

# TV 1891 Appenheim e.V.

## Sportkarate - Über uns



**Für Jungen und Mädchen ab 8 Jahre und natürlich auch Erwachsene**

**Trainingszeiten: Dienstag, 18:00 - 19:30 h und Freitag, 17:00 - 18:30 h**

**Bei Interesse einfach vorbeikommen zum Zuschauen oder Probetraining**

Wir sind eine Sparte des Turnverein 1891 Appenheim e. V., die auf Initiative von Sabine Stettler (Turn-Trainerin und 2. Vorsitzende beim TV) und Stefan Kainath im Mai 2007 ins Leben gerufen wurde.

Sportkarate ist eine moderne Form des Karate. Neben der Disziplin Pointfighting (Semikontakt-Karate), wo ähnlich wie beim Fechten der Punkt nach den Stop-Kommando vom Hauptkampfrichter angezeigt wird, werden bei uns auch Formen (jap. Kata) gelehrt, ein genau festgelegter Bewegungsablauf aus Block- und Angriffstechniken, also ein Kampf gegen imaginäre Gegner. Auf Wettkämpfen in dieser Disziplin bewerten ähnlich wie im Kunstturnen oder Eiskunstlauf 5 Kampfrichter die Form mit Noten bis 9,99 und der Athlet mit der höchsten Gesamtpunktzahl gewinnt, wobei die niedrigste und höchste Wertung gestrichen werden. Neben den traditionellen Formen werden auch selbst choreographierte Freestyle-Formen zu Musik, auch mit traditionellen asiatischen Waffen wie z. B. dem Bo (Langstock) trainiert.

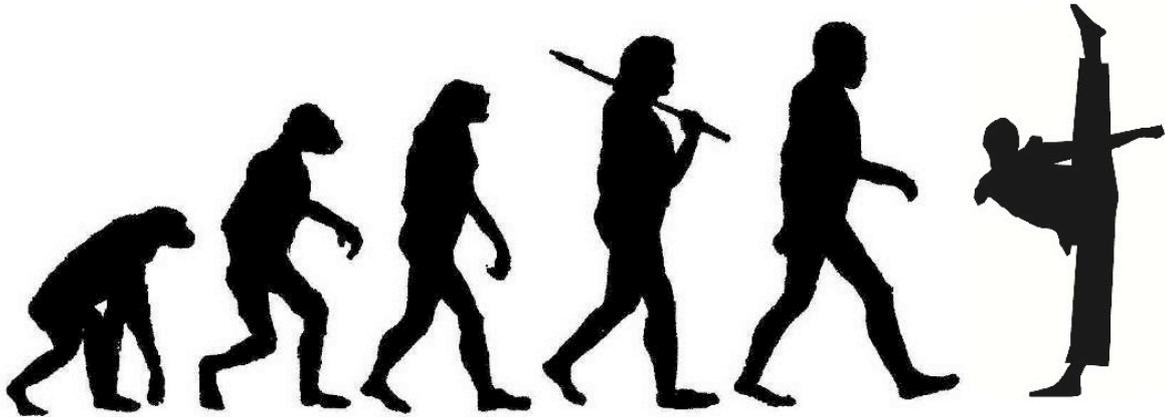
Seit Ende 2008 nehmen auch einige Sportler von uns erfolgreich an Wettkämpfen der WKA (World Karate and Kickboxing Association) teil. Dabei konnten unsere Aktiven in beiden Disziplinen (Pointfighting und Formen) DM-Titel und WM-Medaillen gewinnen, was nur ganz wenigen Vereinen in Deutschland bisher gelang. Im Jahr 2009 konnte Timo Müller bei der WM in Spanien die Silbermedaille in der Klasse Teamkampf Junioren erkämpfen, 2010 sicherte sich Sherina Kainath in Schottland Bronze bei der Jugend in einer Formen-Disziplin. 2011 wiederholte sie diese Platzierung und gewann sogar zwei Bronzemedailles bei der WM, Manuel Müller wurde Junioren-Vizeweltmeister und Deutscher Meister im Pointfighting. Bei der WM 2012 in Orlando / USA holte Indira Lehr Gold in einer Formen-Klasse der Junioren, Manuel Müller zwei mal Silber (Pointfighting Junioren Einzel und Team), Sherina Kainath Silber und Bronze in zwei Formen-Disziplinen (Jugend). Von 2009 bis 2012 waren wir jährlich Ausrichter der Deutschen Meisterschaften der WKA für die Formen-Disziplinen in der vereinseigenen Halle des TV Appenheim.



Unser Trainer Stefan Kainath ist seit 1995 in der Nationalmannschaft der WKA Deutschland, er wurde 2003 und 2011 Weltmeister und gewann bei 12 aktiven WM-Teilnahmen neun Medaillen (2 x Gold, 4 x Silber und 3 x Bronze), 13 mal wurde er Deutscher Meister und ist seit 2002 Bundestrainer für Formen. Seit April 2006 ist der Berufssoldat in der Sportfördergruppe der Bundeswehr Mainz eingesetzt und wohnt seitdem mit seiner Frau und seinen beiden Kindern Sherina und Chatri in Appenheim.

Als Co-Trainerin ist seine Frau Rangsee Kainath tätig, sie wurde 1997 in Dublin / Irland WKA-Weltmeisterin im Pointfighting bis 50 kg, bei der WM 1998 in Toronto / Kanada gewann sie Bronze im Einzel und Silber mit dem Team. Ausserdem war sie zweifache Deutsche Meisterin und Zweite bei dem weltgrössten Sportkarate-Turnier, der Battle of Atlanta 1998. Danach beendete sie ihre aktive Laufbahn, feierte aber im April 2009 ihr Comeback, als sie die Offene Hessen-Meisterschaft gewann, wobei sie im Finale die aktuelle Nummer 1 der nationalen Rangliste bis 50 kg bezwingen konnte.

# ***TV 1891 Appenheim e.V.***



**Die Evolution geht weiter - verpasst es nicht:**

**Lernt Sportkarate beim TV Appenheim e. V.**

**und trainiert zusammen mit Weltmeistern!**

**Trainingszeiten: Dienstag, 18:00 - 19:30 h**

**& Freitag, 17:00 - 18:30 h in der Turnhalle**

