

Sport



Fussball Hansi Flick und seine Bayern treffen heute auf Chelsea. Die Münchner haben noch eine Rechnung offen. Seite 16

Tischtennis Port hat seinen Platz in der NLC-Spitzengruppe mit einem Sieg gegen Cortailod gefestigt. Seite 16

Im Zen Shin wird nicht nur Edelmetall gesammelt

Kampfsport Zen Shin, das Bieler Zentrum für Kampfkunst und Gesundheit, feiert sein 50-Jahr-Jubiläum. Geschäftsführer Dominique Sigillò zählt auf 300 Mitglieder und einen zweifachen Weltmeister.

Patric Schindler

Vor 50 Jahren ist das Karate-Do Biel von Salvatore Sigillò gegründet worden. Aus der ersten Karateschule des Seelands ist inzwischen ein vielfältiges Zentrum für Kampfkunst und Gesundheit unter dem Namen Zen Shin geworden. Dieses vermittelt an der General-Dufourstrasse 102 a in Biel seinen Schülerinnen und Schülern sämtliche Aspekte der Kampfkunst. Dabei geht es unter anderem um Körperbeherrschung, Persönlichkeitsentwicklung, Selbstverteidigung und Wettkampfvorbereitung. Zen Shin wird inzwischen von Salvatore Sigillòs Sohn, Dominique Sigillò, geführt. Angefangen hat Dominique Sigillò mit Judo, als 1972 das Karate-Do Biel eine Nachwuchsabteilung eröffnete, wechselte er zum Karate.

Dominique Sigillò erlebte unter seinem Vater Salvatore zusammen mit seinen Schwestern Bellinda und Many, aus denen auch Karateka wurden, wie sich aus der Karateschule eine breit gefächerte Kampfschule entwickelte. Nur fünf Jahre nach der Gründung des Karate-Do wurde mit Kickboxen eine zweite Sportart angeboten. In dieser Disziplin feierte das Zen Shin im Wettkampfbereich seinen grössten Erfolg. Der Seeländer Hermann Mühlheim wurde 1993 und 1995 Weltmeister, 1996 gewann er an der Europameisterschaft Gold. Heute ist er im Kickboxen Chefinstruktor und gibt sein Wissen als Trainer im Zen Shin in Biel weiter.

Zwischen 250 und 300 Mitglieder

Weil sich das Karate-Do nicht nur auf Karate und Kickboxen beschränken wollte, wurde 1993 Zen Shin gegründet und Dominique Sigillò übernahm die Geschäftsführung des Zentrums, das nach diversen anderen Standorten in Biel und Nidau seitdem an der General-Dufourstrasse beheimatet ist. Rund 300 Mitglieder besuchten damals das Zen Shin. Im Verlauf der 90er-Jahre wuchs der Bestand an Kampfsportlerinnen und Kampfsportlern sogar bis auf 350 heran. «Heute bewegen sich die Mitgliederzahlen zwischen 250 und 300», sagt Dominique Sigillò. Die Hälfte davon sei unter 20 Jahre alt. Rund jedes zehnte Zen-Shin-Mitglied nimmt auch an Wettkämpfen teil. Und dies insbesondere im Karate mit grossem Erfolg. An der Schweizer Meisterschaft des vergangenen Jahres konnten die Karateka



Dominique Sigillò (links) hat im Zen Shin eine grosse Nachwuchs-Abteilung. BILDER: ZVG

des diesjährigen Jubilars 15 Medaillen ins Trockene bringen. «Wir haben Karateka, die täglich trainieren. Manche sogar zweimal pro Tag», sagt Sigillò.

Dies erstaunt nicht, denn das Palmarès des Bieler ist eindrücklich und dürfte eine zusätzliche Motivation sein, um es im Karate national oder sogar international bis an die Spitze zu schaffen. Das frühere Mitglied des Schweizer Nationalteams war zehnfacher nationaler Titelträger in den Karate-Disziplinen Kata und Kumite. Seinen grössten Erfolg feierte er 1984, als er im Kumite Vize-Weltmeister geworden ist. Sieben Jahre später gewann er in derselben Sparte an der EM die Silbermedaille. Ein Jahr später hievte er sich an den kontinentalen Meisterschaften erneut aufs Podest (3.) und holte eine Saison danach im Teamwettbewerb Bronze (beide Erfolge feierte er ebenfalls im Kumite).

Nicola Sigillò ist auf nationaler Ebene schon in die Fussstapfen seines Vaters getreten. Das Nationalmannschaftsmitglied ist mehrfacher Schweizer Meister im Kata und im Kumite und unterrichtet auch am Zen Shin. Und mit der Seeländerin Michelle Saner, die heute Kata-Nationaltrainerin ist und früher als mehrfache Schweizer Meisterin (Kata und Kumite) sowie als EM-Bronzemedallengewinnerin 2007 im Kata überzeugte, hat es eine weitere Karateka, die im Zentrum des Jubilars ihr Wissen weitergibt.

Durchhaltewillen und Respekt

«Bei uns hat es Platz für alle, also für Leistungs- und Breitensportler», erklärt der Junioren-Europameister des Jahres 1985 (Kumite) und Mitglied der Technischen Kommission des Karate-Weltverbandes WKF. Die jüngsten Karateka seien 5 Jahre alt, die ältesten um die 90 Jahre. «Selbst wenn Kinder oder Jugendliche nach ein paar Jahren mit dem Kampfsport aufhören, kehren einige von ihnen zu einem späteren Zeitpunkt wieder zu uns zurück», sagt Sigillò. Kampfsport sei für ihn eine Lebensschule. Durchhaltewillen, Disziplin, Respekt gegenüber anderen Menschen und Fairness habe er unter anderem durch den Kampfsport vermittelt bekommen. «Dazu kommt die geistige und körperliche Fitness», so Sigillò. Zudem gebe es im Karate-Training selten Verletzungen. «Wenn ein Karateka ausfällt, dann hat er sich meistens in einer anderen Sportart verletzt», so der Geschäftsführer von Zen Shin. Klar habe man im Karate ge-

rade als Spitzensportler immer mal Prellungen oder Zerrungen, aber im Vergleich zu anderen Sportarten sei Karate sicher weniger verletzungsanfällig.

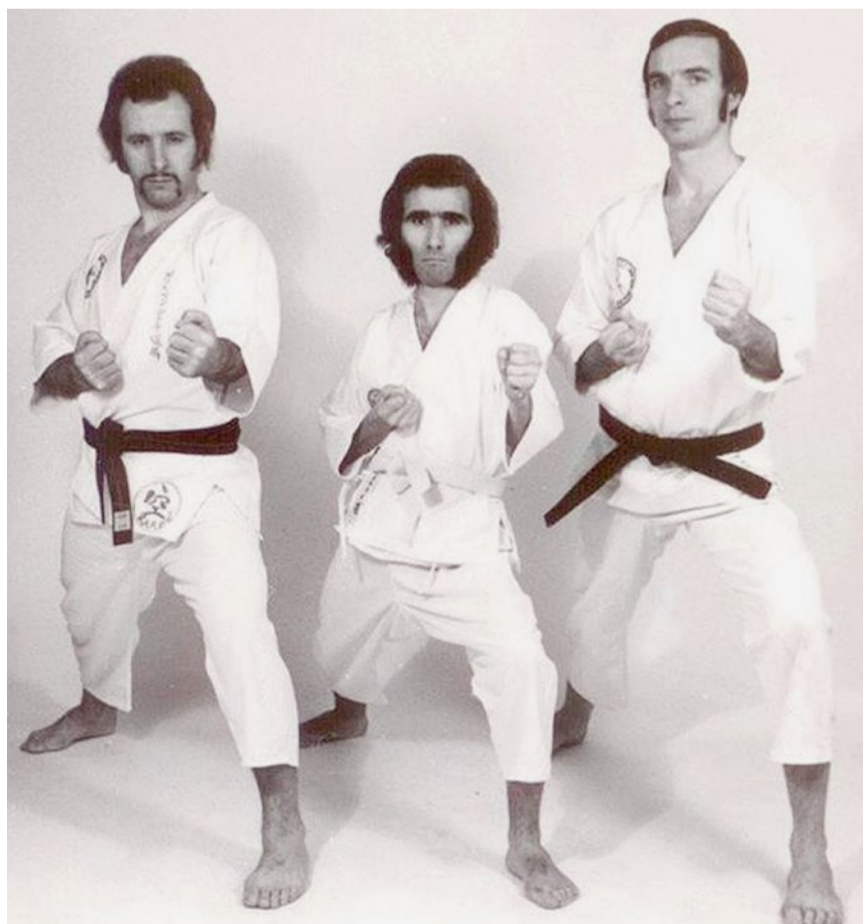
Inzwischen ist das Angebot von Zen Shin sehr umfangreich. Neben Karate (in dieser Sportart gibt es unter den Mitgliedern die grösste Nachfrage), wird auch noch Kickboxen, Taji-Quan, Qigong, Yoga, Kraft- und Ausdauertraining sowie Selbstverteidigung (Krav Maga) angeboten. Bei Krav Maga handelt es sich um ein Selbstverteidigungssystem für Privatpersonen, Polizei- und Justizbehörden, Rettungs- und Pflegepersonal sowie Militär- und Sicherheitsdienste. Ursprünglich in Israel entwickelt, wurde es in Europa durch Nahkampfspezialisten von Polizei- und Justizbehörden aus der Schweiz und aus Deutschland weiterforciert, um Menschen die Möglichkeit zu geben, sich schnell auf kritische Situationen einzustellen und Aggressionen jeder Art zu bewältigen.

Die jüngeren Zen-Shin-Mitglieder würden sich in der Regel auf eine Disziplin konzentrieren, die älteren üben auch schon mal mehrere Sportarten aus. Beim Karate ist es möglich, bereits als kleines Kind im Zen Shin zu schnuppern. Dominique Sigillòs Schwester, Bellinda Sigillò, bietet ein Mutter-Vater-Kind-Karate für Kinder zwischen 3 und 10 Jahren an. Dabei werden die Eltern mit ihrem Kind in diese Sportart eingeführt.

Bescheidenheit und Dankbarkeit

Dominique Sigillò ist stolz und glücklich darüber, dass aus einer kleinen Bieler Karateschule innerhalb von 50 Jahren ein Zentrum für Kampfkunst und Gesundheit entstanden ist. Eine grosse Jubiläumsparty gibt es nicht. Das würde auch nicht zur Philosophie des Karates passen. Denn auch Bescheidenheit und Dankbarkeit zeichnen einen Karateka aus.

Info: Weitere Informationen unter www.zenshin.ch



Die ersten Trainer (von links): Damiano Calo, Salvatore Sigillò und Pavo Placun.

Petkovic bleibt wohl Nationaltrainer

Fussball Heute soll die Bestätigung des Schweizerischen Fussballverbands folgen: Vladimir Petkovic wird offenbar weitere zwei Jahre Nationalcoach bleiben.

Die Würfel sind gefallen: Der SFV hat die Trainerfrage des Nationalteams gelöst und orientiert heute darüber. Der Verband lud gestern zu einer Medienorientierung «betreffend Regelung der Trainerfrage des Schweizer A-Nationalteams» ein. Er dürfte dabei verkünden, was sich in den letzten drei Monaten abgezeichnet hat. Der Vertrag mit Vladimir Petkovic wird um zwei Jahre, also bis und mit Ende der WM-Qualifikation 2022, verlängert. Schafft die Schweiz die Endrunden-Teilnahme in Katar, bleibt Petkovic bis mindestens Ende 2022 Trainer.

In den letzten Wochen hatten die Direktbetroffenen betont, dass eine gemeinsame Zukunft angestrebt wird. Petkovic selbst hatte schon im Dezember gegenüber Medien bekräftigt, dass er sich eine weitere Zusammenarbeit wünscht. Nationalteamdirektor Pierluigi Tami hatte Anfang Jahr den gleichen Wunsch geäussert. Aufgrund der sportlichen Resultate ist es richtig, dass der SFV offenbar mit dem erfolgreichsten Nationaltrainer seiner Geschichte in die Zukunft geht. Petkovic ist seit 2014 im Amt und hat seither jedes Turnier erreicht: die EM 2016, die WM 2018 und nun die EM 2020. Er weiss nicht nur die nackten Ergebnisse auf seiner Seite, sondern auch die Unterstützung von einflussreichen Spielern. Solches hat nun in der Trainerfrage wohl den Ausschlag gegeben. *sda*

Nachrichten

SKI ALPIN

Vlhova bangt um Fortsetzung der Saison

Die Slowakin Petra Vlhova hat sich bei den Weltcuprennen in Crans Montana eine Knorpelverletzung am Knie zugezogen und sich gestern ärztlich untersuchen lassen. «Wir prüfen derzeit, wie es in der Saison weitergeht», wird Trainer Livio Magoni auf der Website von «Pravda» zitiert. Heute wird sich die im Slalom-Weltcup führende Vlhova einem sportlichen Test unterziehen. *sda*

SKI ALPIN

Weltcuprennen in Italien akut gefährdet

Der italienische Wintersportverband hat wegen der Coronavirus-Infektionen alle für diese Woche geplanten Wintersportveranstaltungen im ganzen Land gestoppt. Zunächst galt die Massnahme nur für die Regionen Lombardei und Venetien, wurde dann aber auf alle Gebiete ausgedehnt. Über eine mögliche Absage der Weltcuprennen der Frauen, die am kommenden Wochenende in La Thuile stattfinden sollen, muss die FIS entscheiden. La Thuile liegt im Aostatal, das nicht zu den betroffenen Gebieten zählt. Auch das Weltcup-Finale ist in Italien vorgesehen, vom 18. bis 22. März in Cortina d'Ampezzo. *sda*

RAD

Sorge um Mailand-Sanremo wegen Virus

Der Veranstalter des Rad-Klassikers Mailand-Sanremo, Mauro Vegni, blickt mit Sorge auf den Ausbruch des Coronavirus in Norditalien. «Im Moment gibt es keinen Plan B für Mailand-Sanremo», sagte Vegni gestern dem Portal «cyclingnews.com». Die 291 km lange Route des Eintagesrennens, das am 21. März stattfinden soll, führt von Mailand aus zum Teil durch die Lombardei. In dieser Region wurden zuletzt besonders viele Coronafälle registriert. *sda*

Der Unterschied zwischen Kata und Kumite

Im Karate sind die beiden Wettkampfdisciplinen Kata und Kumite weit verbreitet. Kumite heisst auf japanisch die Begegnung der Hände und bezeichnet eine Wettkampf- und Trainingsform in **japanischen Kampfkünsten**. Im Wettkampf ist das Kumite der Kampf zweier Gegner ohne vorherige Absprache der Techniken. Im Training allerdings können je nach Kampfsportart dann unterschiedliche Stufen des Kumites existieren, in denen die Angriff- und Abwehrtechniken je nach Stufe vorgeschrieben sein können. Kata ist (wie in anderen japanischen Kampfsportarten auch) **eine Übungsform**, die aus Kämpfen besteht, welche jedoch im Karate meist gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner geführt werden. *mt/pss*