



Modernes Sportkarate wurde 1971 am Sportinstitut der RWTH Aachen als neuartiges Trainingskonzept für Sportkampf und Selbstverteidigung entwickelt. Die Beobachtung verschiedener Stilrichtungen im Kampf führte zu dem Ergebnis, dass trotz großer Unterschiede in der Ausbildung die Kämpfer in gleichen Bewegungsmustern agieren.

Daraus wurde ein Ausbildungssystem entwickelt, das dem Anfänger schnell und direkt die praktikablen Techniken für Wettkampf und Selbstverteidigung vermittelt. Kicks, Fußfeger und Fauststöße sind in ein logisches Bewegungsschema eingebettet, das es erlaubt, die verschiedenen Techniken vielfältig zu variieren und zu kombinieren.

Modernes Sportkarate versteht sich als Weiterentwicklung des klassischen Karates auf der Grundlage der modernen Sportwissenschaften. Nähere Informationen findet Ihr in dem Buch "[Modernes Sport Karate](#)" von Dr. Rudolf Jakhel, IX. Dan.