

Vereine



SKEMA
Energie & Kampfkunst Akademie

SKEMA Kampfkunst – Durch Kontinuität zum Erfolg



An diesem Samstag wurden in der SKEMA Kampfkunstakademie Bern-Ostermundigen die Kinder- und Jugendprüfungen durchgeführt. Am Anlass nahmen 97 Kinder und 44 Jugendliche teil und wurden dabei von ihren stolzen Eltern unterstützt.

In seiner Begrüssungsrede betont Adrian Binggeli die Wichtigkeit der Kontinuität. Die anwesenden Prüfungsexperten verfolgen ihre Leidenschaft seit mehreren Jahrzehnten. Kampfkunst ist für sie nicht bloss ein Hobby, es ist ein wichtiger Lebensbegleiter. Einsatz ergibt Resultate und diese führen zum Erfolg. «In den letzten Wochen haben viele Kinder und Jugendliche nochmals einen enormen Schritt nach vorne gemacht. Die Prüfung ist eine Würdigung für Leistung der Kinder und spornt sie dazu an, ihr Bestes zu zeigen», berichtet Adrian Binggeli freudig.



Um 10.00 Uhr starten die Kleinsten. Die erste und zweite Prüfung, insgesamt 43 Kinder, zeigen ihr Können vor den stolzen Augen ihrer Eltern. Auch bei den Fortgeschrittenen platzt die SKEMA Kampfkunstschule fast aus allen Nähten, bei beiden Kinder-Prüfungen sind über 150 Zuschauer anwesend. Das SKEMA Kinder Kung Fu soll den Heranwachsenden Kontrolle über ihren Körper lehren. Es schult Koordination, Gleichgewicht, Balance und kräftigt diesen.

Höhepunkt ist sicherlich die Schwertform der 8. Prüfung. Nach einer Trainingszeit von ca. vier Jahren dürfen die Kinder die Schwertform und somit Kampfkunst mit einer Waffe erlernen. Das Gezeigte beeindruckt, synchron vollführen die Kinder die Schnitte, Kicks und Sprünge. Das Publikum applaudiert begeistert. Nun sind sie bereit für das Training bei den Jugendlichen.

Der Nachmittag steht im Zeichen der Selbstverteidigung. Im SKEMA Jugend-Selbstverteidigungs-Training lernen die Teenager, sich gegen diverse Angriffe zu wehren. Die Bewegungen werden so oft wiederholt, dass sie zum Reflex werden und unter Stress abgerufen werden, so dass echte Selbstverteidigung möglich ist.

Als Highlight des Nachmittags darf sicher der Kreis genannt werden. Bei diesem verteidigen sich zwei Jugendliche gegen mehrere Gegner. Aus allen Richtungen greifen sie mit Schlägen, Würinggattacken und Tritten an. Realistische Selbstverteidigung ist der SKEMA ein wichtiges Anliegen. Diese Form der Übung kommt einer realen Situation so nahe, wie nur möglich.

Müde, aber mit strahlendem Gesicht treten die Kinder und Jugendlichen gemeinsam mit ihren Eltern den Heimweg an. Wir hoffen, dass ihnen dieser Tag noch lange in Erinnerung bleibt.

Wir danken allen Eltern, Freunden und Bekannten von ganzem Herzen. Ohne sie wäre es für viele Kinder und Jugendliche nicht möglich, regelmässig zu trainieren und ihrer Leidenschaft zu folgen.

23. März 2024, SKEMA Kampfkunstakadem
Redaktion (fab)