  
88 hm und wie, wie kommt am besten das Kime rüber – ja – und so mit den Techniken.  
89 Also es ist halt so, man perfektioniert sich halt so peu á peu. Und da muss man sich  
90 schon so bisschen Gedanken machen und die Techniken halt auch bewusster  
91 machen.

92 **I:** Okay, jetzt hast du hier zu Techniken gesagt und zu deinem Wertegang jetzt im  
93 Karate – ne. Was mich an dem ganzen Thema „Frauenwege im Karatedo“ immer  
94 noch sehr interessiert, was ich ja auch vorhin schon sagte, es sind zu wenig Frauen  
95 in Führungspositionen. Und ich selber hab' immer so den Eindruck gehabt, Frauen  
96 werden auf verschiedensten Ebenen im Verein und im Verband teilweise nicht so  
97 richtig ernst genommen. Hast du auch solche Erfahrungen gemacht in irgendeiner  
98 Art und Weise? Und wenn dann – welche?

99 **Ch:** Also es ist jetzt nur bezogen auf Karate oder so generell im Beruflichen?

100 **I:** Erstmal nur Karate aber wenn dir aus dem Beruflichen was einfällt, dann auch das.

101 **Ch:** Ja es ist schon so, klar irgendwie beim Karate dass du an der Spitze jetzt beim  
102 DKV, beim K., beim DJKB, O. und so, dass halt an der Spitze eigentlich nur  
103 Männer sind. Also wenn ich mir jetzt, gut hier im DKV ist noch die S. aber beim JKA  
104 fällt mir konkret keine Frau, ehrlich gesagt, ein, die da so, so auch Training hält. Es  
105 ist schon wirklich nicht so einfach. Aber das liegt wahrscheinlich an der Tatsache,  
106 weil viele Frauen ähm dann halt auch Kinder haben möchten. Und ich, also meine  
107 Meinung ist ja so im Karate und dann, also wenn man halt irgendwann mal Familie  
108 haben möchte – ja – dass es schon schwierig ist. Also ich möchte für mich selber,  
109 ehrlich gesagt, nicht dann sagen: Okay, ich mach' jetzt hauptberuflich  
110 profess/professionell nur Karate – ja und würde auf Familie und Kinderwunsch und  
111 alles verzichten- ja. Und ich glaub', das sind schon eines der Hauptgründe, wenn  
112 man dann sagt, okay, man entscheidet sich jetzt, entweder jetzt beruflich nur für den  
113 Beruf und will voll Karate machen oder (.) Karate bis zum Gehnichts mehr, dann ja  
114 dann hat man vielleicht die Chance dann, `ne Führungspositionen bekommen, zu  
115 bekommen oder anzunehmen. Aber wenn man sagt, okay, mir ist jetzt die Familie  
116 einfach lieber, dann ist ein halt einfach so. Und bei Männern ist es einfacher, weil ja  
117 so blöd es auch klingt, weil ich glaube, als Frau baut man dann auch schneller ab. Ja  
118 so grad beim Sport ist es schon wichtig, dass man dann so wie der K. so mit fünfzig  
119 dann, weiß Gott, wie fit ist. Ich weiß nicht, ob man dann als Frau das auch kann. Vor  
120 allen Dingen wenn man sich das vorstellt. Okay, S., stell' dir das mal vor –und dann  
121 drei Kinder und danach noch mal einsteigen, ist, glaube ich, schon sehr, sehr  
122 schwierig. Tja. Und ich möcht's, ehrlich gesagt, nicht.

123 **I:** (I lacht) Also meinst du irgendwie körperlich schwierig, dass man halt durch die  
124 Kinder dann einfach nicht mehr so fit ist oder weil man mehr eingespannt ist? Weil  
125 das könnte man sich sicher theoretisch auch teilen – ne – wenn man jetzt – ne – man  
126 muss ja die Kindererziehung u. s. w. nicht alleine übernehmen eigentlich - ne. (beide  
127 lachen)

128 **Ch:** Eigentlich nicht aber ich stell' die mir so vor. Ich hätte drei Kinder. Zum einen  
129 würde ich dann auch gerne für meine Kinder da sein zum einen- das zum Einen und  
130 zum anderen, also ((lachend bis \*)) ich hab' jetzt leider nicht diese Erfahrung (\*) ähm  
131 wie es ist, wenn man schwanger gewesen ist. Aber ich könnte mir vorstellen, dass es  
132 hart ist, danach noch mal einzusteigen und dann hauptberuflich das zu machen. Weil  
133 irgendeinen Bürojob kann man schon machen, also so da kann man auch Teilzeit  
134 machen und so. Aber grad beim Karate dann, also so generell beim Sport – ja –



135 dann noch mal so fit zu sein, ja dass man den Job dann bis fünfzig, fünfundfünfzig  
 136 oder länger machen kann. Also ich weiß es nicht. Also ich merk's halt jetzt schon. Ich  
 137 bin jetzt siebenundzwanzig. Also so alt ((lachend bis \*)) bin ich jetzt zwar noch nicht  
 138 – ja. (\*) Aber man merkt halt schon so, es geht einfach vielleicht nicht mehr so, wie  
 139 man mal konnte oder wie man möchte. Und wenn man dann mal fünfunddreißig ist,  
 140 mal das erste Kind hat und so – ja. Ich mein', man kann noch nicht mit vierzig dann  
 141 schon aufhören mit dem Beruf – ja. Und das ist halt dann, denk' ich, schon schwierig  
 142 und auch eines der Gründe, weshalb auch wenig Frauen in Führungspositionen  
 143 insbesondere ähm ja beim Karate gibt.

144 **I:** Okay, das waren jetzt Trainer- oder Trainerinnenpositionen – ne mehr, also wo du  
 145 meinst, du brauchst da mehr die körperliche Fitness – ne.

146 **Ch:** Aber es sind ja Führungspositionen.

147 **I:** Ja, das sind Führungspositionen auch aber ich hab' jetzt grad so gedacht, es gibt  
 148 ja auch ganz Viele, die dann hinterher so als Kampfrichter oder Kampfrichterin tätig  
 149 sind – ne. Da waren, da war s ja auch lange schwierig oder wenn du da auf den  
 150 Wettkämpfen guckst, was sind denn da für Leute. Die Kampfrichter, die da sind, sind  
 151 doch auch alle nicht mehr körperlich fit. Das ((lachend bis \*)) ist definitiv nicht so –  
 152 ne. (\*) Und ich meine, das könnten ja dann genauso gut Frauen machen, die im  
 153 Grunde nicht mehr so viel trainieren vielleicht, aus was für Gründen auch immer und  
 154 dann eben nicht mehr so fit sind. Aber auch da find'st du ja auch keine Frauen. Und  
 155 die Frage, ja die Frage ist, kann man, ja woran könnte das liegen oder wird da, liegt  
 156 der Grundstein schon woanders, dass die Frauen anders gefördert werden müssten,  
 157 könnten, sollten im Verein oder anders anerkannt werden sollten schon. Das wär'  
 158 jetzt die Frage, die – ne – die da ((lachend bis \*)) sozusagen zu klären ist. (\*)

159 **Ch:** Also meine persönliche Meinung ist halt: Ich hab' jetzt die Erfahrung nicht  
 160 gemacht, dass man jetzt da irgendwie diskriminiert wird deswegen – ja – weil man  
 161 `ne Frau eigentlich, also ich hatte eigentlich immer mehr als genug Vorteile – ja –  
 162 und gut, klar, grad beim DJKB fallen mir wirklich sehr, sehr wenig Frauen als  
 163 Kampfrichterin ein aber ich glaube nicht, dass es daran liegt. Dass die Frauen von  
 164 den Männern diskriminiert werden, glaub' ich nicht sondern ich glaube eher, dass  
 165 man da halt auch nicht so viel Lust darauf hat. Also ich weiß es nicht. Also ich  
 166 persönlich hätt' jetzt auch nicht viel wahnsinnig Lust auf so Kampfrichterjobs – ja.  
 167 Also ich find' die Funktionäre mehr als ätzend. Zu denen zu gehören, hätte ich ja  
 168 noch weniger Lust drauf, also ehrlich gesagt.

169 **I:** ((lachend bis \*)) Stimmt auch irgendwie. (\*) Die Frage ist: Warum sind sie so  
 170 ätzend? Wenn man sie anguckt, sind sie ja immer alle so sehr darauf bedacht, ihre  
 171 persönliche Macht so – ne – zum Ausdruck zu bringen. Das ist wahrscheinlich auch  
 172 der Grund, warum sie das machen - ne. Und das ist wahrscheinlich unter Umständen  
 173 auch ein Grund, warum es da so wenig Frauen gibt – ne – ähm weil sie dann nämlich  
 174 gar keine Lust zu haben, weil sie selber, wie du sagtest, so gar nicht das Bedürfnis  
 175 haben so, das nach außen zu tragen – ne. Trotzdem wär' vielleicht das ja gut für so  
 176 `nen Verband – ne – wenn da mehr Frauen sind, die eben gar nicht dieses Bedürfnis  
 177 haben, ihre persönliche Macht auszuleben, sondern die vielleicht eher irgendwas tun,  
 178 was den Verband oder, oder so voranbringt – ne. Wär' jetzt so mein Gedanke dazu  
 179 (.) spontan.

180 **Ch:** Ja (3) also (.) wenn ich jetzt, ich hab' ja schon mal auch so Kampfrichter und so  
 181 was gemacht – ja - ist schon ganz nett mal – ja. Und vor allem das alles mal aus  
 182 einer anderen Perspektive zu sehen. Da war ich ja selber noch aktiv. Und dann halt  
 183 auf einmal die Leute zu beurteilen – ja – so Kata und Kumite, Freikampf musste ich  
 184 dann auch beurteilen, wie es dann so ist – ja, so jetzt warten wir mal, bis der erste  
 185 **Ippon** fällt. Das ist schon auf jeden Fall sehr interessant. Und ich glaube auch, wenn  
 186 man, (2) wenn man wirklich Lust darauf hätte, also so mit Wettkampf und dann  
 187 auch mit Erfolg Karriere zu machen und dann auch international, ähm ja Fuß zu  
 188 fassen – ja – als Kampfrichterin, denke ich mal, könnte man schon machen. Also  
 189 ich kann's jetzt nicht sagen, weil ich es selber halt noch nicht gemacht hab' – ja. Aber  
 190 ich denk' nicht, dass da jetzt allein auf Grund der Tatsache, dass man `ne Frau ist,  
 191 deswegen diskriminiert wird. Also wenn man will, kann man schon, denk' ich.

192 **I:** Okay. (I: lacht) Gut, ähm ja ähm ((lachend bis \*)) ich muss mir einfach irgendeine  
 193 Anschlussfrage überlegen. (\*)

194 **Ch:** ((lachend bis \*)) Du wolltest genau was anderes hören... (\*)

195 **I:** Nee, das macht ja nichts. Das ist ja auch grade das Interessante. Also ich hab'  
 196 jetzt gestern zum Beispiel, das braucht hier gar nicht drauf aber ((lachend bis \*)) egal  
 197 das kommt jetzt mit drauf (\*), ein Interview gehabt mit der, mit der C. – ne – die das  
 198 schon seit dreißig Jahren macht. Und sie hat dann einfach erzählt: Früher war das so  
 199 (.) bei B., den kennst du auch wahrscheinlich vom, der dann auch, glaube ich, bei O.  
 200 Training gegeben hat, ich weiß nicht, ich glaube, das war so, das war dann so, dass  
 201 `ne Frau mit Schwarzgurt - die E. da rein kam, damals H. . Und da meinte er ja:  
 202 Frauen trainieren bei mir nicht. Die gehen in die Unterstufe und können mit den

203 Gelbgurten trainieren. So. Und nun stell' dir das mal heute vor! Das kann ((lachend  
204 bis \*)) man sich nun auch wirklich nicht vorstellen – ne – oder? (\*)

205 **Ch:** Nee.

206 **I:** Aber es war so – ne – früher, lange. Also das ist noch gar nicht so lange her, glaub'  
207 ich, dass es einfach anders ist – ne. Vielleicht ist das auch ein Grund, dass so wenig  
208 Frauen jetzt in Führungspositionen sind, weil sich das noch gar nicht so lange (.)  
209 geändert hat. Das wär' jetzt mal mein Gedanke. Kann ((lachend bis \*)) man ja ruhig  
210 mal aussprechen. (\*) Ja.

211 **Ch:** Ja gut, das ist halt früher so gewesen. Aber ich muss sagen, ich hab' jetzt nicht  
212 die Erfahrung gemacht, ich hab' ähm jetzt grad in M [Stadt] das ist so ein ziemlich  
213 großer Verein – also Uni-Sport M [Stadt]. Und da hab' ich auch ein  
214 Oberstufentraining. Ich ja mach' die Vertretung von unserem Haupttrainer auch – ja.  
215 Und also ich hab' da, ich persönlich hab' da jetzt eigentlich immer sehr gute  
216 Erfahrungen gemacht. Also ich trainier ja fast sehr, sehr viele Männer – ja. Und von  
217 wegen da soll mal einer auf die Idee kommen und sagen: Hej, also ich trainier hier  
218 oder die Frauen dürfen hier nicht trainieren. Das ist, also ich hab' halt `ne ganz  
219 andere Erfahrung da einfach auch gemacht. Deswegen fühl' ich mich da  
220 diesbezüglich wirklich nicht diskriminiert – ja. Das mag vielleicht früher wirklich auch  
221 anders gewesen sein. Das kommt (3) ja hm ist wahrscheinlich von Fall zu Fall  
222 einfach unterschiedlich. Also schon klar, ich mein', irgendwo muss man schon (.) ja  
223 irgendwie so, sag' ich mal, die Leistung bringen, weil wenn die Leute dann sind, okay  
224 gut, die taugt was als Trainerin, dann akzeptieren die einen dann auch. Na klar,  
225 wenn man jetzt nicht so toll oder das Training nicht so toll ist und so – ja – da wird  
226 man auch nicht akzeptiert. Ich mein', die S. da gehen viel genug Leute hin, die wird  
227 da akzeptiert, weil sie einfach gut ist – ja. Und ich denk', das ist halt, ja, schon  
228 wichtig. Man muss halt auch die Leistung zeigen – wahrscheinlich auch mehr als ein  
229 Mann. Also ein Mann, der halt nicht so wahnsinnig toll ist, kann schon sein, dass er  
230 trotzdem akzeptiert wird – ja. Aber `ne Frau muss halt da vielleicht schon sich härter  
231 das erkämpfen. Das kann dann schon sein.

232 **I:** Okay. Kann du jetzt noch mal zurück zu deinem Karateleben, wenn du ein Fazit bis  
233 jetzt ziehen solltest, fällt dir da was ein irgendwie, dass du sagst, das könnte ich jetzt  
234 dazu sagen. ((lachend bis \*)) Das hat dich wahrscheinlich noch nie jemand gefragt –  
235 ne. Mach' ich jetzt. (\*)

- 236 **Ch:** ((lachend bis \*)) Ein Fazit, schön war's. (\*) Ein Fazit, also ich mein', ich hab's ja  
 237 nicht aufgehört. Deswegen ...
- 238 **I:** Ja aber bis jetzt.
- 239 **Ch:** ... so, (.) was ich (.) von mir (.) persönlich behaupten kann, ist halt, ich hab', also  
 240 ich bin generell schüchtern, ist vielleicht der falsche Ausdruck, ab ich bin eigentlich  
 241 eher ein zurückhaltender also eher zurückhaltender, ja, normalerweise. Aber so  
 242 ich muss sagen, das Karate hat mir unwahrscheinlich viel Selbstbewusstsein  
 243 gegeben – ja. Es ist natürlich auch so, na gut wettkampfmäßig (.) ja war ich jetzt  
 244 nicht wenig erfolgreich, sag' ich jetzt mal. Und auch so mit Trainer und so dass ich  
 245 halt Training geb' und so, das gibt halt einem dann schon Selbst/ ja also  
 246 Selbstbewusstsein und Halt im Leben auch, also so (.) ja Selbstbestätigung auch und  
 247 also das hat mir persönlich als Mensch sehr, sehr viel gebracht. Als ich damals  
 248 Karate angefangen habe, einfach auch so Disziplin und Selbstbewusstsein und  
 249 solche Dinge halt, hab' ich schon sehr, sehr viel dazu gewonnen. Und das bringt halt  
 250 einem auch beruflich sehr viel, dass man dann Disziplin hat – ja.
- 251 **I:** Was hast du noch mal studiert? Das hast du jetzt nicht gesagt...
- 252 **Ch:** Na ja ich hab' Betriebswirtschaft studiert - genau.
- 253 **I:** Und arbeitest da jetzt sozusagen an diesem großen Projekt?
- 254 **Ch:** Ja, das ist `ne ziemlich große China-Messe. Und ja wir organisieren das von M  
 255 [Stadt] aus, von der Messe M [Stadt] aus. Und haben da engen Kontakt mit unserer  
 256 Tochtergesellschaft in China. Und (.) ja auf jedem Fall läuft die Messe gut und es ist  
 257 bis dahin noch sehr, sehr viel Arbeit und Stress.
- 258 **I:** Okay. Kannst du noch was zu deinem Leben vor Karate sagen? Also weil du sagst,  
 259 es hat dir so viel gebracht an Selbstbewusstsein u. s. w. also wenn du jetzt das  
 260 genauso beschreiben solltest analog.
- 261 **Ch:** Ich war total unsportlich. ((lachend bis \*)) Ich hab' Sport gehasst bis zum  
 262 Gehn nicht mehr. Ich hab' eigentlich (\*) überhaupt vorm Karate (.) ja gut ich  
 263 ((lachend bis \*)) hab' Orgel gespielt – mehr schlecht als recht - (\*) also musikalisch  
 264 war ich überhaupt nicht begabt – ja - und also ich fünf Jahre lang Orgel gespielt – ja  
 265 – also jetzt nicht wenig. Und ja also man hat halt sehr gemerkt, okay ja es ist sehr  
 266 viel Einsatz, sehr viel Zeit, was ich da jetzt mit verbringe und es kommt da nicht so  
 267 viel dabei rum. ((lachend bis \*)) Und da hab' ich schon gemerkt, okay, ich glaub'  
 268 Musik (\*) ist dann doch nicht so mein Ding – ja. Dann hab' ich mit dem Karate  
 269 angefangen und hab' gemerkt, hej, hoppla also zum einem bin ich vielleicht gar nicht

270 so unsportlich, wie ich immer gedacht habe – ja. Und dann hab' ich auch gemerkt,  
271 okay, da ich habe Talent mit wenig Einsatz voll viel herausholen, das ist schon mal  
272 ganz gut – ja – und ja deswegen hab' ich dann auch komplett mit dem Orgelspielen  
273 aufgehört – ja. Und wie gesagt, also davor war ich total unsportlich – ja. Aber  
274 unterdessen kann ich wohl behaupten, dass es so mit dem Sportlichen und so  
275 eigentlich ganz gut geht. Und es ist auch so, ähm jetzt mal, also ich sitz' in der Arbeit  
276 von früh bis abends, wirklich acht Stunden, neun Stunden oder noch länger teilweise  
277 – ja – am Computer und also ist im Prinzip egal, ob es nun Karate ist oder Joggen ist  
278 oder sonst was aber es gibt einem halt auch einen Ausgleich – ja. Und es ist auf  
279 jeden Fall ganz schön, nach der Arbeit Sport irgendwie zu machen. Danach fühl' ich  
280 mich halt einfach auch besser.

281 **I:** Würdest du sagen, einfach jetzt mal so als Frage, dass Karate an sich irgendwie,  
282 es kommt ja aus Japan, es ist ja `ne Kriegskunst auch – ne, dass es dadurch  
283 irgendwie besonders viele männliche Anteile hat? Also würdest du das sagen?

284 **Ch:** Ich denke, Karate ist auf jeden Fall nicht eine frauentypische Sportart, sag' ich  
285 jetzt mal, weil es gibt sicherlich schönere Sportarten, die Frauen machen können –  
286 ja – Tanz irgendwie so mit weicheren Bewegungen, weil, ich mein', beim Karate so  
287 **ichi- bam, ni-bam** und, das sind halt schon so harte Bewegungen. Und das muss  
288 auch nicht jede Frau mögen. Und ich denke, das hat auch deswegen nicht all zu  
289 viele, also so wenn man es anteilmäßig betrachtet, sind nicht so viele Frauen im  
290 Karate da und dementsprechend werden halt auch weniger in der  
291 Führungspositionen, weil halt weniger Frauen generell Karate machen.

292 **I:** Also ich selber zum Beispiel hab' da irgendwie noch nie drüber nachgedacht, ob  
293 das jetzt viel männliche Anteile hat oder nicht. Ich hab' das einfach immer gemacht.  
294 Also mir ist das nie so aufgefallen. Ich hatte gestern ein Interview, die hat da sehr  
295 viel drüber geredet, was da so viel männliche Anteile hätte. Fand ich interessant.  
296 Kann man ja auch anders deuten. Also irgendwie gibt's ja mittlerweile auch  
297 Forschungen – ne, dass eine Frau, die diesen Kranichstil, was auch immer damals  
298 mit entwickelt hat, die ist dann leider in der Geschichte untergegangen, wie was fast  
299 überall, ((lachend bis \*)) in der Geschichte Frauen immer untergehen, (\*) vielleicht ist  
300 das nur in der Geschichtsüberlieferung so männlich definiert – ne. Man weiß das  
301 nicht wirklich. Ist auch egal. (I lacht) Ähm ((lachend bis \*)) noch mal wieder zurück zu  
302 dem, was ich eigentlich noch /noch brauche. (\*) Ich bräuchte noch deine Eckdaten,  
303 so Geburtsdatum einfach das – ne, den Namen, den vollständigen Namen vielleicht

304 noch mal. Und sag' doch vielleicht doch noch mal deine Karateerfolge. Das waren ja,  
305 glaube ich, ((lachend bis \*)) nicht wenige – ne. (\*)

306 **Ch:** (beide lachen) Also (.) ähm (.) ja (beide lachen) ((lachend bis \*)) mein Name  
307 Chin Yin Sun (\*), ja geboren 19XX, dann (.) hm

308 **I:** In?

309 **Ch:** in A [Stadt], Abstammung also so aus China – ja. Weil viele Leute halt fragen –  
310 ja kommst du dann aus Japan wegen Karate, weil Japan, Karate eben aus Japan  
311 kommt. Nee, ich bin da irgendwie so reingerutscht – ja – und hab' dann auch nie  
312 gewechselt irgend `ne andere Sportart so. Ich hab' mit'm Karate angefangen und  
313 mache nun schon seit über elf Jahren Karate. Ja (.) und Erfolge (beide lachen) äh ich  
314 hab' mehrmals (.) Deutsche Meisterschaft gewonnen - Kata immer. Dann also es gibt  
315 DKV, JKA und beim JKA hab' ich Europameisterschaft schon mal gewonnen in Kata  
316 auch, im WKC haben wir noch mal einen internen Verband. Das sind auch so  
317 mehrere Stilrichtungen auch dabei - Gojo-Ryu Shito-Ryu und alles mögliche, da hab'  
318 ich auf der WKC Weltmeisterschaft und Europameisterschaft auch schon mal  
319 gewonnen. Ja (.) und also so das, wir haben auch JKA Eu/Weltmeisterschaft, in  
320 Japan vor zwei Jahren war das, haben wir mit der Katamannschaft auch mal den  
321 zweiten Platz geholt. Das war auch ein Riesenerfolg. Also und meine letzte  
322 Meisterschaft, das war letztes Jahr, ähm die JKA-Europameisterschaft in Norwegen.  
323 Da hab' ich auch den ersten Platz gemacht.

324 **I:** Wau – nicht schlecht. Ja okay, dann erst mal vielen Dank. Ich weiß nicht, ob du  
325 noch irgendwas sagen willst.

326 **Ch:** ((lachend bis \*)) Ich glaub', ich hab' eigentlich schon genug gesagt. (\*)

327 **I:** Okay, ja dann danke. ((lachend bis \*)) Das war ja etwas überfallsartig. Und ich  
328 schalt' jetzt erst mal ab. (\*)

329

330

331

332

333

334

335

336

337

338

339

340

341

342

343

344

345

346

347

348

349

## 1 Interview vom 27.07.2006 mit K

2

3 **I:** Ja, es läuft. Also mhm, ja, was ich make, hab' ich dir grade ja schon erzählt - ne  
4 so `ne Studie zu Frauen-äh-wegen im Karatedo. Und ja, also es geht eben darum,  
5 ((lachend bis \*)) wie dein Lebensweg insgesamt so war (\*) und von daher würde ich  
6 dich bitten, deine Lebensgeschichte zu erzählen mit Schwerpunkt äh (.) der  
7 Karategeschichte.

8 **K:** Okay. Ja, danke schön. (I lacht) Ähm ja meine Lebensgeschichte würde ich ähm  
9 einen ja Schnitt oder Neuanfang oder Part bezeichnen ab dem KarateEinstieg. So  
10 und zwar ähm hat mir das Augen geöffnet ähm nicht nur aus sportlicher Sicht, dass  
11 ich einmal Selbstbewusstsein bekommen habe für den, also Körpersicht, dass ich  
12 einfach gemerkt habe, dass ich mit dem Fuß auch äh Tennis spielen kann zum  
13 Beispiel also Fußtennis oder wie das heißt. Also dass man immer so ein  
14 Körpergefühl bekommt sondern auch ähm durch die Menschen, mit denen man  
15 Kontakt bekommen hat, andere Sichtweisen an unterschiedlichen Menschen und  
16 jetzt natürlich auch in den Jahren einfach interessante und Freundschaften und ja  
17 was da draus alles so entstehen kann, ähm (.) dass man als Person und nicht als  
18 ähm Familienmitglied in `ner Familie oder in einem Ort, in der Gemeinde, also so  
19 bekannt ist man und da fährt man hin und das ist so sondern dass man als  
20 eigenständige Person anerkannt wird und zählt. Das war für mich irgendwie so'n,  
21 so'n, so `ne Erkenntnis, die, die mein Leben verändert hat. Ich würde jetzt nicht  
22 sagen, dass es nur vom Karate kommt. Wahrscheinlich war es auch das Alter –  
23 keine Ahnung. Aber das hat da auf jedem Fall gro/großen Stück  
24 beizugetragen/beigetra/dazu beigetragen. Ähm ich war damals Anfang 20 und bin über  
25 Freunde angesprochen worden, weil ich ähm mit dem Handballspielen aufgehört  
26 habe, ähm weil man mit Anfang 20 teilweise schon zu alt ist, wenn man nicht  
27 andauernd verletzt sein möchte und im Berufsleben äh ist das halt nicht möglich,  
28 dass man dauernd ausfällt, ähm hab' ich damit aufgehört und Freunde haben mir  
29 dann halt gesagt, weil ich `ne Sportart gesucht hab', die ich machen kann, ähm na ja  
30 – Karate – das wär doch toll, das ist ein neuer Anfänger/Anfängerkurs im Nachbarort.  
31 Und da hab' ich sofort gesagt, da hab' ich sofort gesagt: Karate – so was  
32 Besonderes? Also das war für mich irgendwie so: Nee, geht gar nicht. Und dann: Ja,  
33 guck's dir doch einfach mal an. Ich bring `ne Ausschreibung mit mit den Zeiten und  
34 dem Ort und geh' doch einfach mal hin! Na ja und dann hatte ich das auch fast



35 vergessen aber dann kam halt diese Ausschreibung und ich hab' gesagt: Na ja,  
36 warum nicht. Und dann wurden von Zwei auch noch angeboten, dass sie einfach  
37 mitkommen. Das wäre ein ganz normales Training. Da können sie auch hin, also die  
38 S. und D. damals. Und da dachte ich: Ist ja sehr nett. Und da kann man hinterher  
39 noch irgendwo hingehen so. Und da bin ich da hingegangen und es hat mir sofort gut  
40 gefallen. Ähm dieses (.) was ich gesehen habe und noch nicht umsetzen konnte,  
41 dieses Arretieren, dieses ähm Muskeleinsatz, dass der ganze Körper arbeitet und  
42 nicht nur ein Teil, nicht ein Arm wie beim Tennis sondern halt dass der ganze Körper  
43 beteiligt ist. Das fand ich sehr gut. Und ähm der Anfängerkurs an sich hat mir sehr  
44 gut gefallen. Ähm konnte dann leider öfter nicht hingehen und hab' dann gesagt: Ich  
45 möchte jetzt aber ganz machen. Hab' diesen Anfängerkurs nicht beendet und hab'  
46 dann beim Nächsten wieder angefangen. Und ähm bin seit dem dabei geblieben,  
47 habe noch keine Trainingspausen eingelegt, ähm seit anderthalb Jahren durch  
48 diese Darmgeschichte, dass ich halt, dass mein Immunsystem nicht mehr äh nicht so  
49 fit war, bin ich, hab' ich mich versucht, auf einem Level zu halten aber sonst generell  
50 wurde das Training eher gesteigert und ähm ich hatte das Gefühl, (.) dass ich noch  
51 offener bin für viele Dinge. Das denke ich, das ist auch der normale Weg, dass man  
52 erst mal Kondition, Muskel aufbauen u. s. w. ähm mitbekommt und dass dann  
53 irgendwann so, dass man offener ist für den Körper, so mehr für dieses Gefühl und  
54 dass Karate da ist, die Aufnahme da ist. Ähm ich denke, es gab dann eine Phase  
55 ähm beim Karate, wo man einfach gepowert hat. Man wusste gar nicht so, ist das  
56 alles richtig. Und die Trainer haben einem auch oft gelassen. Haben dann natürlich,  
57 wenn man zurückdenkt, oft gesagt: So und so geht's. Aber mehr der Gruppe und  
58 nicht einer Person und man hat Vieles mitgenommen und versucht, umzusetzen,  
59 was natürlich nicht alles gleich funktioniert. Aber wenn ich zurückdenke, war das  
60 schon so, dass man immer gezeigt bekommen hat, wie's richtig geht. Dann kam  
61 irgendwann `ne Phase, man hat gemerkt so: Ach, das ist das, was ich jahrelang  
62 gezeigt bekommen habe und gesagt bekommen habe, jetzt hab' ich's mal gefühlt,  
63 ähm so uns so geht das. Oh, ich hab' mal gegen einen Dan-Träger oder Trägerin äh  
64 `ne Abwehr geschafft, was ich noch nie geschafft habe. Einfach so diese Zeit  
65 empfand ich, kam dazu. Ähm und dann (.) würde ich sagen, kam irgendwie die Zeit,  
66 dass man an sich selber mehr arbeitet, dass man nicht versucht, mitzukommen  
67 sondern dass man an sich selber arbeitet. Und durch den ähm Vereinswechsel,  
68 also den ich erst parallel durchgeführt, als ich zum zweiten Verein trainieren

69 gegangen bin und dann aber gemerkt habe, dass ich bei dem anderen, also in H  
 70 [Stadt] bei dem Verein viel mehr gelernt habe als in dem Ursprungsverein, da auch  
 71 die Personen also teilweise weggeblieben sind durch Beruf oder Studium,  
 72 Ortswechsel war auch dieser, dieser Zwang, dahin zu gehen, die Leute zu sehen,  
 73 nicht mehr so groß, hab' ich das ganz abgebrochen. Bin dann nur noch nach H  
 74 [Stadt] zum Training gegangen, dann parallel auch nach M [Dorf] zu Sc., ähm kam  
 75 noch mal so ein Schub, dass man gemerkt hat so, a) was geht alles und wie viel  
 76 Leute das und das und andere Partner, andere Eindrücke, andere ähm ja (.) ähm  
 77 Ansprüche, die man, die an einem so gestellt werden – ne. Das war auch noch mal  
 78 sehr aufregend alles. Und ähm ich denke einfach, dass man so Phasen durchmacht  
 79 im Karateweg, die wahrscheinlich jeder macht, wie lange sie dauern, ((lachend bis\*))  
 80 ist unterschiedlich (\*) aber dass man irgendwo an einem Punkt ankommt, wo man  
 81 merkt, man sich jetzt auch wieder einen neuen Weg suchen. Und das ist sehr  
 82 schwierig, finde ich, weil es ähm nicht überall möglich ist und, und vielleicht auch  
 83 ähm jeder es anders praktiziert, man erst mal so finden muss, wo geht's weiter, wie  
 84 geht's weiter, was möchte ich, was kann mein Körper überhaupt – ne. Man wird auch  
 85 älter. Das ist einfach so, dass man ja konditionell oder halt auch mit so Jüngeren  
 86 nicht mithalten will teilweise, weil man weiß, dass das dem Körper nicht gut tut. Man  
 87 kann das mal machen, um ja Konditionstraining zu machen aber jetzt jeden Tag oder  
 88 mehrmals in der Woche ähm finde ich, soll das nicht sein und muss nicht sein. Ja  
 89 und ähm ich bin im Moment halt genauso wie beruflich, also ich würde immer das  
 90 Berufliche mit dem Karate ähm fast na parallel setzen, ist übertrieben aber es ist  
 91 schon so, dass ich halt genauso mit Anfang 20 im Berufsleben stand und wusste  
 92 nicht, wo's hingeht. Und ähm habe halt ja mitgenommen, was ich kriegen konnte,  
 93 habe geübt und Erfahrungen gesammelt. Und irgendwann hat man gemerkt, ach ja  
 94 hat sich wieder einer Tendenz, einem Weg ähm genähert und das hat dann  
 95 eingeschlagen. Und ähm dann irgendwann merkt man so, war es überhaupt das  
 96 Richtige oder hab' ich mich festgefahren und ich denke, das, das passt schon zum  
 97 Karate, dass das so im gesamten persönlichen oder im gesamten Leben und  
 98 natürlich auch beruflich erkennt man das wieder. Und ähm im Moment ist es halt  
 99 wirklich beruflich auch so, dass ich überlege, was will ich, ist es richtig, was ich  
 100 mache, was, das Studium, was ich parallel mache, ähm hoffe ich, von dem Studium  
 101 hoffe ich mir, dass da ein Weg wieder gezeigt wird ähm oder gefestigt wird, vielleicht  
 102 hab' ich den ja schon oder bin auf diesem Weg, weiß es noch nicht, hab' ihn noch

103 nicht so gefunden. Und beim Karate, würde ich sagen, ist es ähnlich, dass ich halt  
 104 das Niveau versuche, zu halten – den Level. Leider ist es zeitlich, es ist mir im  
 105 Moment zeitlich nicht so möglich, da mehr zu machen. Ähm und da das Studium erst  
 106 ja im September erst ein Jahr geht, ähm weiß ich noch nicht, wie ich das alles so  
 107 unter einen Hut bekomme und hoffe, ((lachend bis\*)) dass, dass (\*)der Spaß mir  
 108 nicht genommen wird, was ich nicht glaube aber kann ja – ne, kann ja mal passieren  
 109 aber dass ich das alles, also dass ich die Erfüllung, die ich beim Karate empfinde,  
 110 dass äh die bleibt und wenn ich auf einer Findungsphase bin, wieder zu dieser  
 111 Erfüllung hin oder halt wieder auf dem Weg zu dieser Erfüllung, ähm dass ich diesen  
 112 Weg immer wieder finde, wenn ich mal abkomme. Und ja und ich denk' mal, im  
 113 Beruflichen würde ich es genauso sagen, dass halt der Spaß am Arbeiten ähm  
 114 immer bleibt. Genauso würde ich's, würde ich's beim Karate genauso sagen, ob es  
 115 nun durch die Menschen ist, die man da ähm kennen lernt und trifft. Und auch es ist  
 116 ja auch dieses und nach dem Training oder bei dem Lehrgang zusammen  
 117 irgendwas, ähm (.) sag' ich mal, organisieren oder halt dann auch hinterher oder in  
 118 den Pausen sich unterhalten, diese Kontakte, diese sozialen Kontakte, die man da  
 119 hat und bekommt und ausbauen kann, dass die einfach (.) bleiben und ähm (.) ja der  
 120 Reiz dadurch zum Sport, zum Karate, zu den Leuten halt weiter gegeben ist. (.) Ja  
 121 und (.) ein Ende seh' ich nicht. Deswegen, und ich wollt grad sagen, das Ziel ist aber  
 122 das Ziel ist, dabei zu bleiben, würde ich sagen. Und Spaß und sozialer Kontakt das  
 123 ist so wirklich, das, was ich mir davon erhoffe und dass das weiter so geht. Und ich  
 124 denke, also das endet nie, hört sich so negativ an, ist aber nicht negativ gemeint.  
 125 Also ich denke, das, das geht halt einfach weiter. Ja. Fällt mir grad noch was ein. (K  
 126 lacht) Ähm (5) ähm beim Training geben, was ich vor meinem Dan sehr gerne  
 127 machen wollte, weil ich auch der Meinung war, da kann man auch was lernen, was  
 128 ich einfach er Umgang mit den Begriffen oder der Umgang mit ja einfach mit dem äh,  
 129 äh Körper mal was zeigen, das ähm hat mir auch sehr geholfen, würde ich sagen,  
 130 also hat mir was gebracht. Grundsätzlich muss ich sagen, seh' ich da nicht so die,  
 131 die, die Zukunft drin. Ich find' das nett und würde da auch immer irgendwo  
 132 einspringen und das machen aber so grundsätzlich so/ich, ich bewundere Leute, die  
 133 das können und die das machen, die da einfach ihre, so ihre Energie geben. Ähm (3)  
 134 äh für mich ist das, vielleicht kommt das wieder, dass ich noch mal so `nen Schub  
 135 kriege und da wirklich Lust zu habe. Das hatte ich auch mal, das weiß ich aber im  
 136 Moment wahrscheinlich hab' ich nicht genug ((lachend bis\*)) Energie, die ich geben

137 kann. (\*) Ich weiß es nicht, wie ich das beschreiben soll. Ähm und das hat mir so  
138 bisschen den Spaß genommen. Und das fand ich dann auch schade. Und dann  
139 wurde es, wird es einfach zum, zur Arbeit, also Arbeit ist jetzt als – man muss sich  
140 aufraffen und ähm das kommt, das sprudelt da nicht aus einem so raus, was man  
141 einfach so. Und ich denk' mal, die Positive, also die, was man rüberbringt, das  
142 Positive würde dann auch fehlen. Das Gefühl hab' ich oder hatte ich dann auch `ne  
143 Zeit aber das kann sich ja ändern wie alles – Eindrücke, Empfindungen, Steuern  
144 oder man geht mal wieder zum Lehrgang und denkt, das will ich unbedingt  
145 weitergeben, das kann ja auch passieren. Ja und ähm (3) Karate und Verband sehe  
146 ich (.) sehr (.) also ich fühle mich nicht irgendwo eingesperrt oder zugehörig ähm  
147 sondern da würde ich das egoistisch beschreiben, dass ich halt nehme, was ich  
148 kriegen kann, also ähm ich, ich möchte mich nicht festlegen, das ist einfach so. Ähm  
149 ich sehe halt, wenn ein Lehrgang in der Nähe ist, sehe ich das einfach als, als  
150 positiv, nicht weil so weit fahren zu können, einfach trainieren zu können, nicht um,  
151 nicht nur wegen des Trainers sondern auch wegen Partnerübung, dass man halt  
152 Erfahrung dabei sammelt, natürlich ähm um dabei zu bleiben, das ist kontinuierlich  
153 an sich arbeiten, das ist ja immer wichtig. Und ähm sonst von den Verbänden, es gibt  
154 positive und negative Sachen, die ich jetzt, also einfach vom Gefühl her, von der  
155 Intuition her aber ich könnte das jetzt auch nicht unbedingt beschreiben, muss ich  
156 sagen. Ähm was mir beim DKV sehr gut gefällt, ist halt, ähm dass das sehr offen  
157 wirkt, also dass da jede Richtung, jedes, jeder Stil, jeder Mann, jede Frau, jeder kann  
158 da machen was, also findet der was, also den Weg, den er einschlagen kann. Ähm  
159 beim DJKB hat, hat man, nicht immer aber oft das Gefühl, so dieses „Wir sind eine  
160 Gruppe“. Das kommt da so ein bisschen rüber, obwohl man sich da natürlich auch  
161 eingesperrt fühlen kann. Ähm aber dadurch dass ich da immer so `ne gewisse  
162 Distanz wahre, empfinde ich das halt nicht als negativ. Deswegen manchmal kann  
163 ich drauf, dann ist das okay, manchmal mag ich das nicht oder auch diese beim DKV  
164 dieses „Ich kann überall lang gehen, wo ich möchte.“, also ob das nun Soundkarate  
165 ist oder halt, ähm fällt mir natürlich kein Gegensatz ein aber halt ähm wo anders zum  
166 Lehrgang zu gehen. Man hat jede Möglichkeit. Das kann auch mal, mag ich das,  
167 dann seh' ich das positiv und mal möcht' ich lieber so `nen Halt oder so'n, so `ne  
168 Person, wo drauf man fixiert ist, haben, das ist immer unterschiedlich. Und deswegen  
169 würd' ich, würd' ich da nicht für oder gegen irgendwas speziell zu sprechen. Ich  
170 denke, das muss jeder selber raus finden. Ich würd's auch nicht niemanden

171 irgendwie vorschlagen: Mach' das oder das! Also kann man nur die eigenen  
 172 Erfahrungen oder Empfindungen dann weitergeben. Sonst diesen, ähm diese  
 173 Trennung – das waren im Grunde so meine Anfänge – die hab' ich nun nur so, also  
 174 erzählt bekommen. Die hab' ich so persönlich ja nicht mitbekommen. Und ähm ich  
 175 find's halt einfach (.) die Riva/Rivalität, die da entsteht, das, so was mag ich einfach  
 176 nicht diese Machtkämpfe und politische Dinge. Aber die gehören anscheinend  
 177 überall dazu. Das ist äh ja beruflich genauso und ähm wie sie ablaufen, ist natürlich  
 178 `ne andere Sache. Also (.) kann ich jetzt gr/ nichts drüber berichten aber was ich  
 179 mitbekommen habe, es gibt halt immer nicht so schöne Seiten, die dann da (.)  
 180 passieren. (.) Da ich mich damit nicht so mit beschäftige, als `ne Schutz- (.) so `ne  
 181 Schutzreaktion, denke ich mal, kann ich da halt auch nicht so, also nehm' ich da  
 182 auch nicht so mit, was man mitbekommt bisschen schneller wieder vergessen. (4)  
 183 Ähm wenn man jetzt so Beziehungen zu Führungspersonen, ähm (.) denke ich  
 184 oder auch speziell auf Vereine bezogen, gibt es ja meist einen Sensei oder eine  
 185 Sensei, die dann halt die ähm Führung übernimmt. Ähm kann ich, also denk' ich mal,  
 186 dass der Verein geleitet wird, ob es nun kommerzieller ist, also Breitensportmäßig,  
 187 würde ich das nennen oder halt ähm einer Richtung entspricht, dann ist es  
 188 wahrscheinlich auch eher kleiner. Es ist halt die Frage: Wie will man das? Oder die  
 189 Person, die das dann halt dann macht, diese Führung übernommen hat. Ähm und äh  
 190 als Trainer oder Trainerin ist man ja auch im Grunde eine Führungsperson dann,  
 191 vielleicht manchmal nur in der Einheit oder halt wenn man ständig diese, diese  
 192 Trainingseinheit leitet und die, die Personen wiederkommen und nicht ständig  
 193 wechseln, hat man ja eine Führung der Gruppe, der Trainingsgruppe, ähm (.) muss  
 194 ich sagen, hab' ich ja in L [Stadt] diesen Ein/Einführungskurs gemacht und dadurch  
 195 dass die noch ((lachend bis\*)) jungfräulich waren die Leute (\*), ähm hatte ich das  
 196 Gefühl, dass das ganz gut geklappt hat, dass ähm mit Zuckerbrot und Peitsche, ist  
 197 halt beim Sport manchmal so, dass man halt auch mal Liegestütze macht, wenn,  
 198 wenn – ähm machen lässt – wenn ähm das aus dem Ruder gerät. Und das ist halt  
 199 bei Kampfkunst würde ich das halt auch – na ja gefährlich ist es jetzt nicht – aber das  
 200 zu zeigen, dass es wirklich drauf an kommt, dass das schon, ähm natürlich kann  
 201 man diskutieren oder drüber sprechen aber in der Gruppe und bei, bei  
 202 Kampftechniken geht das nicht immer. Also man muss schon wissen, wann (.) wann  
 203 die Diskussion angesagt ist oder wann das halt nicht funktioniert. Ich versuche das  
 204 auch immer zu erklären und ich denke, dass das auch angenommen wird oder dass

205 die auch verstehen, warum ich manche Sachen erkläre, genauso wie die  
206 Formsachen, das Abknien – also Seiza und Mokutso – das erklär' ich immer, dass es  
207 halt keinem, dass ich jetzt hier sitze und ähm ein Götzenbild bin ((lachend bis\*))  
208 oder hinter mir jemand (\*) sondern das ist einfach so dieses Augenzu, ich lass  
209 meinen Alltag draußen oder halt beim Angrüßen in, in die Halle und ähm ich bereite  
210 mich aufs Training vor, lasse mich drauf ein. Also das ist einfach so, dass man für  
211 sich selber sieht. Und das Angrüßen ist einfach halt, ähm wir sind bereit, miteinander  
212 zu trainieren. So erklär' ich das immer, weil ich das für mich so, ich weiß nicht, ob mir  
213 das mal jemand so gesagt hat oder ob ich das einfach für mich so abgeleitet hab',  
214 das weiß ich nicht mehr, ähm weil ich das einf/ (.) da bin ich einfach offen und fühle  
215 mich nicht irgendwie so – ja – Herr Trainer – du bist alles oder Frau Trainerin (.) und  
216 auch bei den Partnerübungen, dass man halt vorher zeigt: Ich bin bereit, ich bin  
217 offen, ich bin aufmerksam. (3) Ja. (4) Ähm was, was mir beim Karate so ein bisschen  
218 fehlt oder bei der Ausübung, beim Training ist vielleicht die Kommunikation besteht  
219 natürlich, man kann nie nicht kommunizieren – ne – also es ist ja immer mit gewissen  
220 Gesten, Mimiken kann man ja immer irgendwas ausdrücken aber wahrscheinlich ist  
221 es so, diese, dieses Sagen, was man empfindet., das ist ja nicht ((lachend bis\*)) so  
222 gewünscht (\*) aber eigentlich kann man das machen, wenn's zum eigenen Schutz  
223 oder ((lachend bis\*)) vor Schmerzen (\*). Aber ähm das denk' ich so, das ähm fehlt  
224 nicht, das geht halt nicht aber das ist so, denke ich, was, was auch noch ganz nett ist  
225 aber das kann man natürlich auch hinterher, wenn beim Training, wenn man  
226 irgendwas nicht gut findet oder sehr gut findet, kann man ja hinterher drüber reden.  
227 Das ist ja nicht verboten. Das macht man, das machen viele, so man ist ja auch  
228 immer so Sache, sich raushalten oder. ÄHm habe ich das schon mal gemacht?  
229 ((lachend bis\*)) Überlege grade. (\*) Ähm puh (.) doch ja. Also ich würde es auch  
230 machen - natürlich eher bei negativen Dingen – nu. Oder man geht auch mal hin und  
231 sagt: Mensch, das hat mir Spaß gemacht bei den Partnerübungen. Aber dann denkt  
232 man so immer, hm hat's der oder dem auch Spaß gemacht? Die dann immer,  
233 eigentlich. Man erwartet ja dann eigentlich `ne ähm Erwiderung und vielleicht will die  
234 Person das dann gar nicht geben und na ja also das ist schon wieder zu viel  
235 nachgedacht. Warum macht man das? Das ist nicht einfach. Also das ist – nu – na ja  
236 das ist immer so `ne Sache, wie nah man den Leuten auch kommen möchte. Bei  
237 manchen möchte man nicht näher kommen. Das sind halt zufällig, die Person ist  
238 zufällig bei dem Training, bei dem man auch ist. Und bei den Leuten, wo man denkt:

239 Ach ja, mit denen könnte man auch privat irgendwas machen oder sich mal  
240 unterhalten oder einfach mal auf ein Glas Bier oder Wein irgendwo noch hingehen,  
241 ähm das entsteht, denke ich, auch von alleine teilweise, dass man, also durch die  
242 Aktion, die man gemeinsam macht oder halt einfach nur, das finde ich halt in  
243 H [Stadt] auch ganz gut mit der gemeinsamen Umkleidekabine, dass man einfach ins  
244 Gespräch kommt. Also das hat jetzt ((lachend bis\*)) nichts damit zu tun, dass man  
245 glotzen will oder beglotzt werden möchte (\*) sondern das einfach miteinander Reden.  
246 Das find' ich eigentlich sehr nett. (3) Auf jedem Fall oder zum Abschluss, ein Fazit  
247 fällt mir jetzt nichts ein aber zum Abschluss ähm würde ich sagen, (3) Karate  
248 begleitet mich ähm immer gedanklich auf jedem Fall. Ich könnte mir nicht vorstellen,  
249 dass Karate nicht mehr zu meinem Leben gehörte und das wäre auch, glaube ich,  
250 auch wenn ich drüber nachdenke, wenn ich jetzt überlege, manche haben irgendwie  
251 äh ein Leiden, dass man irgendwie durch `nen Autounfall oder was weiß ich, kein  
252 Karate mehr machen könnte. Also sagen wir es mal so, wenn, wenn ich Leute sehe,  
253 die `nen Unfall hatten oder wenn ich mir selber überlege, stell dir mal, dein Bein  
254 muss amputiert werden, würde ich sofort denken, oh da kann ich kein Karate mehr  
255 machen. So das ist so das Erste, was mir dabei auch einfällt. Das ist, äh manchmal  
256 denk' ich so, hm warum denkt man da sofort dran aber weil mir das so gut tut, ist es  
257 wahrscheinlich das, worauf ich nicht verzichten möchte. Ähm also das gehört einfach  
258 zu meinem Leben und was ich auch schon gesagt habe, dass ich ähm im Moment  
259 oder wahrscheinlich bin ich immer irgendwo auf `ner Findungstour ((lachend bis\*))  
260 auch wenn ich das nicht will aber jetzt ist das wieder ein bisschen, bisschen  
261 ausgeprägter (\*). Ähm der Weg endet nie, das, das Ziel ist der Weg so. Ähm na ja  
262 ein Ende soll, will man ja auch nicht. Hatte ja auch grad gesagt, ich möchte das so  
263 weiter machen. Und (.) eigentlich (.) begleitet mich das und ist parallel, tut mir gut  
264 und ich könnte mir mein Leben einfach nicht mehr ohne vorstellen. Eine Position in  
265 Bezug auf Karate, ob es nun Verein oder ähm einfach im Karate selber könnte ich  
266 mich nicht positionieren. Ich würde sagen, ähm ich möchte lernen, ich möchte  
267 mitmachen ähm und wie ich schon gesagt habe, teilweise auch weiter geben. (6)  
268 Und ich denke, das wird, wird so weiter gehen. Ich glaube, (.) das war's. (K lacht)  
269 **I:** Gut. Ja, äh fällt dir noch irgendwie eine besondere Begebenheit ein, wenn du jetzt  
270 so an das Karateleben denkst, irgendwas, was dir so spontan einfällt an irgendeiner,  
271 ja was einfach – keine Ahnung – auf `nem Lehrgang oder im Verein oder was auch  
272 immer?

273 **K:** Also `ne persönliche Begebenheit, `ne Begebenheit ist es nicht aber dieses,  
 274 dieses Glücksgefühl, dass man einfach (.) mit sich selber ist, das, das, das ist  
 275 wahrscheinlich das, was mich auch, was das ist einfach so`n, so`n Süchtigsein  
 276 danach – so. Und Begebenheiten eigentlich nur so das mit den netten, tollen,  
 277 interessanten Menschen, mit denen man in Kontakt kommt. Das ist aber ständig, das  
 278 ist nicht so, ständig auch nicht so jeden Tag aber öfters. Begebenheiten? (3) Ja, ich  
 279 meine, mein Ursprungsverein, dass ich da so durchgehalten habe durch die Person,  
 280 die das geleitet hat oder leitet, ist vielleicht noch zu nennen, weil es sehr eine  
 281 komische Persönlichkeit ist, kann man so beschreiben, weil mir fällt kein Begriff ein,  
 282 wie man diese Person beschreibt. (3) Dass mit dem oder diese Person oder diese  
 283 Umstände die Lust am Karate nicht genommen haben, bin ich froh drüber. (16) Ja  
 284 noch mal so zu Körpergefühle, nicht nur so diese Glücksgefühle sondern auch so an  
 285 die Grenze gehen, das ist einfach das intensive Körpergefühl, was dadurch einfach  
 286 entsteht. (14)

287 **I:** Du hast ja vorhin von Machtkämpfen erzählt, die so in Verbänden immer  
 288 stattfinden auch in Vereinen dann auf kleinerer Ebene. Kannst du dich da an  
 289 irgendeine, irgendeine Begebenheit erinnern?

290 **K:** Ja okay, diese negativen Dinge aus dem Ursprungsverein – nu – hab' ich doch  
 291 wahrscheinlich doch eher verdrängt. Das geht halt da drum, dass ich Kassenwartin  
 292 war über Jahre in diesem Verein und das mit sehr viel Arbeit verbunden war und ich  
 293 beruflich halt auch eingebunden war und nicht so viel Zeit hatte und dann darum  
 294 gebeten habe, dass ich keine manuellen Einzüge mehr machen muss sondern dass  
 295 da `ne Software her soll. Das ist ja auch über die Banken auch gar kein Problem. Wir  
 296 haben doch so viele Leute, die so ein Programm schreiben können. Wir brauchen  
 297 das doch nicht so und macht doch mal! Ja und das hat sich dann über zwei Jahre,  
 298 jetzt um einfach mal `ne Jahreszahl zu nennen, es können auch drei gewesen sein,  
 299 hingezogen und irgendwann hab' ich gedacht: So, ich zieh' jetzt keine Beiträge mehr  
 300 ein, wenn das Programm nicht endlich mal läuft. Weil es wurde mir immer gesagt: Ja,  
 301 wir sind dran. Und haben mir dann auch schon mal was gezeigt und das klappte  
 302 nicht und na ja. Das war einfach anstrengend, diese Position zu haben und keine  
 303 Unterstützung zu bekommen. (.) Dann wurde ich (.) auf einer  
 304 Jahreshauptversammlung einfach, (.) wurde ich auf einer Jahreshauptversammlung  
 305 einfach nicht mehr aufgestellt für diese Position, ohne dass vorher mit mir  
 306 gesprochen wurde. Ich war dann im Grunde ja dankbar, dass ich diese Position los



307 bin aber ich fand die Art, wie mit mir umgegangen wurde, war unter aller Sau. Also  
308 im Grunde kann man sagen, dass der Sensei von diesem Verein nicht wollte, dass  
309 ich mit meinem Ex-Freund, mit dem P., zusammen gekommen bin, der auch beim  
310 Karate war und er uns beide richtig raus gemobbt hat, das zur Sache macht, weil wir  
311 halt aktiv waren und mit den Leuten irgendwas unternommen haben und  
312 irgendwelche Veranstaltungen organisiert haben und er sich ausgeschlossen gefühlt  
313 hat aus der ganzen Gruppe, weil da eine Energie entstanden ist von der ganzen  
314 Gruppe und er uns diese zugeschrieben hat, obwohl die gar nicht von uns kam. Wir  
315 haben nur mitgemacht aber er musste ja jemand Böses finden, damit er, damit er  
316 seine negativen Einflüsse, negatives Empfinden irgendwie zuschreiben kann und das  
317 waren wir dann halt. (.) Das war dann alles so parallel mit ähm dem auch mit dieser  
318 Position als Kassenwartin, dass mit mir nicht drüber gesprochen wurde sondern weil  
319 ich einfach nicht mehr aufgestellt wurde. Und zur Last wurde mir dann gelegt, dass  
320 ich die Einzüge ja nicht gemacht habe also – nu – um noch mal auf den ((lachend bis  
321 \*)) Ursprung zurückzukommen bei der Geschichte\*. Ja das sind aber, das kann  
322 einem überall passieren. Und heute würde mir das nicht mehr passieren. Das weiß  
323 ich. Weil ich, ich habe dadurch gelernt, dass ich mich nicht mehr ausnutzen lasse  
324 von Leuten, dass ich eher Grenzen zeige, weil ich sie auch kennen gelernt habe.  
325 Also ich würde es auch nicht immer den Leuten negativ zur Last legen sondern man  
326 muss ja selber auch sagen: Geht nicht mehr oder so nicht und möchte ich nicht. Das  
327 konnte ich früher nicht, das weiß ich. Und das hab' ich dadurch halt auch gelernt, zu  
328 erkennen, wo sind meine Grenzen oder wann, wann stoße ich da dran und auch zu  
329 sagen, ich brauch' jetzt Hilfe und nicht nur – ja würde gerne, könnte mir jemand  
330 helfen sondern ich brauche bis dann und dann das und das, wer kann das machen.  
331 Und genauso halt auch Aufgaben nicht annehmen, obwohl man gerne helfen würde  
332 aber wenn's nicht geht, dann ist demjenigen ja auch nicht geholfen oder derjenigen,  
333 wenn man halt sagt: Ich mache das. Und es klappt dann nicht. Das bringt ja auch  
334 nichts. Und im Verein gibt's immer halt Sachen, ((lachend bis\*)) die nicht gemacht  
335 werden müssen, das ist alles ehrenamtlich (\*) und der Verein ist halt, besteht aus  
336 den Mitgliedern und lebt von den Mitgliedern. Und das ist halt so. Ja, das hab' ich  
337 dadurch gelernt und Arbeit hatten wir weiter. (K lacht)

338 I: (5) Ja würdest du, würdest du denken, dass dieses, was du jetzt grade  
339 beschrieben hast, dieser Machtkampf, dass der so ganz typisch ist für diese, ja für

340 diese Streitereien so in den Verbänden? Erstens und Zweitens würdest du denken,  
341 dass der typisch ist für Männer, Männerbünde?

342 **K:** Also ich würde sagen, das ist typisch, kann es aber auch teilweise nur annehmen  
343 aber die Erfahrung, die man gemacht hat, würde ich also auf beide Sachen bezogen  
344 – einmal auf Verbände oder Vereine und aber auch auf Männer. Vereine und  
345 Verbände das hört man (.) durch andere halt auch, dass es woanders genauso  
346 stattfindet diese Machtspielchen. Dann frag' ich mich manchmal, gehen Leute, die  
347 machtgeil, also jetzt ((lachend bis\*)) so platt gesagt (\*), die machtgeil sind, einfach in  
348 solche Vereine, weil sie wissen, da können sie solche Spielchen spielen. ((lachend  
349 bis\*)) Ich weiß es nicht, ich frage mich das. (\*) Ich habe gelernt also auch durch  
350 Weiterbildung Konfliktmanagement bei Controllinglehrgang, das hat mir so ein  
351 bisschen die Augen geöffnet oder der Dozent hat das ganz gut erklärt, diese  
352 Machtspielchen wie, wie ein Ball zu spielen, dass man halt, wenn ich dich angreife,  
353 werfe ich dir `nen Ball zu und wenn du ihn fängst, dann machst du mit. Und ich lasse  
354 abprallen, also ich hebe meine Hände nicht. Und das klappt natürlich nicht immer  
355 aber ich versuche das, also beruflich und natürlich beim Karate, im Verein also beim  
356 Karate. Und also einfach lächeln und nicht böse reagieren - ne. Das nimmt oft die  
357 Waffen auch aus ((lachend bis\*)) den Händen der Angreifer. (\*) Und bei Männern,  
358 würde ich halt auch sagen, weil man das einfach erkennt. Also beruflich könnte ich  
359 Zig-Beispiele nennen. Und im Verein war es jetzt speziell in diesem Ursprungsverein,  
360 wo ich herkomme aber (.) es gibt natürlich sehr geschickte Leute, die sehr versteckt  
361 machen, dass man da jetzt nicht unbedingt so sofort ein Beispiel parat hat aber das  
362 ist unterschwellig. Das wird's immer geben. Also ob das nun bei M. und H. ist mit  
363 dem Training geben mittwochs. M. kommt, spricht H. an: Ich möchte' meine alte  
364 Einheit wieder haben sondern geht zu R. . Die haben das aber früher immer  
365 untereinander abgesprochen. Also das ist so blöd einfach – ne - nicht nett – na ja.  
366 Fragt man sich ja auch, warum hat er das so gemacht und ist nicht erst zu H.  
367 gegangen - ne. Hätt' sich ja einfach in die Reihe stellen können, hätte Training  
368 mitgemacht und hätte H. dann gesagt: Ja, ich würde gerne diese Einheit wieder  
369 geben, weiter machen wie vor zwei, drei Jahren. Weiß nicht, wie lange er weg war.  
370 Weil der H. hätte sich gefreut, weil der hatte beruflich auch also zeitlich eingebunden  
371 und sich gefreut, diese Einheit abzugeben. Das ist einfach halt nicht nett gelaufen.

372 **I:** Dann jetzt noch mal was anderes. Du hattest immer so Parallelen gezogen immer  
373 zwischen Karate und Beruf – ne? Gibt es ähnliche Parallelen zwischen Karate und  
374 Privatleben?

375 **K:** Ja. (K lacht) auf jedem Fall, was ich, was ich ganz am Anfang gesagt habe, dass  
376 ich (.) offener und mein Horizont sich erweitert hat, hat natürlich auch auf das  
377 Privatleben (.) ja ist halt übergesprungen und natürlich auch diese Konflikte, die man  
378 so mit Menschen hat, dass das natürlich dann auch der Umgang im sozialen  
379 Verhältnis mit anderen Menschen das ist ganz klar, dass man das im Privaten weiter  
380 machen kann und dran arbeiten kann. (.) Ob nun jemand beim Einkaufen dir in die  
381 Hacken fährt oder du dann mit deiner Schwester nicht klar kommst, ((lachend bis\*))  
382 es gibt ja Zig-Möglichkeiten, wo man so was ausleben kann. (\*) (3) Ich würde auch  
383 sagen, dass ich im Laufe der Zeit, ob das beim Karate, im Privatleben oder beruflich  
384 das Gefühl habe, ich stehe eher alleine aber nicht negativ sondern dass ich mich  
385 damit wohl fühle. Und das hatte ich früher nie. Ich brauchte immer Leute um mich, so  
386 `nen gewissen Halt, ob es durch Freunde, Bekannte, Familie – es war egal – immer  
387 so `nen Halt, andere wissen, was ich mache, wo ich was mache, so und das habe  
388 ich gar nicht mehr. Und das ist auch beim Karate so. Es ist mir egal, was die anderen  
389 Leute über mich denken. Wenn ich mal was ausprobiere und das klappt halt nicht, ne  
390 das interessiert mich nicht mehr. Das ist mir egal. Wenn man dann irgendwie, man  
391 sieht es ja am Gesichtsausdruck, dass andere das auf einmal ((lachend bis\*)) so der  
392 Tsuki drin sitzt (\*) und man denkt so, ach ja, hat nicht geklappt ganz neutral und der  
393 andere freut sich halt. Ne so, he jetzt hab ich mal, he, jetzt hab' ich ihr mal einen  
394 gezeigt. Das interessiert mich überhaupt nicht mehr. Also das ist wahrscheinlich  
395 auch schon wieder dieses Zulassen oder – ne - dieses, dieses Nichtzuzeigen, was  
396 ich kann sondern einfach ausprobieren und die anderen reden lassen. Oder halt  
397 auch dieses ja als ich, indem ich nicht so fit war jetzt, dass ich überhaupt  
398 hingegangen bin, weil das, was die Leistung, die ich da gezeigt habe, die, die war  
399 nicht toll und normalerweise um (.) diese schlechte Seite von meinem Karate nicht zu  
400 zeigen, hätte ich einfach auch nicht bleiben können. Aber da hab' ich natürlich auch  
401 wieder gelernt. Wenn ich dabei bleiben will, also wenn ich das Karate nicht verlieren  
402 will, muss ich da weiter hingehen und muss halt irgendwie mich verstecken – nu.  
403 Also im Grunde zeigen, dass ich nicht so fit bin und nicht so mitmachen kann. Ja und  
404 da hab' ich da gleich lieber so, dass die Leute über mich reden, ist mir egal oder  
405 wahrscheinlich werden sie auch nicht aber was so dieses, dieses Gefühl, die könnten

406 jetzt sagen, die will nicht oder die kann ja gar nichts oder den Gedanken überhaupt  
407 aufkommen zu lassen bei anderen aber es ist, ich will das ja machen. Und das ist  
408 halt so im Privaten genauso, dass ich mich wohl fühle mit mir alleine oder halt mit  
409 dem Umkreis im Kleinen, in dem man sich bewegt.

410 **I:** Jetzt war eben Leistung so im Vordergrund – ne? Geht das im Karate so viel um  
411 Leistung?

412 **K:** (4) Leistung – das ist halt, es ist ja schon, dass man sich misst. Und auf einer  
413 Seite würde ich sagen, warum ist es negativ aber auf der anderen Seite durch dieses  
414 sich messen wollen kommt man auch weiter oder arbeitet an sich. Also es gibt zwei  
415 Seiten. Und dann messen oder halt auch bewertet werden. Ja das ist (.) ja was leiste  
416 ich beim Karate? Eigentlich leiste ich das, dass ich dem Trainer oder der Trainerin  
417 folge. Also das ist es ja. Und wenn das Training so aufgebaut ist, dass man an sich  
418 arbeitet, dann ist ja `ne Leistung, die man gerne gibt, (.) würde ich sagen. Aber es  
419 gibt natürlich auch genug Leute oder auch mein Gesundheitsstand hat einfach auch  
420 nicht zugelassen, dass ich das schaffe, was erwartet wird. Und dann bringe ich die  
421 Leistung nicht. Aber für mich war das schon eine große Leistung, dass ich überhaupt  
422 die Stunde oder Anderthalbstunde durchhalte. Das ist (.) aber ich denke schon oder  
423 sagen wir es mal so, es gibt zwei Arten von Trainierenden. Eine Art geht hin, um sich  
424 zu bewegen, egal was und da ist es vielleicht ganz nett oder ganz toll zu sagen: Ich  
425 mach' Karate. Und dann gibt es Menschen, die an sich arbeiten oder an ihrem  
426 Karate arbeiten. Und ich denk', dass Leistung dann auch anders von ihnen  
427 eingesetzt und gezeigt wird.

428 **I:** (2) Ups (3) das rührt mich jetzt irgendwie. (I lacht) Geht gleich wieder. (I lacht) Es  
429 wird jetzt alles transkribiert – wie schön. (I lacht) Kann man ja raus streichen bei der  
430 Auswertung. (I lacht) Ja dann vielleicht noch mal, wie würdest du denn dein Leben  
431 vor dem Karate definieren? Es ging ja um Lebensweg insgesamt auch. Du hast ja  
432 gleich angefangen beim Lebensweg mit Karate. Jetzt einfach noch mal so zu dem ja  
433 zu einem Statement zu dem Leben vor Karate.

434 **K:** Ich würde sagen, dass ich versucht habe, allen Erwartungen, die an mich gestellt  
435 wurden, zu erfüllen. Und zwar ich bin in einem kleinen Dörfchen groß geworden und  
436 (.) da gibt es einen Weg der Frau oder des Mädchen oder des Jugendlichen. Und ich  
437 weiß, als Kind und Jugendliche hab' ich auch so, war ich auch so wie jetzt gern mit  
438 mir alleine. Aber irgendwann, ich weiß nicht, was es ausgelöst hat oder wodurch das  
439 kam, kam so ein Druck, dass man halt den Erwartungen anderer der Gesellschaft –

440 keine Ahnung – aber wahrscheinlich Gesellschaft ist schon wieder zu global, für mich  
 441 war das eher so das kleine Umfeld, was ich hatte, dass man mitmacht, den  
 442 Erwartungen, die Erwartungen erfüllt einfach. Und (.) da hatte ich keinen eigenen  
 443 Weg sondern da war, es wurde alles vorgegeben. Ich hab' den zum Freund, der mich  
 444 genommen hat, weil (.) – nu – ich wusste ja gar nicht, was ich will, also nimmt man  
 445 das, was einem nimmt sozusagen. Man (.) oder ich (.) habe dann ja im Grunde, ja  
 446 was, wie war mein Leben also? Ich habe dann, eigentlich hat mir dann die berufliche  
 447 Seite hat mir dann gezeigt, dass es nicht alles sein kann und dass ich mehr kann, als  
 448 in diesem kleinen Kreis mich zu drehen, in dem ich mich befinde. So. Und dann war  
 449 ja für mich halt ja Heirat und als nächstes Kind und da dachte ich so: Huh, nee, das  
 450 geht gar nicht! Also nicht wegen Kind wollen sondern einfach in dem ich mich  
 451 befinde, das geht nicht. Ich muss hier raus. Und da war aber auch schon Karate im  
 452 Spiel. Und da hab' ich dann gemerkt, ja es gibt noch was – hurra! Und hab' mich  
 453 dann getraut, hab' mich scheiden lassen, hab' die Arbeitsstelle gewech/nee das kam  
 454 erst später Arbeitsstelle gewechselt, also hab' mich geöffnet und bin dann halt (.)  
 455 andere Wege gegangen auch ohne zu überlegen, was ich vorher immer gemacht  
 456 habe. Was denken die anderen? Was könnten die davon halten? Was sagen sie  
 457 dazu? (.) Ja, so würde ich mein Leben davor beschreiben. (2) Na es ist mal `ne gute  
 458 Idee, mal raus zu finden, was mein Ich-Sein erloschen hat, würde ich ja auch nicht  
 459 sagen, ist ja wieder da aber gemindert hat. Warum, warum wollte ich so sein, wie die  
 460 anderen oder das machen, was andere so erwarten oder machen. Das weiß ich  
 461 nicht.

462 **I:** (3) Ja. (I lacht) (2) Ja schwierig (I lacht) jetzt die Anschlussfrage. Irgendwie hab' ich  
 463 jetzt so Fragen, also die Frage, die ich jetzt habe, ist eigentlich, stell' dir vor, du  
 464 wärst als Junge zu Welt gekommen, wäre dein Lebensweg an irgendwelchen Stellen  
 465 anders verlaufen vor oder nach oder mit dem Karate also beides?

466 **K:** Ja also ähm (.) ich glaube, dann hätte ich puhhh (.) ich kann mir vorstellen, dass  
 467 man als Mann oder ich mich als Junge einem Druck ausgesetzt gefühlt hätte, von  
 468 wegen ich bin irgendwann ein Familienoberhaupt, sagen ich jetzt einmal, denn ich  
 469 habe Verantwortung für andere. Das ist, glaube ich auch, wovor ich Angst habe beim  
 470 Kind oder bei Tieren. Dass ich einfach, ich habe Verantwortung für andere und ich  
 471 muss mich nicht nur um mein Leben kümmern (K hustet) sondern auch um andere.  
 472 Und ich glaube, da hat man als Junge und Mann, (da bleibt die Stimme weg), (5) das  
 473 sind dann so die Ängste, die dann in mir hoch kommen, wenn ich dann daran denke.

474 (K hustet) Aber wenn ich mein Leben betrachte, müsste ich diese Angst ja nicht  
475 haben, weil (K räuspert sich) ich kann locker (K räuspert sich) (K hustet) (4) mich um  
476 mich und um andere kümmern. Das weiß ich. (K räuspert sich) Und hätte dann  
477 wahrscheinlich Vieles einfacher gehabt. Also der Weg nach oben, bisschen blöd  
478 beschreiben aber beruflich gesehen nach oben, wäre mit weniger Steinen (.) behaftet  
479 gewesen, würde ich sagen. Und vielleicht hätte ich mich damals in dieser  
480 schulischen Auswahl meiner Eltern auch eher durchgesetzt oder die hätten ganz  
481 anders gedacht, also weil die das ja im Grunde entschieden haben. Weil ich dachte,  
482 das muss so sein, hab' ich auch nie drüber nachgedacht. Natürlich wäre in meinem  
483 Leben alles bisschen einfacher gelaufen aber vielleicht ist es auch positiver, was ich  
484 dabei gelernt habe und gemacht habe, ist ja auch toll, würde ich jetzt so sagen - nu.  
485 (K räuspert sich) Was fällt mir noch dazu ein? Was wäre, wenn ich ein Junge wäre  
486 oder Mann? Ich glaube, ich hätte keinen Bock auf diese ganzen Machtspielchen, die  
487 Männer einfach immer untereinander machen. Ich hab' letzts in der Runde  
488 gesessen mit vier Männern und ich war dabei. Und es ging um Fußball. Ich meine,  
489 ich habe nicht unbedingt Ahnung von Fußball aber das, was man durch die Medien  
490 mitbekommt, also Allgemeinwissen über Fußball, würde ich sagen, habe ich. Es ging  
491 halt auch um die Weltmeisterschaft. Und dann kam irgendein Spruch. Und da hab'  
492 ich was drauf erwidert. Das war einfach ein nettes Gespräch und ging aber dann  
493 schon da drum, wer weiß mehr – nu. Und dann hab' ich irgendwas gesagt, dann  
494 wurde das gleich wieder so päh, päh, päh päh, päh so nieder gemacht. Und dann  
495 hab' ich gar nichts mehr gesagt. Und dann irgendwann hab' ich gesagt, ja genau und  
496 dann hat O., der hat dann diese Sprüche da gelassen hat, hat irgendwas geäußert  
497 und dann hab' ich gesagt: Ach weißt du was, ich halt jetzt meine Klappe, weil auf  
498 diese machtgeilen Sprüche und Spielchen hab' ich keinen Bock, was Männer ja  
499 immer unter sich machen müssen. Es war nicht böse, ich hatte da einfach keine Lust  
500 und hab' das so gesagt. Da ((lachend bis\*)) haben sie mich alle groß angeguckt, weil  
501 es die Wahrheit war. (\*) Ich kann's mir nicht vorstellen, mich in eine Runde entspannt  
502 abends beim Bier, beim schönen Sommerwetter hinzusetzen und diese  
503 Machtspielchen zu machen. Das ist für mich keine Entspannung. (K hustet)  
504 **I:** (I lacht) Ja, das kann ich gut verstehen. Würdest du das beim Karate ähnlich  
505 beschreiben? Gab es da auch solche Situationen oder kennst du von Karate auch  
506 solche Situationen und wenn ja – welche?

507 **K:** (K hustet) Ja, kenn' ich, ja speziell jetzt bei **J. (m)**, den kennst du ja auch.  
 508 Irgendwie muss der kein Selbstwertgefühl haben oder der (K räuspert sich) hat auf  
 509 jedem Fall immer das Gefühl, sich darzustellen oder zu erklären – keine Ahnung.  
 510 Das erste Mal ist mir das aufgefallen bei der Danprüfung. Da hatte er grade davor  
 511 paar Wochen in dem Verein trainiert. Da ist das mir nicht so aufgefallen. Sondern  
 512 nach meiner Danprüfung kam ich nun halt mit dem Schwarzgurt zum Training. Und  
 513 er meinte dann nur: (K räuspert sich) Ja, wir wurden damals nach `ner  
 514 Schwarzgurtprüfung erstmal durch die Halle geprügelt. Und da hab' ich gar nichts  
 515 drauf gesagt, weil, was soll man dazu sagen? Das ist mir zu blöd – so. Und letztens  
 516 ist mir wieder aufgefallen, also ich ignorier' so was, weil ich denke, so redet man  
 517 eben – puh – sag' hallo und tschüss, gut gewesen. Weil letztens, genau gestern, weil  
 518 in den Ferien hab' ich es mir so angewöhnt so mit noch ein paar Leuten, dass man  
 519 einfach Bauchmuskeltraining macht und ein bisschen Liegestütz – so. Und dann (.)  
 520 hab' ich angefangen mit, was du auch immer machst, Knie zusammen, Füße  
 521 zusammen, weil es einfach intensiver ist und hab' dann angefangen, zu zählen. Und  
 522 die anderen sind eingestiegen. Und dann meinte der gleich: Das musst du so  
 523 machen! Ich hab' gar nicht hingeguckt. Das ist mir so egal, was er meint – nu. Er  
 524 meinte, glaube ich, hab' ich jetzt aus dem Augenwinkel, ist man doch neugierig,  
 525 gesehen, dass man mit dem ganzen Körper ganzz hoch kommt. Also das ist doch  
 526 Quatsch. Das geht doch um die Muskeln und nicht irgendwie mit Schwung, sowieso  
 527 gar nicht und na ja aber so war es. Oder bei den Liegestütz geh' ich halt auf die Knie,  
 528 weil das ist, ich kann das nicht so gut. Ich glaube, das ist auch anatomisch wohl nicht  
 529 so, dass die Frauen das nicht so gut können. Aber (K räuspert sich) seit dem ich, ich  
 530 möchte oder ich trainiere da drauf hin, dass ich Liegestütz machen kann. Und seit  
 531 dem ich das mache, ich bin über mein auf den Knien bleiben nicht hinaus  
 532 gekommen. Ist halt so aber ich lasse es so, ist aber auch oft genug. Aber ich lasse  
 533 nicht, sollte nicht so das Ziel sein, Liegestütze zu können. Aber irgendwie ist es `ne  
 534 Herausforderung für mich. Ja und diese Weichspülerdinger oder ich weiß nicht,  
 535 wie er es genannt hat aber ich war nicht die Einzige. Also G. (w.) hat auch auf Knien  
 536 gemacht und da und ich weiß nicht, wer noch. Es war jetzt nicht so auf mich  
 537 bezogen. Es sind so Sachen, da denke ich warum sagt der so was? Warum? Nur  
 538 weil er es anders kann? Und er war derjenige, der abgekackt hat und früher Schluss  
 539 gemacht hat als alle andern? Er! Weißt du, damit zieht er sich doch selber (.) in eine  
 540 Erklärungsnot. Also er hätte uns ja eigentlich erklären müssen, warum er aufhört,

541 wenn doch alles viel zu schwach war, was wir gemacht haben. Ja okay, weil er die  
542 harten Sachen gemacht. Na egal, schon wieder viel zu viel Gedanken über so ein  
543 Quatsch.

544 **I:** (I lacht) Ja, wenn du jetzt ja Maßnahmen vorstellen würdest im Verband, um halt  
545 Gleichstellung zu erreichen, dann sind ja nach wie vor wahrscheinlich auch aus  
546 historischen Gründen immer lange noch nicht so viel Frauen wie Männer, sowohl im  
547 DKV als auch DJKB in Führungsposition, was könnte man da tun - also?

548 **K:** Sofort fällt mir dazu ein, Frauen präsentieren, das heißt als Trainerin (.) präsent zu  
549 haben. Das ist natürlich auch schwierig, weil es nicht viele Frauen gibt, die diesen  
550 Weg gegangen sind oder die man diesen Weg nicht hat gehen lassen oder die es  
551 nicht wollten. Also es gibt ja mehrere Gründe. Es gibt einfach nicht viele Frauen, die  
552 das machen aus welchen Gründen auch immer. (K räuspert sich) Deswegen ist es  
553 natürlich auch ein Problem, sie zu präsentieren. Aber das ist natürlich `ne Art (.)  
554 Gleichstellung als, als Philosophie oder Leitbild das einfach so zu zeigen. Und das  
555 kann man natürlich von oben herab am besten – natürlich. Oder auch bei  
556 Lehrgängen drauf hinweisen, dass Gleichberechtigung besteht, also Partnerinnen  
557 zum Vorzeigen holen. (K räuspert sich) Natürlich ist es auch wieder ein Problem, weil  
558 viele Frauen wollen nicht getroffen werden, wollen, also das ist natürlich auch immer  
559 so `ne Sache. Viele Frauen nehmen sich ja von sich aus zurück. Und das ist für  
560 Männer, denke ich, auch schwierig, dann zu wissen, welche Frau möchte, welche  
561 nicht, wie kann ich, also ich denke, für Männer ist es einfach auch schwierig, damit  
562 umzugehen. Weil man will, man will ja auch die Frau nicht einfach bloßstellen, in  
563 dem man mit der trainiert und die kann das dann nicht. Kann natürlich beim Mann  
564 auch passieren, nur dann ist es gleich wieder auf das Geschlecht bezogen, wenn ne  
565 Frau das nicht hinbekommt, was man vormachen will. Also ich denke, das ist sehr  
566 schwierig aber wenn man mit Partnerübungen, man muss sich dann gezielt sich  
567 Frauen auswählen oder Übungen machen, wo es möglich ist, dass es jeder kann,  
568 also jeder schwache Mann oder jede schwache Frau. Also schwach jetzt nicht auf  
569 die Stärke – Muskelstärke – sondern halt karateschwach so – ne – bezogen. Und  
570 das, denke ich, wären Maßnahmen und vielleicht auch dass die Trainer irgendwie da  
571 drauf geschult werden, das ist jetzt Quatsch aber einfach diese Sensibilität schaffen  
572 dafür für dieses Thema. Also zum Beispiel finde ich jetzt einfach anstrengend damit,  
573 hab' mich auch schön öfter da drüber unterhalten, männliche und weibliche Frauen  
574 zu nennen. Es ist einfach schwierig aber man kann auch beim Training erwähnen,



575 ich lasse eine Form weg, weil es für euch Zeit kostet und es ist anscheinend das  
 576 Benennen, dass man da dran denkt, ist schon nett. Sonst natürlich (.), also ich denk'  
 577 mal, es kann nur von dem Trainer oder Trainerin, jetzt mach ich ja auch, kann  
 578 eigentlich nur daher kommen, dass man diese Sensibilität schafft bei den  
 579 Trainierenden, weil ich wüsste nicht, wie man das sonst, also sich als Frau immer  
 580 beweisen, dass man halt denen zeigt, dass man genauso gut Karate kann, also – ne  
 581 – (.) dann ist man wieder bei dem Punkt, sich, sich ja sich messen zu wollen und das  
 582 also na ja. (K lacht)

583 **I:** Das ist schwierig.

584 **K:** Wohl wahr. (K lacht)

585 **I:** Karate ist ja, hat ja immer so `ne Außenwirkung, so `nen Machotouch - ne. Also  
 586 wenn man jetzt so, neulich hat mal einer zu mir gesagt: Das machen doch nur  
 587 Männer. Oder: Was, du trainierst bei einer Frau? Das gibt's ja immer noch – so nu.  
 588 Tja, wie kann man das abbauen? Oder kann man das überhaupt abbauen? Und  
 589 warum ist das so?

590 **K:** Vielleicht diese oder ich versuche das immer jetzt auch so: Was, trainierst bei  
 591 einer Frau! Dass man das gleichgültig antwortet: Ja. Es ist halt so oder also mir fällt  
 592 natürlich dazu auch keine Antwort ein aber die Gelassenheit in der Stimme ist ja  
 593 schon, sich nicht gleich behaupten müssen, das ist ja dann auch, also das ist doch  
 594 normal. Das ist halt so - nu. Das würde mir da sofort zu einfallen. Und zum (.) dieses  
 595 „das machen doch nur Männer“ (.) da würde ich also zum Beispiel gleich so als  
 596 Gleichberechtigung oder als Gleichstellung es können auch schwache Männer und  
 597 starke Frauen, es können jeder oder jede - ne – so das, (.) weil es ist ja auch so, weil  
 598 es ist nicht nur die Geschlechter so, es ist ja auch das Alter, also es kann ja wirklich  
 599 jedes Kind und jede Frau und jeder Mann, also es kann ja wirklich jeder machen. Nur  
 600 dass man dann halt nicht dieses Frau-Mann hervorhebt sondern gleich wieder auf  
 601 schwach, stark, groß, schwer, klein, Kind also den ganzen Körper, also es gibt ja zig  
 602 Körperunterschiede oder, oder Gebrechen oder (.) gesundheitliche Schäden sind  
 603 Gebrechen ((lachend bis \*)) ich will einfach (\*), dass hervorhebt. Vielleicht nur durch  
 604 solche Aussagen oder durch Diskussionen kann man das wahrscheinlich irgendwie.  
 605 Natürlich in die Öffentlichkeit gehen aber das interessiert ja nicht jeden, weil beim  
 606 Mannschaftssport kommt dieses Thema ja gar nicht hoch. Also das was durch die  
 607 Medien gefördert wird – so wie Fußball – da ist es halt getrennt. Deswegen es ist  
 608 natürlich schwierig, an die Öffentlichkeit zu gehen. Man kann dann nur

609 Karateinteressierten und die wissen das und machen das. Also die stellen das  
 610 wahrscheinlich gar nicht mehr in Frage, nur die, die es nicht wissen. Okay, bei du  
 611 trainierst bei `ner Frau, ist natürlich auch bei Karate noch so `ne Sache. Nur ja okay,  
 612 ich stell' das gar nicht in Frage, weil das für mich ((lachend bis\*)) ganz normal – ne.  
 613 (\*)

614 **I:** (I lacht) Ja, dann noch mal so abschließend zwei Sachen: Wenn du irgendwas  
 615 anders machen könntest, wenn du so zurückdenkst an deinen Lebens- und  
 616 Karateweg, gäbe es da irgendwas, wo du sagen würdest, wenn ich das jetzt noch  
 617 mal entscheiden könnte oder machen könnte, würde ich das jetzt anders machen?

618 **K:** Natürlich ((lachend bis\*)) viel früher mit Karate anfangen. (\*) Ja also natürlich  
 619 muss ich gestehen sofort im Hintergrund, dann hätte, dann hätte man Karate  
 620 vielleicht auch zum Beruf oder einfach so dass – ne – das Leben noch mehr damit  
 621 gestalten können. Aber dann denke ich auch wieder, vielleicht wäre der Spaß dann  
 622 auch nicht mehr so. Dann ist es auch wieder so ein gewisser Leistungs-/ Leistung  
 623 nicht aber so ein Druck und Erfolgsdruck und so da, weiß zwar nicht, was da so  
 624 geworden wäre, aber (.) auf jedem Fall weil es gesundheitlich, bin ich der Meinung,  
 625 förderlicher als so manch andere Sportart. Das fällt mir sofort ein – ja.

626 **I:** Okay. So ganz zum Abschluss sagst du noch mal so Eckdaten, Geburtsdatum  
 627 u. s. w. und wo. Brauch' ich, glaub' ich. (I lacht)

628 **K:** Also geboren, also K. ist mein Name, (I lacht) geborene N., geboren bin ich am  
 629 1971 im Landkreis H. (*Stadt*), in B. (*Kleinstadt*), wohne im Landkreis H. (*Stadt*) in der  
 630 Gemeinde U., Orteil O. (*kleines Dorf*) und das ist so zirka fünfundzwanzig Kilometer  
 631 nordöstlich von H. (*Stadt*), ja bin im Nachbarort groß geworden oder bin mit fünf  
 632 Jahren dann hier nach O. (*kleines Dorf*), (3) noch was?

633 **I:** (I lacht)

634 **K:** Ja und ((lachend bis\*)) bin dadurch jetzt fünfunddreißig Jahre alt. (\*) Ja. (3)

635 **I:** Brauchen wir noch Eckdaten?

636 **K:** Ja, sonst können wir auch noch mal...

637 **I:** Sonst können wir ja auch noch mal `nen zweiten Termin oder überhaupt. Ja, dann  
 638 erst mal danke. Da bin ich ja gespannt, was dabei rauskommt. Danke.

639

640

641

642



1 **Interview mit M vom 15.08.2006**

2

3 **I:** Okay, es läuft. Ja, also ich hab' da eben schon so ein bisschen erzählt. Ich mach'  
4 'ne Studie zu „Frauenwege im Karatedo“. Und zu diesem Zweck ähm wär's schon,  
5 wenn du mir deine Lebensgeschichte mit Schwerpunkt der Karategeschichte  
6 erzählen könntest.

7 **M:** Meine persönliche Lebensgeschichte?

8 **I:** Ja. Jetzt mal so.

9 **M:** So ähm (2) ich komme aus Japan. Und ähm (.) in meiner Familie ist es so diese  
10 Tradition, sag' ich mal, wie bei den Samurais, bin da sehr stark verwurzelt. Das heißt:  
11 Musik, Kunst und (.) Budo. Und ähm sag' mal ganz grob wie äh wie mein Opa  
12 Blumensteckkunst, ist Gesangslehrer und macht laido – ne – Schwertkampfkunst.  
13 Und ähm das ist, glaub' ich, das Eine, was so stark verwurzelt ist und ähm bei mir ist  
14 ganz, ganz klar (.) von Anfang an halt Kunst und Musik, ich kann Geige spielen und  
15 Klavier spielen. Ähm hab' dazu ganz früh angefangen und äh Sport an sich sowieso  
16 aber dann hab ich angefangen mit Judo als ich so sechs, sieben Jahre alt war, hab'  
17 Judo begonnen, hab' (.) mit Judo (.) aufgehört als mein Trainer mich für Wettkämpfe  
18 trainieren wollte, mich mitnehmen wollte auf Wettkämpfe. Ich war auch auf einigen  
19 Wettkämpfen beim Judo. Und dann das Judo hat mich zwar sehr fasziniert und ich  
20 hab' jeden Tag auch trainiert und auch jeden Tag Judo gemacht, nur (.) der  
21 Wettkampf hat mich sehr gestört. Hab' ich mir etwas gesucht, was auch japanisch ist  
22 aber ähm wo ich keine Wettkämpfe habe. Dann hab' ich mit Karate angefangen und  
23 hab' Karate gemacht und was noch? Und ähm dann hab' ich Karate sehr lang  
24 gemacht und dachte, es gibt keine Wettkämpfe. Und mir hat das sehr, sehr viel Spaß  
25 gemacht und ich hab' schon, sag' ich jetzt mal, mit Gelbgurt, ich weiß, Gelbgurt hab'  
26 ich schon angefangen in Japan immer zu trainieren, wenn ich in Japan gewesen bin.  
27 Und hab' auch täglich mit trainiert.

28 (Das Handy klingelt, die Aufnahme wird unterbrochen)

29 **I:** Okay, läuft wieder.

30 **M:** Ähm ja dann hab' ich ähm 'ne Zeit lang halt Karate gemacht und jeden Tag und  
31 ähm 1990 hab' ich mit Karate angefangen. Ähm dann hab' ich (.) noch 'ne Zeit lang  
32 Judo auch gemacht aber dann hab' ich damit aufgehört, weil ich dachte, ich müsste,  
33 wenn ich trainiere, muss ich auch Lehrg/äh muss ich auch Turniere machen, weil  
34 mein Trainer mich dazu (.) ja gedrängt hat. Und ähm damals wog ich vierunddreißig

35 Kilo. ((lachend bis \*)) Musste minus vierunddreißig kämpfen (\*) Na ja und dann hab'  
36 ich auf jedem Fall Karate angefangen. Und das hat mir sehr, sehr gut gefallen und  
37 ähm hab' sehr viel trainiert, auch damals schon irgendwie alleine trainiert und mein,  
38 was ist das, Großonkel ja, den ich in Japan dann auch kennen gelernt hab', der  
39 machte auch Karate und hat mir sehr viel (.) einfach aus japanischer Sicht oder  
40 traditioneller Sicht auch erzählen können. Äh\_m und dadurch natürlich auch die  
41 Verbindung gesehen so okay von Japan, von meinem Opa und das war natürlich  
42 sehr schön. Das hat einfach so gepasst, so 'ne Tradition vielleicht fortzuführen,  
43 obwohl ich hier in Deutschland lebe. Und dann als ich Braungurt war, hab' ich  
44 meinen ersten Wettkampf gemacht. Dann kamen die so: Wollen wir mal auf 'nem  
45 Wettkampf starten? Dann hab' ich gedacht: Jetzt geht's schon wieder los. Und hab'  
46 gedacht: Okay, ((lachend bis \*))heute entscheidest du mal wieder, ob du weiter  
47 machst oder nicht. (\*) Äh\_m und das hat mir dann damals gefallen, also das war dann  
48 anders. Wie beim Judo hab' ich dann nicht auf Anhieb den ersten Platz gemacht  
49 aber es hat mir aber trotzdem gefallen – so. Und deswegen weiß ich, (.) der  
50 Wettkampf war halt ein anderer vonwegen Kata, weil wir ja Punktesystem damals  
51 gehabt haben, konnte man sein Eigenes machen und man konnte zufrieden sein,  
52 auch wenn (.) keine richtig gute Platzierung da zustande gekommen ist. Das hat aber  
53 nichts zu sagen gehabt. Und insofern war das eigentlich ganz schön und konnte  
54 dann weiter machen und dann haben wir halt die Wettkämpfe zwischendurch mal  
55 (.) besucht. Soll ich das weiter ausführen?

56 **I:** Was du für richtig hältst.

57 **M:** Nein Wettkampf ist nicht so wichtig – ne? Beim Wettkampf\_ah\_m es ist gut,  
58 wenn man halt äh noch, sag' ich mal, jünger ist und es noch etwas intensiver  
59 betreiben will. Und beim Wettkampf kommt dann halt noch die Motivation dazu  
60 einfach, halt jeden Tag auch zu trainieren, auch wirklich jeden Tag zu trainieren. Und  
61 mein Slogan ist halt Karate wie Zähneputzen, weil, ob das Wetter gut ist oder  
62 schlecht ist, du überlegst auch nicht Putz deine Zähne! ((lachend bis \*)) Und zu  
63 Karatetraining geh' ich halt auch. (\*) Das ist keine Frage irgendwie, weil, davon  
64 abgesehen, weil es sowieso Spaß macht aber manchmal ist es natürlich auch  
65 anstrengend. Ähm (.) ja (.) h\_m\_m\_m das etwas äh zu üben und (.) das ständig zu  
66 machen, das, denk' ich, kommt aber eigentlich aus, aus der Musik, weil ich halt mit  
67 vier Jahren mit Geige angefangen hab' und ähm dementsprechend na ja (.) jeden  
68 Tag auch Geige üben musste und (.) das auch gemacht hab' aber ähm (.) Karate

69 kam noch dazu, dass es mir auch Spaß gemacht hat. Ja, das ist das eigentlich, was  
70 man da noch weiter sagen kann. Ähm wettkampfmäßig ähm ging es ganz, ganz  
71 normal weiter, vonwegen äh die Turniere zu gewinnen und dann halt ins  
72 Landeskader zu kommen, Bundeskader zu kommen und dann halt dafür zu  
73 trainieren. Und jetzt bin ich frei. (M: lacht)

74 **I:** Ja okay. Du hast vorhin gesagt, deine Familie in Japan war da auch wichtig,  
75 wichtiger Grund dafür, dass du überhaupt jetzt so zu Karate gekommen bist über  
76 Judo. Und hast du die Verbindung zu deinem Opa und Großonkel erwähnt, kannst  
77 du das noch näher beschreiben, worum es da ging?

78 **M:** Ähm meine Eltern sind beide aus Japan. Und ähm ich hab' sehr guten Kontakt  
79 nach Japan – zu meinen Großeltern, Cousins und Onkel. Und ähm es ist immer `ne  
80 Frage von Identität eigentlich, was man sozusagen ist und ja ähm es ist immer am  
81 Anfang, glaube ich, ähm (2) das Gefühl von, also ganz am Anfang schon gewesen,  
82 na ja ich mach' etwas, wo ich ähm (.) etwas weiter verfolgen kann, was eigentlich zu  
83 mir gehört, so was ja Japanisches. Also in Deutschland kann ich sonst nichts  
84 Japanisches machen in dem Sinne. Und vielleicht ist das ein Teil davon. Meine  
85 Mutter spielte in dem Orchester als Profimusiker und das heißt mein Vater auch im  
86 Orchester und insofern halt früh neben Geige und Klavier, es spielte Musik schon  
87 immer `ne Rolle und ähm (.) tja und der andere Bereich ähm das ist vielleicht so das  
88 Grundlegendste, was in meiner Erziehung vielleicht schon drin ist so ähm (.) wie  
89 sagt man, gesunder Geist – gesunder Körper und dazu gehört einfach auch das  
90 Training vom Körper, nicht nur ähm das Geistige, die Seele und was dann halt durch  
91 die Musik oder so ähm dann verstärkt werden kann und, und befruchtet werden  
92 kann aber ähm (.) ja der Körper gehört halt auch noch dazu. Und eine Möglichkeit ist  
93 halt Judo oder Karate für mich ganz, ganz klar gewesen. Natürlich hab' ich, ich hab'  
94 auch mal geturnt. Ich hab' auch mal Tennis gespielt aber ähm das ist halt reiner  
95 Sport. Und das ist im Nachhinein, also das ist als Kind nicht so bewusst, aber im  
96 Nachhinein ist es genau das, was uns am Karate so fasziniert, weil es was anderes  
97 ist als Sport, also als, als Tennis oder sonst irgendetwas. Und weil's halt diese  
98 Tradition noch äh hat und genau diese Tradition spiegelt natürlich auch bei uns in der  
99 Familie natürlich auch wieder aber diese japanische Kultur und ich denke, es wär' (3)  
100 ja fatal, was anderes zu machen. (M: lacht)

101 **I:** Kannst du noch näher beschreiben, was genau dich an Karate fasziniert?

102 **M:** Ähm (5) da faszinieren mich natürlich viele Sachen. Zum einen ganz grob ähm  
103 (4) die Bewegung, der auch der koordinative Anspruch, das ist jetzt einfach so  
104 sportlich gesehen und ähm (2) dass man ein, ein gutes Körperbewusstsein  
105 bekommt, hmm (3) dass man als (.) na ja vor allem als Jugendlicher oder Kind ähm  
106 (.) kann man trainieren und ,am muss natürlich auch, man entwickelt natürlich ein  
107 größeres Selbstbewusstsein, man ähm ´ne bestimmte Körperwahrnehmung und das  
108 schult einfach dafür, dass ich sage: Okay, ähm das ist mein Körper und so geh' ich  
109 damit um und dementsprechend (.) ess' ich auch das und dementsprechend ähm  
110 beweg' ich mich auch in dem Kreis und ähm das ist vielleicht so das, was äh gut ist  
111 oder was Karate einfach ermöglicht oder was einem bewusst werden kann durch  
112 Karate. Ähm damals, wie gesagt, hab' ich ja auch angefangen mit Karate ohne dass  
113 man, dass ich wusste, dass es überhaupt Wettkämpfe gibt. Und das ist auch was  
114 Faszinierendes, glaube ich, weil, wenn man mit Tennis anfängt, dann muss man  
115 auch ein Tennisspiel machen und man gewinnt's oder nicht, egal ob man's hält oder  
116 nicht. Aber irgendwie spürt man es sofort, wenn man als Kind schwimmen geht, dann  
117 macht man auch einen Schwimmwettkampf. Und wenn man beim Turnen, da macht  
118 man auch einen Turnwettkampf. Und, und beim Karate, denke ich, ist es halt was  
119 anderes, weil da so gewisse andere Aspekte hinzukommen, wo man ähm vielleicht  
120 auch Erfolgserlebnisse, die man auch braucht bei jedem, was man macht aber diese  
121 Erfolgserlebnisse hat man ohne dass man unbedingt ´nen Wettkampf machen muss.  
122 Man hat einfach ein gutes Gefühl, wie mein Musikprofessor gesagt hat: Wenn wir  
123 dieses Stück hör'n, da platzen so manche Glücksbläschen. (M: lacht) Na ja und das  
124 kann beim Karate auch passieren. Und ähm und eigentlich gibt's immer `ne For/`ne  
125 Fortentwicklung, `ne Weiterentwicklung. Es gibt immer ähm (2) sehr, sehr, sehr, sehr  
126 viel zu trainieren und ähm so zu üben und es gibt ähm viele Trainer und Meister  
127 natürlich. Es gibt natürlich zu viele aber Gott sei Dank nicht so viele wie beim Fußball  
128 in Deutschland. Aber ähm die haben halt auch ihre Geschichte und es ist für mich  
129 faszinierend, zu sehen natürlich in Japan auch, dass (.) viele Sachen, die es in  
130 diesem Bereich gibt, die (2) ähm sind eigentlich eins. Also es kommt am Ende auf  
131 das Gleiche heraus. Und (.) so vielleicht die Extreme zu sehen, wenn man Zazen, so  
132 die Meditation nimmt, da versucht man, an Nichts zu denken und so leicht, wie's  
133 geht, zu werden und sich quasi eher aufzulösen. Und beim Karate versuchen wir, (.)  
134 unsere, unsere ähm Energie zu, zu irgendwohin zu zielen und wir versuchen, (.) äh  
135 (.) so viel Kraft und Energie auf einen Punkt zu bringen und im Endeffekt kommt's auf

136 das Gleiche raus, dass am Ende sozusagen was wie nichts aber (.) mit  
137 unterschiedlichen Prinzipien kommt, kommt man halt an eins. Und das ist, glaube  
138 ich, faszinierend. Das heißt: Man kann aber auch das nicht erfahren, wenn man halt  
139 (.), was weiß ich, acht, neun, zehn, elf Jahre Karate macht, auch nicht sechzehn,  
140 denke ich. Aber bisschen kommt man dem vielleicht näher, dass man halt am Ende  
141 zwar merkt, alles ist gleich aber mit einer Methode versuch' ich irgendwo  
142 hinzukommen. Im Prinzip geht es eigentlich nur darum, dass man ähm ja die  
143 Möglichkeit hat, da sich weiter zu entwickeln und einfach dass es auch Spaß macht.  
144 Und (.) es ist zwar schlimm, dass, im sportlichen Sinne wird man vielleicht immer  
145 besser aber (.) im Kopf wird's immer schlimmer, ((lachend bis \*)) weil's immer  
146 schwieriger wird. (\*) Aber ähm am Anfang denkt man natürlich, Gott sei Dank ähm  
147 (.) oder hab' ich natürlich gedacht so, Gott sei Dank mach' ich Karate und bin Gott  
148 sei Dank drauf gekommen und mach' keinen, (.) keinen anderen Sport. Und hat halt  
149 das Glück so und die anderen (.) na ja haben halt bloß das Pech, dass sie denken,  
150 das ist Tennis. Aber Gott sei Dank mach' ich halt das. Äh dann denkt man  
151 irgendwann, na ja Gott sei Dank mach' ich halt Shotokan und mach' halt nicht das  
152 andere Zeug, weil einem das halt nicht gefällt. Aber im Prinzip, (.) ja später ist es halt  
153 so okay, es ist Eins davon. Da wird man ein bisschen unsicher, ob man das Richtige  
154 gewählt hat. Ähm und am Ende weiß man's, glaube ich, nicht. Ich weiß es im  
155 Moment nämlich nicht ((lachend bis \*)) ja man, also man beweist okay (\*) ich nehm'  
156 das und verfolge das weiter. Aber ähm (.) ich zum Beispiel seh' jetzt nicht irgendwie  
157 abschätzen, dass ich sage, okay, Gott sei Dank mach' ich jetzt kein Shito-Ryu oder  
158 kein Wadu-Ryu, was ich früher schon gedacht hab'. So das wäre mit Shotokan das  
159 Non plus Ultra oder so aber das löst sich dann auf. Und das denke ich, ist Gott sei  
160 Dank auch, es geht mit Vielen so, es ist in vielen Bereichen so aber genau das ähm  
161 da bin ich froh, dass ich das weiß aber ich denk' mal, wenn ich fünf Jahre früher  
162 aufgehört hätte, hätte ich es nicht gewusst. Da wäre ich vielleicht mit dem  
163 Selbstbewusstsein – oh das ist das Beste oder so. Und vielleicht bleiben viele da  
164 einfach stecken und aber je weiter man das macht und je mehr man intensiviert, was  
165 man da macht, merkt man, wie viele andere Bereiche es noch gibt und die man, die  
166 es sich lohnt, intensiv zu machen.

167 **I:** Ja kannst du noch mal beschreiben, was Karate jetzt für dein Leben bedeutet? Du  
168 hast ja früh angefangen mit sechs – ne – mit Judo, also mit Kampfkunst an sich. Ähm



169 (.) ja kannst du, kannst du genauer sagen, was Karate so für deine Entwicklung  
170 praktisch gebracht hat im Vergleich zu deinem Leben vor Karate vielleicht?  
171 (E.- der Lebensgefährte und Trainer sowie Geschäftspartner kommt rein und holt  
172 irgendwas; die Aufnahme wird kurz unterbrochen)

173

174 **I:** Ich mach' erst mal wieder an. Teil drei okay. (beide lachen)

175 **M:** Äh\_m was Karate für mich bedeutet? (3) Hm (3) für mich (.) äh\_m (4) sehr  
176 schwierig. (3) Alles und nichts. (beide lachen) Äh\_m also privat dreht sich sehr viel  
177 um Karate, beruflich sehr viel um Karate, (4) menschlich in gewisser Weise auch. (4)  
178 Äh\_m (6) ja (3) also zum einen äh trainiere ich gerne Karate. Und durch das Karate  
179 kann ich (.) eins (2) vielleicht so abdecken und das Abdecken ist äh\_m äh\_m (3) das  
180 körperlich, dass man sagt, vielleicht an bestimmte, an Grenzen zu kommen und  
181 einfach auszuloten, was man sozusagen einfach leisten kann, dass einfach ist, das  
182 äh\_m ausmacht so die, die (.) Willenskraft oder die, die Konzentration oder dass man  
183 sich einfach zusammenreißt. Äh\_m (.) das ist aber und mit Karate fällt mir das sehr  
184 ein/fällt mir das sehr leicht, sagen wir mal so. Das fällt mir halt sehr leicht, weil und  
185 ich denke, das ist Eins, was man auch machen muss, dass man halt körperlich auch  
186 gefördert wird. Äh\_m und hm\_m das Karate in dem Sinne, also so rein körperlich fällt  
187 mir das relativ leicht und mir macht das ja auch Spaß und das, (.) was ich halt da  
188 lerne, kann ich halt übertragen (.) auf eigentlich alle Bereiche wiederum. Ich kann es  
189 übertragen auf das, wenn ich laufen gehe und okay, kriegt man halt((lachend bis \*))  
190 nicht dauernd (\*) Karate macht. Und man weiß, auch wenn man denkt, dass man  
191 kaputt ist, dass es trotzdem geht. Also das, das, das ist etwas, was ich vielleicht  
192 grundlegend dadurch gelernt habe. Äh\_m das andere ist vielleicht dass ich ein  
193 bestimmtes Selbstbewusstsein habe, dass ich weiß, äh\_m okay ähm (.) das kann ich  
194 auf andere Bereiche auch einfach übertragen. Und etwas durchzuhalten (.) einfach  
195 körperlich, ermöglicht, glaube ich, auch zu lernen, einfach durchzuhalten, einfach  
196 wenn man vielleicht etwas lernt oder (.) ja wenn man schwierige Aufgaben vor sich  
197 hat oder so. Das ist eigentlich eins, denke ich. Und äh\_m (4) es ist sehr schwierig,  
198 was das für mich bedeutet, weil das bedeutet für mich so viel wie mein Arm.  
199 ((lachend bis \*)) Ja es ist halt (\*) es ist halt nichts Angeklebtes sondern es ist schon  
200 angewachsen. Insofern ist es sehr schwierig. Ich kann gar nicht sagen, macht mir  
201 Spaß oder nicht Spaß, weil (3) es muss auch nicht immer Spaß machen. Und es ist  
202 auch ganz klar so, dass ich äh\_m (.) schon mal keine Lust hab' vielleicht, zu

203 trainieren oder so. Aber im Prinzip ist das nicht etwas, wo ich so drüber nachdenke.  
204 Es fällt mir halt manchmal schwieriger und manchmal fällt's mir leichter. Und dadurch  
205 dass ich den Wettkampf nicht mehr mache, ähm (.) ist es für mich okay. Dass ich  
206 das dann halt das langsamer angehe oder lockerer angehe und (.) ja ist schwierig,  
207 was es sonst noch für mich bedeutet. Und auf der anderen Seite bedeutet das  
208 natürlich für mich (.) ich hab's gelernt, ich hab' von vielen guten Trainern auch gelernt  
209 und lerne immer noch von vielen guten Trainern und das, was ich lerne, behalte ich  
210 nicht für mich sondern ich geb's weiter, weil, warum hast du's gelernt, wenn du's  
211 nicht weiter gibst. Und nach dem System in dem Sinne (.) hab' ich auch meine  
212 Vereine, meine vier bzw. drei Karatevereine. Und ich gebe jeden Tag Training, ich  
213 vermittele Karate. Ich bin da drüber hinweg, dass ich denke, dass jeder Karate  
214 machen muss. Wenn man halt keine Lust hat zu Karate, dann soll man's nicht  
215 machen. Man muss nicht unnötig verpacken in Frauenkarate. (I: lacht) Also für mich  
216 gab es einfach das traditionelle Karate. Das ist das. Und ich denke, also oder ich bin  
217 mir sehr sicher, dass man das Karate, das traditionelle Karate auch den Kindern (.)  
218 beibringen kann, ohne dass man irgendwas sich noch ausdenken muss, dass es  
219 Aerobic ist. Weil, dann sollte man es Aerobic nennen. Und (.) ja insofern so  
220 hundertfünfzig Kinder haben wir jetzt in einem Verein hier und äh das merk' ich zum  
221 Beispiel auch, dass ganz gewiss Karate für die auch 'ne Rolle spielt. Und da denk'  
222 ich auch, haben wir als Trainer oder hab' ich einfach auch 'ne Verantwortung, dass  
223 ich sehe, okay, das bewirkt auch etwas, auch wenn vielleicht Manche nach zwei  
224 Jahren aufhören. Viele von denen kommen wieder oder Manche die hören halt auf  
225 und (.) die fangen später wieder an. Auf jedem Fall ist es 'ne Zeit, wo ich glaube,  
226 dass denen es noch anders in Erinnerung bleibt als, als wenn sie mal zwei Jahre  
227 Tischtennis gespielt haben. Das glaube ich. Das ist ein Unterschied. Ähm das ist  
228 insofern, also so (.) deswegen hab' ich eben viel mit Karate so Kontakt. Hab'  
229 natürlich auch viel, mit Vielen Kontakt mit Leuten, die denken, dass sie Karate  
230 machen. Ähm und das andere ist, okay, das ähm das ist das Geschäft mit Karate in  
231 dem Sinne, dass es meine Karateanzüge und äh (.) diese Kollektion in dem Sinne  
232 ähm ist (.) halt auch ein Teil. Aber das ist (.) aber Karate ist das ja auch wiederum  
233 nicht. Also das ist wieder ein anderer Bereich aber da beweg' ich mich gerade in dem  
234 Bereich mit solchen Leuten.  
235 I: Kannst du mir mal sagen, was du studiert hast und wie du zu diesem Geschäft da  
236 gekommen bist so kurz?

237 **M:** Halt (M: lacht) ähm nachdem ich mein Abitur gemacht hab', war ja die Frage,  
238 was mach' ich sozusagen. Was, was studier' ich, wo, was ist mein, mein Beruf  
239 hinterher? Gleichzeitig zu diesem Zeitpunkt (.) äh mein Leistungssport sehr  
240 intensiv. Also das Karate so als Leistungssport zu betreiben und meine  
241 Möglichkeiten zu trainieren. Und das war ähm so eine Weggabelung, das heißt, da  
242 war so die Frage, mach' ich jetzt den Wettkampf, mach ich jetzt Karate als  
243 Wettkampf. Und ich hatte die Möglichkeit dann, dementsprechend für Deutschland  
244 zu starten. Dann war ich doch ganz oben in dem Sinne. Ja also so in dem Dreh.  
245 Ähm und ähm da mach' ich das oder konzentrier' ich mich halt auf den Beruf, den  
246 ich halt ausüben möchte. Und ähm (.) ich hatte die Trainingsmöglichkeiten hier. Also  
247 als Leistungssportler ist ja ganz wichtig, man muss die Trainingsmöglichkeiten  
248 haben. Man muss den, den Familienhalt, sag' ich mal, in dem Sinne auch haben.  
249 Man muss, es muss übereinstimmen mit dem Familienkreis, äh mit dem  
250 Freundeskreis sein, den man hat und natürlich auch mit dem Partner. Und ähm in  
251 dem Sinne hatte ich einfach die optimalen Bedingungen, meinen Leistungssport zu  
252 machen. Und (2) dann war halt erstens die Überlegung: Okay, mach' ich das jetzt?  
253 Weil, wenn ich es nicht mache, dann kann ich es später nicht mehr machen als  
254 Leistungssport. Ähm und (.) den Beruf, na ja da hat man schon die Vorstellung: Man  
255 kann auch später, das noch intensivieren nach dem Leistungssport. Das glaub' ich  
256 auch nicht, dass das so ganz stimmt aber (.) auf jedem Fall hab' ich denn den (.)  
257 Zwischenweg in dem Sinne für mich gewählt, dass ich mich für den Leistungssport  
258 entschieden hab' eigentlich für Karate, weil ich ja jeden Tag trainieren wollte und  
259 wenn es mein Job ist, dann ist es noch besser. Und ähm dann hab' ich studiert in  
260 hier in S [Stadt] an der Uni, hab' Lehramt studiert. Äh und hab' meine anderen  
261 Bereiche abgedeckt, also Musik und Kunst. Weil ich halt mein Karate mache, hab'  
262 ich gesagt: Okay, da kann ich in der Zeit auch meine anderen Bereiche abdecken.  
263 Sport wollte ich dann nicht, weil mit dem Leistungssport Karate hab' ich schon genug  
264 Sport, was da dran hängt. Deswegen hab' ich Kunst und Musik äh ganz ähm  
265 ganz bequem Primarstufe. Und (.) hat mir dann wiederum auch geholfen, weil ich  
266 meine Praktika gemacht hab' in den Grundschulen mit Kindern mit der Arbeit, was  
267 ich sowieso mache in den Vereinen und sehe, was passiert in der Schule, was muss  
268 man im Karateverein anders machen und warum hören Kinder auf Trainer aber nicht  
269 auf Lehrer so in dem Sinne. Und Kunst konnte ich auch weiter verfolgen. Ich konnte  
270 weiter Geige spielen, wollte weiter Klavier und ich hab' auch Gesangsunterricht

271 gekriegt. Und durch dieses Gesangsunterricht das hat mir natürlich wiederum für  
272 Karate geholfen für Atmung. Also im Endeffekt hat sich irgendwie alles darauf  
273 bezogen. Aber durch dieses – ne – vermeintlich einfache Studium ähm konnte ich  
274 halt trainieren und konnte aber trotzdem sagen, okay, ich mach' etwas, wo ich dann  
275 auch hinterher noch was hab', wenn ich mit dem Leistungssport zu Ende bin. Ähm  
276 dann durch diese mehrfachen Praktika, durch den Kontakt mit den Primistudenten  
277 und den Professoren ähm hab' ich dann wieder so Abstand genommen, weil, also  
278 ich hatte, es war so, auch wiederum gesagt: Ich halt' das schon durch bis zum  
279 Schluss. Ich mach's auch bis zum Schluss und ähm hab' alle meine  
280 Prüfungsunterlagen zusammengetragen, mit allen Professoren gesprochen, mit  
281 meiner Diplomarbeit angefangen ähm und dann hab' ich gewusst, ich mach's nicht.  
282 Ich werd' nie in diesem Beruf arbeiten, weil ich (.) nicht so lehrermäßig sein wollte.  
283 Und man kann immer anders sein als die Umgebung. Und man kann auch nicht  
284 jederzeit dagegen kämpfen. Und ähm mir war das einfach zu wenig diese, diese  
285 Einstellung von Lehrern einfach, also die von Kindern abverlangen und was  
286 eigentlich geht. Und durch das Karate sieht man schon, was die Kinder leisten  
287 können und was sie lernen können, was sie sich behalten können und ähm (.) das  
288 war mir alles zu (.) weich. Und deswegen hab' ich dann gewusst, das mach' ich nicht.  
289 Und dann hab' ich gedacht: Okay, machst es jetzt Deutsch und sagst, man muss  
290 'nen Schein in der Tasche haben oder konzentrierst dich sofort auf das, was du  
291 machen willst. Ähm na ja und mit meinem Leistungssport ging es im Prinzip die  
292 ganze Zeit ganz gut. Und ähm und wurde in dem Sinne vielleicht auch  
293 professioneller. Und dann hab' ich auf jedem Fall mein Musikstudium zwar  
294 abgeschlossen aber halt Examen hab' ich halt nicht gemacht. Und dann hab' ich  
295 Sportmanagement studiert, weil ich dann da/wusste, okay, ich mach', ich bleib' in  
296 diesem Bereich. Das heißt, ich werd' weiter mit den Kindern arbeiten und mir hat  
297 auch viel das gebracht, was ich gelernt habe und so von dem Pädagogikstudium  
298 u. s. w. und Psychologie, was du noch dabei hast, ähm (.) da wusste ich, okay, es  
299 hat mir was gebracht aber 'nen Schein brauchst du nicht dafür. Das weiß ich jetzt.  
300 Und ähm ja dann hab' ich (.) Sportmanagement studiert. Das hab' ich natürlich auch  
301 beendet. Und (3) dann hab' ich natürlich auch gesehen, Karate, Karateanzüge, was  
302 hast du eigentlich für Karateanzüge an und ähm (.) na ja was kann man da  
303 wiederum daran verbessern. Und ähm (.) die ursprünglichen Firmen kommen ja aus  
304 der Karatetradition, aber viele mittlerweile schon gar nicht mehr. Und (.) es gibt viele

305 Firmen, die machen gar kein Karate und verkaufen nur Karateanzüge. Und das,  
306 denke ich, ist im, in anderen Sportarten ist nicht so schlimm, da erwartet man das  
307 nicht. Aber in dieser kleinen Nische von Karate ist es schon vorteilhafter und  
308 glaubhafter, wenn man auch sagt: Okay, das sind meine Erfahrungen und, (.) und wir  
309 haben auch mehr Erfahrungen damit, was, welche, mit welchen Problemen einfach  
310 ein Trainer kämpft, wenn er fünfzig Karateanzüge bestellt und die hin und her  
311 schleppt. Und was weiß ich, so die Kleinigkeiten. Und natürlich die Kontakte nach  
312 Japan, das heißt was so Schnitt und Design und was Tradition einfach betrifft, das  
313 konnte ich einfach, kann ich einfach aus erster Hand einfach (.) so für mich  
314 herausziehen und erfahren. Und das fließt dann auch mit in die Firma einfach hinein.  
315 Und das ist halt ein, ein (.) Teil, wo ich denke, dass hm halt grad in der Firma so  
316 ich halt Sachen hab', die so japanisch sind und eben nicht ähm und na ja die Leute  
317 auch die Möglichkeiten haben, auch was Japanisches zu bekommen, weil sie nicht  
318 die Möglichkeiten haben, was Japanisches zu bekommen, kaufen die sich halt einen  
319 neuen Nunchackos, Wurfsterne und, ((lachend bis \*)) was weiß ich, alles. (\*) Na ja  
320 und das tu' ich halt nicht rein. Und genauso wenig tu' ich halt so diese ganzen  
321 Sachen, obwohl ich halt so intensiv Wettkampf gemacht hab' und das auch nicht  
322 verabscheue – um Gottes Willen – ähm aber Wettkampfutensilien dann wiederum  
323 auch nicht und so vonwegen Prätzen und Faustschützer und so was. Was gebraucht  
324 wird aber ja was halt nicht zu dem gehört, was ich halt mache. Hm.

325 **I:** Okay. Ich muss mal kurz überlegen. Du hast dann vorhin gesagt, du hast Karate  
326 dann in Japan angefangen oder hier?

327 **M:** Ich hab' hier angefangen.

328 **I:** Hier. Und hast dann hier (.) zu deiner Wettkampfzeit gute Trainingsmöglichkeiten  
329 gehabt. Wo hast du trainiert?

330 **M:** Gute Trainingsmöglichkeiten ((lachend bis \*)) ähm ich hab' (\*) in Sporthallen  
331 trainiert, in der Gymnastikhalle. Ich habe im Haus, in diesem Haus trainiert. Und wir  
332 haben hier Parkettboden und unten auch so'n Zimmer äh gute Möglichkeiten in dem  
333 Sinne von – ja was ist das – gute Möglichkeiten? Ich hab' einfach Trainingsfläche  
334 gehabt. Ich meine, im Nachhinein kommt mir das ein bisschen doof vor, dass das ich  
335 das gesagt habe. (M: lacht) Weil ich hab' auch draußen trainiert, ich hab' auch, da  
336 vorne trainier' ich immer, wenn ich im Sommer (.), wenn gutes Wetter ist, trainier' ich  
337 draußen. Äh du kannst ja überall trainieren. Von daher gute oder schlechte  
338 Möglichkeiten gibt's eigentlich gar nicht.

339 **I:** Ja, ich finde, das hat auch ein bisschen damit zu tun, wenn man jemand hat, der  
340 einen unterstützt also jetzt Trainer oder Trainerin. Also wenn ich jetzt an mich denke,  
341 ich hab' auch viel draußen und überall, ((lachend bis \*)) wo man dann so trainieren  
342 konnte. (\*) Ähm du hast ja auch gesagt, du hattest dann eben auch Freundeskreis,  
343 wo alles so gut passte dann – ne. Also das mein' ich jetzt.

344 **M:** Ja, ähm ich hab' natürlich in erster Linie bei meinem Freund trainiert. Und ähm  
345 er weiß sehr viel, das wissenschaftlich und sportwissenschaftlich zu untermauern,  
346 weswegen ich auch halt sehr früh nicht nur Karate gemacht hab' sondern  
347 Sprinttraining gemacht habe und so und dieses ganze ABC- Lauftraining, was man  
348 eigentlich aus der Leichtathletik kennt. Ähm wir haben uns viele Impulse oder er hat  
349 sich viele Impulse aus Sportbereichen geholt. Also professionell ist es ja im  
350 Deutschen Karateverband (.) nicht.

351 **I:** ((nicht verständlich, M lacht sehr laut))

352 **M:** Und (.) da kann man eigentlich gar nichts erwarten. Ähm von daher äh das war  
353 einfach der Vorteil, dass man da einfach mit bestimmten Fakten einfach das so, so  
354 untermauern konnte und äh wo ich da auch ganz rein sportlich diese Möglichkeiten  
355 hatte, das zu trainieren. Und diese oder jene Kondition, konditionelle Fähigkeiten da  
356 irgendwie auszu/zuweiten und zu verbessern, ob das jetzt Schnelligkeit ist oder Kraft.  
357 Ich hab' halt auch Krafttraining gemacht, Schnelligkeitstraining gemacht und solche  
358 Sachen, die ähm ja unmittelbar vielleicht nichts mit dem Karate zu tun haben aber  
359 zum Karatewettkampf schon wie in jeder anderen Sportart auch. Ähm ja das ist das  
360 eine und ähm (2) ja (4)

361 **I:** Wann hast du angefangen? Das hattest du vorhin mit Karate.

362 **M:** Äh Oktober '90.

363 **I:** Und bei wem in Japan kannst du trainieren, wenn du da?

364 **M:** Ahm, ganz am Anfang war es, also ich komm' aus M{Stadt}, die Stadt an der  
365 Küste oder fast an der Küste in Japan. Ähm da hab' ich einfach ein Dojo gesucht, wo  
366 ich trainieren kann. Also da war ich halt Gelbgurt und ich musste unbedingt 'nen  
367 Karateanzug haben und ich musste mir auch unbedingt einen Gelbgurt kaufen, sonst  
368 wäre ich ((lachend bis \*)) nicht ins Training gegangen. (\*) Und jedenfalls so hab' ich  
369 ähm halt damals gesagt, wenn ich in Japan bin, sechs Wochen Sommerferien, dann  
370 ähm (.) such' ich natürlich auch 'nen Karateverein. Und das war ein Dojo, ähm die  
371 waren Schüler von Ochi. Und da hab' ich trainiert. Es war ein kleines Häuschen, da  
372 haben alle Karate gemacht – Kinder und Erwachsene. Und es war weniger japanisch

373 als in Deutschland. Also in Deutschland ist Karate japanischer als in Japan, glaube  
374 ich. Da hab' ich dann halt trainiert und ä\_h\_m\_ danach hab' ich, wenn ich in Japan  
375 war, im Hombu-Dojo trainiert, im JKA-Dojo sehr viel über paar Wochen und einmal  
376 auch über paar Monate, wo ich jeden Tag trainiert hab' und das dann halt auch drei-,  
377 viermal im Hombu-Dojo. Ä\_h\_m\_ ja und, sag' ich mal, so in den letzter Zeit, also die  
378 letzten Jahre (.) trainier' ich eigentlich bei Ishikawa-Sensei. Das ist quasi ein Schüler  
379 von Asai-Sensei. Und (.) ja bei ihm trainier' ich. Und wenn er halt hier ist und wir  
380 machen einen Lehrgang zusammen oder er gibt ein' Lehrgang, dann ist er halt die  
381 paar Wochen immer bei uns im Haus, hat hier sein Zimmerchen und dann geht's  
382 eigentlich nur um Karate. Es geht beim Frühstück um Karate, es geht dann, also ega  
383 wo man ist, im Restaurant kann sein, dass er aufspringt und ((lachend bis \*)) macht  
384 Karate (\*). Und das ist eigentlich mein, mein Karatetrainer in dem Sinne von Tradition  
385 und von in dem Sinne von, ja wie kann man auch Karate weiter vermitteln im  
386 Gegensatz zu dem (.) Wettkampfkaratetrainer, (.) Bundestrainer. (I: lacht)  
387 I: Okay. Ja, lass' mich mal kurz denken. Hm ja du hast vorhin gesagt – gesunder  
388 Geist, gesunder Körper – war mal so ein Stichwort, als es um, um Faszination von  
389 Karate ging und was Karate so für dich oder dein Leben bedeutet. Ähm und ganz  
390 vorhin hast du gesagt, du hättest 'ne zeitlang den Eindruck, du wärst irgendwie krank  
391 gewesen in dieser Wettkampfzeit. Kannst du das noch mal ((lachend bis \*))  
392 irgendwie ganz kurz (\*) genauer sagen, was du, was du da meinst damit?  
393 M: H\_m\_m\_ (4) wenn man, i\_m\_ Wettkampf ist, dann, also ich mein', das hab' ich nie  
394 außer acht gelassen, das, was in Japan passiert, alleine durch die Aufenthalte in  
395 Japan und dass der Trainer noch aus Japan zu mir nach Deutschland gekommen ist.  
396 Ä\_h\_m\_ aber trotzdem ist ä\_h\_m\_ zur Wettkampfzeit sieht man ein bestimmtes Ideal, was  
397 man vielleicht auch nicht gesehen hat, auch nicht anderen Athleten natürlich nicht  
398 aber im Prinzip ja schon, wenn es irgendwelche Punkte gegeben hat, wo man, weil  
399 man ja nicht, weil man ja immer noch Konkurrenten hat und die einfach gut sind in  
400 Karate, da bildet sich im Kopf ein Idealbild, was man natürlich auch mit dem Trainer  
401 versucht, zu, zu verfolgen. Ä\_h\_m\_ etwas wo man sagt, so muss das Karate aussehen,  
402 damit es gut ist und ähm (.) das müssen wir so und so trainieren und (.) dadurch  
403 passiert im Kopf, dass alles andere schlechter ist. Und dadurch passiert im Kopf,  
404 dass alles, was, ähm was nicht so aussieht, ähm ist nicht ernst zu nehmen. Und ähm  
405 das heißt, deswegen nimmt man dann auch ganz schnell, grade in diesem Kreis war  
406 das natürlich so, (2) schon gar nicht irgendwelche andere Trainer ernst und ä\_h\_m\_

407 schon gar nicht irgendwelche andere Leute, die Karate machen, weil ähm man  
408 denen einfach abspricht, dass sie genauso intensiv trainieren und dass sie mit dem  
409 gleichen Gedanken trainieren und das dann (2) denkt man in diesem Kreis, dass die  
410 auch nicht das Auge dafür haben und die wissen dann nicht, wovon die reden. Und  
411 das passiert. Wenn man da den Wettkampf macht und wenn man sehr eng mit  
412 bestimmten Trainern zusammen ist, dann passiert das und ähm und dann kann man  
413 sich auch mit keinem mehr über Karate unterhalten, weil man sowieso total  
414 abgehoben ist. Und ähm (.) man macht das auch nicht, weil man das sowieso  
415 vielleicht auch für sich so schützen möchte. Aber ähm (.) ich hab' das vielleicht auch  
416 nicht so gefühlt aber dann auch kein Verlangen gehabt, mit irgendjemanden über so  
417 was zu sprechen. Wenn, dann weiß der Trainer schon und (.) ja alles andere braucht  
418 man gar nicht ernst zu nehmen. Und das ist (.) krank. (M: lacht) Und das ist so, das  
419 ist der eine Bereich vielleicht und ja das ist aber gut, man muss es halt lernen und in  
420 jedem, in jeder Firma und in jedem Betrieb gibt es solche Hierarchien und gibt es  
421 solche Hintertürchen, wo alles Mögliche passiert und in Karate hab' ich das in sehr (.)  
422 kurzer und komprimierter Weise erfahren, was (.) Menschen sind und ähm wie  
423 Menschen funktionieren auch. Und ähm der Vorteil ist, dass es keine Firma ist, wo  
424 ich drin bleiben muss sondern (3) ich hab' dann halt mit dem Leistungssport  
425 aufgehört und dann ist auch gut. Und die Zeit ist wichtig und ich hab' sehr viele  
426 schöne Momente gehabt aber deswegen ist es kein Frust oder so was sondern nur  
427 gute Erfahrung gewesen. Aber trotzdem (.) in dieser Hinsicht auf menschlicher Basis,  
428 denke ich, ist krank.

429 **I:** Okay. Du hast gesagt vorhin, ich weiß nicht, ob ich das richtig verstanden hab',  
430 dass du viel mit Leuten zu tun hast, die denken, dass sie Karate machen. Kannst du  
431 das noch mal näher beschreiben?

432 **M:** Ähm, ja das ist schon wieder ein ganz anderes Thema, als das, was ich jetzt grad  
433 am Schluss gesagt hab' – ne – ähm weil ich denk' nicht immer, dass ich krank bin.  
434 Ähm (.) das ist (3) das, wenn (.) na ja wie C. selber gesagt hat, (M: lacht) (.) wenn  
435 man das nach außen verkörpert, dass man Karate macht durch irgendwelche Ämter,  
436 dann wäre es schön, wenn es auch wirklich, wirklich so ist. Aber wenn sich  
437 herausstellt, dass Vieles nur kommerziell gesehen wird, wenn es das Geld ist, dann  
438 ist es halt nicht. Und ich möchte das ähm also ganz, ganz einfaches ähm Beispiel  
439 vielleicht. (.) In meinem Karateverein möchte ich dass die Kinder gerne Karate  
440 machen. Die müssen auch schon mal durchhalten – keine Frage – aber wer kein



441 Karate machen möchte, der muss es nicht machen. Und ich stecke das Karate nicht  
442 ab, ich schneide nicht die Zweige ab, die das Karate ausmachen, nur damit da  
443 zwanzig Kinder mehr bleiben bzw. ich glaube, dass viele (.) Trainer auch die  
444 Erfahrung haben, es kommen fünfzig Kinder und es bleiben zehn. Und sie denken  
445 oder erklären das damit, dass sie denken, das liegt am Karate. Und das glaube ich  
446 nicht, weil die Erfahrung mach' ich nicht. Wenn fünfzig Kinder da sind, dann sind  
447 achtundvierzig da und zwei (.) sind nicht mehr da, weil sie umgezogen sind oder  
448 eben im Urlaub. Aber ähm aber es geht mit Karate, also kurzzeitig ist es ja so, also  
449 wir wollen, dass viele Menschen Karate machen. Aber deshalb, das sagt' ich grad,  
450 ich will nicht, dass Jeder Karate macht. Und ähm wenn man etwas macht, äh damit  
451 die Leute Sport machen, ist das gut. Und das würde ich immer fördern. Ob das mit  
452 Ball ist oder ohne Ball ist, Musik ist, da auch (.) wie auch immer, (.) ist egal. Aber ich  
453 möchte' halt nicht, dass es immer Karate genannt wird, weil das ist ganz klar, dass  
454 Karate sich immer weiter entwickelt. (.) Wenn man jetzt das Karate mit dem Ball  
455 sieht, dann glaube ich, dass das Sound-Karate selbst das Konzept ist bestimmt gut.  
456 Das ist okay. Aber Karate ist das für mich nicht. Und das meine ich damit. Man muss  
457 es dann nicht so, so immer mehr abspecken. Aber genauso ist für mich auch, ähm (.)  
458 glaube ich, das gibt's nicht mehr so viel aber na ja machen wir Karate für Frauen,  
459 machen dann machen wir halt kein Partnertraining oder so. Das ist es für mich auch  
460 nicht. Dann sollen die Frauen auch kein Karate machen, obwohl ich gern möchte,  
461 dass die Leute alle Karate machen aber nicht um den Preis. Und genauso sagen die  
462 Leute: Okay, ich mach' Kumite-Wettkampf. Dann sollen die Kumite-Wettkampf  
463 machen. Aber Karate ist es für mich nicht und das, und das mein' ich damit. Also  
464 manche Leute denken, dass sie Karate machen. Mir tun Leute leid, die in manchem  
465 Verein sind und die trainieren und machen vielleicht jahrelang etwas, haben die  
466 ganze Zeit irgendwelche Faustschützer an und denken, dass sie Karate machen.  
467 Also ich schreib' denen das einfach ab. Vielleicht ist das in paar Jahren auch anders.  
468 Vielleicht denk' ich, okay, vielleicht hab' ich auch ein bisschen zu extrem gedacht  
469 aber ähm (2) ich glaub', das ist nicht gut.

470 I: Nee, ((lachend bis \*)) glaub' ich auch nicht. (\*) Halt, fällt alles gleich. Jetzt war ein  
471 Stichwort schon mal irgendwie „Training für Frauen“ „ und „Partnertraining“. Das war  
472 früher so vor zwanzig Jahren so: Da gab's ja auch noch keine Wettkämpfe für  
473 Frauen oder vor dreißig - ne. Da hab' ich einfach noch ein paar Fragen zu. du bist ja  
474 nun relativ – ne - auf Wettkampfebene erfolgreich gewesen. Jetzt als Trainerin gibst

475 du Lehrgänge u. s. w. und trainierst auch selber in Japan. Das find' ich eigentlich  
476 interessant, weil in der ganzen Geschichte von Karate genauso wie in der Zen-  
477 Geschichte u. s. w. kommen ja irgendwie keine Frauen vor. Also ich hab' mich da  
478 vielmal mit beschäftigt mit Zen u. s. w. und die ganzen Gleichnisse. Es kommen nur  
479 Männer vor. Und das hat mich immer sehr gestört. ((lachend bis \*)) Mich würde  
480 einfach mal aus erster Hand interessieren, wie ist es denn in Japan? Hast du da  
481 irgendwie Erfahrungen, wo du sagst, okay, als Mann wär's jetzt anders gelaufen,  
482 also in Japan aber auch hier als Trainerin. Das wär' wirklich interessant, mal zu  
483 hören.

484 **M:** Ähm das ist ein Thema, wo ich mich erst mit einem drüber unterhalten hab', ä\_h\_m  
485 den ich gefragt hab', weil also (.) nee mit zwei schon, also es ist so, dass ich die  
486 ganze Zeit Karate gemacht hab' u. s. w. und Leistungssport, vor allem im Kata-  
487 Wettkampf kommt es so auf die Ästhetik an und da hatte ich auch das (.) also wusste  
488 ich okay, das passt auch. Je mehr man sich mit Karate beschäftigt, ist natürlich auch  
489 ganz klar, dass man weiß, welche Absicht hab' ich mit Karate, was trainier' ich da.  
490 Und da kam ä\_h\_m (.) vor nicht zu langer Zeit ein ganz starker Knick, weil ich dachte,  
491 ich kann so viel trainieren, wie ich will. Aber ein genauso (.) großer Mann der hat  
492 immer mehr Durchschlagskraft, wenn er's trainiert, als ich. Ich kann so viel trainieren,  
493 wie ich will. Und das war ein großes Problem. Und (.) ä\_h\_m deswegen dacht' ich, na  
494 ja man denkt immer so, okay, ich bin nicht so auf der Schiene so vonwegen  
495 Emanzipation oder so, jeder muss immer alles machen. Und da hab' ich gedacht,  
496 ((lachend bis \*)) vielleicht ist das für Karate irgendwie nicht so prickelnd. Weil (.) klar  
497 können Frauen viele Sachen schöner und ästhetischer machen aber ä\_h\_m (4) dann  
498 hab' ich gedacht, es ist vielleicht besser gewesen, du machst Ballett oder so, weil (.)  
499 da kannst du's total ausleben und da kannst du auch schon mal schöner sein als was  
500 ein Mann macht, der vielleicht, vielleicht achtzig Prozent wen/ äh zwanzig Prozent  
501 weniger trainiert oder so. Aber ein Mann, der vielleicht groß ist und zwanzig Prozent  
502 weniger trainiert, hat mindestens noch die gleiche Durchschlagskraft oder was weiß  
503 ich, was man messen will. Weil man ja auch ein Ziel hat oder so vonwegen  
504 Selbstverteidigung oder so. Und ä\_h\_m ja der einzige Unterschied zwischen Ballett  
505 und Karate ist halt, die beiden sehen ästhetisch aus und schön aus und haben beide  
506 koordinative Ansprüche aber ä\_h\_m na ja Ballett hat auch in gewisser Weise die  
507 Geschichte aber Karate hat halt noch die Wirkung. Und da hab' ich auch schon  
508 überlegt: Du kannst trainieren, wie du willst, du\_kriegst\_das nicht hin eigentlich.

509 Dann hab' ich mit einem Trainer gesprochen und der sagte auch: Ja, das hat mich  
510 meine Frau/mir meine Frau auch schon immer gesagt. Die würd auch Karate  
511 machen und ((lachend bis \*)) was bringt das eigentlich. (\*) Tja ich bin da noch nicht  
512 so ganz weit aber im Moment hock' ich auf der These, wenn ich schneller bin,  
513 ((lachend bis \*)) dann passt das schon. (\*) Und (3) es geht, es geht auch im  
514 Endeffekt ja auch nicht da drum. Das hab' ich halt auch gemerkt. Es geht halt nicht  
515 da drum, ich will ja auch Keinen im Endeffekt dann treffen oder (4) das soll ja auch in  
516 dem Sinne nicht passieren. Das ist ja das Paradoxe. Wir trainieren das. Wir möchten  
517 den tödlichen Schlag trainieren aber im Endeffekt wollen wir das auch nicht, dass  
518 das erreicht wird aber das Bewusstsein, dass man das macht vielleicht. Da (.) ist es  
519 vielleicht gut. Und ähm das ist vielleicht das, was dann im Endeffekt ausreicht. Also  
520 das ist vielleicht so das, was ähm man darf da vielleicht nicht so viel über das Ziel  
521 nachdenken, dass man da erreichen will sondern wenn man da auf dem Weg ist,  
522 kann man rechts und links verschiedene Sachen aufnehmen und (.) ja (.) es ja dann  
523 halt als Frau hm also in Japan hab' ich da keine Nachteile oder so empfunden –  
524 eigentlich gar nichts. In Deutschland (3) na ja in dem Sinne eigentlich auch nicht.  
525 Also grade im deutschen Karateverband fahren die Leute dann auf irgendwelche  
526 Titel ab und (.) ganz doof gesagt, die Titel hab' ich und dann (2) glauben mir die  
527 Leute schon. Und ähm (3) ja und viele Leute nutzen das in dem Sinne vielleicht  
528 auch aus und im Deutschen Karateverband heißt das vielleicht auch viel, so ´nen  
529 Titel zu haben. Dann sind viele Leute, die halt in die Karatezeitung gucken, sehr  
530 gläubig und glauben den Trainern das u. s. w. und insofern halt auch Frauen. Wenn  
531 die halt diese Titel haben, dann (2) ist sich ein Dojo-Leiter auch nicht zu schade oder  
532 so. Dann sagt der, dann hat er auch nichts zu verstecken. Dann lädt er auch gern ´ne  
533 Frau ein zum Training, weil hat halt der Titel. Und dann vielleicht auch noch so in  
534 Kata oder so dann (.) ja tut eh' nicht weh dann. Vielleicht ist es deswegen auch gar  
535 nicht so schlimm. Und deswegen gibt es da, glaube ich, auch keine, (.) keine  
536 Nachteile. In anderen Verbänden weiß ich jetzt nicht. Glaube ich, da sind die  
537 Nachteile vielleicht noch ein bisschen (.) größer aber das hat eigentlich nur vielleicht  
538 auch ein bisschen mit der Intelligenz der Menschen zu tun. Ob das jetzt so ´nen  
539 großen Nachteil oder Vorteil gibt – natürlich bemerkt man bestimmte, bestimmte  
540 Sachen aber genauso wie man als Frau Vorteile merkt, dass man eine Frau ist und  
541 dass man halt deswegen mit Männern so und so reden kann, ähm genauso gibt es  
542 vielleicht auch Nachteile.

543 I: Okay. Dann, dann hast du jetzt eigentlich an sich so keine Nachteile, wo du sagen  
544 würdest oder hast du ein besonderes Erlebnis, an was du dich erinnerst, wo du  
545 sagen könntest, vielleicht auch vor der Wettkampfzeit, an der und der Stelle (.) war  
546 das mal irgendwie doof im Verein vielleicht oder?

547 M: Würde ich sagen: Nein. Also schlechte Erfahrungen hab' ich da in dem Sinne nie  
548 gemacht. Und (.) weil ich das natürlich von Anfang an, das Karate natürlich von  
549 Anfang an auch so erlebt hab', dass es halt integriert, dass es die Möglichkeit gibt,  
550 zusammen zu trainieren, auch wenn man unterschiedliche (3) körperliche  
551 Voraussetzungen hat, ähm im Gegenteil, glaube ich, hat's mir mehr Spaß gemacht,  
552 schon mal mit Männern zu trainieren auf Lehrgängen, weil die dann vielleicht das  
553 Eine und das Andere nicht erwartet haben. ((lachend bis \*)) Und dann war es als  
554 Frau (\*) schon mal Genugtuung oder ganz lustig. Da, was weiß ich, beim  
555 Partnertraining (.) da den Einen oder Anderen zu erschrecken oder ja wenn da halt  
556 ein Mann dann halt so halbherzig irgendwas macht und dann merkt: Oh, hab' ich  
557 doch nicht geblockt gekriegt. Oder so. Aber es sind ja nur so kleine  
558 Zwischenmomente, die einfach Spaß machen. ((lachend bis \*)) Das hat nichts mit  
559 Karate zu tun aber (\*) das macht dann halt Spaß. Und insofern hatte ich vielleicht  
560 eher positive (.) Anreize gehabt, weil ähm, ja weil (2) du dann auf einmal was  
561 machen kannst, was die Leute vielleicht nicht erwarten oder vielleicht dann auch  
562 nicht von Frauen nicht erwarten. Kann natürlich auch sein. Aber sonst negative  
563 Erlebnisse hatte ich, (.) kann ich eigentlich sagen (.) nicht. Und ja dieses Integrieren  
564 und dieses Zusammentrainieren, Keulen u. s. w. das schließt halt auch grad  
565 Ausländer mit ein, würde ich sagen, dass das halt beim Karate kein Problem ist.

566 I: Okay. Ich muss mal kurz gucken, das läuft noch, das ist gut (I: lacht). Ähm ich  
567 muss mal kurz überlegen. (3) Ja, wenn, wenn du jetzt in die Verbände, auch  
568 Landesverbände und so guckst, also (Landesverband) ist ja dann relativ  
569 fortschrittlich schon aber der DKV auch selber im Dachverband, hatte ich ja vorhin  
570 schon mal erzählt, diese ganzen Gleichstellungssachen, die jetzt auch in der  
571 Bundesregierung also überall festgelegt sind oder im Deutschen Sportbund oder  
572 DOSB, gibt's ja im DKV noch nicht – ne – mit diesen Gleichstellungsgeschichten,  
573 dass gleich viel Männer wie Frauen in Führungspositionen sein sollen. Ich stell' es  
574 mir im DKV auch schwierig vor, weil das irgendwie relativ fest gefahrene Strukturen  
575 sind. Allein auf Vereinsebene gibt's wenig Dojo-Leiterinnen, Trainerinnen. Wenn  
576 man sich so im Gesamtbild umguckt, in den Landesverbänden, in den Präsidien

577 auch nicht und im DKV-Präsidium im Grunde auch nicht wirklich. Wie könnte man  
578 das beheben? Hast du ´ne Idee, weil das wäre ja ((lachend bis \*)) ein Ziel (\*) der  
579 Arbeit, da so Ansatzpunkte zu finden.

580 **M:** Ähm (.) so weit ich's so denken kann, würde ich's ähm (.) äh also ich hab'  
581 bisschen Probleme mit dieser Thematik eigentlich. Ich muss ganz ehrlich sagen, so  
582 ähm (.) hm weil, ich glaube, dass die Frauen, die wollen, die das machen wollen, die  
583 kommen auch dahin, glaube ich. Und ähm (2) es ist ähm ich seh' eine Gefahr seh'  
584 ich einfach da drin, ähm wenn man's quasi (2) Zustand so macht vonwegen Frau  
585 und jetzt darfst du und na ja und wer darf jetzt zuerst - der Behinderte oder die Frau  
586 oder so – ne? Das ist so ´ne gefährliche hm so ´ne Ebene vielleicht. Äh (.) na ich  
587 hab' als meine A-Trainerausbildung gewesen ist, hmm da war die A. noch mit dabei  
588 und (.) da war'n noch Frauen dabei. Und da hab' ich halt gefragt, was (.) warum  
589 macht ihr die Ausbildung oder wieso? (.) Weil ich irgendwie gemerkt hab', da ist gar  
590 kein Interesse. Und da haben die gesagt: Wegen der Frauenquote sind wir hier. Und  
591 das ist (.), wo ich dann denke, das ist genau der, der so fatal. Das ist problematisch.  
592 Aber trotzdem weiß ich so vielleicht von Kampfrichtern oder so in der, in der  
593 Richtung, dass es da ganz gewiss Probleme gibt, wenn da ´ne Frau ähm auftaucht.  
594 Und so in der normalen Gesellschaft außerhalb von Karate, bei der Polizei oder so  
595 ist es auch genauso schlimm. Und das ist ein Bereich, wo ich vielleicht dann auch  
596 gar nicht so viel so Einblick habe. Dass natürlich da so jetzt im Karate die Frauen,  
597 die, die, die stark sind, die etwas Bestimmtes erreichen wollen und die ähm das  
598 selber auch möchten, ich glaub' schon, dass die mittlerweile die Möglichkeit haben.  
599 Also so wie du angesprochen hast, im Karatedachverband (Landesverband), denke  
600 ich da, dass das ganz bestimmt möglich ist. Vielleicht ist es auch deswegen möglich,  
601 weil auf der Geschäftsstelle dann auch wiederum dann drei Frauen sitzen, die das  
602 dann auch vielleicht beeinflussen können. Das kann natürlich auch sein. Aber (.)  
603 grundsätzlich glaube ich, dass (.) diejenigen, die das wollen, das auch erreichen  
604 können. Aber (3) wer deswegen abspringt, weil es, weil da irgendwelche Männer  
605 dagegen sind, das sind, glaube ich, auch so Sachen, wo man das auch gar nicht so  
606 weiß, wenn man ´ne Kampfrichterin oder so aufsteigen will und die Männer  
607 entscheiden halt da drüber, dann (2) ja dann sind das schon mal objektive  
608 Entscheidungen, die keine sind und dann kommt der Aufstieg oder was weiß ich,  
609 dann halt nicht zustande. Da muss man vielleicht so hinter den Kulissen sozusagen  
610 gucken, welche Gründe da vielleicht halt der Eine oder der Andere hat. Und je

611 einfacher die Menschen sind und im Karate sind, diejenigen, die Karate machen, die  
612 sind sehr einfach und deswegen auch in den Führungspositionen. Das ist nichts  
613 Negatives aber einfach sind die schon, einfach strukturiert. Und deswegen (3) ja und  
614 einfach strukturierte Männer ((lachend bis \*)) boxen die sich, glaube ich, gegenseitig  
615 selber besser hoch als selber so ´ne einfach strukturierte Frau oder was weiß ich, (\*)  
616 dann natürlich durchkommt. Das passiert, glaube ich, automatisch. Und deswegen ist  
617 es schwierig für eine Frau, die wirklich will und Power hat und das vielleicht auch ein  
618 bisschen kopfmäßig (.) bisschen durchdacht hat, die macht den Männern natürlich  
619 Angst.

620 **I:** Schön gesagt. Das kann gut sein. Wenn du jetzt ein Zwischenfazit ziehen würdest  
621 zu deinem, über dein Karateleben, wie würde das lauten?

622 **M:** Zwischenfazit ist ähm, dass ich zu der Zeit, wo ich ähm oder die Zeiten, von  
623 Karate so, glaub' ich, recht klassisch durchlebt hab', dass es mir sehr gut gefällt. Das  
624 heißt, ich hab' zu der Zeit in dem Sinne vom Alter genau das gemacht, was passt.  
625 Also ähm ich hab' als Kind, Jugendlicher angefangen mit Karate, ich hab' im Verein  
626 trainiert, hab' Vereinsaktivitäten mitgemacht, hab' so halt Karate kennen gelernt und  
627 (.) dann bin ich sehr viel auf Karatelehrgängen unterwegs gewesen, hab' sehr viel  
628 über Karate gelernt und hab' viele Menschen getroffen, hab' gesehen, wie viele  
629 Leute Karate machen und hab' sehr viel allgemeine Menschen getroffen, die Karate  
630 machen und ähm (2) na ja und diese, diese Karate vielleicht als, als, als  
631 Gemeinschaft vielleicht sogar erlebt und (.) faszinierende Sachen halt gesehen und  
632 (.) bei guten Trainern trainiert. Und da hab' ich den Hunger so nach Karate vielleicht  
633 so, dass auf jedem Fall immer die Flamme am Lodern ist. Und ähm dann genau zu  
634 der Zeit, wo es für mich so körperlich am wichtigsten ist und möglich ist, hab' ich halt  
635 Karate als Leistungssport gemacht. Und als, als Karate als Verband kennen gelernt,  
636 Karate so was mit Funktionären und das, was einfach so strukturiert ist u. s. w.  
637 kennen gelernt. Und Karate als Leistungssport kennen gelernt, das heißt, sich mit  
638 anderen Nationen messen und dadurch natürlich auch andere Menschen kennen  
639 gelernt, die Karate machen, die halt nicht in Deutschland und in Japan sind sondern,  
640 was weiß ich, halt aus Afrika kommen und dort Karate machen oder halt natürlich die  
641 Polen und England und Italien und Frankreich und solche Sachen so. (.) Karate  
642 einfach als Sport kennen gelernt, als Leistungssport. Und ähm (.) Karate einfach  
643 auch als, als Training, also Karate trainieren einfach als Job auch so angesehen hab'  
644 und ich hab' sehr viel, ich hab' gelernt, auch so zu trainieren. Ich hab' gelernt zu, zu

645 trainieren, alleine zu trainieren und so mich alleine durchzubeißen und trotzdem noch  
646 mal weiter zu trainieren, auch wenn man nicht mehr kann u. s. w. und das immer mit  
647 ´nem Ziel. Und das Ziel erleichtert das. Und jetzt, sag´ ich jetzt mal, ist vielleicht so  
648 ein primäres Ziel weggefallen aber ich kann immer noch trainieren. Ich weiß, wie´s  
649 geht. Und jetzt mach´ ich halt s\_o`\_n Karate, was in meine Richtung einfach geht und  
650 wo ich das einfach verfolgen kann, was für mich dann beim Karate dazu gehört. Und  
651 ich hab´ jetzt s\_o als Fazit quasi jetzt die Basis, weil ich kann trainieren, ich weiß, wie  
652 und ich kann auch, glaub´ ich, die Trainer mittlerweile einschätzen und ä\_h\_m (.) ja und  
653 jetzt kann ich halt s\_o hab´ ´nen gewissen Stamm, wo ich mit gutem Gewissen das  
654 auch weiter geben kann. Dass ich weiß, ich weiß zwar nicht alles aber das, was ich  
655 schon mal weitergebe, glaube ich, ist schon mal okay. ((lachend bis \*)) Da kann sich  
656 keiner mehr dran verletzen und (\*) äh da gibt´s, das ist eine Möglichkeit. Ja und der  
657 Rest ist dann halt das, was jetzt noch kommt, (E. kommt wieder rein)

658 **I:** Wir brauchen noch fünf Minuten. Dann sind wir fertig. Das macht nichts. Okay.  
659 Wenn du irgendwas anders machen könntest, eine Entscheidung noch mal anders  
660 treffen könntest jetzt an einer Stelle, wo du sagen würdest, das würde ich jetzt doch  
661 noch, wenn ich heute in der Situation wäre, anders entscheiden? (E. spricht)

662 **M:** Ich würde. Dreivierteljahr kürzer Leistungssport machen weniger, ein halbes Jahr.  
663 Ich hab´s ein halbes Jahr zu lang gemacht oder ein Dreivierteljahr zu lang. Aber  
664 ansonsten (4) nichts, (2) glaube ich - nö. (E. spricht M. und I. an.)

665 **I:** Jetzt machen wir aus.  
666  
667

668 **I:** Jetzt machen wir ´nen neuen Ordner auf und dann hab´ ich halt vier Ordner jetzt. (I:  
669 lacht) Macht nichts. Was heißt: Zu lang Leistungssport - warum?

670 **M:** Weil\_über die Freude am Karate zu trainieren u. s. w. (2) da ist mir zu viel  
671 bewusst geworden in dem letzten halben Jahr, ä\_h\_m weil in der Zeit, wo ich  
672 Wettkampf gemacht war für mich auch der Wettkampf bzw. das Karatetraining, das  
673 stand halt im Vordergrund. Und ich hatte, also es ist deswegen so, ich hatte noch  
674 das Bewusstsein, dass es noch um Karate geht. Und das halbe Jahr hat mir aber  
675 dazu geholfen, dass ich weiß, dass es nicht drum geht. U\_n\_d\_ä\_h\_m das halbe Jahr  
676 das hat mich vielleicht so zum Nachdenken gebracht und ä\_h\_m sag´ ich mal so, wenn  
677 ich ein halbes Jahr früher aufgehört hätte, dann hätte ich noch diese Nai/Naivität  
678 vielleicht beibehalten und hätte vielleicht gedacht: Och, na ja wäre vielleicht doch

679 noch mal ganz schön gewesen, Wettkampf zu machen oder so was oder irgendwie  
680 vielleicht, dass man sagt: Ach, war ´ne schöne Zeit, muss man noch mal weiter  
681 machen. Oder überlegt man noch mal, soll man weiter machen oder nicht. Und ähm  
682 (.) aber ich hab' in der Zeit, also man kann's quasi nicht mal auf ein halbes Jahr  
683 festlegen aber die letzte Zeit hab' ich einfach erlebt, dass viele, mit denen ich Karate  
684 trainiert habe aber auch welche, die, die im Nationalteam sind, denen geht's gar nicht  
685 um Karate. Und das hat mich sehr ähm erschrocken, weil ähm natürlich diese  
686 Kumite-Leute, das ist eh' eine ganz andere Welt, aber da sind, das hat nichts mit der  
687 Persönlichkeit zu tun – ne. Das sind alles Sportler. Und insofern Wettkampf und  
688 Durchhaltevermögen und das ist alles okay. Ähm aber ich hab' gedacht, dass auch  
689 alle gerne Karate machen und nicht nur wegen dem Wettkampf. Und meine, (.)  
690 meine grundlegende Frage war, die ich Vielen im Bundeskader gestellt hab', bei den  
691 meisten eigentlich, hab' ich gefragt: Wenn du die gleichen Erfolge gehabt hättest im  
692 Tennis oder Fußball oder Tischtennis, würdest du auch (.) wechseln? Und ich hab'  
693 keinen getroffen, der gesagt hat: Nee. Für die war das alles gleich. Und ähm ja und  
694 ich hab' gedacht, die machen gerne Karate alle, also so um des Karate Willen.  
695 Natürlich hat das vielleicht auch was mit dem Alter zu tun aber ich hab' gemerkt,  
696 dass der Verband denen niemals was anderes vermitteln würde als genau das. Und  
697 ähm und ich hab' gedacht, na ja im Nationalteam wir haben die Möglichkeit und wir  
698 haben sogar den Job zu trainieren und könnten das wirklich richtig füllen aber ich  
699 hab' gemerkt, dass mit den Leuten, die das nicht machen, also die, die, die im  
700 Nationalteam sind, das eigentlich gar nicht so deswegen machen Karate sondern  
701 einfach, weil sie Erfolg haben und na ja dann ganz stolz sagen können: Ich bin im  
702 Nationalteam. Und halt dann ihre Titel davon tragen aber sie würden ohne mit  
703 Wimpernzucken halt wechseln zu ´ner anderen Sportart, weil's vielleicht auch da  
704 mehr, mehr Geld gibt. Und in der Zeit hab' ich natürlich auch gesehen, dass viele  
705 Leute, die halt keinen Wettkampf machen, irgendwie ehrlicher sind sogar. Und die  
706 haben nur nicht die Möglichkeit zu trainieren vielleicht so viel. Aber das sind Leute,  
707 die machen, Viele die machen lieber Karate als Diejenigen, wo's deren Job sogar  
708 ist. Und das hab' ich einfach so mitgekriegt und gesehen und da war natürlich so der  
709 Bruch, wo ich gesehen hab', die machen das vielleicht nicht ganz so schön aber  
710 irgendwie (.) fühlen die was anderes. Und ähm ja und das hab' ich, glaube ich  
711 schon, in diesem halben Jahr so ein bisschen so erfahren und erlebt. Weil sonst  
712 hätte ich gedacht und gesagt: Okay, wenn du als Sportler, als Leistungssportler



713 trainierst wenigstens intensiv und nicht, okay ich hab' nur zweimal die Woche Zeit.  
714 Also weil vonwegen wer das dann auch macht, ist dann auch wichtig. Aber im  
715 Nachhinein oder jetzt später sieht man auch, was da vielleicht hinter ist, ob da was  
716 hinter ist.

717 **I:** Okay. Ä\_h\_m was sind denn jetzt deine Schwerpunkte im Karate? Du hast gesagt,  
718 also jetzt sind dir andere Sachen wichtiger irgendwann mal. Was ist dir jetzt wichtig?

719 **M:** Jetzt ist wichtig, hmhhh (3) es ist 'ne kleine (.) Umstellung. Ä\_h\_m (4) wenn ich,  
720 also ich trainiere halt (.) das, was ich auch während der Zeit in Japan an Impulsen  
721 bekommen hab'. Das konnt' ich halt nie trainieren richtig, weil ich einfach keine Zeit  
722 hatte, weil da muss ich meine fünf Katas trainieren und der Tag ist halt begrenzt und  
723 wir können ja nicht wie im Profisport halt den ganzen Tag nur das machen. Und  
724 deswegen war das Training quasi immer so begrenzt. U\_n\_d\_ä\_h\_m na ja und jetzt kann  
725 ich halt die Sachen, die ich, die ich in Japan gelernt hab' und auch natürlich auch hier  
726 gelernt hab', kann ich besser trainieren. Und ich kann das noch ein bisschen mehr  
727 danach ausrichten, was ich halt selber so körperlich auch machen möchte. Und ich  
728 hab' halt mehr Zeit zu trainieren. Zeit zu trainieren in dem Sinne von, was ich auch  
729 bei vielen Leuten einfach auf Lehrgängen sage: Ihr habt ja Zeit. Als Leistungssportler  
730 hat man keine Zeit. Da muss man in drei Monaten den Eindruck schaffen als wenn  
731 das so ist, also als wenn das so gut funktioniert – ne. Man muss den Eindruck  
732 wenigstens schaffen. Das ist egal, ob das so ist oder nicht. Man muss den Eindruck  
733 schaffen als wenn's stark ist. Ob's so ist, ist meistens halt nicht. Aber so und aber  
734 als, als so'n Karateka der, der, der keinen Wettkampf macht, hat halt Zeit, das zu  
735 trainieren. Wenn ich's halt nicht kann, kann ich's halt nicht. Und dann übe ich das.  
736 Und wenn ich das in drei Monaten nicht kann, dann ist es trotzdem nicht schlimm. Ich  
737 kann das trotzdem weiter üben und da eröffnen sich einfach viel mehr Felder, wo  
738 man dann halt sich noch quasi so austoben kann. Und (.) ja und das andere ist halt  
739 so, natürlich Training geben und (.) so eigene Wege so zu finden, wie man vielleicht  
740 so das Eine oder das Andere vermitteln kann aber ohne (.) ja dass man da irgendwie  
741 auf irgendwelche anderen Bötchen da aufspringen muss.

742 **I:** Okay. Kannst du zum Abschluss noch mal deine Eckdaten sagen, also  
743 Geburtsdatum, weiß ich gar nicht, ob wir das schon hatten und vielleicht auch  
744 noch auf jedem Fall noch mal Erfolge, einfach noch mal dass die drauf sind und (I:  
745 lacht)

746 **M:** Also geboren am 07.10.1976 hier in S [Stadt]. Meine Eltern sind beide aus Japan.  
747 Ähm bin Japanerin aber nach dem Gewinn der Deutschen Meisterschaft Junioren  
748 '96, in dem Jahr, wo ich mein Abi gemacht hab', ähm hab' ich dann die deutsche  
749 Staatsbürgerschaft bekommen, damit ich halt starten konnte auf den  
750 Europameisterschaften. Ähm (.) ich bin mehrfach Deutsche Meisterin geworden, (.)  
751 wie viel weiß ich nicht. Ähm ich bin auf den (.) Europameisterschaften, die man  
752 Europameisterschaften nennen darf, sind, bin ich zweimal Dritte geworden, ähm  
753 einmal in So [Stadt], einmal in B [Stadt] in Deutschland. Dann sind wir (.) auf den  
754 damals durfte er Shotokan-Europameisterschaft heißen und jetzt (.) irgendwie  
755 Championchips, heißt irgendwie Cup oder so. Da bin ich fünfmal Europameisterin  
756 oder Europacupsiegerin was auch immer dann geworden. Und einmal bin ich dann  
757 auf den Shotokan-Weltmeisterschaften gestartet. Und da hab' ich auch einmal  
758 gewonnen. Mehr hab' ich keine Möglichkeit gehabt, zu dort zu starten. Und  
759 ansonsten (.) ja so kleine (.) Gruppen oder so. Aber das ist nicht so wichtig.  
760 **I:** Gut, ich glaub', dann haben wir alles. Sonst melde ich mich einfach noch mal,  
761 wenn mir noch irgendwas einfällt. Okay, dann schalte ich jetzt ab.  
762  
763

1 **Interview mit N vom 04.08.2006,**

2

3 **I:** Okay, läuft. gut, richtig. So also Thema, hat' ich ja grade, hab' ich ja schon ein  
4 bisschen erklärt – ne „Frauenwege im Karatedo“. Darum soll's gehen. Zu diesem  
5 Zweck würde ich dich bitten, einfach mal deine Lebensgeschichte mit Schwerpunkt  
6 der Karategeschichte, deine Karategeschichte zu erzählen.

7 **N:** Lebensgeschichte? Also wie's Karate angefangen hat?

8 **I:** Ja, das ist jetzt deine, deine Interpretation.

9 **N:** Meine Lebensgeschichte - okay. Ich geh' auf die sportliche Lebensgeschichte ein.  
10 Ich hab' früher geturnt als ich Kind war und das war sehe lange, bis ich (.) dreizehn,  
11 vierzehn war und auf Grund meiner Größe und auch Gewicht, also das hängt ja  
12 zusammen, hab' ich aufgehört und hab' eigentlich eine ähnliche Sportart gesucht.  
13 War schon immer sehr sportinteressiert und auch sehr ehrgeizig, kann man sagen.  
14 Und hab' dann keine Sportart richtig gefunden, hab' Handball gespielt, weil es mir  
15 Spaß gemacht hat. Wobei der Ball wir halt nicht unbedingt meins. Ich hab' gut  
16 gespielt aber so vom Feeling her hab' ich gewusst, ich bin mehr so kompostorisch.  
17 Und dann hab' ich einen Brieffreund kennen gelernt, der selber Karate gemacht hat.  
18 Und der kam zu mir zu Besuch vor jetzt fünfzehn Jahren. Und in der Zeit war gerade  
19 das Sommerlager in R [Stadt], ich komm' ja ursprünglich aus R [Stadt], hab', bin dort  
20 aufgewachsen und dann hat er mich, dann hat Mutti gemeint: Da ist ein  
21 Länderkampf, geh' mal hin mit ihm! Das wird ihn bestimmt interessieren. Und ich so  
22 teenymäßig ich so: Das Karate interessiert mich nicht. Und der kann ja alleine  
23 hingehen, wenn's ihn interessiert. Meine Mutti jetzt: Den kann ich nicht alleine  
24 hinschicken. Geh hin! Und dann bin ich ihm zuliebe da zu dieser Karatemeisterschaft  
25 gegangen, ja so also dem Budoabend und dann hab' ich das Kata gesehen und das  
26 hat mich doch sehr an das Turnen erinnert – auch diese Exaktheit und Nervenstärke,  
27 da was vortragen zu müssen. Und da hab' ich gedacht: Nee, so schlecht ist es doch  
28 auch nicht. Und da meine Größe und mein Gewicht nicht so eine Rolle spielt wie  
29 beim Turnen, hab' ich wirklich, hat zwar bisschen länger gedauert aber ich hab'  
30 gemerkt, das könnte hinhauen. Und hab' dann wirklich ein halbes Jahr später mich  
31 entschieden, das zu machen. Und ein weiteres Vierteljahr fing der nächste Kurs an  
32 und dann hab' ich's auch begonnen. Und ich hab' gleich, hatte das Glück, in R  
33 [Stadt] zu sein und G. und T. waren schon dort. Und der T. hatte auch den ersten  
34 Anfängerkurs gleich gemacht. Ja mit Kata ist da nicht so unbedingt geworden. Hab'

35 gleich Kumite, hat man mir vermittelt aber durch meine, durch's Turnen hatte ich  
36 Supervoraussetzungen und da konnte ich relativ gut einsteigen. Also ich erinnere  
37 mich wie die erste Trainingseinheit, beweglich war ich eigentlich durch's Turnen,  
38 dass ich dadurch schon aufgefallen bin und ja ein halbes Jahr, nachdem ich  
39 begonnen hab' oder nicht mal vier Monate, fünf Monate, hat er gefragt, ob ich  
40 Interesse am Wettkampf hätte. Da hab' ich gesagt: Ja, doch, durchaus. Beim Turnen  
41 hab' ich Wettkämpfe gemacht, beim Handball hab' ich Wettkämpfe gemacht und ja  
42 eigentlich möchte' man ja den Vergleich haben. Ich bin jemand, der einfach den  
43 Vergleich sucht im Sport. Und ich hab' gesagt: Ja. Und dann waren von zwei, drei  
44 Trainingseinheiten sind's dann gleich auf sechs bis sieben Karatetrainingseinheiten  
45 wurde das gesteigert. Und ein weiteres halbes Jahr hab' ich dann schon Wettkämpfe  
46 gemacht. Und ich hatte Glück, also hä, hä, hä Glück, ich hab' viel trainiert, war aber  
47 doch am Anfang relativ schnell in kleinen Schritten erfolgreich und ich (.), dann ist  
48 das seinen Weg gegangen, ich bin nicht, ja bin schon hochgeschossen aber es gab  
49 auch mal Durststrecken. Aber da hab' ich einfach durch den T.: Dranbleiben,  
50 dranbleiben, dranbleiben – Glück gehabt. Und irgendwann hab' ich eigentlich mein  
51 Leben um das Karate aufgebaut. Das heißt: Ich hab' Abitur gemacht. Da war ich  
52 schon Deutsche Meisterin. Und ich wusste, ich muss irgendwo meinen Beruf  
53 wählen, dass ich weiter Karate machen kann. In Wettkämpfen war ich schon aktiv.  
54 Damals gab's noch keine Junioren-Europameisterschaften. Und es gab da so  
55 Turniere und da hätte ich auch hin dürfen. Insofern wusste ich, ich muss Karate  
56 weiter machen. Da hab' ich's ja damals noch in R [Stadt], der T. Karate war auch  
57 noch damals in R [Stadt]. Da hab' ich gedacht, entweder PH W. oder K., das ich  
58 immer weiter, also noch zurückfahren konnte. Und grade nachdem ich das Abitur  
59 hatte, sind wir dann, hat auch der T. sich gelöst in R [Stadt], wir sind nach L [Stadt]  
60 gezogen, also mit Karate gezogen und ich war schon im PH W. eingeschrieben und  
61 da hab' ich `ne Zusage in K [Stadt] bekommen und gedacht: Noch besser. Und dann  
62 hab' ich das gemacht. Ich hab' fünf Jahre oder sechs Jahre, sechs Jahre studiert und  
63 studiert um zu trainieren, kann man sagen. Also ich hab' mir auch vorher schon  
64 überlegt nach dem Abitur, soll ich in die Sportfördergruppe gehen. Dann hätte ich nur  
65 trainieren können, weil ich hab' mir überlegt: Nee, studiere noch. Studiere zwei Jahre  
66 länger. Das, was die Sportfördergruppe wäre, dann hast du sieben Jahre statt fünf  
67 Jahre. Also spiel' sieben Jahre und statt zwei Jahre Sportfördergruppe und dann  
68 musst du dich auch beeilen mit dem Beruf. Na ja und dann, wie gesagt, immer

69 erfolgreicher geworden. Und dann irgendwann war der Wunsch da, nur Karate zu  
70 machen und ja es ging alles so schleichend. Erst war ich Trainer im Dojo, dann war  
71 ich Landeshonorartrainer, hab' ab und zu Kadertraining für's Land gegeben und ja  
72 nachdem ich dann überlegt Habe: Kann ich ganz Karate machen? Hab' ich im  
73 Verband angefragt in (Landesverband). Ja okay, ich könnte auch dort angestellt  
74 werden oder zumindest mich selbständig machen und Honorar beziehen. Dann kam  
75 ich zum ...karate, das heißt, noch wieder ein Schritt mehr in das Karateleben rein.  
76 Und ja dann ging es immer schleichender und irgendwann war ich voll drin. (.) so  
77 weit bis jetzt.

78 **I:** Okay. Ähm was hast du studiert? Einfach nur ...

79 **N:** Eigentlich wollte ich Lehrer werden. Ich hatte schon ein Ziel, als ich in der fünften  
80 Klasse oder sechsten da hab' ich gedacht, ja Lehrerin wäre mein Beruf – Sport -  
81 Biologie. Aber kurz mal auch Sport - Mathe überlegt aber war dann Sport - Biologie.  
82 Ich hätt's auch gern gemacht nur ich sag's, nur das andere ist noch toller. Also ich  
83 bin schon Lehrer eigentlich. Ja einfach, ich möchte' schon was beibringen und vor  
84 allem auch ein bisschen Soziales unter die Kinder, also nur der Stoff wäre mir nicht  
85 so wichtig aber einfach, ich glaub', das ist generell wichtig, den Kindern paar  
86 Umgangsformen. Also ich möcht' mal sagen, ich bin ein sehr gerechter Mensch. Und  
87 ich versuch' eigentlich auch im Kindertraining bisschen viel geben, einfach sehr  
88 transparent zu machen, das einfach die Gerechtigkeit auch da ist. Also gute Leute  
89 sind auch wichtig aber wenn jemand sich in seinen Grenzen verbessert, ist's mir  
90 genauso wichtig. Also ich bin eigentlich schon jemand, also der auf Soziales achtet.

91 **I:** Machst du Karate jetzt für dich eher als Sport oder auch im Sinne von Karatedo,  
92 also als Weg mit der ganzen asiatischen Philosophie dahinter? Hast du da  
93 Berührungspunkte, Angriffspunkte?

94 **N:** Also ich hab's begonnen aus reinen Sportgründen. Und ich finde das Karatedo, so  
95 wie wir es, so wie wir es kennen, wie es uns übermittelt wird dieses Asiatische. Ich  
96 meine, es passt nicht in diese westliche Kultur. Ich finde, man kann Karatedo auch  
97 anders ausleben - grad bei der Jugend, sie begleiten, einen Weg zu finden, dass sie  
98 vom kleinen, vom Kindkarate ins Erwachsenekarate, das ist für mich Karatedo den  
99 Weg begleiten aber auf westliche Art und Weise. Aber dieses fernöstliche Karatedo  
100 und sich schinden und selber (.) so wie es dort uns vermittelt wird, das sind wir nicht  
101 und daran glaube ich auch nicht.

102 **I:** Hattest du jemals auf deinem Karateweg den Eindruck, dass du's als Mädchen  
103 oder Frau irgendwie anders, anders hattest, also schwerer will ich nicht sagen. Es  
104 muss ja nicht immer schwerer sein aber dass irgendwas anders war als wenn du ein  
105 Junge oder Mann gewesen wärst?

106 **N:** Nee, eigentlich nicht. Also schwerer sicherlich nicht. Weil mein, wir haben unsere,  
107 die Frauen kämpfen für sich. Es gibt mittlerweile Frauenmeisterschaften wie vor  
108 zwanzig Jahren. Da war's schwerer. Da musste man sich erst mal durchkämpfen,  
109 dass es für Frauen diese Wettkämpfe gibt. Und als ich noch angefangen hab', also  
110 ich hab '92 begonnen mit Karate, da gab's auch noch diese Frauenworldcups, also  
111 die hat man extra gemacht, damit die Frauen ein bisschen mehr Wettkämpfe  
112 bekommen. Aber mittlerweile ist das ja Gang und Gebe, gibt's jegliche  
113 Meisterschaften gibt's ja gar nicht mehr nur Männer. Das gab's früher mal. Und ich  
114 hab' das dann mitbekommen, dass es so war mal. Aber ich selber hab' das nicht  
115 mitbekommen. Und insofern und auch im Training (.) war, (.) das Einzige, was ab  
116 und zu mal, so wenn Neid übersprudelt. Also wenn manche Leute neidisch sind,  
117 dann kommt mal so ein blöder Spruch her – Frauenkarate. Aber dann denke ich oder  
118 ich hab's ja einfach, da steh' ich drüber oder da denke ich, das geht dann weiter. Und  
119 wer was wissen will, dann sag ich's ihm, dass es der Neid ist, warum er so was sagt.  
120 Ansonsten steh' ich da drüber.

121 **I:** Hast du mal ein konkretes Beispiel, das du einfach mal erzählen kannst?

122 **N:** Ja, ich weiß nicht, ob das, das wird anonym oder?

123 **I:** Das wird anonymisiert.

124 **N:** Also nee, es geht mir auch nicht darum, was ich gesagt hab' aber ich hab's ja nur  
125 so vom Hören, was zu Ohren gekommen sondern für die anderen ist eher schädlich.

126 **I:** Ja.

127 **N:** Wir waren zur Europameisterschaft. Die Frauen sind momentan in Deutschland  
128 einfach erfolgreicher. Weil man muss auch sagen, die Frauen betreiben es auch  
129 momentan professioneller. Die, die K. die macht nur Karate. Die A. hat früher nur  
130 Karate gemacht und ich mach' nur Karate. Das heißt, wir haben nichts anderes zu  
131 tun als zu trainieren und darüber haben wir halt oder sind wir auch erfolgreicher als  
132 die Herren. Die Herren sind einfach – ja - alle anderen in der, auf der Welt – Italien,  
133 Frankreich – die haben ihren Berufssportler. Das haben wir nicht. Insofern, wir haben  
134 jetzt einen Mann, der jetzt auch Berufssportler wird. Und ein Jahr Bund das reicht  
135 nicht. du musst fünf Jahre Berufssportler sein. Ansonsten wir waren erfolgreich aber

136 wir waren auch im Finale, in Teneriffa war das, die Europameisterschaft. Und es  
137 waren fünf Frauen dabei. Eine Ersatzfrau musste auf der Tribüne bleiben. Und die  
138 anderen vier Frauen waren unten an der Fläche und die eine Frau oben auf der  
139 Tribüne die hat gesagt: Okay, ich feuer an. Und die hat wirklich geschrien und  
140 gemacht und das Herrenteam war komplett ruhig. Ich hab' gedacht, und erstens  
141 kann man anfeuern und dann haben sie gesagt, ob sie denn überhaupt so `nen Lärm  
142 machen müsste, so anfeuern. Und dann das war schon das Erste, dass man  
143 eigentlich die Frauen schon gar nicht anfeuert und war auch in ein weiteres Finale  
144 und da haben sie gemeint: So jetzt kommt das richtige Karate. Es gibt eigentlich  
145 dreierlei Karate: Es gibt Kata – nach dem Motto: Das ist überhaupt kein Karate, dann  
146 gibt es Frauenkumite. Das ist auch nichts so Richtiges. Und dann gibt's  
147 Herrenkumite. Das wär' das richtige Karate. Da hat die K. auch das richtige  
148 Argument gebracht. Sie hat gemeint: Ich bin mir nicht mal sicher, ob die Männer bei  
149 den Frauen noch gewinnen würden. Aber das Dumme ist, es war mir leid – das ist  
150 dummes, das ist dummes Gerede. Wobei ich denke, weil, es war dann `ne  
151 Teambesprechung und da hab' ich auch gesagt, dass zu viel Neid in der, im Team  
152 herrscht. Lieber gewinnt der Andere auch nichts als dass ich nichts gewinn' und er  
153 gewinnt was. Lieber beide nichts gewinnen. Aber das ist der falsche Weg. Aber es  
154 trifft ein bisschen zu.

155 **I:** Das kam aus der anderen, aus der Herrenmannschaft sozusagen?

156 **N:** Ja, ja.

157 **I:** Also das war, das weiß ich früher von den Wettkämpfen aus Kampfrichtersicht  
158 auch, dass die tatsächlich auch, wenn sie bei Frauen Kampfrichter waren, echt  
159 genervt waren, Kata ist schon mal gar nichts, und Herrenkumite na das ist dann  
160 irgendwie – ne - das große Los, wenn man da kampfrichtern, das kenn' ich auch aus  
161 anderen Zusammenhängen – ne.

162 **N:** Das mit den Frauen, dass das mit den Kampfrichtern so ist, das wüsste ich jetzt  
163 nicht. Wir haben uns ja auch extrem jetzt angenähert. Ich mein', wie gesagt, wie weit  
164 das Karate, das Frauenkumite gekommen ist, ich mein', das war auch ein Kampf. Ich  
165 mein' dann, war nicht gleich alles toll. Ich mein', da muss auch erst mal Konkurrenz  
166 kommen und dann entwickelt sich das auch, das ist klar. Aber wie gesagt, das  
167 durchzusetzen, ist natürlich sehr, sehr schwer. Zu kommen, wenn alles funktioniert,  
168 ist immer einfach. Weil ich hab' immer alles gehabt. Aber auch international, da ging,  
169 da wird eigentlich normalerweise nicht unterschieden. Also wie gesagt und Männer

170 kämpfen bisschen anders als Frauen. Frauen kämpfen meiner Meinung nach etwas  
171 taktischer. Männer sind doch bisschen mehr, ich will nicht sagen, sie sind Proleten  
172 aber sie müssen halt doch bisschen mehr auf Show machen. Die Frauen sind da  
173 insofern, sagen: Ein Punkt mehr reicht. Sie brauchen nicht noch gesprungene Ushiro  
174 Geris. Sie sagen einen Punkt mehr. Also sie sind ein bisschen zielorientierter. Die  
175 anderen, ein bisschen Machtgehabe haben die Männer.

176 **I:** Okay. Ähm okay, dann hört sich das eigentlich schon relativ gleichgestellt an, was  
177 du erzählst, auch was schon S. erzählt hat, was die Wettkämpfe angeht, da hab' ich  
178 jetzt den Eindruck – ne – was aus eurer Erzählungen, dass das eigentlich gar nicht  
179 wirklich so ist. Also ich hab' andere Interviews gehabt, wo Frauen auch schon länger  
180 dabei sind, die haben mir ganz andere Sachen erzählt. Ich will jetzt aber trotzdem  
181 noch mal, es scheint dann nicht mehr so zu sein – zumindest auf dieser  
182 Wettkampfebene, also Sportebene – wenn du einmal guckst bei den Funktionären,  
183 da findest du wieder keine Frauen. Also wie gesagt, egal ob es jetzt Kampfrichter  
184 sind, da gibt's Superwenige – ne – oder ob es Vereinsvorstände sind. Gut, das ist  
185 vielleicht ein bisschen mehr. (.) Dann aber in den Landesverbänden, in den Präsidien  
186 da gibt es überhaupt keine Frauen. Ich hab' mal versucht, auszuzählen. ((lachen bis  
187 \*)) Also ich hab' gar keine gefunden, ehrlich gesagt, (\*) vielleicht mal eine  
188 Frauenbeauftragte und auf Bundesebene natürlich eigentlich auch nicht. G. ist  
189 Geschäftsführerin. Das ist da schon eine wichtige Position aber sonst ist da auch  
190 wieder niemand.

191 **N:** Ja, ich glaub', ich glaub' halt, das ist, wie gesagt, dass es einen langen Anlauf  
192 braucht dafür. Und wie gesagt, ich mein', es ist, Frauenkarate ist schon noch sehr  
193 jung. Also wie gesagt, ich hab' angefangen vor vierzehn Jahren und da gab's noch  
194 gesondert Frauenwettkämpfe, damit man das populär macht. Das heißt, und dann  
195 `ne funktion/äh `ne funktionäre Position bekommen, das ist natürlich dann, das sind  
196 ja auch gewachsene Strukturen. Das muss man auch sehen. Und ähm das  
197 Schlimmste ist ja, wenn zuerst eine Frau neu hinzukommt. Weil dann müssen sich  
198 die Männer im Augenblick umstellen. Ich mein', die können's ja, die benehmen sich  
199 ja nicht mehr so als wenn sie nur unter sich wären. Ich bin ja in (Landesverband)  
200 Landestrainerin und da haben immer am Anfang vom Jahr dieses Trainermeeting.  
201 Und da treffen sich immer sehr, sehr wenig Frauen. Manchmal bin ich allein,  
202 manchmal sind wir zu zweit. In dem Moment, wo die Frau den Raum betritt, müssen  
203 sich die Männer wirklich (.) anders benehmen. Das ist für sie kein Problem, aber es



204 ist schon was anderes. Und je mehr Frauen kommen desto mehr wird's dann auch  
205 wieder lockerer. Also ich mein', die kommen dann näher, machen Komplimente. Und  
206 jeder meint, er müsse noch besser Komplimente machen. Also man mischt als Frau  
207 dann schon den Laden auf. Aber ich hab' auch nicht das Gefühl, dass ich, ja ich  
208 mein', ich weiß, die können was und ich weiß, ich kann was. Und insofern die  
209 brauchen mir nichts erzählen. Und ich mein', es gibt ja immer Leute, die sagen:  
210 Früher war alles besser oder früher war's härter. Und dann denk' ich, ja, ja alles klar  
211 so. Ich habe, Gott sei Dank, jemand, der mir den Rücken stärkt, der T. sagt, früher  
212 war es nicht besser. Je länger es her ist, desto besser wird es. Und ich glaub' halt,  
213 dass der Anlauf extrem lang braucht, was ich jetzt nämlich auch merk', dass  
214 international, es kommen immer mehr Trainerinnen. Also es sitzen immer mehr auch  
215 Frauen auf dem Trainerstuhl auch bei Männer. Also wie gesagt, mein, ich weiß nicht,  
216 ich persönlich, wenn ich, ich betreu' ja die Jugend, ich hab' auch Jungs und die  
217 glauben mir auch, das weiß ich. Wobei die Männer die hören halt auch nicht so gern.  
218 Die hören den Frauen nicht so gern zu aber dem Mann auch nicht. Also Männer sind  
219 generell schwerer zu händeln. Die sind halt, wie gesagt, wie kleine Machtmenschen  
220 und ja haben ihren eigenen Kopf, wollen sich nichts sagen lassen. Trotz allem seh'  
221 ich immer wieder, also immer mehr Frauen, auch erfolgreiche Frauen, die früher  
222 erfolgreich waren, die dann Coach sind. Insofern, international setzt sich das schon  
223 langsam durch. Und es gibt auch immer mehr Frauenkampfrichter, wobei, ich muss  
224 echt sagen, die müssen, die müssen fast besser sein als die Herren. Es gibt eine  
225 Italienerin, die ist super, Superkampfrichterin. Aber als, also als Frau muss man doch  
226 ein bisschen mehr leisten. Das stimmt schon.

227 **I:** Also das dauert wahrscheinlich doch noch ein bisschen bis sich das so durchsetzt,  
228 normaler wird. Ähm eine Frage hab' ich noch. Würdest du denken, dass dann  
229 Karate, also die Struktur im Karate, kommt ja aus Japan u. s. w., ähm das  
230 unterstützt, dass Männer es da leichter haben, weil es geht ja auch viel um  
231 Hierarchie, Gürtelstufe u. s. w. und bei Männern, hast du auch gesagt, sind  
232 Machtmenschen, geht es ja auch viel um Hierarchien, ja dass das dann vielleicht  
233 auch ...

234 **N:** Kommt drauf an, wie man es sieht.

235 **I:** ...ja und ob dieser Ur/also dieser Ursprung, der aus Japan kommt und dass die  
236 Strukturen, die Karate dadurch irgendwo ja auch im Training immer noch hat, ähm ob  
237 das zusammenhängt?

238 **N:** Ja, da muss man immer gucken, wer, was unterstützt. So die Philosophien  
239 werden ja immer so ausgenutzt, wie's grade recht kommt. Also der eine wird sagen,  
240 da haben Frauen nichts zu suchen. Aber ich denk' einfach, wir sind's hier im Westen  
241 und da ist es nun mal anders. Es werden immer andere Leute kommen und sagen:  
242 Ja aber. Aber ich glaub', dass sich das ziemlich schnell aufweicht. Das sind  
243 eigentlich nur dumme Argumente und ich glaub', wie gesagt, klar und in Japan da ist  
244 diese Hierarchie da. Aber die gibt es bei uns ja nicht. Dort gibt es ja die  
245 verschiedenen Ich-Formen und Du-Formen auf drei verschiedenen Ebenen. Da  
246 muss man gucken, dass man eins drunter, eine Frau sollte immer eins drunter sein  
247 als der, der Mann, wobei das kann man sich hier nicht vorstellen. Insofern ich glaub',  
248 dass ist nicht der Grund, ich glaub', dass die Strukturen so gewachsen sind und dass  
249 das halt auch `ne Zeit lang braucht, dass da halt, dass es anders wird. Und wie  
250 gesagt, das Frauenkarate ist trotz allem noch sehr jung. Und es muss erst wirklich,  
251 also und wir sind jetzt angekommen, dass wir auf `nem Topp-Level sind die Frauen  
252 und es dauert halt wiederum ein bisschen bis wir das andere auch übernehmen.  
253 **I:** Hast du eine Idee, ob und wie, wenn man das beschleunigen könnte? Also ein  
254 Katalysator kann man da irgendwas tun, irgendwelche Maßnahmen? Fällt dir da  
255 was ein?  
256 **N:** Ja, ich denk' dann, ja ich denk' dann immer an die Quotenfrauen. (I: Ja.) (großes  
257 Gestottere 19:22) Das ist dann genau der falsche Weg, weil da drückst du  
258 irgendjemand rein. Du musst starke Persönlichkeiten (.) eigentlich (.) reinholen. Wie  
259 gesagt, (.) also mir selber als Katalysator wird mir jetzt nicht einfallen. Ich denk' halt,  
260 wenn die nicht bereit, die Funktion so zu übernehmen, dann wird, dann muss er sich  
261 das selber erkämpfen. Aber jemand als Quote einzusetzen, finde ich nicht richtig.  
262 Also ich gesagt, wie gesagt, das steht in den Sportrichtlinien mit drin aber das nützt  
263 nichts, weil (.) man wird akzeptiert, weil man so ist. Und nichts schlimmer als wenn  
264 eine Quotenfrau so ist. Ich find' das schade sogar. Also man muss gucken, gibt es  
265 jemand, der dafür geeignet wäre und dann sagen: Okay, die Frau ist gut. Vielleicht  
266 eher bei den Männern mal gucken, wo, was sind die Stärken der Frauen und eine  
267 Position schaffen, was die Frau vielleicht besser bewältigen könnte. Also wie gesagt,  
268 die Frauen und Männer haben verschiedene Stärken. Organisation – das kann die  
269 Frau machen. Also wie gesagt, aber diese Quotenfrauen, das find' ich nicht toll, das  
270 ist das Schlimmste, was ...

271 **I:** Was könnten denn jetzt Frauen besser bewältigen? Organisation hast du ja jetzt  
272 schon gesagt. Was könnte das für `ne Stelle sein?

273 **N:** Ja wie gesagt, Frauen, ich mein', man kann ja trotzdem im Präsidium sein, ähm  
274 ohne nicht gleich die allererste Person zu sein. Also wie gesagt, meine G. ist ja auch  
275 in der Organisation aber auch so Wettkampfkommision, würde ich mal sagen. So  
276 was, klar, es gibt auch Männer, die das können aber so richtige Beispiele fallen mir  
277 auch nicht grade ein aber ich denke schon, (.) es würde schon (.) Jobs geben, die  
278 man schaffen könnte, um dann diesen Weg rein zu finden. Ich mein', wie gesagt, so  
279 genau hab' ich auch noch nicht drüber nachgedacht, dass ich jetzt die Patentlösung  
280 hätte. Wobei ich denk', es gibt sicherlich Sachen, die man einfach, wenn es so  
281 bleibt, eine Kleinigkeit aber organisieren, weiß man, der ist für das geschaffen und  
282 ist für das geschaffen. Und vielleicht nicht unbedingt nur auf diese  
283 Fraueneigenschaften zu gehen sondern hier ist `ne potentielle Frau, die man für was  
284 verwenden könnte, wo sind ihre Stärken. Die müssten nicht unbedingt weiblich sein  
285 die Stärken, sondern wo sind ihre Stärken, ah ja da kann man sie eigentlich mit  
286 einbringen.

287 **I:** Okay. (.) Wenn... (es wird, gefragt, ob Kaffee gewünscht wird) Nein,  
288 danke...

289 **N:** Danke, ich auch nicht.

290 **I:** Wenn du jetzt ein Fazit ziehen (.) wolltest aus deinem bisherigen Karateleben, wie  
291 würde das lauten?

292 **N:** Also ich glaub', ((lachen bis \*)) ich darf da nicht klagen und nicht schimpfen. (\*)  
293 Also manchmal denk' ich, ich hab' unheimliches Glück gehabt und denk' ich, hatte  
294 ich auch zweifelsohne am richtigen Ort zu sein, wobei ich hab' auch viel gegeben.  
295 Insofern (.) ich denk' immer, wer viel gibt, da kommt auch was zurück. Man muss bei  
296 der richtigen Person sein. Das ist keine Frage. Also ich hab' da im T. einen sehr  
297 dankbaren, also jemanden, also der das sehr honoriert. Also dieses Glück hab' ich  
298 gehabt. Aber ansonsten hab' ich mir auch viel erarbeitet. Also wie gesagt, ich bin  
299 sehr, sehr trainingsfleißig. Und den Erfolg, den ich hab', den hab' ich mir erarbeitet  
300 gleich ich hab' glück gehabt, dass mit mir jemand in der Halle gestanden gewesen  
301 ist. Aber wiederum hab' ich mit ihm – also mit dem T. – auch einen Dojo aufgebaut,  
302 was sein Dojo dann ist. Also ohne mich hätte er auch keine Kindergruppe von zwei-,  
303 dreihundert Kindern, zweihundert Kinder sind's ungefähr, das hätte er selber auch  
304 nicht. Also es ist schon ein Geben und Nehmen. Und das mein' ich ja, ich bin jetzt

305 ein sehr guter Kindertrainer und das kann er nicht bewältigen. Also ich hab' auch, wo  
306 meine Stärken, ich kann auch sehr gut Kindersachen organisieren. Also ohne mich  
307 hätt' er's nicht können. Aber ohne ihn wäre ich nicht so groß geworden. Also es  
308 immer ein Geben und Nehmen. Insofern (.) ja und ich hab' nie aufgegeben und mir  
309 wurde auch beigebracht, dass man nicht aufgeben darf. Und es wurden mir auch  
310 wirklich Sachen gesagt, die im ersten Moment, wo ich so: Das ist aber nicht nett, was  
311 man da sagt. Aber es waren Wahrheiten. Und da denk' ich mal, da sind Frauen  
312 einfach, die nehmen so was eher an. Also da hat er immer gesagt: N., das geht nicht.  
313 Entweder wenn du im Kader bist, klar tut dir das in dem Moment weh. Aber überleg'  
314 dir, warum dir das weh tut. Du willst dich drücken. Hä was oder wie drücken? Aber  
315 irgendwo, da war ich beleidigt, ich hab' gesagt, ich will mich nicht drücken. Ich hab'  
316 wirklich Rückenschmerzen so was. Aber dann ist man heimgefahren und hat drüber  
317 nachgedacht. Denkt man: Ja, mhm, mhm, stimmt, also irgendwie, vielleicht wäre es  
318 anders doch auch gegangen. Insofern das einem gesagt zu bekommen und da hatte  
319 ich dann auch Glück. Ich seh' es immer wieder, weil ich ja auch selber  
320 Landestrainerin bin, manche Leute sagen es ihren Kindern nicht oder die Trainer  
321 sagen es nicht und wenn ich das zufällig einmal im halben Jahr sag', dann kommt  
322 das nicht an. Es muss dir jemand sagen, der dir sehr nahe steht, also der eigene  
323 Trainer. Wenn ich es sag', dann kommt es eher unverschämt rüber. Der sagt: du  
324 willst dich drücken. Der kommt einmal zu mir und sagt: Du willst dich drücken. Du  
325 willst nicht richtig trainieren. Und insofern hab' das Glück gehabt und hab' ich gesagt,  
326 das ist ein Geben und Nehmen und dadurch. Ja ich bin und trotz allem ich bin  
327 wirklich, ich bin ehrgeizig. Das ist auch mein Glück.

328 **I:** Okay. Gibt's irgendwas, wo du jetzt im Nachhinein sagen würdest, an der Stelle  
329 das hätte ich jetzt anders gemacht oder wo du heute noch mal entscheiden  
330 könntest?

331 **N:** Ja, ich denk' so mit Andersmachen, man denkt immer das nächste Mal würde ich  
332 irgendwas anders machen. Aber ich glaub', der Mensch ist so, wie er ist. Da kann  
333 man einfach (.) na ja man würde wieder so entscheiden. Darum ist der Mensch so,  
334 wie er ist. Und es gibt eigentlich auch wenig, wo ich so schwerwiegende  
335 Konsequenzen gehabt hätte. Also wenn ich jetzt wieder, ich würde wieder mein  
336 Studium, also abgebrochen, ich würd's wieder machen. Und (.) wie soll's, (.) und was  
337 ich gemacht hab', war eigentlich immer richtig. Also das sagt der T. auch immer: Du  
338 hast eigentlich immer alles richtig gemacht. Na ja ich glaub', das hängt nicht davon

339 ab, dass man sagt, nächstes Mal mach' ich das anders sondern der Mensch (.) sonst  
340 würde man sich ja in gewissen Sachen immer ändern. Aber an das glaub' ich  
341 nicht.

342 **I:** Karate hat ja, ist ja eigentlich dein Lebensinhalt – ne. Kannst du's noch mal in  
343 Worte fassen, was das konkret für dein Leben bedeutet, also irgendwie noch  
344 genauer.

345 **N:** Ja, das ist schwer gesagt. Karate ist mein Beruf aber ich kann wirklich, wirklich  
346 sagen, dass es Berufung war. Also Beruf und Berufung das ist, daher kommt's ja.  
347 Aber bei mir war das wirklich so. Ich könnt's mir auch nicht mehr vorstellen ohne  
348 Karate. Wobei, wie gesagt, manchmal gibt's Wege, wobei ich weiß, ich bin noch  
349 gesund. Kann ja auch sein, dass es mal nicht mehr so ist. Dann weiß ich ja auch  
350 nicht, wie es mal weiter geht. Aber es ist halt, es sitzt so tief in mir drin, wobei ich es  
351 immer von dieser sportlichen Seite sehe. Also ich bin kein sehr mentaler spiritueller  
352 Mensch. Insofern nicht dass du denkst, das sind so Mönchssachen – Meditation –  
353 das ist es absolut nicht sondern einfach diese Leidenschaft an diesem Wettkampf.  
354 Und ich werd' auch immer Trainer sein und ich werd' auch nie Meister sein. Also ich  
355 möchte immer, das ist auch dieser Lehrer, ich möchte anderen helfen, weiter zu  
356 kommen. Aber ich möchte eigentlich nicht jemand, der mir wirklich den, den Boden  
357 vorher kehrt. Das ist nicht. Ich möchte' eigentlich, wie gesagt, Lehrer, Karatelehrer,  
358 Trainer sein. Und es gibt sowohl diese professionelle Schiene im Wettkampf –  
359 international – das die Leidenschaft, die ich hab. Aber was die Beruf/Berufung ist  
360 eigentlich dieses Kindertraining, das ich eigentlich geb'. Dass ich einfach merk', ich  
361 begleite Kinder und mach' sie zu starken Kindern, möchte ich mal sagen. Dass sie  
362 einfach, also dass sie erstens fit sind, koordinativ aber auch im Leben mit diesem  
363 Karate, dass sie da was bekommen. Dass sie einfach sagen können, wenn sie in der  
364 Schulklasse sind, sie spüren, ich bin jemand und ich muss mir nicht alles gefallen  
365 lassen und ich kann, wenn ich will. Das ist eigentlich das, was die Berufung  
366 ausmacht. Und dieser Wettkampf das ist mehr die Leidenschaft. Die Leidenschaft ist  
367 auch oftmals undankbarer als diese Berufung. Die Kinder sind eigentlich, sind  
368 dankbar. Klar, sie melden sich auch ab aber wenn du merkst, ich hab' diesem Kind –  
369 koordinativ– unheimlich geholfen oder auch (.) sozial unheimlich geholfen, das erfüllt  
370 dann schon sehr.

371 **I:** Ja, ich muss erst mal sortieren. Deine Eckdaten brauch' ich auf jedem Fall noch.  
372 Also so Geburtsdatum und vielleicht die Erfolge noch mal.

373 **N:** Also geboren bin ich am 18.09.XX, in M [Stadt] in (Bundesland), bin dann aber  
374 gleich nach hier umgezogen. Was noch für Eckdaten?

375 **I:** Ähm Erfolge.

376 **N:** Erfolge – also mit sechzehn Jahren hab' ich angefangen mit Karate – genau  
377 sechzehneinhalb – 18.März 19XX weiß ich auch noch. Ähm (.) jetzt (.) weiß ich gar  
378 nicht, ob ich Deutscher Meister zehnmal oder elfmal bin, ich bin mir gar nicht sicher,  
379 ich glaub', elfmal, elfmal Deutscher Meister, Deutscher Meister der Senioren.  
380 Insgesamt mit allem, mit Junioren und Mannschaft bin ich zwanzigmal Deutsche  
381 Meisterin, Vizeweltmeisterin zweimal Europameister Einzel in der Mannschaft,  
382 einmal Vizeeuropameisterschaft in der Mannschaft auch einmal Einzel, dann dreimal,  
383 äh zweimal Dritter in Mannschaft und dreimal Dritter im Einzel (3) und dann wirklich  
384 Golden-League-Siegerin letztes Jahr (.) und zahlreiche internationale Golden-  
385 League-Tourniere. Wie gesagt, aber sind eigentlich persönliche Erfolge. Es ist zwar  
386 schön, alles hinzuschreiben, aber jeder einzelne Titel spricht für sich.

387 **I:** Noch mal eine Frage: Du hast ja gesagt, Wettkampf ist jetzt so was wie  
388 Leidenschaft und das Training geben ist die Berufung und der Beruf dann eben auch  
389 – ne. (N: Ja.) Ähm irgendwann hört man ja auf mit Wettkampf im Karate ((lachend bis  
390 \*)) leider mal früher oder später. (\*)

391 **N:** In drei Monaten.

392 **I:** So ehrlich? ((lachend bis \*)) Was (\*) kommt dann also neben der Berufung? Was  
393 ist dann die Leidenschaft?

394 **N:** Ja, ich hab' ja, ich bin ja Trainer von Beruf. Insofern und ich bin ja Landestrainer.  
395 Da ist die Leidenschaft drin. Dieses selber mal in der Kampffläche gestanden zu  
396 haben und das zu vermitteln dieses Feeling, würde ich sagen. Aber es gibt ja auch  
397 diesen anderen Job dieses, dieses Heimtraining und auch, finde ich, was auch  
398 mache, diese Kinderausbildungen. Und das ist für mich eigentlich, man kann es ja  
399 nicht, nicht trennen und nicht unterschiedlich bewerten. Das eine ist der Wettkampf  
400 und dieser Wettkampf wird auch weiter gehen als Trainer. Und das andere als  
401 Trainer, als, als Dojo-Trainer oder sagen, begleite ich die Kinder so und so oder auch  
402 die Erwachsenen. Denen gibt man ja auch was. Aber ich bin mehr für Kinder  
403 eigentlich zuständig. Insofern (.) die Leidenschaft also geht ja insofern weiter auch  
404 wenn ich aufhöre zu kämpfen, dass ich trotz allem meine Erfahrung weiter geb'.  
405 Eigentlich bin ich, ich wollt' ja eigentlich Lehrer werden – Sport, Biologie. Jetzt bin ich  
406 halt Karatelehrer geworden. Und die Leidenschaft ist, Karatetrainer zu sein. Also das

407 kann man, also ich versuch's jetzt auseinander zu friemeln. Man muss genau sagen,  
 408 ich bin Karatelehrer. Aber einfach ich hab' immer noch zwei Aufgaben. Und ich sag',  
 409 wie genau es sein muss, wenn ich aufhör' zu kämpfen, also ich hör' ja jetzt in drei  
 410 Monaten auf nach der WM aber vor allem wenn man jetzt in die Wettkampfhalle  
 411 reingeht, dann – egal ob ich Betreuerin oder Wettkampfsportler bin – da riecht man ja  
 412 das Adrenalin und das ist die Leidenschaft. Und wie gesagt, aber das Dojo-Training  
 413 daheim ist komplett anders. Es sind ja andere Ziele. Klar, wie gesagt, da geb' ich  
 414 Training, da ist das Ziel, sie zu begleiten und auch ab und zu, wenn ich merk',  
 415 jemand, der hat Talent, dann ist es mein Hobby, den vielleicht weiter zu fördern.

416 **I:** Und selber dann trainingsmäßig? Du hast ja jetzt beschrieben, was du für Andere  
 417 dann machst, also Wettkampf, Coachen oder die Leute dann überhaupt so weit  
 418 bringen als Trainerin, dass sie dahin können – ne.

419 **N:** Ja. Also es ist ganz wichtig, man hat ja sehr viel bekommen. Also selber trainieren  
 420 ist immer sehr wichtig. Also ich kann mir auch nicht vorstellen, also so egoistisch  
 421 bin ich dann doch, dass ich sag', ich muss selber trainieren. Also wie gesagt, ich geh'  
 422 jeden Morgen laufen. Ich glaub', ich werd' auch weiter laufen, weil einfach, ich hatte  
 423 auch vorher eine Trainer... ( ? ) gehabt, man hat auch den Anspruch an sich, wenn  
 424 man vor anderen, vor allem Kaderathleten, steht, dann auch topp fit dazustehen. Und  
 425 wie gesagt, ich möchte eigentlich immer noch, klar das wird auch mal abnehmen,  
 426 aber trotz allem momentan bin ich noch, trotzdem noch jung, muss ich sagen, dass  
 427 ich eigentlich immer noch ein bisschen besser bin, körperlich auch beieinander, also  
 428 auch die körperliche Physis finde ich ganz wichtig. Also von Karate, von den  
 429 Wettkampftechniken werde ich immer noch viel lernen. Das ist keine Frage. Aber  
 430 allein auch physisch präsent zu sein. Und nach dem Wettkampf, denke' ich halt  
 431 auch, da werden sich trotzdem auch ein paar andere Tore öffnen. Ich mein', Kata  
 432 mach' ich zwar gern, mach' ich einmal die Woche aber vielleicht geh' ich dann  
 433 doch mal bisschen mehr, befass' ich mich damit, dann auch mal in `ne andere  
 434 Stilrichtung rein zu gucken, wenn die Zeit dafür da ist, dass ich nicht nur denk', ich  
 435 muss jetzt nur dieses Wettkampfkarate trainieren. Dann kann ich auch mal was  
 436 anderes trainieren und mich trotzdem auch fit halten.

437 **I:** Okay, danke. Ich hab' im Moment keine Fragen. ((lachend bis \*)) Willst du noch  
 438 irgendwas sagen? (\*)

439 **N:** Nö, eigentlich nicht.

440 **I:** Okay, dann danke.

## 1 Interview mit U vom 15.08.2006

2

3 **I:** Gut okay läuft. Ja also Eckdaten sozusagen hab' ich ja schon erzählt zu der Studio  
4 „Frauenwege im Karatedo“. Und weil du einfach ja schon ganz lange dabei bist und  
5 viel gemacht hast würde ich dich einfach bitten, deine Lebensgeschichte mit  
6 Schwerpunkt der Karategeschichte ((lachend bis \*)) in dieses Mikro zu erzählen. (\*)

7 **U:** Also ich bin geboren 19XX als zweites von drei Kindern. Ja bin halt in den  
8 xxxziger, xxxziger Jahren groß geworden, das heißt wir haben sehr viel Freiheiten  
9 gehabt in der Zeit, waren nicht so behütet. Das ist, denke ich, auch eine ganz  
10 wichtige Geschichte so für später gewesen. Dann bin ich 19XX, also mit xxxzehn  
11 Jahren, ins Karate eingestiegen. Wollte vorher eigentlich schon immer `nen Sport  
12 machen irgendetwas anderes, war aber sehr schwierig, schwer möglich, weil wir sehr  
13 abseits wohnten, also ein Stückweit ab im Wald und mein Vater hatte auch kein Auto,  
14 meine Mutter auch nicht. Und von daher, Telefon gab es auch nicht, von daher war  
15 das alles sehr schwierig mit dem Sport. Dann bin ich äh (.) irgendwie mit xxxzehn  
16 Jahren musste ich was tun und bin dann irgendwann auf eine Zeitungsannonce hin  
17 in die Turnhalle. Wollte eigentlich Gymnastik und Tanz machen, weil dort ein  
18 Angebot war. Hatte mich aber dummerweise im Termin geirrt und war dann auf  
19 einmal dort. Und der Hausmeister sagte: Ja Mädchen, wenn du schon hier bist. Da  
20 ist ´ne nette Gruppe, die machen irgend so was wie Judo. Mach' doch da mit! Ja und  
21 so war eigentlich mein Einstieg ins Karate. Es war eigentlich keine Judogruppe  
22 sondern ´ne Karategruppe, grade frisch gegründet. Und das hat mir ganz gut  
23 gefallen. Fand auch erst am Anfang, dass es sehr viel Ähnlichkeit zu Tanz hat. Und  
24 ja dann bin ich, wie gesagt, mit sechzehn Jahren eingestiegen, habe dann die ersten  
25 zwei Monate einmal die Woche trainiert und fand das dann so faszinierend, dass ich  
26 dann zweimal trainiert habe. Und nach drei Monaten hab' ich mich entschlossen,  
27 dass, weil ich ja die einzige Frau war im Verein, dass das so nicht geht. Und habe  
28 dann zum Vorstand gesagt: Also es muss irgendwie eine Frau zumindest im  
29 Vorstand sein. Und ähm ja Frauenreferentin so was gab's damals noch nicht. Das  
30 war noch nicht das Thema. Aber man hat dann gemeint, ich könnte ja dann  
31 Jugendreferentin werden. So war ich dann Jugendreferentin im Verein. Habe dann  
32 nach drei, vier Monaten hab' ich dann die erste Frauengruppe gegründet, weil ich  
33 mich da als Madel bisschen einsam fühlte. Und ja das war eigentlich gleich von  
34 Anfang an recht schlagkräftige Gruppe. Wir waren also mit fünfzehn bis zwanzig



35 Frauen immer. Wir hatten auch ganz schnell ´nen eigenen Trainingstag. Und ja ich  
36 hab' die Frauen dann trainiert. Ich hatte selbst den Gelbgurt als ich einstieg dann so  
37 mit dem Training. Und das hat sich dann aber ziemlich schnell entwickelt, muss ich  
38 sagen. Ich bin, ich weiß nicht, nach drei Monaten hab' ich, glaub' ich, den Gelbgurt  
39 gemacht. Schon da ging das ziemlich schlagartig. Damals ging das auch noch, dass  
40 man Prüfungen überspringen konnte und hatte dann irgendwie nach zweieinhalb  
41 Jahren (.) auf jedem Fall zwei, zweieinhalb Jahren hatte ich ´nen Schwarzgurt. Ach  
42 ja. Gott, ist das schwierig. (I: lacht) Ja ich bin dann ähm, ja ich bin, es war ganz  
43 einfach so, dass jede Gürtelprüfung damals für Frauen schon auch immer was  
44 Besonderes war insofern, weil man einfach oder im Mittelpunkt stand. Man wurde  
45 einerseits sehr gefördert, weil jeder Trainer immer dachte: Oh, da ist ein Mädchen  
46 und (.) oder ´ne junge Frau und das ist ja was ganz Tolles. Und ich war ja auch  
47 rel/relativ begabt, denke ich. Und die haben sich dann halt auch sehr viel Mühe  
48 gegeben. Als ich Grüngurt hatte bin ich dann abgeworben worden vom anderen  
49 Verein, von einem, von dem damaligen Prüfer in der Region. Es gab nicht in jedem  
50 Verein einen Prüfer. Und ich bin dann parallel, also in meinem ersten Verein und in  
51 diesen zweiten Verein gefahren, bis ich dann den Schwarzgurt hatte. Dann bin ich  
52 kurz vorher auch noch mal abgeworben worden für ´nen dritten Verein. Und dann  
53 hab' ich meinen zweiten Verein ad acta gelegt, weil das dann mit dem Leichtkontakt  
54 anfang. Das gefiel mir nicht so ganz gut. So und jetzt ist das Private zu kurz  
55 gekommen, weil in der Zeit ist natürlich auch privat ganz Vieles passiert. Das heißt,  
56 ich habe (.) die Realschule abgeschlossen mit xxxzehn Jahren. Damals gab's die  
57 Grundschuljahre noch. Bin dann, ein Jahr hab' ich Praktikum gemacht in einem  
58 Kinderheim, danach hab' ich die Erzieherinnenausbildung begonnen. Während  
59 dieser Zeit ist mein Vater gestorben - ganz konkret gesagt, hat er sich umgebracht.  
60 Da war ich xxxzehn Jahre alt. Das war schon ein Schock, denk' ich mir, wobei mir  
61 der Sport sehr viel geholfen hat, einfach so aus diesem (.) ja traurigen Milieu dann,  
62 was zu Hause einfach herrschte, raus zu kommen. Ähm apropos zu Hause – ich hab'  
63 schon gesagt, wir haben am Wald gewohnt oder im Wald gewohnt, das heißt wir  
64 hatten einen Kotten mit viel Viehzeug. Ich bin also sozusagen auf dem Land groß  
65 geworden. Habe gerne immer auch mit Tieren gearbeitet und im Garten gearbeitet.  
66 Und (.) war von daher auch, denke ich, immer ein Stückchen, dadurch dass wir auch  
67 so abseits wohnten, immer etwas außerhalb von vielen Cliquen, weil's einfach sich  
68 nicht ergab. Und der Sport war eigentlich so das erste Mal die Möglichkeit, wirklich

69 so mit großen Gruppen dann irgendwie was zu machen. Sagen wir's mal so. Und  
70 das eigentlich auch, hab' das auch genossen. Ja in der Zeit, wo ich Richtung  
71 Schwarzgurt ging, bin ich dann auch, hab' ich so meine ersten größeren Reisen  
72 gemacht als Frau, bin also mit xxxzehn Jahren das erste Mal in die Vereinigten  
73 Staaten gefahren für drei – nee erst für sechs Wochen das erste Jahr – und dann  
74 drauf das Jahr dann eben für drei Monate. Habe in der Zeit auch kurz davor dann  
75 mein Abitur gemacht noch. Ja, das hab' ich noch nachgeholt dann irgendwie. Und  
76 hab' dann auf meinen Studienplatz in der Zeit auch gewartet. Hab' dann sehr schnell  
77 einen gekriegt, war mir eigentlich gar nicht so recht, weil ich eigentlich ganz gerne  
78 noch in den Vereinigten Staaten geblieben wäre aber bin dann halt zurück, um das  
79 Studium anzutreten. Hab' also im, im ersten Beruf Erzieherin gelernt und auch  
80 abgeschlossen, im Zweiten Beruf Sozialarbeit studiert und ebenfalls abgeschlossen.  
81 Als ich das abgeschlossen hatte, hab' ich dann, bin ich ins dritte Studium  
82 eingestiegen, und zwar Sport- und Sozialwissenschaft fürs Lehramt – auch  
83 abgeschlossen – (I: lacht) irgendwann. Klar, das macht man so, wenn man aus dem  
84 Alter kommt, aus der Zeit kommt. Ja jetzt parallel natürlich der Karatebereich – (.) mit  
85 xxxzehn hab' ich meinen Schwarzgurt gemacht und bin damals in der Zeit dann auch  
86 schon angesprochen worden von der Landesebene, ob ich nicht irgendwie, irgend so  
87 was wie Landesfrauenreferentin machen könnte. Also wobei man dazu sagen muss.  
88 Es gab damals zwei bzw. drei Verbände – also der DKB auf Landesebene, DKU auf  
89 Landesebene und DJB. Ich war zeitweise in allen drei Verbänden und ähm (.) ich war  
90 auch zeitweise in zwei Verbänden parallel XXXXreferentin. Die Frauen wussten eh  
91 nicht, aus welchem Verband sie kamen, von daher spielt das auch keine Rolle bei  
92 den Wahlen oder so. Wir haben Wahlen für beide Organisationen gleichzeitig  
93 gemacht. Das war damals halt noch ein bisschen lockerer. Äh (3) ja Schwarzgurt,  
94 dann hab' ich, wie gesagt, gewechselt in den B [Stadt] Verein. ((lachend bis \*)) Das  
95 muss man auch hier undeutlich machen, weil (\*) dann weiß sowieso jeder, wer es ist.  
96 Und ähm bin dort praktisch dann so an Leistungssport rangeführt worden. Es gab ja  
97 damals eigentlich noch keine Deutschen Meisterschaften für Frauen, in der DKU  
98 praktisch noch gar nicht. Und im DKB gab es schon so die ersten Kata-Wettkämpfe  
99 für Frauen. Wobei man sagen muss, dass die DKU dann relativ schnell aufgeholt hat  
100 und auch schnell das Kumite eingeführt hat, was der DKB dann auch lange  
101 hinausgezögert hat. Ich habe dann, als meine erste Meisterschaft bei der Deutschen  
102 Meisterschaft. Mit der Qualifikation war das damals auch alles etwas lockerer. Und

103 mein damaliger Trainer oder jetziger Trainer auch noch, der hat mich dann einfach,  
104 hat einfach gesagt: Ja, komm du machst mit! Du bist so weit. Und dann hab' ich halt  
105 hin und hab' bei der Deutschen Meisterschaft mitgemacht und hab' auf Anhieb  
106 witzigerweise den vierten Platz gewonnen. Und das hat natürlich beflügelt und dann  
107 war kurze Zeit drauf Shotokan-Cup. Da hab' ich dann den ersten Platz gemacht und  
108 dann haben wir auch ein Kata-Team gebildet aus verschiedenen Vereinen  
109 zusammengewürfelt und (.) wir haben dann also, ich weiß nicht, wie oft zusammen  
110 gewonnen – keine Ahnung. Auf jedem Fall hab' ich irgendwie alles zusammen  
111 gerechnet, wahrscheinlich (*häufig*) Deutschen Meistertitel geholt – Kata-Team, Kata-  
112 Einzel, Kumite-Team, Kumite-Einzel, überwiegend aber Kumite-Einzel. Das war aber  
113 auch schon eine Zeit, wo ich dann als Frauenreferentin auf Landesebene tätig wurde  
114 und ziemlich parallel dann auch auf Bundesebene als DKB-XXXXreferentin (.)  
115 gewählt wurde und kurz Zeit später dann auch als DKV-Referentin. Früher hieß es  
116 Wartin. Na ja (.) ähm ja ich bin, muss erstmal überlegen. XXXXreferentin – ach so  
117 dann hab' ich natürlich, das war dann, also erstmal, meine erste Deutsche  
118 Meisterschaft war 19XX, ja 19XX und ich glaub', 19XX, 19XX war ich XXXXreferentin  
119 schon auf Landesebene und ich glaub', 19XX dann auch auf Bundesebene so Pi mal  
120 Daumen. Und äh (2) in der Zeit, also ich glaub', 19XX hab' ich dann auch in D  
121 [Stadt] den ersten Frauen-Karate-Verein ins Leben gerufen, wobei die Initiative nicht  
122 von mir ausging sondern das war ja damals so die Hochzeit der Frauenbewegung.  
123 Ich wurde also von der Frauenaktion D [Stadt] angerufen. Die suchten dringend eine  
124 Frau, die ihnen Selbstverteidigung beibringt. Und ich hab' denen damals gesagt:  
125 Ochh ja gut, ich kann Karate. Aber mit Selbstverteidigung hatte ich mich, ehrlich  
126 gesagt, noch nie beschäftigt. Und das war ihnen aber in dem Augenblick egal. Die  
127 wollten mich dann haben, weil sie ansonsten wahrscheinlich auch eh niemanden  
128 gefunden hätten. Und dann haben wir uns zusammengehockt und haben dann also  
129 angefangen, so konzeptionell auch etwas zu erarbeiten. Ähm ganz stark beteiligt war  
130 dann auch eine Gruppe, die eben so in diesem Notrufbereich gearbeitet hat. Und es  
131 war also eine sehr, sehr muntere Zeit, muss ich sagen, wo wir dann auch manchmal  
132 als Vereinsfrauen raus mussten, um irgendwelche Frauen zu schützen. Also das war  
133 schön lustig auch. Der Frauen-Karate-Verein äh ist dann 19XX, hat sich selbständig  
134 gemacht. Zuerst gehörte er zur Frauenaktion D [Stadt]. Später dann hat er sich  
135 einem, haben wir uns einem allgemeinen Karateverein, einem gemischten  
136 Karateverein angeschlossen. Das hat aber nicht so besonders gut funktioniert, weil

137 irgendwie die Männer immer dachten, wir müssten uns diesen allgemeinen  
138 Geflogenheiten des Vereinslebens anpassen, Gürtelprüfungen und dergleichen  
139 machen. Aber die Frauen waren damals absolut gegen Hierarchie und von daher  
140 wurden auch keine Gürtelprüfungen gemacht. Das hat dann irgendwie immer zu  
141 Spannungen geführt. Die Frauen fügten sich halt auch nicht so in den Verein ein,  
142 was ich auch gut verstehen konnte. Ja und dann haben wir irgendwann mal gesagt,  
143 bevor es hier zu viel Stress gibt, machen wir uns selbständig und haben dann halt  
144 diesen Verein gegründet. Der dann eigentlich sehr gut gewachsen ist, muss ich  
145 sagen und zu Glanzzeiten waren wir so hundertachtzig bis zweihundert Mitglieder. Ja  
146 hm (.) was muss man noch erzählen?

147 **I:** Weißt du noch was? Jetzt haben wir den Faden verloren – ne. Ich hab' schon die  
148 ganze Zeit so die Frage auf der Zunge gehabt: Gibt es denn irgendwie so Ereignisse  
149 oder Erlebnisse, die dir jetzt in dem Karateleben so ganz besonders in Erinnerung  
150 geblieben sind – grade mit Hinblick drauf, dass du jetzt ´ne Frau bist? Ja vielleicht  
151 sonst manches oder an irgendeiner Stelle irgendwas anders gelaufen in der Karate,  
152 in dem Karateleben?

153 **U:** Ja, ich sag' mal, wenn ich wollte im Karateleben, wäre sicherlich einiges anders,  
154 weil ich wollte immer gerne Kumite machen, weil Karate war für mich immer ein  
155 Kampfsport. Ich wollte eigentlich nicht nur Kata machen und bis wir dann Kumite  
156 machen durften, hat es halt sehr, sehr lange gedauert. Ich glaube, 19XX war das  
157 erste Mal ein Vergleichskampf, Ländervergleichskampf, der noch offen  
158 ausgeschrieben wurde auf DKB-Ebene, wo unser Landesverband dann aber  
159 geschrieben hat also an den, damals war's noch nicht der DKV sondern der DKB,  
160 also die Frauen in (*Bundesland*) wären mit der Kata glücklich. Wir haben dann Wind  
161 davon bekommen, sind dann trotzdem hingefahren. Das heißt, es war sehr, sehr  
162 schwierig, überhaupt so etwas durchzuziehen. Und dann haben wir uns wirklich  
163 massiv eingesetzt, einmal mit dem D [Stadt] /mit den B [Stadt]-er Frauen, dann die  
164 Da [Stadt]-er Frauen waren sehr aktiv, F [Stadt]. Es waren verschiedene Gruppen,  
165 die sich dann auch irgendwo zusammengeschlossen haben und wir haben dann  
166 durchgesetzt, dass 19XX das erste Mal inoff/inoffiziell Deutsche Meisterschaften für  
167 Frauenkumite durchgeführt wurden. Das wurde dann aber in ´ner Extrahalle  
168 gemacht, also nicht irgendwie zusammen mit den Männern sondern es war ja  
169 irgendwie noch nicht so richtig vorzeigbar, meinte man. Und das war dann in einem  
170 relativ kleinen Rahmen. So was wie Pokale oder so was gab's natürlich auch nicht.

171 Und am Ende der Veranstaltung sagte dann der Kampf/Hauptkampfrichter: Also  
172 wenn's nach ihm ginge, er wird versuchen, das zu verhindern, ((lachend bis \*)) dass  
173 Frauen weiter Kumite machen. (\*) Und im Vorfeld ist halt auch ganz Vieles passiert,  
174 was heute einfach nicht mehr denkbar ist. Es fing damit an, dass wir ´nen  
175 Schwangerschaftsattest mitbringen mussten zum ersten, zur ersten Deutschen  
176 Meisterschaft, weil die Kampfrichter uns ansonsten nicht gekampfrichtert hätten. Und  
177 es gab im Vorfeld halt ganz, ganz viele Auseinandersetzungen in Vorständen mit  
178 Männern. Das gipfelte darin, dass Einer wirklich sein Gebiss raus nahm und sagte:  
179 Wollt ihr alle so aussehen wie ich? Und alles war zum Teil echt der Ha/einerseits  
180 sehr erheiternd zum Teil aber auch schon (.) ja einfach so, dass man das Gefühl  
181 hatte, man ist irgendwo am Anfang des Jahrhunderts und nicht am Ende des  
182 Jahrhunderts von der Zeit, also sehr, sehr frigide teilweise, wie Männer vorgegangen  
183 sind eben auch von ihren Meinungen her halt unglaublich (.) weit zurück. Also ganz  
184 einfach, wo ich damals auch immer selbst als Frau wirklich erstaunt war, wie man so  
185 eine Meinung überhaupt noch haben könnte. Gut im Boxen gab's ja, gab's Frauen  
186 auch noch nicht. Das war ja auch noch absolut undenkbar und auch Ringerinnen  
187 mussten noch heimlich sich treffen und so ringen, also es war scheinbar die Zeit,  
188 wo's also, wo es um Aggressionen ging, offene Aggression von Frauen, die natürlich  
189 im Kumite auch irgendwo notwendig ist, das war einfach noch nicht vereinbar mit  
190 dem Bild von Frau, was man sich so in der Zeit machte. Und das waren dann viele,  
191 viele kleine Kämpfe und auch Demütigungen, die man irgendwo ausgesetzt war, wo  
192 man sich gegen behaupten musste. Es hatte natürlich auch den Vorteil, dass man  
193 dann mit der Zeit ganz gut kontern konnte und eigentlich (.) ja sich gelernt hatte, sich  
194 dann irgendwo durchzukämpfen durch etwas. Das hinterlässt Narben ganz sicherlich  
195 aber andererseits war es auch eine unglaublich intensive Zeit, was, was ich denke,  
196 was eine wirklich sehr, sehr schön war die Solidarität der Frauen in der Zeit, die  
197 heute im Leistungssport sicher nicht mehr so anzutreffen ist wie damals. Wir haben  
198 zwar gekämpft aber irgendwie haben wir unheimlich gut an einem Strick gezogen  
199 eben so, um unsere Interessen voran zu bringen, sei es auf nationaler Ebene als  
200 auch international. Denn der deutsche Verband hat dann hinterher auch den Antrag  
201 gestellt, dass eben Kumite auch auf europäischer Ebene eingeführt wird. Wobei ich  
202 jetzt immer über den DKB spreche, das lief dann immer parallel, in der DKU hatten  
203 sie das schon. Da waren sie uns eins, zwei Jahre voraus. Und als nachher der  
204 Zusammenschluss kam, war es dann eigentlich keine Frage mehr.

205 **I:** Okay, gut. Denkst du, dass, also du hast jetzt gesagt, Karate war da irgendwie ein  
206 Jahrhundert zurück oder die, die ja das Miteinandergehen im Karate – ne –  
207 vorwiegend durch die Männer war einfach ein Jahrhundert zurück. Würdest du  
208 sagen, das kommt vielleicht daher oder könnte es daher kommen, dass Karate eben  
209 aus Japan kommt und so ´ne Kampfkunst, Kriegskunst ja auch ist. Könnte man es  
210 damit auch in Verbindung bringen? Im Grunde ist es ja immer noch so, ein bisschen  
211 so. Karate, der Verband und auch andere Verbände an sich sind ja oft irgendwie so  
212 letzte, ((lachend bis \*)) letzte Stätten der Männlichkeit, (\*) wo sie dann Frauen  
213 irgendwie nicht so richtig reinlassen wollen – ne.

214 **U:** Ich denk' mal, man kann es nicht alleine drauf zurückführen, dass es aus Japan  
215 kommt. Ich denk', das ist ein, das sind mehrere Punkte. Das ist sicherlich einerseits  
216 die, diese sehr stark männlich orientierte Gesellschaft in Japan, die diesen Sport  
217 kreiert und so uns rüber gebracht. Aber ich sag' mal, es war auch die Zeit. Es passte  
218 einfach noch nicht zum Bild der Frau. Es änderte sich zwar aber dieses, dieses  
219 letzte Bisschen, diese letzte Domäne die wollen die Männer offensichtlich nicht so  
220 richtig preisgeben. Es war auch ganz einfach so, ähm (2) man kann auch sagen, es  
221 hat sich auch, gewiss waren auch Unterschiede. Manche Männer waren sehr  
222 unterstützend und manche Männer waren genau das Gegenteil. Da gab's auch ´ne  
223 Spaltung. Man kann nicht sagen, das war jetzt durchweg, dass man da irgendwie auf  
224 Schwierigkeiten stieß. Ich hab' auch sehr, sehr viel Unterstützung erfahren. Aber es  
225 gab halt auch vor allem auf der Bundesebene, DKB damals, wirklich eine Phalanx  
226 von Männern, die das Vorwärtskommen sehr, sehr erschwert haben. Aus heutiger  
227 Sicht denk' ich manchmal, ob die nicht ´ne schwarze Kasse hatten und deswegen  
228 keine Frau in den Vorstand rein haben wollten. Also ich hab' ja, hab' mehrfach  
229 Anläufe unternommen, dass ich als XXXXreferentin also dort auch in den, also  
230 satzungsmäßig als XXXXreferentin aufgenommen werde das in den Vorstand und  
231 das ist an dieser Bande dann gescheitert halt immer wieder – ne. Und das gipfelte  
232 dann darin, dass wirklich dann der Vorsitzende sagte: Wenn die erste Frau in  
233 Vorstand kommt, dann treten alle zurück. Und es sind auch derbere Worte gefallen.  
234 Die will ich gar nicht wiederholen aber ich denke, da sind verschiedene Sachen. Und  
235 ich denke mir, es war auch so, dass es Karate natürlich, ich sag's mal ganz  
236 provozierend, auch ganz viele Männer anzieht und anzog, die mit dem  
237 Selbstbewusstsein Probleme hat, während die Frauen, die zum Karate gingen, in der  
238 Regel schon ein gutes Selbstbewusstsein hatten. Und ich denke, da ist wirklich was

239 aufeinander geprallt. Und ähm es war dadurch auch sehr lebendig in diesem  
240 Verband und in dieser Zeit. Also so, so gut geordnet und geregelt wie heute war es  
241 damals nicht und Sachen wurden auch tatsächlich ausgekämpft teilweise im  
242 wahrsten Sinne des Wortes. Also es war, (2) ja ich denke, es ist, wahrscheinlich war  
243 das wirklich ´ne Umbruchzeit einfach. Und ich sag' mal, es war ja auch so, der  
244 Verband war noch relativ klein, die Ressourcen waren gering – die finanziellen. Und  
245 wenn es dann darum ging, irgendwelche zusätzlichen Gelder nur für Frauen  
246 aufzutreiben – in Führungsstrichen – dann war es eigentlich besonders schwierig.  
247 Da war man auch nicht besonders motiviert von Seiten der Männer. Das fing also,  
248 wie gesagt, an bei den Pokalen, die dann für Frauen am Anfang fehlten und endete  
249 dann darin, dass Frauen bei den ersten Meisterschaften international nicht  
250 mitgenommen wurden oder sehr viel kleineres Kontingent.

251 **I:** Kannst du dich jetzt noch an eine spezielle Situation in ´nem Verein oder so  
252 erinnern, einfach weil das ist ja so die unterste Ebene. Du hast jetzt von  
253 Verbandsebenen gesprochen - ne – und Ämtern, wo das versucht wurde, zu  
254 verhindern? Wie erging's dir als, als Trainierende im Verein?

255 **U:** Ja, da war's genauso gemischt im Grunde genommen wie im Verband. Der erste  
256 Verein im Kata, also da bin ich wirklich unglaublich herzlich aufgenommen worden  
257 und wirklich sehr unterstützt worden, wie gesagt, ich konnte nach den ersten drei,  
258 vier Monaten meine erste Frauengruppe gründen und war ruckizuck im Vorstand als  
259 XXXXzehnjährige. Das ist ja, will mal sagen, das zeigt einfach, dass die Leute sehr  
260 offen waren und einfach das Miteinander im Vordergrund stand. Und die das ganz  
261 toll fanden, dass da so ´ne Frau auf einmal auftauchte. Im zweiten Verein, wo ich  
262 war, war es ähnlich. Da war es dann sogar so, dass der Trainer hat sich auf einmal  
263 vorgestellt, also er müsste ein besonderes Kampfsystem für Frauen entwickeln.  
264 Sprang dann immer neben mir rum und überlegte, wie das günstig, am günstigsten  
265 zu gestalten wäre. Also da kriegte ich also sehr viel mehr Aufmerksamkeit als, ich  
266 sag' mal, der normale Mann, der im Verein war. Und der dritte Verein das war ein  
267 sehr leistungssportlich orientierter Verein. Da war es so, dass der Verein von zwei  
268 Trainern geleitet wurde. Der eine Trainer, da durfte ich die ersten Jahre nicht  
269 mittrainieren, weil ich ´ne Frau war, obwohl ich damals ´nen Schwarzgurt hatte und  
270 von dem anderen Trainer wurde ich sehr unterstützt, sonst wäre ich wahrscheinlich  
271 auch nicht geblieben. Also es ist und es war dann auch so, es zog sich dann auch so  
272 in dem Verein durch, dass die Leute, die bei diesem Trainer, der das also

273 abgelehnte, trainierten, auch nicht mit mir sprachen. Das war irgendwie ganz seltsam  
274 also. Und wenn man dann zu Meisterschaften fuhr, ich bin für den Verein ja auch  
275 gestartet, ich bin erfolgreich gestartet, dann war wirklich die Männer, die haben für  
276 sich gefeiert und wir wurden auch gar nicht gefragt, ob wir mitfeiern wollten. Das war  
277 schon irgendwie recht seltsam. Also wenn ich mir das aus heutiger Sicht betrachte,  
278 irgendwie krank.

279 **I:** Das stell' ich mir auch deprimierend vor – ne. Also ich wäre, glaube ich, richtig  
280 wütend geworden. Wie war das bei dir? Gab's da gar nicht so, dass du richtig  
281 gekocht hast oder?

282 **U:** Ja klar hab' ich gekocht. Aber ich bin nun irgendwie ein zäher Mensch und ich  
283 hab' mir gesagt: Wartet mal! Ich lach' am letzten, zuletzt und. Aber ich kann mich  
284 schon an Situationen erinnern, wo ich in die Umkleidekabine, das heißt im Rot-  
285 Kreuz-Raum natürlich, weil ich als einzige Frau in diesem Verein war, die hatten  
286 auch in der Satzung stehen: „Frauen dürfen nicht Mitglied werden.“ Das war aber  
287 wirklich auch noch der Knaller. Aber wo ich, wie gesagt, für diesen Verein startete,  
288 also ich kann mich da schon an Situationen erinnern, wie ich da in die  
289 Umkleidekabine bzw. Rot-Kreuz gegangen bin und den Gi ausgezogen und drauf  
290 rumgetrampelt hab' vor lauter Wut. Aber das war halt, ich hatte mir auch am Anfang  
291 gesagt, ich hab' a) gesehen, dass dieser Verein technisch sehr, sehr gut war und ich  
292 auch einfach vorwärts kommen wollte, weil mich der Sport einfach fasziniert hat. Und  
293 ich war einfach so, dass ich gesagt hab: Den zeig' ich's. Also was die können, kann  
294 ich auch. Und wir wollen mal gucken, wer den längeren Atem hat und irgendwie hatte  
295 ich dann wohl den längeren Atem. Und heute hab' ich zu diesem Trainer ein ganz  
296 gutes Verhältnis, muss ich sagen. Er ist sehr respektvoll mir gegenüber. Und was will  
297 man mehr. (I: lacht)

298 **I:** Hast du irgendeine Idee, wie, wie dieser Sinneswandel bei dem Trainer zustande  
299 gekommen ist bzw. was waren damals seine Motivation und ähm ja das so  
300 abzulehnen und was ist es heute, dass, dass es plötzlich doch geht? Also hat du 'ne  
301 Idee?

302 **U:** Das sind natürlich nur Vermutungen. Aber ich vermute ganz einfach, dass es  
303 damals einfach von seiner Seite Unsicherheit war. Und ich sag' mal, ich war immer  
304 wahrscheinlich eine sehr streitbare Frau. Und ja, ich denke, das hat ihn vielleicht  
305 dann auch noch zusätzlich verunsichert und (.) ja und heute, er hat danach hat  
306 dieser Verein natürlich Frauen aufgenommen und er hat auch Frauen dann trainiert



307 später und auch recht erfolgreich trainiert. Und dann ändert sich der Mensch  
308 natürlich. Das waren dann Frauen, die praktisch bei ihm im Verein groß wurden und  
309 (3) wo sich das wahrscheinlich von Vornherein besser eingespielt hat das Ganze,  
310 während ich ja dann immer doch von anderen Vereinen herkommend und auch  
311 gleich auf Landesebene und Bundesebene tätig war. Ja, also ich war ganz einfach  
312 schon, schon sehr viel weiter als, als die anderen Frauen in dem Fall. Und ich hab'  
313 mir halt dann auch nichts vormachen lassen. Das war dann für ihn halt nicht so  
314 einfach. Also war, ... (*unverständlich*), hab' ich noch unter ihm trainiert. Und (.) und  
315 für eine deutsche Meisterschaft wurden dann Kata-Mannschaften gebildet. Und ich  
316 hab' dann einfach zwei Katas vorgegeben und ich hab' die Katas einfach, hab'  
317 gesagt, die mach' ich nicht. Und wir haben uns einfach heimlich getroffen als Team  
318 und haben den dann vor vollendete Tatsachen gestellt, welche Katas wir machen,  
319 weil meines Erachtens die Katas, die er auswählt, zu falsch waren. Und wir waren  
320 mit diesen Katas auch sehr viel, also wirklich erfolgreich. Wir haben ja die Deutsche  
321 Meisterschaft gewonnen. Ja und ich mein', es war halt ein schwieriger Prozess für  
322 diesen Mann, so seh' ich das einfach. Es fing damit an, dass ich, wie gesagt, als ich  
323 das erste Mal beim ihm trainierte, weil mein Trainer der sagte: Du, nimm die E. mal  
324 rüber. Die übt jetzt für die Deutsche Meisterschaft die und die Kata. Und der machte  
325 die Kata halt grade in seiner Gruppe. Und dann hab' ich halt dort mittrainiert und er  
326 hat mich (.) einfach nicht korrigiert und ignoriert halt. Und dann hab' ich halt extra  
327 Fehler eingebaut, um einfach zu testen, ob meine Wahrnehmung richtig ist. Und  
328 dann hat er immer ganz schnell weggeguckt. Und dann hab' ich nach, nach 'ner  
329 kurzen Zeit hab' ich gesagt, dann trainier' ich bei dem nicht mehr. Das bringt mir  
330 nichts. Bin also nicht mehr dahin gegangen. Und hab' wieder beim ersten Trainer  
331 trainiert in der Mittelstufe. Also nicht in der Oberstufe, wie normalerweise als  
332 Schwarzgurte gehören, den zweiten Dan hatte ich hinterher schon, wie es halt üblich  
333 gewesen wäre und ich hab' das dann halt nicht gemacht. Das hat ihm dann auch  
334 nicht gepasst aber er war, da war er noch mehr verunsichert und dann hat er  
335 irgendwann seine Frau vorgeschickt wohl. Die fragte mich dann: Sag' mal, warum  
336 trainierst du nicht mehr bei dem? Da hab' ich gesagt: Wenn er das wissen will, muss  
337 er mich schon selbst fragen. Der war auch irgendwie unsicher, denn ansonst sag' ich  
338 ihm einfach, wie unsicher er war. Das hat sich heute aber sehr geändert. Und wie  
339 gesagt, heute ist das Verhältnis eigentlich ganz positiv.

340 **I:** Apropos heute – wir haben vorhin haben wir ja oder hast du ja dann unterbrochen  
341 mit den ganzen Posten, die du dann hattest, so 19XX oder so warst du in  
342 verschiedenen XXXXreferentin oder -wartinnenjobs. Kannst du sagen, was du heute  
343 machst? Ist ja vor allem in (*Bundesland*) – ne.

344 **U:** Ich will vielleicht noch kurz sagen, ich hab' dann 19XX hab' ich dann eigentlich die  
345 Position auf Landes- und Bundesebene niedergelegt. Es gab damals ganz  
346 schwierige Zeiten mit dem damaligen Bundestrainer und das waren, war schon recht  
347 heftig, also vor allem bei der WM dann zu spüren, dass dieser Typ überhaupt  
348 ((lachend bis \*)) nicht hinter einem stand. Und der sollte uns eigentlich betreuen. (\*)  
349 Das war dann irgendwie auch nicht so toll. Und das war auch eigentlich so der Punkt,  
350 wo ich gesagt habe, das war mir dann auch irgendwo zu stressig. Hinzukam, dass  
351 ich dann auch meine Studienarbeit gemacht habe. Das waren also auch ganz viele  
352 Sachen, die parallel liefen. Und da hab' ich dann wirklich auch gesagt. Also jetzt leg'  
353 ich erst mal meine ganzen Positionen nieder. Bin dann aber übergangslos  
354 Jugendreferentin im Landesverband geworden, weil mich die Position auch  
355 interessierte. Und (2) neunzehnhundertund (.) irgendwann war ich auch noch mal  
356 Vizepräsidentin im DKV. Ich weiß aber nicht wann. Auf Bitte vom damaligen  
357 Präsidenten hab' ich das dann auch gemacht zwei Jahre. Und ja in (*Bundesland*) bin  
358 ich dann XXXXXreferentin gewesen bis 19XX\_XX\_. Ich war damals im Refendariat.  
359 Und es war abzusehen, dass in diesem Jahrgang niemand eingestellt wird vom Land  
360 als Lehrerin oder Lehrer. Und aber es wurden sehr viele  
361 Arbeitsbeschaffungsmaßnahmen gestartet und auch vom Sport. Und ich hab' mich  
362 ganz einfach erkundigt mit dem damaligen Präsidenten, mit dem ich ein sehr gutes  
363 Verhältnis hatte, bin ich dann überein gekommen, dass ich einfach mal so ´nen  
364 Antrag stelle für unseren Verband, weil da ganz viel Arbeit lag und von den  
365 Ehrenamtlichen nicht bewältigt werden konnte. Und da hab' ich halt einen Antrag  
366 formuliert, hab' den beim Arbeitsamt eingereicht und siehe da, er wurde dann  
367 genehmigt. Und ich hatte natürlich die Stellenausschreibung genau auf meine  
368 Person zugeschrieben und so dass dann der Mensch vom Arbeitsamt irgendwann  
369 sagte: Na ja - H. damals – Meinen sie, da finden sie jemand? Na klar! Sag' ich.  
370 ((lachend bis \*)) Ich übernehm' die Position. (\*) Da sagt die: Aber sie können doch  
371 nicht gleichzeitig Ehrenamt- und Hauptamtlichkeit sein. Und da sag' ich, da geb' ich  
372 eben das Ehrenamt ab. Und dann hab' ich, wie gesagt, 19XX dann auch den  
373 XXXXreferentenposten abgegeben und bin dann 19XX – man musste dann ein Jahr

374 warten nach dem Refendariat, also ein Jahr arbeitslos sein – bin ich dann beim  
375 Karatedachverband als hauptamtliche Kraft für den Breitensport eingestellt worden.  
376 Und habe dann dort, weil ich dann auch einen Gegenspieler, den damaligen  
377 Geschäftsführer, der mir direkt im ersten Monat sagte, ja ich sollte mich dann  
378 frühzeitig nach ´ner anderen Stelle umsehen, weil ich wüsste ja, dass die  
379 Arbeitsbeschaffungsmaßnahme begrenzt wäre auf ein Jahr. Hab' mich dann im  
380 Landessportbund umgesehen, was es Projekte gab und gibt. Und dann hab' ich halt  
381 mich direkt in dieses Breit/hab' ich versucht, ins Breitensportprojekt rein zu kommen.  
382 Und das hat dann wieder was mit Frauen zu tun. Ich hab' nämlich gesagt, ich möchte  
383 ganz gern die Selbstbehauptung und Selbstverteidigung von Frauen entwickeln  
384 konzeptionell und eben flächendeckend/deckend solche Kurse in unserem Verein  
385 starten. Und das war im Landessportbund hatte diejenige, die dort arbeitete, sehr  
386 überzeugt und dadurch sind wir in dieses Projekt rein gekommen, was für den  
387 Verband bedeutete, dass meine Arbeitsstelle finanziert wurde über drei Jahre und  
388 darüber hinaus dann eben auch heut noch also einen Kostenzuschuss praktisch vom  
389 Landessportbund für meine Stelle kommt, gibt. Ja das war natürlich dann auch hat  
390 mir freie Bahn gegeben, grade im Bereich Frauen und Mädchen ´ne ganze Menge zu  
391 machen, was dann auch wirklich viel Spaß gemacht hat. Und (.) ja (.) hast du jetzt  
392 noch Fragen?

393 **I:** Du bist ja jetzt im Landesverband ähm (*Bundesland*). Sag' noch mal, ich hab'  
394 nämlich gar nicht genau geguckt, wie, was machst du?

395 **U:** Ich bin, also man nennt das bei uns Breitensportkoordinatorin. Also ich bin, also  
396 praktisch Sportfachkreis, Sportfachkraft eingestellt. Und entwickle Konzepte für  
397 verschiedene Zielgruppen. Mache aber auch den Bereich Öffentlichkeitsarbeit,  
398 Verbandsorganisation, Vereinsentwicklung e. t. c. also im Grunde genommen: Madel  
399 für alles. Ich bereite auch die ganze Vorstandsarbeit vor und koordiniere ganz Vieles.  
400 Also ich mach' so mehr Managementsachen auch. Also einerseits eben  
401 konzeptionelle Sachen – Ausbildung von Übungsleitern, Trainern und Trainerinnen  
402 natürlich – und andererseits dann eben so organisatorische Geschichten.

403 **I:** ((lachend bis \*)) Gibt's in (*Niedersachsen*) alles gar nicht. (\*)

404 **U:** Das war auf Bundesebene.

405 **I:** Find' ich toll. Und da liegt das bestimmt darin, dass in (*Bundesland*) man oder ich  
406 so den Eindruck habe, dass der Verband doch durchaus so was wie gegendert ist –

407 ne. So wie du auch selber schon gesagt hast, ((lachend bis \*)) da wirst du  
408 wahrscheinlich viel Einfluss. (\*)

409 **U:** Also ich denke, dieser Verband hat sehr viel (.) gelernt. Also wir waren, wie  
410 gesagt, einer der ersten Verbände damals einen sehr guten Präsidenten damals, der  
411 sehr offen war für Frauengeschichten – N. – ist jetzt nicht mehr dabei und der es  
412 auch unterstützt hat. Und kann mich sehr gut erinnern, so meinen ersten Auftritt als  
413 XXXXreferentin in diesem Verband, ich war bei den Präsidiumssitzungen eingeladen.  
414 Es gab Männer, die einfach – vor allem zwei – die einfach absolut blöde Witze  
415 gemacht haben, unter der Gürtellinie, also richtig was Zotiges. Und dann auch mit  
416 dem Blick: Wie reagiert sie denn? Und ich war damals xxxxzehn, xxxxzehn Jahre  
417 und war auch verunsichert. Und ich kann mich dann erinnern, dass ich dann  
418 irgendwann nach Hause kam nach der dritten oder vierten Sitzung und hab' gedacht:  
419 Nee dieser Präsident. Entweder du machst jetzt die Klappe auf oder du gehst da  
420 nicht mehr hin. Das tust du dir einfach nicht mehr an. Und dann bin ich tatsächlich  
421 das nächste Mal in die Sitzung rein gegangen und hab' gedacht, jetzt muss was  
422 passieren. Und als dann wieder so was kam, hab' ich gesagt: Also ich finde das  
423 absolut gemein, solche Witze zu erzählen, die überhaupt nicht komisch sind, wo ich  
424 hier als einzige Frau bin. Und ich muss sagen, der Präsident hat dann 'nen  
425 knallroten Kopf gekriegt und hat sich entschuldigt. Hat gesagt: Er wird darauf achten,  
426 dass so was nicht mehr vorkommt. Und ich muss sagen, das hat dann auch  
427 funktioniert. Und dann war das natürlich so schrittweise. Das war dann mit dem  
428 Frauenkarateverein, der dann auf einmal in diesem Verband auftauchte, wo dann  
429 große Diskussion war: Ist so was überhaupt statthaft, dass da Männer  
430 ausgeschlossen werden? Und also ganz viel Diskussion auch und ja wir hatten dann  
431 zum Teil es sind ja sehr viele, ich hab' auch sehr viele Frauen auch in die  
432 Verbandsarbeit reingeholt, die dann mich auch unterstützt haben und sehr schön war  
433 auch. Also wie gesagt, es war eine sehr große Solidarität auch unter den Frauen.  
434 Und wir haben inzwischen in (Bundesland), ich glaube, fünf, sieben reine  
435 Frauenkaratevereine. Ein Teil ist auf meine Gründungsinitiative zurückzuführen. Und  
436 das ist natürlich so, dass das natürlich Auswirkungen hat auf die Atmosphäre. Und  
437 es waren zum Teil auch recht streithafte Frauen, die eben ihr Wort in der  
438 Versammlung gemacht haben. Ja und ich hab', wie gesagt, auch Rückhalt gehabt  
439 von, von Männern immer. Also es ist, ich glaub', wenn, wenn man nur Gegenwind  
440 hat, ist es ganz, ganz schwierig und ganz, ganz bitter. Das kann man dann kaum, ich

441 glaub', da verhärtet man. Ich hab' immer ganz viel Spaß auch dabei gehabt und hab'  
442 auch viel Unterstützung gekriegt, sowohl von Frauen sowieso aber auch eben ganz  
443 viel von Männern. Und häufig, ich mein', wir haben jetzt ´ne Satzung, wo wirklich die  
444 männliche und weibliche Form drin ist. Und ich weiß aber noch, als die Satzung  
445 geschrieben wurde, wo dann ein Lehrer das Ganze dann korrekturlesen sollte, und  
446 dann also dabei geschrieben hatte, man sollte also nur die männliche Form und das  
447 Andere könnte man mit einem Vorwort erschlagen. Und dann hab' ich damals zu ihm  
448 gesagt: Ja ich finde das ganz klasse. Nur eine Form das ließe sich wirklich viel  
449 leichter aber wir sind eine innovativer junger Verband und ich schlage vor, wir sollten  
450 dann die weibliche Form wählen. Und die Gesichter, ich hab' mich nur noch amüsiert  
451 und dann sagte der Vorsitzende damals, sagt er: Du hast gewonnen. Und dann war  
452 das auch keine Frage mehr. Und heute ist es auch keine Frage. Und es ist so im  
453 Präsidium, dass die Frauen (.) ihre Frau stehen und dass sie sehr ernst genommen  
454 werden und (.) eigentlich auch sehr geschätzt werden. Und wie der jetzige Präsident  
455 auch sagte, er hat auch sehr gerne Frauen im Präsidium dabei. Da weiß er  
456 wenigstens, dass die Arbeit gemacht wird und nicht nur irgendeine Position besetzt  
457 wird wegen (.) ja mit irgendwie Ansehen und so was verbunden ist.

458 **I:** Was würdest du denn, wenn du jetzt den, den DKV insgesamt anguckst, ähm  
459 hättest du irgendwie ´ne Idee, wie man da dann weiterkommen könnte. Also  
460 eigentlich hört es sich ja so an, als wäre die Basis wirklich die, dass, dass  
461 irgendjemand dann mal anfängt von unten - ne, also die grundlegenden Dinge, wie  
462 Satzung in beiden Formen zu schreiben und dann in den Vereinen natürlich sollte  
463 das übernommen werden - ne. Aber ich sehe, ich sehe eigentlich im Moment  
464 überhaupt ((lachend bis \*)) nicht wirklich einen Ansatzpunkt (\*). Die Bereitschaft ist  
465 offensichtlich da – ne – da was zu machen. Die wissen auch, dass sie ihre  
466 weiblichen Mitglieder durchaus brauchen. Sie sehen auch, dass die Frauen auf  
467 Wettkämpfen mittlerweile viel erfolgreicher sind international. Und sie wissen, dass,  
468 dass als moderner Verband einfach sein sollte aber ich glaub' wirklich jemand, dass  
469 sich da jemand hinstellt und das umsetzt. Das gibt's ja im Moment noch nicht. Und  
470 die Frage wär': Wo anfangen? Wenn ich mir die Vereine angucke in Niedersachsen  
471 oder auch so, die ich so kenne, sehe ich da wenig Bereitschaft, in den Präsidien,  
472 auch in den Landesverbänden, in allen anderen gibt's ja eigentlich auch kaum, gar  
473 keine Frauen, würde ich mal so tippen. Ich hab' mal geguckt. Also die muss man  
474 wirklich schon mit der Lupe suchen. Wo anfangen oder was tun?

475 **U:** Ich glaube, wir hatten's früher auch einfacher. Der Leidensdruck bei den Frauen  
476 ((lachend bis \*)) war gewaltig. (\*) Und von daher war die Solidarität auch groß. Und  
477 ich sag' mal, es war auch klarer zu erkennen, ähm wo im Grunde genommen mit  
478 zweierlei Maß gemessen wurde. Die Benachteiligungen waren deutlicher. Das ist  
479 heute nicht mehr so klar zu erkennen für einen, für eine junge Frau, die reinkommt  
480 und sie wird gefördert, sie hat auch Chancen, im Wettkampf zu starten. Die kleinen  
481 Dinge, die werden oft gar nicht mehr so, so mehr wahrgenommen, weil die allgemein  
482 in der Gesellschaft sind. Von daher ist es (.) wirklich schwierig. Ich hoffe ja immer  
483 noch, wobei ich, weiß nicht, ob meine Hoffnung da so berechtigt ist, dass irgendwann  
484 die Männer ´nen Leidensdruck kriegen und vielleicht für sich was ändern wollen.  
485 Weil, ich sag' mal, im Grunde genommen ist ihre Position ja in der Gesellschaft, auch  
486 innerhalb des Karate, nicht so toll. Wie ich auch in, in Seminaren erfahren habe, wo  
487 Männer einfach mir gegenüber auch sagen: Ja, es ist ein unglaublicher  
488 Leistungsdruck oder diese Hierarchie im Karate, dass die teilweise wirklich ankotzt  
489 und die es ganz furchtbar finden und deswegen auch teilweise den Verband  
490 verlassen. Ja ich denke mir, vielleicht müssen die Männer noch (.), müssen die  
491 Männer langsam wach werden, weil, ich sag' mal, das jetzt von den Frauen zu  
492 erwarten, ich glaub', das wird schwierig, weil es ist schon, es ist ´ne Menge erreicht  
493 und es ist heute nicht mehr so klar erkennbar. In vereinzelt Vereinen sicherlich und  
494 an der Basis stimmt sicherlich noch nicht alles. Es gibt Vereine in (*Bundesland*), wo  
495 ich nicht unbedingt sagen würde, das ist ein frauenfreundlicher Verein. Aber es gibt  
496 Vereine, die sehr frauenfreundlich sind und wo ich mir sagen würde, das ist ganz toll,  
497 wie da miteinander umgegangen wird und wie auch Frauen ganz selbstverständlich  
498 dort in den Vorständen arbeiten. Also ich, ich geb' dir recht, das ist eine sehr, sehr  
499 schwierige Sache.

500 **I:** Wenn du jetzt so deine Arbeit anguckst. Du warst ja dann doch ganz erfolgreich mit  
501 deinen, dass du immer dran geblieben bist – ne. Wenn du da jetzt ein Zwischenfazit  
502 ziehen solltest, wie würde das lauten?

503 **U:** Es war, es war ´ne sehr (.) spannende Zeit so für mich auch. Ich hab' sehr, sehr  
504 viel gelernt. Es hat aber auch ´ne Menge Blessuren natürlich hinterlassen aber ich  
505 sag' mal, dadurch wird man erst zu dem, was man ist. Das gehört dann auch zu  
506 Einem und von daher bin ich eigentlich sehr dankbar, dass ich den Weg gehen  
507 durfte. So hab' ich, wie gesagt, ´ne Menge gelernt auch so für mich als Frau in der  
508 Gesellschaft, im Verband. Ich hab' meine Position sehr, sehr viel klarer wie, glaube

509 ich, wie viele andere Frauen, die diesen Weg nicht gehen, die einfach das so  
510 nehmen, wie es ist. Wobei ich niemals sagen würde, (.) die haben irgendwie schuld  
511 oder warum sind sie so oder so. Das ist einfach, die Zeit ist anders. Und sie wachsen  
512 in einer anderen Zeit auf und sie reagieren auch aus dieser Zeit heraus anders. Von  
513 daher also, wie gesagt, ich würde den Weg wahrscheinlich wieder so gehen.  
514 Vielleicht würde ich die eine oder andere Sache geschmeidiger angehen (.) so mit  
515 noch ein bisschen mehr (.) Lust und Freude am Verändern, so was sehr oft auch an  
516 einfachen Kämpfen und ich glaube, das ist auch was, was natürlich auch am Alter  
517 liegt. Man lebt mit der Zeit, man kriegt mehr Überblick und man sieht manche Dinge  
518 gelassener und geschmeidiger aber vielleicht musste man da auch so reinhauen  
519 manchmal, um was zu erreichen. Ich weiß es nicht.

520 **I:** Jetzt muss ich noch mal kurz gucken. Hmmm (.) ja eigentlich hab' ich jetzt alles  
521 gefragt, was, was ich so auf dem Plan habe. Was mich so noch mal als Abschluss  
522 interessieren würde, wir haben weniger über Karate an sich geredet sondern mehr  
523 über, über deine Position und dein Agieren in den Verbänden und im Verein u. s. w.  
524 Kannst du beschreiben, was Karate an sich für dein Leben bedeutet?

525 **U:** Ja also Karate bedeutet 'ne ganze Menge für mich. Ich hab' angefangen und es  
526 hat mich fasziniert wegen des, wegen des besonderen Körpergefühls, was man  
527 dabei entwickelt. Also dieser Wechsel von Spannung - Entspannung das ist schon  
528 einmalig im Sport. Ich habe über diesen Sport meinen Mann kennen gelernt. Das ist  
529 natürlich auch was ganz, ganz Wichtiges. Ich habe wirklich jetzt seit fünfunddreißig  
530 Jahren – 13. August fünfunddreißig Jahre mach' ich Karate – und 'ne Menge gelernt.  
531 Ich hab', mein, mein ganzer Lebensweg ist danach ein Stückchen dann durch  
532 gestaltet worden, seitens dass ich Freunde, Freundinnen darüber gefunden habe  
533 aber auch meinen Beruf letztendlich, wo ich jetzt arbeite, dadurch gefunden habe  
534 und auch 'ne sehr schöne, interessante Tätigkeit hab' mit sehr großen  
535 Freiheitsgraden, die ich sonst in der Sch/wenn ich in einer Schule gelandet wäre,  
536 sicherlich nicht hätte. Von dort kann ich dem Sport nur dankbar sein. Es gibt Sachen,  
537 die ich am Karate absolut (.) blöd finde. Also das heißt also zum Beispiel die  
538 Hierarchie, nach wie vor find' ich ganz schlimm. Manche Umgehensweise find' ich  
539 nach wie vor nicht gut. Jetzt also, ich denke mir jetzt auch auf Landesbundesebene,  
540 wo ich da schon denke, da müsst noch einiges gemacht werden. Also ich sehe  
541 schon einiges, wo es nicht gut läuft. Ich denke auch, (.) ((es wird ganz leise im  
542 Hintergrund gesprochen)) also ich denke, dass, zum Beispiel im Kumite, das

543 Umgehen miteinander im Kumite oder wie man Kumite lernt, halte ich für nicht (.) gut,  
544 pädagogisch einfach nicht gut, weil ganz viele Leute Angst da entwickeln beim  
545 Kumite. Und eigentlich sollte man frei sein innerlich, frei von Angst, um wirklich auch  
546 frei agieren zu können. Und durch die Art und Weise, wie viele Kumite lernen,  
547 entwickeln die erst Angst. Und (.) ja und da setzt sich dann der Stärkere durch aber  
548 ich sag' mal, für mich ist Kumite einfach ein bisschen mehr. Es ist auch so was wie  
549 ´ne Kommunikation miteinander, wo man einfach viel Spaß haben kann, weil man ja  
550 eben nicht unbedingt fest treffen muss und niemand verletzt eigentlich, wenn man's  
551 richtig macht. Und das ist etwas, wo ich denke, das ist schade, weil dadurch (.) viele  
552 Leute aus dem Verband rausgehen und manch Einer nicht reinkommt. Und zum  
553 Glück gibt's da auch inzwischen erste Tendenzen, was man da ein bisschen was  
554 ändert. Aber es sind noch wirklich zaghafte Pflänzchen. Und ich denke mir, da muss  
555 noch ganz, ganz, ganz, ganz viel gearbeitet werden. Ja und im, im Kata-Bereich,  
556 also im Wettkampfbereich, also ich denke mir, da muss man vielleicht noch mehr auf  
557 gesundheitliche Aspekte achten, weil die Athletinnen und Athleten werden immer  
558 jünger und die Verantwortung ist deswegen auch riesiggroß. Und damit man nicht in  
559 solche Fehler verfällt wie der Turnverband, wo dann heute Eltern sagen: Nee,  
560 Turnen für mein Kind möchte ich nicht. Und wir haben unglaubliche Möglichkeiten mit  
561 dem Sport, wirklich etwas Positives zu bewirken bei Kindern auch in gesundheitlicher  
562 Hinsicht aber es wird meines Erachtens noch nicht voll ausgeschöpft. Das ist so,  
563 das, wo ich denke, da muss unbedingt noch was gemacht werden. Und das ist auch  
564 so im Augenblick mein, mein Arbeitsschwerpunkt deswegen.

565 **I:** Ich hab' gesehen, ich hab' gestern im Internet mal die Seite aufgerufen vom  
566 (*Landesverband*), weil ich nämlich, wir machen mal aus, also eigentlich bin ich durch.  
567 Vielen Dank erst mal. Und ich schalt' erst mal aus. Wenn uns noch was einfällt oder  
568 dir, melde ich mich – ne.

569

570