

Mit Tradition und Kampfgeist

Karatetrainer Norbert Wiendl (62) macht sich für die Kampfkunst „Kobudo“ stark – 5. Dan abgelegt

Von Daniela Stattenberger

Deggendorf. Norbert Wiendl Miene ist ernst, sein Blick hochkonzentriert. Seine Hände greifen fest den Bo, den traditionellen Langstock. Es folgt ein schneller Schritt – und ein rasanter Stoß nach vorne. „Kiaaaa!“ hallt Wiendls kraftvoller Kampfschrei durch die Übungshalle in der Perlesberger Straße, durch das sogenannte Dojo für Okinawa Karate und Kobudo .

Erst kürzlich, im August, hat Karateschulleiter Norbert Wiendl die dreistündige Prüfung zum 5. Dan in Kobudo abgelegt. Eine hohe Graduierung, die den Übergang zum geistigen Meistergrad markiert und für die es jahrzehntelanges intensives Training bedarf – sowie ein tiefes Verständnis für traditionelle Waffen.

Denn während Karate (übersetzt „leere Hand“) ohne Waffen auskommt, werden bei Kobudo Alltagsgegenstände zur Verteidigung genutzt. Ab September bietet Wiendl einen Kurs für Neuansteiger an, für sie hat der Trainer auch gerade erst das Trainings- und Prüfungssystem optimiert, wie er sagt.

„Kobudo entstand, weil Bauern und Fischern auf der japanischen Insel Okinawa lange Zeit das Tragen von echten Waffen verboten war“, erklärt Wiendl. Stattdessen hätten sie zum Langstock gegriffen, eben zum Bo, der – nebenbei bemerkt – eigentlich „Rokushakubo“ heiße, weil er sechs „Shaku“, sechs Fuß, lang sei...

Fünf Mal war Wiendl, gebürtiger Deggendorfer, bereits auf Okinawa – für Wettbewerbe oder Aufführungen. Japanisch kann er nicht. Die japanischen Begriffe aus Karate und Kobudo gehen ihm trotzdem fließend von den Lippen. Kein Stocken. Kein Überlegen.

„Hätte ich in der Schule Französisch lernen müssen, das hätt' ich nicht auf die Reihe bekommen“, lacht er. „Aber dafür brenne ich, da fällt es mir leicht, mir die Begriffe zu merken“, sagt der 62-Jährige –



Den Langstock fest in der Hand: Trainer Norbert Wiendl bei einer traditionellen „Kata“, einer ein- bis zweiminütigen Abfolge fester Techniken. – Fotos: Stattenberger

und verliert sich dann gleich wieder ganz in seiner Welt: Die kurzen Holzstöcke, vermutlich einst die hölzernen Kurbeln von Mühlsteinen, seien sogenannte Tonfas. Und auch die metallene Dreizackgabel „Sai“ zähle zu den traditionellen Kobudo-Waffen. Sie wurden vermutlich von den Bauern verwendet, um Furchen für das Saatgut zu ziehen.

Wiendl nimmt zwei Dreizackgabeln aus dem Wandregal, wirbelt sie, jeweils eine pro Hand, schwungvoll durch die Luft, ohne sie auf den Boden fallen zu lassen. Sieht leicht aus, dabei bringt eine „Sai“ 800 Gramm auf die Waage.

Wie im Karate auch gibt es im okinawanischen Kobudo sogenannte Kata, feste Abfolgen von Techniken. „Sie sind das Herzstück. Und sie sind zum Teil 300 Jahre alt“, sagt Wiendl. Er trägt den Kobudo-Anzug aus schwerer, robuster Baumwolle, mit weißer Ho-



Auch die Dreizackgabel „Sai“ gehört zu dem einstigen Sortiment an Alltagsgegenständen okinawarischer Bauern, das zum Kämpfen benutzt wurde.

se und schwarzer Jacke. Ein bis im Kobudo. Die schnellen, präzisen Bewegungen, die Konzentra-

tion und Anspannung treiben Wiendl Schweißperlen auf die Stirn.

Seine Schritte hört man auf dem mit rot-blauen Matten ausgelegten Boden kaum. Wiendl ist barfuß, wie jeder im Dojo. Schon am Eingang wird man dazu aufgefordert, die Schuhe auszuziehen.

Im Dojo scheint die Zeit stehen geblieben, seit 1988 wird hier Kampfkunst praktiziert, fast alles ist noch Original, nur der Teppich im Übungsraum wurde ersetzt durch Matten und die Holzbar im Eingangsbereich hat Wiendl mittlerweile abgebaut.

Kampfkunst verbessert Konzentration

Über die Jahre ist einiges an Dekoration zusammengekommen. In einer Ecke des Übungsraums schmücken Speere aus dem TaiChi die Wand. Bilder des Gründers des Okinawa-Karatestils und seines Sohns hängen daneben. Am Boden liegen „Makiage Kigus“, Aufrollgeräte zum Handgelenktraining, sowie Schlagpolster. Aus den Fenstern hat man einen schönen Blick auf die Kastanie in Otto Schobers Biergarten.

Auf einem großen, alten Plakat steht der Karatestil, der seit 1988 hier praktiziert wird: Okinawa Shorin Ryu. Der Stil fokussiert sich unter anderem auf die Perfektionierung der „Kata“.

Bereits die Jüngsten lernen bei Wiendl – entweder im Dojo oder in der Comenius-Turnhalle – fundiert die Grundlagen der traditionellen Kampfkünste, die Begrifflichkeiten und korrekten Abläufe, um später auch überregional an Prüfungen teilnehmen oder problemlos mit einem japanischen Trainer arbeiten zu können. In einem internationalen „Pass“ werden die abgelegten Leistungsnachweise eingetragen.

Etwa 90 Schüler hat Wiendl aktuell. Ab etwa fünf Jahren können Kinder Kurse belegen. Reinen Spaß

und bloßes Spiel sucht man bei Wiendl vergebens. Doch die Kids profitieren, ist sich der Trainer sicher: „Ihre Konzentration für schulische Aufgaben verbessert sich. Karate und auch Kobudo sind ein sehr gutes Gesamtkörpertraining, verbessern Motorik und kognitive Fähigkeiten.“ Okinawa-Kobudo eigne sich außerdem besonders gut für Frauen. Das Hantieren mit den verschiedenen Geräten stelle ein leichtes Krafttraining dar, erklärt Wiendl.

Über Freunde ist der Trainer einst selbst als Junge zum Karate und zum Kobudo gekommen, mit einem kurzen Umweg über Judo. Zehn Jahre hat Wiendl im Bayernkader Kämpfe ausgetragen, hat seinen Beruf als Schlosser aufgegeben und ist 1990 hauptberuflich Karatetrainer geworden. Ans Aufhören denkt Wiendl ganz und gar nicht. Gerade Karate und Kobudo würden von den Leuten auf Okinawa praktiziert, bis sie 80, 90 Jahre alt seien, sagt er.

Erfreut war seine Mutter damals aber nicht, als er mit Karate angefangen hat, erinnert sich Wiendl, der die Liebe zu Kobudo und Karate mittlerweile mit seiner Lebenspartnerin Stefanie Riedl teilen darf. Und auch heute noch hätten viele Menschen Vorurteile gegenüber Kampfkünsten wie Karate – nicht wenige dächten dabei auch immer noch an „Tameshiwari“, an das Zerbrechen von Steinen durch eine spezielle Schlagtechnik. Dabei seien Karate und Kobudo in Wahrheit viel mehr.

Für Wiendl hat die Ausübung der „Kata“, die er seit Jahrzehnten kennt, mittlerweile vor allem einen meditativen Charakter, wie er sagt. „Im Karate und Kobudo geht es stark um die geistige Haltung.“ Oft würden die „Kata“-Abläufe daher sogar „Moving Zen“ genannt. „Und das Lernen hört nie auf“, betont Wiendl.

Im Empfangsbereich des Dojos reihen sich seine Pokale auf dem Wandregal, unter anderem hat Wiendl im British Open Platzierungen erzielt, im World Cup und in der Bayerischen Meisterschaft im Kämpfen. Im Karate hat er mit dem 6. Dan außerdem bereits die hohen Meistergrade erreicht.

Drei Tage im Zeichen von Dialekt und Kultur

Abwechslungsreiches Programm zum 27. Bairischen Mundarttag

Deggendorf. Die Stadt Deggendorf lädt am 27. Bairischen Mundarttag von Freitag, 18., bis Sonntag, 20. September, ein zu drei Tagen voller Dialekt, Literatur und Kultur. Das kostenlose Programm wird von Mundartautorinnen und -autoren aus ganz Bayern, Österreich und sogar Italien aktiv mitgestaltet. Dabei zeigt sich Mundart nicht angestaubt, sondern lebendig sowie zeitgemäß und verbindet Tradition und Gegenwart als Ausdruck gelebter Kultur.

Der Bairische Mundarttag startet am Freitag, 18. September, bereits mit einem Highlight: Bei „Zwischen Tür und Angel“ halten mit Mathias Kellner und Susi Raith zwei überaus bekannte Gesichter der bayerischen Musikszene ein abwechslungsreiches und stimmungsvolles Mundart-Konzert. Start ist um 19.30 Uhr im Kapuzinerstadl.

Im Saal des Stadthotels nimmt am Samstag, 19. September, um 9 Uhr Mundart-Experte und Poeten-teller-Preisträger Siegfried Bradl das Publikum bei seinem Vortrag „Bairisch für Verstand, Herz und Gemüt“ mit auf eine unterhaltsame Reise zu den Wurzeln der bairischen Sprache und zeigt dabei, wie vielfältig ihre sprachlichen Ursprünge sind.

Um 13 Uhr kann bei „Gschlendert und Gsunga“ zusammen mit Referentin Anita Neuhofer bairisches Liedgut gesungen werden.

Nach einem kurzen Einsingen im Saal des Stadthotels geht es auf einen Spaziergang mit verschiedenen Mundart-Liedern im Gepäck durch die Stadt.

Musikalisch geht es um 15 Uhr im Stadthotel Deggendorf mit dem Gstanzl-Kurs „Vierzeilerei“ weiter. In Kooperation mit dem Bezirk Niederbayern rückt Dr. Sebastian Daller wieder das Gstanzl-Singen in den Mittelpunkt. Er vermittelt das Handwerkszeug, um selbst kreativ tätig zu werden, und erklärt die Gesetzmäßigkeiten des Vierzeilers sowie ihr Zusammenspiel mit dem Bairischen.

In der Stadtbibliothek findet um

16.30 Uhr der Fachvortrag „Bairisch ausgedeutet. Geschichte(n) vom wahren Hochdeutschen“ von Gerald Huber statt. Der langjährige Korrespondent und Redakteur des Bayerischen Rundfunks nimmt die Zuhörer mit auf einen fachkundigen Streifzug durch Herkunft, Wandel und Zukunft des Bairischen.

Abends wird es zusammen mit dem Bayerischen-Wald Verein, Sektion Deggendorf, und den Landfrauen Deggendorf gesellig. Beim „Lus zua“-Wirtshausabend ab 19 Uhr in den Deggendorfer Gasthäusern und im Kapuzinerstadl kommen bayerische Gemü-

lichkeit, kurzweilige Mundartlesungen und traditionelle Musik zusammen. Platzreservierung bitte unter der jeweiligen Nummer: Gasthaus „Zur Knödelwerferin“, ☎ 0991/4767, Gasthaus „Goldener Engel“, ☎ 0991/34466665, Traditionswirtshaus „Zum Weissbräu“, ☎ 0991/34467111 oder Kapuzinerstadl Deggendorf, ☎ 0991/2960-5301.

Am Sonntag, 20. September, zelebriert schließlich Stadtpfarrer Martin Neidl in der Heilig-Grabkirche St. Peter und St. Paul um 9 Uhr die Waidlmesse mit musikalischer Umrahmung durch die Deggendorfer Geißkopfsänger.

Mit einem abschließenden Festakt um 10.30 Uhr wird die geleistete Arbeit in der Dialektpflege durch Vergabe des Poeten Tellers durch die Bayerische Staatsregierung unter der Schirmherrschaft von Ministerpräsident Dr. Markus Söder sowie der Vergabe der Ehren-gabe durch die Stadt Deggendorf gewürdigt. Der bayerische Staatsminister für Wohnen, Bau und Verkehr Christian Bernreiter und Oberbürgermeister Christian Moser übergeben die Preise in einem feierlichen Rahmen an die verdienten Persönlichkeiten.

Veranstalter ist das Kulturreferat der Stadt Deggendorf mit Leiterin Sabine Saxinger. Bei allen Programmpunkten ist der Eintritt für die Besucher frei. Eine Reservierung wird empfohlen unter ☎ 0991/2960-5303 oder kulturamt@deggendorf.de. – dz



Freuen sich auf ein Wochenende voller Dialekt, Literatur und Kultur zum 27. Bairischen Mundarttag: Zweite Bürgermeisterin Renate Wasmeier (v.l.), Kulturreferentin Sabine Saxinger und Organisator Daniel Kainz. – Foto: Stadt

Jetzt noch einen Studienplatz sichern

Bewerbung bis 15. September möglich

Deggendorf. Noch bis zum 15. September können sich Studieninteressierte für vielfältige Studiengänge an der Technischen Hochschule Deggendorf (THD) bewerben und die Chance erhalten, ihr Studium am 1. Oktober 2026 zu starten. Darüber berichtet die Hochschule in einer Pressemitteilung. Zur Auswahl stehen demnach Bachelor- und Masterprogramme aus den Bereichen Bau und Umwelt, Technik, Informatik, Wirtschaft, Design und Medien sowie Gesundheit, Sport und Soziales.

Ob Bauingenieurwesen, Cyber Security, Tourismusmanagement oder Pflege: Für zahlreiche Bachelorstudiengänge mit unterschiedlichsten Ausrichtungen ist der Bewerbungszeitraum an der THD noch bis zum 15. September geöffnet.

Unentschlossene haben dementsprechend noch die Möglichkeit, sich auf der Hochschulwebseite umzusehen und ihr Wunschstudium zu finden.

Auch für Alumni, die ihren Bachelorabschluss bereits erfolgreich erworben haben, bietet der verlängerte Zeitraum die Chance, sich akademisch weiterzubilden. Masterstudiengänge wie Angewandte Sportwissenschaften mit Schwerpunkt interprofessionelle Betreuung im Sport, Medientechnik oder Maschinenbau sind ebenfalls noch bis zum 15. September für Bewerbungen geöffnet.

Infos zu den noch offenen Studiengängen, den jeweiligen Zulassungsvoraussetzungen und der Bewerbung sind auf <https://www.thd-deg.de/einsehbar>. – dz

Kostenlose Beratung für Existenzgründer

Angebot der Hans Lindner Stiftung

Deggendorf. Damit Existenzgründer und Betriebsnachfolger aus Deggendorf und Umgebung den Weg zu einer erfolgreichen Selbstständigkeit sicher und erfolgreich meistern, bietet die Hans Lindner Stiftung kostenfreie Unterstützung an einem Beratungstag. Am Dienstag, 22. Sep-

tember, gibt es wieder die Möglichkeit, sich im ITC1 Deggendorf umfassend von den Experten der Stiftung unterstützen zu lassen.

Da es sich um Einzelgespräche handelt, ist eine vorherige Terminvereinbarung unter ☎ 08723/20-2899 oder unter info@Hans-Lindner-Stiftung.de notwendig. – dz