

Beim Kyudo trifft der Schütze nur mit innerer Ruhe

Von Bernhardt Rengert

Wer sich der japanischen Kunst des Bogenschießens verschreibt, hat einen langen Weg vor sich. Erst wenn Körper, Geist und Seele eins sind, ist das eigentliche Ziel erreicht. Noch gibt es in der Uckermark nur wenige Anhänger. Steffen Rose will das ändern.

UCKERMARK. Das Interesse an asiatischen Kampfkünsten wächst beharrlich. Längst hat sich auch herumgesprochen, dass es dabei keineswegs nur um körperbetonte Kampf- und Verteidigungstechniken geht, die neben Schnelligkeit vor allem Kraft und Beweglichkeit erfordern. Steffen Rose hat sich in seiner Kampfkunstschule der Vermittlung eher defensiver Techniken zugewandt. Seine Kursangebote Aikido, Tai Chi Chuan und Qi Gong in Templin, Prenzlau und Eberswalde werden gut angenommen. „Fasziniert von diesen Kampfkünsten, habe ich vor gut 20 Jahren meine Ausbildung darin begonnen und vermittele das nun seit 2003“, erzählt er. Gut 100 Schüler aller Altersgruppen besuchen bereits seine Schule.

Steffen Rose verweist auf die positive Wirkung dieser Techniken auf den ganzen Körper. „Diese Kampfkünste sind immer auch ein Kampf mit sich und ein Weg zu sich, ein achtsamer Weg zu einem Mehr an innerem Gleichgewicht und Entspannung“, betont der Lindenseer. Die therapeutische Wirkung von Qi Gong ist unbestritten. Regelmäßig praktiziert, wirkt es Blutdruck regulierend, hilft bei rheumatischen Beschwerden und Rückenschmerzen, auch bei Kopfschmerzen, und Nervosität. Selbst Magen- und Verdauungsstörungen können gelindert werden. Ideal ist es auch zur Stressbewältigung und bei Depressionen.

Der Bogen ist das größte Unterscheidungsmerkmal

Mit Kyudo, der japanischen Kunst des Bogenschießens, die er erst seit Kurzem in seiner Schule anbietet, sei das etwas anderes, erzählt Steffen Rose. „Wir waren 2013 mit unserer Aikido-Jugendgruppe nach Berlin unterwegs, als mich einer der Jungen darauf ansprach, wo man sich das einmal ansehen könne“, erinnert er sich. Was er da dann zu sehen bekam, hätte ihn dermaßen begeistert, dass er

mehr wissen wollte und nun auch Kyudo anbietet.

Noch ist die Anhängerschaft für diese Art des Umgangs mit Pfeil und Bogen in der Uckermark recht überschaubar. Sie unterscheidet sich auch erheblich vom klassischen Bogenwettkampfsport. Beim Kyudo geht es nicht um Wettkampfpunkte. Deutlichstes äußeres Unterscheidungsmerkmal ist schon der Bogen selbst. Meist 2,21 Meter groß, variiert die Größe der verwendeten asymmetrischen Bambusbögen meist zwischen 2,12 und 2,33 Metern. Steffen Rose ist auf seinen Bambusbogen besonders stolz. Das sei ein wertvoller Shibata-Bogen, ein in der Werkstatt des kaiserlichen Bogenbaumeisters gefertigter Bogen, erklärt er.

Anfänger üben zunächst mit Holz- oder Glasfieberbögen. Sie müssen viel Geduld mitbringen, um ruhig, gelassen und langsam zunächst die vorgeschriebenen Abfolgen zu erlernen. Dazu gehört auch der Umgang mit dem Equipment, wie schon das fast meditative Anlegen des Spezialhandschuhs beweist. Beim japanischen Bogenschießen ist nicht die vergleichsweise kleine, run-



Der japanische Bogen hat keine Zieleinrichtung.

FOTO: BERNHARDT RENGERT

de Zielscheibe in 28 Metern Entfernung das Ziel. Wer sich diesem Sport verschreibt, hat einen langen Weg vor sich. Mit zunehmender Routine der Abläufe kann erreicht werden, was Kyudo will. Erst wenn Körper, Geist und Bogen völlig fokussiert eine innere Einheit bilden, wird der Schüler das Ziel wie von selbst immer wieder treffen. So ist Kyudo eine sehr nach innen gerichtete, eher meditative Gesamttübung, die

nicht nur die eigene Körperwahrnehmung schärft, sondern vor allem Konzentration und Gelassenheit schult. Auf diese Weise wirkt Kyudo vor allem positiv auf die eigene Körperhaltung, auf die Fähigkeit zur Balance und besserer Bewegungskoordination. Da dies alles keine Fragen physischer Stärke sind, ist das japanische Bogenschießen auch für Jung und Alt, Frauen wie Männer jeden Alters geeignet.

Zurzeit treffen sich Steffen Roses Kyudo-Schüler einmal im Monat, um zu trainieren und sich auszutauschen. Am kommenden Sonntag ist es wieder so weit. Interessenten sind stets gern gesehen, sollten sich aber unbedingt anmelden. Das nötige Equipment wird gestellt.

Telefon: 0151 12438305

www.kampfkunst-rose.de

Kontakt zum Autor
red-templin@nordkurier.de

Eltern lassen Zuschüsse für ihre Kinder oft sausen

Von Sigrid Werner

Schulbedarf, Klassenfahrten, Mittagessen und Freizeitaktivitäten machen sich in der Familienkasse bemerkbar. Da verwundert es, dass Beihilfen nicht abgerufen werden.

UCKERMARK. Mit einem besonderen Infotag am Dienstag, dem 27. August, in allen Geschäftsstellen will sich das Jobcenter Uckermark der bundesweiten Aktion „Kommunale Jobcenter stark sozial vor Ort“ anschließen. 104 dieser kommunal geführten Anlaufstellen wollen an diesem Tag darauf aufmerksam machen, wie sie soziale Verantwortung für Menschen im Leistungsbereich des Sozialgesetzbuches II wahrnehmen.

„Wir wollen an diesem Tag vor allem über die Leistungen aus dem Paket Bildung und Teilhabe aufklären“, sagt Michael Steffen, Leiter des Jobcenters Uckermark. Das hat einen konkreten Hintergrund. „Denn für rund 50 bis 55 Prozent der Kinder und Jugendlichen im Alter von drei bis 17 Jahren, das sind 1332 Kinder und Jugendliche, die aufgrund ihrer sozialen Situation anspruchsberechtigt wären, wurde im ersten Halbjahr 2019 noch kein Antrag auf Leistungen aus dem Paket Bildung und Teilhabe gestellt“, berichtet Steffen. In der Uckermark sind unter den rund 120 000 Einwohn-



Martina Schneider ist Sachgebietsleiterin für passive Leistungen zur Hilfe zum Lebensunterhalt im Jobcenter Uckermark.

FOTO: SIGRID WERNER

nern rund 14 000 Kinder und junge Menschen bis 25 Jahre, die mit Leistungen nach dem SGB II aufwachsen. „Bei unserem Infotag wollen wir noch mehr Betroffene für die zusätzlichen Hilfen sensibilisieren und ihnen Scham oder Ängste nehmen, sie zu beantragen“, sagte Steffen. Die bürokratischen Regeln seien in diesem Jahr deutlich gelockert worden.

Kinder und junge Menschen unter 25 Jahren können Leistungen aus diesem Paket beanspruchen, wenn sie Bezieher von Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld, Sozialhilfe, Kinderzuschlägen nach dem Bundeskindergeldgesetz, Leistungen nach Wohn-

geld- oder Asylbewerberleistungsgesetz sind. Auch für Familien, deren Einkommen nur geringfügig über dem Sozialhilfesatz liege, mache es Sinn, Ansprüche aus dem Paket Bildung und Teilhabe prüfen zu lassen, ermunterte Martina Schneider, zuständige Sachgebietsleiterin, Betroffene.

Unterstützung können Eltern für ihre Kinder zum Beispiel für Schulbedarf erhalten. Da gebe es Pauschalen von 100 Euro zu Schuljahresbeginn am 1. August und 50 Euro zum 1. Februar. Ein Verwendungsnachweis werde nicht verlangt. Eltern müssten die Leistung nur beim Jobcenter abrufen.

Neu ist auch, dass die gemeinschaftliche Mittagsver-

pfehlung in Schule, Kita, Kindertagespflege oder Hort für Bedürftige nunmehr komplett übernommen wird. „Eltern müssen sich bei uns für die Essenanbieter nur die Bestätigung holen, dass sie bei uns Leistungsempfänger sind“, schilderte Martina Schneider. Leider werde selbst das von manchen Eltern versäumt. Allerdings ist ein Zuschuss nur dort möglich, wo es tatsächlich eine Gemeinschaftsmittagsversorgung gibt. Imbisskosten würden nicht finanziert. Das benachteiligt im gewissen Sinne Schüler von weiterführenden Schulen wie in Templin an der Oberschule oder am Gymnasium, wo es derzeit keine Mittagsversorgung gibt. Sozialdezernent Henryk Wichmann räumte Handlungsbedarf im Sinne der sozial Schwächsten, aber auch im Sinne einer gesunden Ernährung ein.

Auch die Erstattung der Kosten von Ausflügen und mehrtägigen Klassenfahrten in tatsächlicher Höhe sei pro-

blemlos. Kosten für Fahrt, Verpflegung, Eintritt – alles werde übernommen. „Ein Taschengeld gibt es aber nicht“, so Schneider.

Vergleichsweise gering sei noch die Inanspruchnahme von Mitteln für die Teilhabe an Kultur, Sport und Freizeit. Darüber könnten Aufwendungen für Vereine, Musik- und Kunstschulen und anderes mit pauschal 15 Euro monatlich erstattet werden.

Lernförderung zu beantragen, das gestaltete sich bislang ziemlich schwer. „Aber auch da gibt es nun Erleichterungen. Die Förderung muss zwar immer noch beantragt werden, ist aber nicht mehr an eine Versetzungsgefahr gekoppelt“, erklärte Martina Schneider. Nun bedarf es nur einer Bestätigung, dass der Schüler das Lernziel eines Schuljahres nicht erreichen könne und die schulischen Möglichkeiten ausgeschöpft seien.

Kontakt zur Autorin
s.werner@nordkurier.de

So werden die Leistungen abgerufen

Zur Verfügung stehende Mittel im Jobcenter im ersten Halbjahr 2019: 534 391 Euro **Quelle:** Jobcenter Uckermark

Auszahlungen:	471 537 Euro
davon für eintägige Ausflüge:	7047,44 Euro
mehrtägige Klassenfahrten:	136 291,30 Euro
Schulbedarf:	79 345,00 Euro
Lernförderung:	6854,64 Euro
Mittagsverpflegung:	209 214,72 Euro
soziales und kulturelles Leben:	32707,43 Euro

Jugendwehren üben nachts

UCKERMARK. Am Sonnabend findet die alljährliche Nachtwanderung der uckermärkischen Jugendfeuerwehren statt. Dieses Mal ist der Start am Zeltplatz in Brüssow. Der Appell wird um 18 Uhr sein, sodass sich die ersten Mannschaften gegen 18.15 Uhr auf den Weg machen können. Wie Kreisjugendfeuerwehrwartin Karen Bechert informierte, sind 29 Teams aus 20 Jugendfeuerwehren und eine Mannschaft des Technischen Hilfswerks – circa 200 Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis 17 Jahren – sowie 100 Betreuer angemeldet. Gestartet wird in zwei Altersklassen. Die Nachtwanderung wird gegen 1 Uhr nachts mit der Siegerehrung beendet.

Tipps für Firmenchefs

PRENZLAU. Die IHK Ostbrandenburg bietet am Mittwoch, dem 28. August, Unternehmern und solchen, die es werden wollen, einen Sprechtag in Prenzlau an. Im Bürohaus in der Brüssower Allee 91 beraten die Experten zu Themen wie Unternehmensnachfolge, Krisenbewältigung, Investitionsvorbereitung oder Kooperationsmöglichkeiten. Die Gespräche sind vertraulich und kostenfrei. Termine können unter der Telefonnummer 03334 25370 vereinbart werden.