

# Zehn Jahre im Zeichen der Gewaltprävention

Die Karateschule Kimura Shukokai feiert im November ihren 10. Geburtstag und blickt auf eine beeindruckende Erfolgsgeschichte mit Auszeichnung zurück.

**A**ngefangen hat die Erfolgsgeschichte der Karateschule Kimura Shukokai im November 2009. In einem verkommenen Haus an der Tribschenstrasse richtete die Schule ihr Dojo ein und lud zum Tag der offenen Tür. «Wir wurden förmlich überrannt», erinnert sich Antonella Bergamin. Zusammen mit Sensei Pascal Egger (5. Dan), einem Welt- und Europameister, leitet sie die Trainings der Karateschule. «Damit hätte niemand von uns gerechnet. Uns war sofort klar, dass dies kein Probelauf, sondern ein echter Startschuss ist.» Gleich 80 Personen haben sich für ein Training eingetragen. Zu viele für das kleine Dojo im Tribschenquartier.

**Schüler bauen Trainingsort**  
Ein Umzug war also zwingend notwen-

dig. «Wir hatten das Glück, dass beim Eisfeld eine passende Räumlichkeit frei wurde. Jedoch waren Renovations- und Umbauarbeiten dringend notwendig», sagt Bergamin. Kurzerhand hat man sich dazu entschlossen, die Arbeiten selber durchzuführen. «Gut 20 Schülerinnen und Schüler, die sich erst gerade noch angemeldet hatten, halfen mit, das neue Dojo zu bauen – unterstützt von Freunden aus unserem Umfeld», freut sich Bergamin. Noch heute, zehn Jahre später, trainieren die Schülerinnen und Schüler von damals im neuen Dojo mit. Die Zahl der Mitglieder stieg inzwischen auf ganze 380 an.

«Was unsere Karateschule so beliebt macht, ist deren Philosophie. Beim Shukokai geht es nicht nur darum, Bewegungsabläufe zu erlernen und zu verinnerlichen, sondern auch darum, den Körper zusätzlich biomechanisch zu erfahren und zu trainieren», erklärt Bergamin.

## Stark ohne Gewalt

Von Beginn an ist auch die Gewaltprävention Teil des Angebots. 2016 wurde die Karateschule Kimura Shukokai vom Kanton Luzern dafür mit dem Präventionspreis ausgezeichnet. «Dieses Angebot ist uns sehr wichtig. Ein Kind, das beispielsweise an der Schule Gewalt anwendet oder andere Kinder bedroht, sucht eigentlich nach Hilfe», weiss Pascal Egger. «Solchen Kindern bieten wir diese



Zehn Jahre Erfahrung: Antonella Bergamin und Sensei Pascal Egger. Bild: Karate Kimura Shukokai

Hilfe an, damit sie in einem geschützten und sicheren Rahmen ein Ventil finden und ihre Grenzen ausloten können.» Ein wichtiger Beitrag für mehr Sicherheit, den die Karateschule Kimura Shukokai auch in Zukunft weiter leisten will.

Lukas Z'berg

## Karate live erleben

Sonntag, 10. November, jeweils um 11 Uhr und 14 Uhr inklusive Apéro an der Eisfeldstrasse 2a in Luzern.  
Infos: [www.shukokai-karate-luzern.ch](http://www.shukokai-karate-luzern.ch)