

Portraits von Helmut Jarosch und Bernd Andres

Verfasst von Roland Heimgartner in Juni 2009

Prolog:

Eine ganz persönliche Betrachtung von Roland Heimgartner. Der Karate Klub Arbon und deren Viererbande ist das zentrale, verbindende Element beider Karatekas und von da entwickelt sich die Geschichte der beiden Sportler. Es geht hier nicht um eine Auflistung sportlicher Erfolge oder wann wer sich den Dangrad erworben hat, sondern eher um den sportlichen Werdegang und die Bedeutung der betreffenden Personen und der Beziehungen zueinander

Die Anfangsjahre

Ein Zeitungsartikel mit Inserat und ein paar kleinere Plakate machten im Frühjahr 1969 die Jugend von Arbon aufmerksam auf die fernöstliche Kampfkunst des Kyokushinkai Karate. Damals war das Dojo Rorschach, unter der Leitung von Alex Conzetta, sehr aktiv. So trafen wir uns im Dojo, dem ehemaligen Schwingkeller, zum Anfängerkurs. Über 60 an der Zahl im Alter von 15 bis 35. Das besondere daran: Bernd Andres hatte schon 6 Monate Karate geübt und hatte bereits den zweiten schwarzen Strich auf seinem Gürtel, also den 6.Kyu. Er half dem Übungsleiter mit Grüngürt während der Anfangsphase des Anfängerkurses.

Von den 5 Erwachsenen fiel mir einer besonders auf: Gross und kräftig, aber unsportlich mit Bierbauch, jedoch mit zähem Willen biss er sich durch die Trainings. Wir standen meistens nebeneinander in Reihe zwei. Am Stammtisch erzählte er, er arbeite als Kranführer auf dem Bau, heisse Helmut Jarosch und komme von Graz in der Steiermark, Österreich. Das Training machte durstig, entsprechend war der Bierkonsum bei den Erwachsenen danach.

Nach dem Anfängerkurs hatte uns der Virus „Karate“ ganz gepackt, einfach faszinierend das Ganze. Über 9 Monate war Kyokushinkai unser Bezugspunkt, aber langsam kamen uns Zweifel auf ob des arroganten Trainergebarens einiger Danträger. Sensei sein sollte auch Vorbild sein, dies hat mit Abzocke und persönlichem Machogehabe nichts zu tun.

Im Sommer hatten wir in Arbon dann endlich das Dojo von den Sägespänen und den darin lebenden Tieren entledigt, die Wände neu gestrichen sowie die Duschen und die Garderobe etwas saniert. Fortan hatten wir einen rohen! Betonboden für das Training, nichts für empfindliche Füße.

Im Dezember 69 stellte sich in unserem Dojo das JKA Shotokan Karate vor mit Sugimura Sensei, damals 3.Dan und Jürgen Stutterich, einem Braungürt aus dem Dojo Winterthur von Anne-Marie Pfeiffer und Horst Dammert. Jürgen zeigte ein paar Grundelemente und Kombinationen aus der Grundschule und eine Kata. Nie vorher hatten wir so etwas gesehen, präzise Bewegungen mit viel Kime ausgeführt, im Gegensatz zu dem eher rundlichen, kampfbetonten Karate wie wir es kannten. Relativ schnell danach entschlossen wir uns für das Shotokan Karate und von vorne zu beginnen. Mit der Unterstützung von Winterthur starteten wir ins Abenteuer.

Der 28-jährige Helmut Jarosch leitete fortan das Training, dies war von allen Jugendlichen so gewünscht. Einmal pro Woche war er zum persönlichen und intensiven Training bei Horst Dammert. Das Gelernte setzte er bei uns im Training um. Bald wurde im Dojo Arbon von zwei, auf drei, dann auf 4 Trainingsabende erweitert. Im Frühjahr 1970 war dann tägliches Training angesagt, schliesslich waren wir fanatisch dabei und hatten uns Ziele gesetzt. Helmut's etwas harter Trainingsstil, seine ewig fordernde Art für mehr Leistung waren uns sehr willkommen. Bernd Andres fungierte als Co-Trainer. Man konnte bei uns den rasanten Fortschritt in den Techniken gut auslesen.

Im Sommer 70 stand dann ein knapp 15-Jähriger im Anfängerkurs. Roland Ammermüller. Er hatte Talent und den unbegrenzten Ehrgeiz, wie Helmut, Bernd und ich, etwas zu erreichen.

Zur gleichen Zeit gesellten sich die ersten Damen zum Training, wie auch Silvia Aerne, eine danach recht erfolgreiche Karateka in Kata. Diese Silvia wurde später zur Freundin von Bernd, dann wurden die zwei ein Paar und hatten Kinder.

Am Anfang wurden wir in Arbon als Exotensportler eher belächelt, da es andere Sportarten national wie international weit gebracht hatten. Mit zunehmenden Erfolgen kam der Respekt.

Helmut wurde durch die Trainerschulung rasch zu unserem Vorbild, eiserner Trainingswille und seine Forderung nach immer mehr beeindruckten. Sicherlich hatten wir in den ersten Jahren täglich Neues zu verarbeiten, sei es dass ein Oi-Tsuki eben halt nicht ein Oi-Tsuki war und viel an geradlinigen, effizienten Bewegungen, Eleganz, kraftvollem Beineinsatz, Hara und Kime benötigten um perfekt ausgeführt zu werden und die entsprechende Wirkung zu erzielen.

Bernd Andres war eher der filigrane, zähe Techniker mit scharfen und präzisen Bewegungen. Er überraschte auch mit seinem Ehrgeiz im Kampf und wurde bekannt für seine kompromisslose Art zu kämpfen. Als Sohn einer deutschen Mutter und eines schweizerischen Vaters, in der Schweiz aufgewachsen, hielt er doch lange Zeit an Hochdeutsch fest in der Kommunikation mit uns. Seine überaus guten Benimmregeln waren deutlich anders als unsere, eher gepflegt, aristokratisch angehaucht. Manchmal wurde er Zielscheibe einiger neckischen Spielereien unsererseits die wir aber schnell wieder einstellten, da sie ihm zu schaffen machten.

Die Arboner Vierergruppe stand sich in Nichts nach. Im Dojo wurde hart trainiert, nach heutigen Erkenntnissen nicht immer sportfördernd richtig, aber doch sehr effektiv. So zum Abschluss noch kurz 300 Rumpf- oder Kniebeugungen war eher die Norm als die Ausnahme. Helmut legte viel Wert auf eine gute Grundkondition und einige Kraftübungen. Im Training wurde vielfach bis ans Limit gegangen, sei es konditionell, technisch oder kampfmässig. Eben nach den 300 Rumpfbeugen noch eine halbe Stunde lockeres Randori. Was dojofremden Karatekas aber eher als sehr hart empfanden. Jeder von uns wollte beweisen der Beste zu sein. Hat einer eine Meisterschaft gewonnen, so wurde er von den Restlichen im Dojo gleich wieder auf die Probe gestellt. Nicht aus Neid sondern eher zur Standortorientierung. Der sportliche und persönliche Respekt untereinander schweissten uns als Team und Sportkollegen eher zusammen.

Innert kurzer Zeit stellten wir vier Stammkämpfer für das SKR Team. Nach dritten und zweiten Plätzen im Teamkumite gesellte sich dann 1976 endlich der EAKF Europameistertitel. Im Final bezwangen wir die übermächtigen Engländer. 1975 in San Diego (Los Angeles) und 1977 in Tokio waren wir als Team an der IAKF Weltmeisterschaft. Beide Male ergänzte Bruno Vogelsanger (Woody) die Mannschaft, eine wertvolle Stütze und immer für Überraschungen besorgter Karateka aus dem Dojo Schaffhausen, später dann Zürich.

Hätten wir in jenen Jahren etwas mehr gewusst über die sportpsychologische Unterstützung und angewandte Motivationslehre, hätten wir vermutlich noch mehr erreicht. Vieles geht doch im Kopf ab wenn man sich den nächsten Gegner gegenüberstellt. Die Selbstverständlichkeit seinem Gegner ebenbürtig zu sein hat manchmal gefehlt, vielleicht durch dessen Gebärdensprache, seine schon erzielten Titel oder seiner strotzenden Einstellung zu gewinnen. Alles kann man durch Kampfgeist nicht wettmachen. Vieles geht im Kopf ab.

Helmut war der geborene Kämpfertyp, mit dem Willen zu sehr hart zu trainieren und im Wettkampf zu gewinnen. Auch da kämpfte er mit harten Bandagen, dies war aber in jenen Jahren üblich und wurde manchmal mit einem Jui geandet, vorallem wenn Blut floss.

Ab 1976 eröffnete Helmut ein paar Dojos im Vorarlberg. Wir halfen ihm dabei wo und wenn möglich. Bernd übernahm zunehmend das Training im Dojo Arbon. Da ich im Herbst 1973 mit dem Maschinenbaustudium im Abendtechnikum St.Gallen anfang, hatte ich neben meinem eigenen Training nur noch wenig Zeit mehr als ein Training während der Woche in Arbon zu leiten. Mein Tag gestaltete sich aus 7.5 Stunden Arbeit, über Mittag Eigentraining im Dojo, um 16 Uhr teilweise mit dem Fahrrad nach St.Gallen mit Helmut an meiner Seite, der das Ganze immer sehr ehrgeizig anging, dann Schule bis 20:15 Uhr (oder 22:15), mit dem Fahrrad nach Arbon und direkt ab ins Training. Die helmutsche Portion Motivation war mir immer sehr willkommen.

Wieder zurück zu Helmut; 1975 und 1977 trainierte er uns verbissen für die WM in den USA und Japan. Tägliches Training war gefordert, dazu viele Wochenenden. Eine harte Zeit für mich neben der Arbeit und dem Studium, aber durchaus machbar. Helmut's Gangart wurde zunehmend fordernder und härter, mussten wir Teams stellen deren Kämpfer ihren Unterhalt mit Karate verdienten und mehr Zeit im Dojo verbrachten. Wir wollten ja auch auf dieser Ebene mithalten können. Manchmal konnte einem schon „Hannes der Schinder“ durch den Kopf gehen. Nur eben nicht der Hannes sondern der Helmut; Bernd stand ihm aber in dem nichts nach und gab auch Vollgas.

Ende 1978 war der grosse Umbruch und des Wechsels. Im 1978 trainierten wir noch viel gemeinsam und bestritten nationale und internationale Meisterschaften.

Danach hatte Helmut mehr und mehr zu tun im Vorarlberg, damals dann schon 7 Dojos. Zwei Trainingsabende im Monat in Arbon war dann das Höchste. Im monatlichen SKR Training und im Sommerlager war er fortan noch zu haben. Der Aufbau im Vorarlberg kostete ihn viel Kraft und Zeit, er betrieb das aber mit der ihm gegebenen Leidenschaft.

Ab 1979 war er für etliche Jahre Nationaltrainer der Österreicher für die Junioren und Senioren; hauptsächlich für Kampf. Die Katabetreuung übernahm ein Assistent. Da die Sportpolitiker aber den Sport manipulierten gab er seinen Nationaltrainerposten 1985 auf und konzentrierte sich vollends auf den Vorarlberger Verband. In den folgenden Jahren erwachte sein Interesse am Biathlon und Triathlon. Zuerst die normalen Distanzen, dann der Hawaii Triathlon, dann den zwei- und dreifachen Hawaii Triathlon und am Schluss noch die Extrem- und Ultradistanzen wie etwa mit dem Fahrrad quer durch die USA, mit maximal 3 Stunden Pause pro Tag. Verrückt, aber er hat es getan. Wir waren im Dezember 2006 und 2007 mit ihm und seiner Freundin in Hard beim Chinesen. Da strotzte er noch von Gesundheit, sowie Ideen für sportliche Ziele mit einer Jugendgruppe aus den Randbezirken beziehungsweise Problemzonen von Bregenz. Mit Trauer im Herzen habe ich dann von seinem Ableben, nach einer schweren Krankheit, im Mai 2008 vernommen. Da ist ein echter Kumpel und Freund von dannen gegangen. Ruhe in Frieden Helmut.

Bernd übernahm das Training im Dojo Arbon ganz. Er hatte alle Hände voll zu tun mit dem Nachwuchs, namentlich mit Beda Meienberger, Beat Stieger und Gregor Hermann. Zudem half er mit im SKR Training und im technischen Bereich (Kata) Nachwuchs SKR. Als guter Techniker und Motivator war er eine gute Stütze für den SKR neben Daniel Grabenstätter.

Da ich mit nach dem Abschluss im Maschinenbau noch für ein Studium der Elektrotechnik entschloss, zudem die Karatesektion des Arashi Yama in Wil führte, verlegte ich den Wohnsitz nach Wil. Zusätzlich kümmerte ich mich noch um den Shotokan Winterthur ein bis zweimal pro Woche, und ein monatliches Training in Lenzburg. Neben dem Studium ein kleineres organisatorisches Problem. Im SKR begleitete ich die Junioren im Training und für die Europameisterschaften, wo doch einige gute dritte, zweite Plätze, sowie ein erster Platz resultierten. Nach dem Studium half ich viel in der Sportorganisation, ging mit Teams ins Ausland für Freundschaftswettbewerbe und organisierte eigenhändig die Europameisterschaft in der Brunauhalle 1982. Ab 1984 ging ich für knapp 20 Jahre ins Ausland.

Roland Ammermüller half fortan Bernd im Dojo Arbon, hatte aber viel Aufbauarbeit mit seinen Dojos in Romanshorn und Amriswil zu leisten.