

# 10 Jahre Mallorca Lehrgang

Zum 10. Mal fand vom 10. bis 25. September der Mallorca-Lehrgang mit Erwin Querl statt. Ein Teil der Teilnehmer traf sich Freitagmittag am Krefelder Dojo, von dort ging es mit dem Taxi zum Flughafen, wo sich schon weitere Teilnehmer eingefunden hatten.

Einige Karateka aus anderen Teilen Deutschlands stießen dann auf Mallorca zu uns.

Der Empfang im Hotel war herzlich, vor dem speziell zu diesem 10. Jubiläum angefertigten Banner wurde Sekt zu mallorquinischen Spezialitäten gereicht.

Am Samstagmorgen sollte endlich das erste Training stattfinden. Wie in den vergangenen Jahren fand das Morgentraining im Dojo und das Nachmittagstraining am Strand statt. Anders als in den letzten Jahren war nicht ein Hauptmotto für die bevorstehende Trainingswoche geplant, sondern ein Mix aus den vergangenen Mallorca-Lehrgängen. Irgendwie kam jedoch bei uns der Verdacht auf, Hauptthema könnte die Beugung des vorderen Knies und der Einsatz von Hüfte und Hara sein.

Ausruhen konnten sich tagsüber alle am Strand, bei gemütlichen Spaziergängen, Fahrradtouren und beim Erkunden der Insel. Beim abwechslungsreichen Training verging die Zeit

wie im Flug, so dass wir eines Morgens beinahe unser Frühstück verpasst hätten.

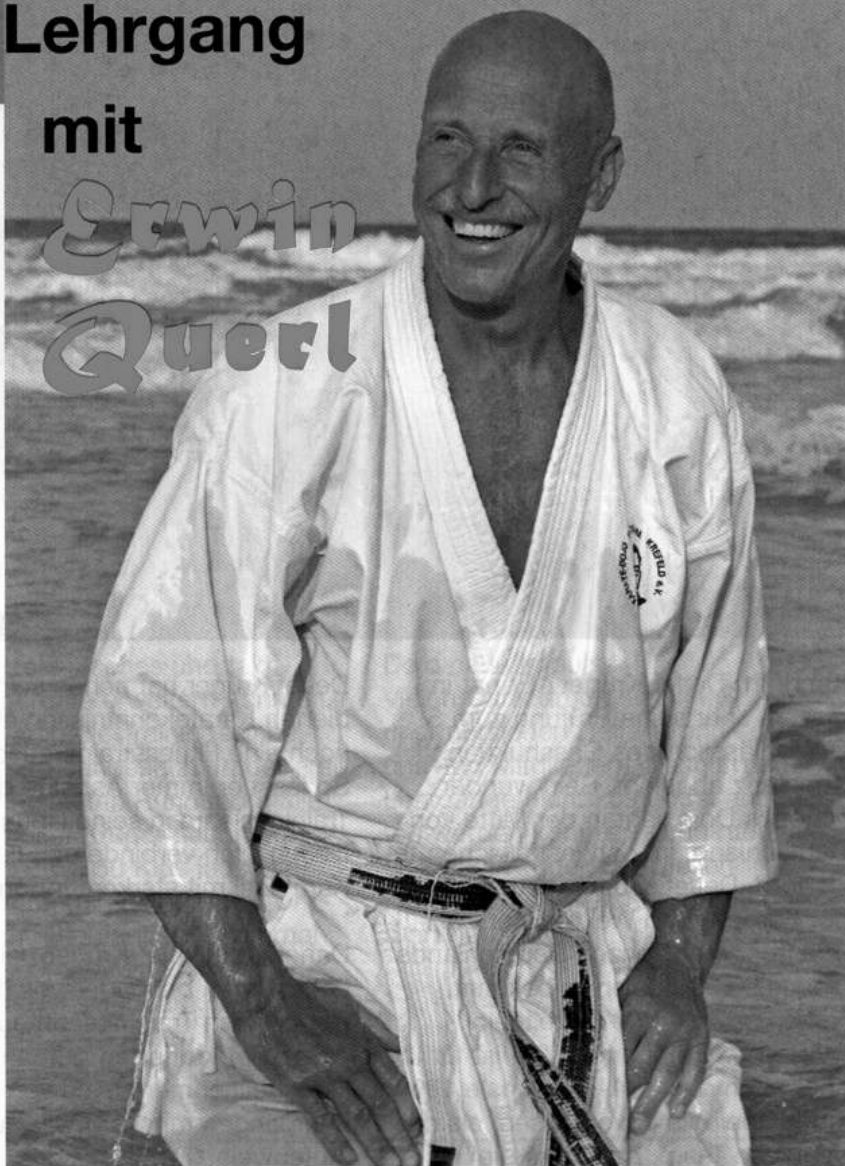
Leider spielte das Wetter einmal nicht wie erhofft mit und ein Nachmittag-Strand-Training musste wegen andauernden Regens ins Dojo verlegt werden.

Wer sich nun freute, keine Yori-Ashi und Suri-Ashi am Strand machen zu brauchen, wurde bei schweißtreibenden Distanzübungen mit Hüfteinsatz sogleich eines Besseren belehrt.

Zum krönenden Abschluss wurde am Donnerstagabend in einem traditionellen mallorquinischen Restaurant gefeiert.

Auch trotz ein paar Regenschauern und Verzögerungen beim Rückflug war die Woche auf Mallorca erneut ein Riesenspaß und wir freuen uns schon alle aufs nächste Jahr.

mit  
*Erwin*  
*Querl*



Auch für das kommende Jahr ist wieder ein Lehrgang Ende September auf Mallorca geplant. Bei rechtzeitiger Anmeldung lassen sich auch Flüge von anderen deutschen Flughäfen organisieren. Oder man macht es wie die Karateka, die von weiter her kamen: Einen Tag früher anreisen und eine Nacht mit abendlichem Training im Dojo in Krefeld verbringen.

Begleitpersonen, Ehefrauen und Kinder können auch mitreisen, nähere Informationen dazu gibt es Ende des Jahres im Internet unter <http://www.karate-krefeld.de>.

**Text: Stephi Dreßen**

**Foto: Alexander Raitz von Frenz**

