Chinablog

Meine Reise nach China

von

Thomas Rößler

2010

Im Sommer 2010 machte ich mich auf, um eine Trainingsreise im Ursprungsland des Shaolin Kung Fu anzutreten: China.

Die Erfahrungen, die ich während meines dreimonatigen Aufenthaltes in einer Kung-Fu-Schule nahe des Yuntai Shan Gebirges erlebte habe, dokumentierte ich ausführlich in meinen täglichen Reiseberichten.

Dieses Buch stellt eine Zusammenstellung meiner Berichte dar. Ergänzt wurden diese mit zusätzlichen Informationen rund um die Erlebnisse nach meiner Reise sowie den Persönlichkeiten, die mich während dieser Zeit begleitet haben.

„Auch eine Reise von tausend Meilen beginnt mit einem Schritt.“

Laozi, chinesischer Philosoph

Inhaltsverzeichnis

VORWORT 5

TAGES- UND WOCHENBERICHTE 6

5. Juni 2010 – Der Koffer ist gepackt 7
7. Juni 2010 – In Peking angekommen 8
8. Juni 2010 – Ankunft in Zhengzhou 9
11. Juni 2010 – Die ersten Tage 11
15. Juni 2010 – Neue Berichte und Bilder 32
18. Juni 2010 – Neuigkeiten 39
22. Juni 2010 – Meine zweite Woche in China 49
25. Juni 2010 – Die dritte Woche geht vorüber 57
29. Juni 2010 – Die Tage vergehen… 67
2. Juli 2010 – Bald ist ein Monat um 76
6. Juli 2010 – Mein erster Monat 88
9. Juli 2010 – Besuch aus Deutschland 96
13. Juli 2010 – Es wird kühler in China 108
16. Juli 2010 – Kleine Planänderung 116
20. Juli 2010 – Rückkehr vom Shaolin-Tempel 130
23. Juli 2010 – Schulalltag 141
27. Juli 2010 – Mich hat es erwischt: Ich bin krank 149
30. Juli 2010 – Und weiter geht's! 164
3. August 2010 – Der letzte Monat hat begonnen 179
6. August 2010 – Aus den blauen Bergen kommen wir… 193
10. August 2010 – Neuigkeiten aus China 206
13. August 2010 – Der große Tag rückt immer näher… 217
17. August 2010 – Ein trauriger Tag… 235
20. August 2010 – Das Leben geht weiter 246
24. August 2010 – Gute Reise, mein Freund! 257
27. August 2010 – Die letzten Tage brechen an… 268
31. August 2010 – Endspurt in China 282
19. September 2010 – Ankunft in Deutschland 307
26. Dezember 2010 – Neuigkeiten von Xie Shifu 309
20. Februar 2011 – Noch mehr Bilder 311
12. März 2011 – Chinesisch Intensivkurs & News 313
30. März 2011 – Genaue Position der Schule 314

ZUSAMMENFASSUNG & FAZIT 317

WAS DANACH GESCHAH... 319

Ankunft zuhause ... 319
Die ersten Tage zuhause ... 319
Besuch in Paris ... 320
Kontakt zu Shifu und den anderen ... 321
Mein Besuch in Brüggen ... 321
Shifu zu Besuch in Essen ... 322
Fortsetzung: Christopher und Max zu Besuch ... 325
Shifu und Max in Münster ... 327

YUNTAI SHAN DAMALS UND HEUTE ... 328

WAS WURDE EIGENTLICH AUS...? ... 330

... mir ... 330
... Shifu ... 331
... Christopher ... 332
... Max (1) ... 334
... Max (2) ... 335
... Tobias ... 336

NACHWORT ... 337

KONTAKT ... 338

Vorwort

Wir schreiben das Jahr 2010. Nach dem ich meinen Zivildienst abgeleistet habe, standen nur noch wenige Tage zwischen mir und meinem lang gehegten Traum: Eine Trainingsreise nach China.

Mit meinen damals zwanzig Jahren bin ich, vielleicht etwas naiv, ohne eine wirkliche Vorstellung oder Plan B nach China geflogen um dort, inspiriert durch alte Jackie Chan Filme, Kung-Fu-Videos aus dem Internet und meiner Leidenschaft für Kampfkunst, drei Monate in einer Kung-Fu-Schule das weltbekannte Shaolin Kung-Fu zu erlernen. Und was soll ich sagen? Ich habe es nicht bereut! Auch wenn ich mir damals noch nicht so ganz sicher damit war.

Während der gesamten Zeit bin ich, über meinen Reiseblog, mit Familie und Freunden in Kontakt geblieben. Irgendwie habe ich es geschafft, jeden Tag einen mehr oder weniger ausführlichen Reisebericht von meinen Erlebnissen oder auch „Nicht-Erlebnissen“, zu schreiben und im Internet zu veröffentlichen. Den Reiseblog samt Einträgen gibt es natürlich noch heute in (fast) unveränderter Form.

Inzwischen sind, seit ich meine Trainingsreise nach China angetreten habe, fast zehn Jahre vergangen. Noch immer erinnere ich mich gerne an meine Abenteuer in China zurück und zehre von den Erlebnissen. Heute kann ich sagen, dass mich die Reise persönlich, wie auch charakterlich, stark Reif lassen hat. Auch meine allgemeine Einstellung zum Leben, der Zukunft und meinen persönlichen Zielen hat sich dabei nicht unwesentlich geändert – zum Positiven wohlgemerkt. Die Erlebnisse und Erfahrungen, die ich in den drei Monaten gemacht habe, haben mir viel Selbstständigkeit, Selbstvertrauen und Gelassenheit beigebracht. Wenn ich mich heute daran zurückerinnere, wie groß mein Wunsch war, diese Reise anzutreten und wie viel Ehrgeiz und Motivation ich in die Vorbereitung gesteckt habe, umso erstaunter bin ich von meinem damaligen Ich.

Aus meiner heutigen Perspektive, mit dem aktuellen Wissen und den überall vorliegenden Informationen, scheint es kein allzu großes Ding gewesen zu sein. Zumindest wird es den heutigen Kung-Fu-Schülern deutlich einfacher gemacht, was Informationsbeschaffung, Reiseplanung und Vorbereitung angeht. Natürlich ist die heutige zentrale Rolle des Internets nicht ganz unwichtig. Vor zehn Jahren sah das aber noch etwas anders aus. Authentische Bilder oder gar Videos waren rar und man wurde bei der Planung und Organisation der Reise nicht an die Hand genommen. Die Kung-Fu-Schule, die ich besucht habe, war ganz neu und Erfahrungsberichte gab es praktisch nicht. Die Schule gibt es heute übrigens immer noch. Und sie ist ganz schön gewachsen und deutlich professioneller geworden. Dazu aber mehr am Ende der Reiseberichte.

Zum Abschluss noch eine kleine Anmerkung zu den nachfolgenden, täglichen Reiseberichten:

Der Stil meiner Reiseberichte ist nahezu unverändert aus dem Jahr 2010 übernommen. D.h. es finden sich sowohl Rechtschreib- und Grammatikfehler, komische Wörter und meine damalige, aus heutiger Sicht, gewöhnungsbedürftige Ausdrucksweise in den Texten wieder. Korrigiert bzw. abgeändert habe ich nur die schlimmsten Fehler und Passagen, um eine gewisse Originaltreue zu bewahren. Seht es mir also nach – inzwischen ist mein Schreibstil (etwas) besser geworden!

Und nun wünsche ich viel Spaß beim Lesen!

Thomas *- geschrieben im Mai 2020*

Tages- und Wochenberichte

Auf den nachfolgenden Seiten befinden sich meine täglichen Reiseberichte, in chronologischer und inhaltlich unveränderter Form aus dem Sommer 2010.

Dabei sei angemerkt, dass ich die Berichte damals fast täglich aktuell niedergeschrieben habe und zwei Mal pro Woche aus dem Internetcafé heraus, auf meinem Blog veröffentlicht habe. Immer wenn ich meine Tagesberichte veröffentlicht habe, schrieb ich zusätzlich einen kleinen Artikel als Wochen- bzw. Halbwochenfazit inkl. ein paar aktueller Fotos. Dieser Ablauf findet sich auch in dieser Druckversion so wieder. Zur besseren Übersicht, habe ich die Zwischenberichte mit einem kurzen Titel versehen und in der Gliederung hervorgehoben. Die Tagesberichte haben lediglich den Wochentag und das Datum als Überschrift.

Beim Lesen der Wochenberichte kann es daher zu minimalen zeitlichen Sprüngen in Bezug auf die Tagesberichte kommen. Dies nur als Info, damit ihr euch nicht wundert 😉

5. Juni 2010 – Der Koffer ist gepackt

Morgen ist es so weit…

Ich fliege morgen (Sonntag), den 6. Juni 2010 für 3 Monate nach China.

Um genauer zu sagen nach Yuntai Mountain. Aber genauer kann ich leider nicht werden, da ich selber nicht weiß wo genau das liegt. Ich weiß nur, dass Yuntai Mountain etwa 70 KM nordwestlich von Zhengzhou liegt. Zhengzhou ist die Hauptstadt der Provinz Henan. Mehr Infos zur Stadt gibts unter Wikipedia. Wikipedia-Eintrag zu Zhengzhou

Mein Tagesablauf morgen sieht wie folgt aus: Erstmal ausschlafen, dann Handgepäck zusammensuchen und packen, warten…, dann gehts gegen Mittag mit dem Auto in Richtung Frankfurt zum Flughafen. Mein Flug geht zwar erst abends um 20:15, aber man soll ja schon ein paar Stunden vorher da sein zum Einchecken und so weiter. Außerdem habe ich gehört, dass morgen auch die Fußballnationalmannschaft nach Südafrika fliegt. Vermutlich auch von Frankfurt aus. Das hört sich nach jeder Menge möglichen Menschenaufkommen an. Ich hoffe wir enden nicht im Stau 😊

Voraussichtliche Ankunft in Peking ist dann 11:40 Uhr (nach deutscher Zeit). Dort habe ich dann ziemlich genau 3 Stunden Aufenthalt und dann gehts weiter per Inlandsflug Richtung Zhengzhou. Ankunft in Zhengzhou wird um 16:10 Uhr erwartet. Dort holt mich dann (hoffentlich) mein künftiger Shifu (= Trainer) ab. In einer E-Mail von Ihm habe ich erfahren, dass Sie ein Schild mit meinen Namen hochhalten werden, damit ich weiß wo ich hinmuss. Hört sich irgendwie lustig an. 😀

Nach etwa 2 Stunden Fahrt (mit dem Bus oder Auto oder Taxi) sollte ich dann endlich an der Schule sein. Für alle die es noch nicht wissen, ich mache in China eine Trainingsreise. D.h. ich mach schon mal keinen Urlaub, sondern werde 6 Tage die Woche chinesische Kampfkünste trainieren. Da gäbe es einmal Shaolin Kung Fu, dass jeder wohl aus Film und Fernsehen kennen sollte, sowie Tai Chi und Sanda (chinesisches Kickboxen).

Aus Reiseberichten von anderen Ausländern habe ich erfahren, dass ich vermutlich erstmal putzen darf, weil die Zimmer so staubig sind… aber immerhin soll es eine westliche Toilette geben. Das ist doch schon mal was! Untergebracht wird man als Ausländer in einem ehemaligen und nun umgebauten Hotel. Man genießt für chinesische Verhältnisse also quasi Luxus. Die Unterkünfte der chinesischen Schüler sollen dagegen eher Gefängnissen ähneln. Ich bin ja mal gespannt.

Ich hoffe ich habe möglichst oft Internetzugang, so dass ich hier von allem Berichten kann.

Den Flugstatus kann man übrigens auf der Website von Air China nachprüfen.

Meine Flugnummern lauten wie folgt: CA932, CA1481, CA1498, CA931 (in der richtigen Reihenfolge)

Meine Rückreise werde ich am 6. September 2010 antreten. Zunächst fliege ich wieder von Zhengzhou nach Peking und dann von Peking nach Frankfurt. Ankunft in Deutschland demnach am 6. September um 18:10 Uhr.

Also dann!

7. Juni 2010 – In Peking angekommen

Ich bin gegen 9 Uhr nach deutscher Zeit in Peking gelandet. Mein Flug hatte etwas über zwei Stunden Verspätung, weswegen ich meinen Anschlussflug nach Zhengzhou verpasst habe und nun bis Abend auf meinen Ersatzflug warten muss. Dieser geht um 22:55 Uhr (chinesische Zeit) los.

Ein Akt war es auch hier Internet zu bekommen. Hier gibts zwar reichlich WLANs, aber die meisten davon sind verschlüsselt oder Hotspots. Ich habe mir jetzt für den ganzen Tag 'nen Hotspot-Zugang gekauft. Für 10 USD… immerhin Internet.

Ich reich später mal ein paar Fotos vom Flughafen nach.

Ach ja! Geflogen bin ich mit einer Boeing 747 P400. 😉

Jetzt such ich mir erstmal was zu essen und schau mir noch ein wenig den Flughafen an.

8. Juni 2010 – Ankunft in Zhengzhou

Mitten in der Nacht bin ich in Zhengzhou angekommen. Das Flugzeug war klein und dementsprechend anstrengend war auch der Flug. Zudem war Ich der einzige Ausländer an Board… Naja was solls.

Der Flughafen in Zhengzhou ist eher einer der kleineren Sorte. Ich wurde aber tatsächlich mitten in der Nacht vom Headmaster Trainer abgeholt. Dann gings mit seinem Auto zur Schule. Die Fahrt war echt heftig. Nicht das er schrecklich gefahren ist oder so, aber in China scheint es keine Verkehrsregeln zu geben. Überholt wird grundsätzlich links ODER rechts. Mittellinie ist eher eine Empfehlung. An Sie scheint sich keiner zu halten. Deswegen kann es auch mal vorkommen, dass einem LKWs und andere Fahrzeuge direkt auf einen zuhalten und erwarten, dass man ihnen ausweicht… echt beängstigend. Auf chinesischen Autobahnen fahren außerdem auch Fahrräder. Sehr interessant. Vor allem bei den LKWs wird Ladungssicherung nicht gerade großgeschrieben. Ein paar Spanngurte reichen scheinbar aus. Ach ja: Sicherheitsgurte und Kopfstützen gibt es nicht. Das macht mir echt Angst. 😐

An der Schule angekommen machte der Headmaster erstmal meinen künftigen Zimmergenossen wach und hat mir anschließend eine gute Nacht gewünscht. Eigentlich 'nen ganz netter Kerl. Aber auch irgendwie unheimlich.

Nach einem kurzen Gespräch mit meinen Zimmergenossen habe ich mich dann so wie ich war ins Bett gelegt…

Nach einer kurzen Nacht (4 Stunden) läutete dann die Schulglocke und es war Frühstückszeit. Alles seeeeehr fremd hier. Das Frühstück kommt mir jetzt schon zum Hals raus: Es gab seltsame Brötchen, die nach nichts schmecken und wie roher Teig im Magen liegen, ein Teller mit nicht definierbares Grünzeug, ein Teller mit noch viel weniger definierbaren braunen Zeug mit Soße und Reissuppe oder so. Die Suppe schmeckte nach Wasser und Reis. Also nach nichts 😉

Die Schule an sich ist kleiner als zunächst gedacht. Hier trainieren scheinbar fast nur Ausländer und eigne wenige Chinesenkinder (die aber dafür umso mehr gedrillt werden). Einer davon hat mich ein bisschen an Dennis erinnert 😃

Ach ja: Ich habe kein Internet auf mein Zimmer. Es gibt angeblich zwar einen Computer mit Internetanschluss, aber den muss ich noch suchen. Im Moment bin ich im Internet-Café, da heute der freie Tag ist, an den man die Schule verlassen darf. Erst wollte mir ein Shifu noch eine Einführung geben, aber dann durfte ich irgendwie doch mit in die Stadt. Die Fahrt zur Stadt war ebenso schrecklich. Wir sind mit 'ner Art Minibus gefahren (ja, es gab keine Kopfstützen und Sicherheitsgurte).

Die „Landstraße" ist hier echt holprig. Hätte ich mich nicht das eine oder andere Mal festgehalten, wäre ich mit dem Kopf gegen die Decke gestoßen.

Ich weiß jetzt schon, dass ich hier niemals leben möchte. Die Straßen sind echt lebensgefährlich. Repariert wird hier scheinbar auch nix. Sieht so aus, als ob hier alles so lange verwendet wird, bis es schließlich von selbst auseinanderfällt. Das muss man echt mal mit eigenen Augen gesehen haben… werde auf der Rückfahrt mal ein Video aufnehmen.

Das Gute ist, mein Zimmergenosse und noch ein paar andere kommen ebenfalls aus Deutschland. Insgesamt sind hier etwa 30 bis 50 Ausländer und ca. 50 Chinesen an der Schule. Also eher klein. Ich muss aber erst einmal einen Überblick bekommen.

Morgen beginnt mein Training denke ich mal. Hoffe ich erhalte noch eine Einführung in der Schule und so. Ich bin echt aufgeregt.

Die Dusche auf dem Zimmer ist übrigens KALT. Auch wenn es hier recht warm ist, scheint hier wohl nie die Sonne (kann mich aber auch irren, bin ja noch nicht lange da). Im Moment regnet es ein wenig.

Ich muss sagen, ich kann mir nicht vorstellen hier länger als einen Monat zu bleiben. Wenn überhaupt!

Ich denke ich werde vermutlich erst am Freitag oder am nächsten Dienstag wieder Internet haben. Ich werde versuchen irgendwo eine Telefonkarte herzubekommen, weil ich es sonst echt nicht lange aushalten werde.

11. Juni 2010 – Die ersten Tage

Fast vier Tagen bin ich nun hier und habe mich ein wenig eingewöhnt. Ich denke ich werde erstmal einen Monat bleiben und dann überleg ich es mir nochmal ob ich länger bleiben werde. Wenn man einmal alles kennt kann man's aushalten. Der Tagesablauf ist mir nun etwa geläufig und sieht wie folgt aus: Aufstehen um 5:40, dann Morgentraining etwas über eine Stunde, dann Frühstück, dann Vormittagstraining bis gegen 11, dann Mittag gegen 12 und Pause bis um kurz vor 3, dann Nachmittagstraining bis um 18 Uhr, dann Abendessen und dann manchmal Nachtraining von 7 bis 8. Und dann ist der Tag schon zu ende, da es hier früh dunkel wird. Also um 4 Uhr wird es hier quasi hell und um 9 ist zu dunkel, um noch was zu sehen. Das Training an sich ist hart, weil echt immer trainiert wird. Deswegen brauch ich auch echt viel Schlaf. Wenn ich also nicht am Trainieren bin und auch nicht am Essen, dann schlaf ich die meiste Zeit… Mein Muskelkater wird von Tag zu Tag schlimmer. Ich bin kaum in der Lage Treppen zu steigen. Besonders die Oberschenkel hats erwischt. Das kommt von den tiefen Stellungen hier. Mein Shifu ist glaub ich so um die 18 Jahre alt und macht das ganze seit er 4 ist. Echt unglaublich der Kerl. Die anderen natürlich auch. Mein Shifu erkundigt sich immer nach mir, ob es mir gut geht. Gestern hat er meinen Muskelkater behandelt, indem er mir auf die Beine und auf den Rücken rumgelaufen ist. Das klingt zwar nicht angenehm (und ist es auch nicht), aber es hilft tatsächlich. Ich erlebe hier auch, wie die kleinen Chinesenkinder hier gedrillt bis zum Abwinken werden. Kein Wunder das sie so gut werden. Hier ist ein 5-jähriger kleiner Junge, und der macht Sachen, die ich wahrscheinlich niemals können werde. Ich hätte nie gedacht, dass man in dem Alter schon so gut sein kann. Zudem ist er sogar schneller (im Laufen) als ich. Und das mit so kurzen Beinen. Die Stad ist echt schäbig, genauso wie eigentlich alles hier. Die Landschaft hingegen ganz schön. Die Chinesen sind echt nicht beneidenswert unter solchen Umständen zu leben. Ich mein wir Ausländer und ein paar Chinesen, die in der Schule leben haben dagegen echten Luxus. Aber auch bei uns kommt einfach mal kein Wasser aus dem Hahn oder kein Strom. Wenn hier was kaputt geht, dann bleibt es auch so. Manche wohnen sogar in Baracken. Heute Morgen sind wir beim Morgentraining den Berg hier hochgelaufen. Das war heftig. Einmal war der Weg sehr steinig und der Pfad schmal, so dass man echt aufpassen muss, dass man nicht irgendwo runterfällt. Die Chinesen kümmerts aber nicht. Die rennen genauso wie sonst auch. Fotos habe ich genug. Mal sehen ob der Upload gleich klappt. Ich schreibe mir übrigens die ganze Zeit detailliert auf was ich hier erlebe. Bei Gelegenheit tippe ich das alles hier rein, aber meine Zeit ist nun mal leider begrenzt. Zum Essen nochmal… ja das ist wirklich verdammt eintönig. Es gibt eigentlich immer nur Reissuppe, seltsame Brötchen und komisches Gemüse. Ohne Vitaminpillen würde ich bestimmt nicht lange durchhalten. Die anderen Ausländer sind alle ganz nett. Die meisten sind ebenfalls Anfänger in Kung Fu und einige haben noch nie Kampfsport gemacht. Gestern hatte ich Chinesisch-Unterricht. Aber den kann man vergessen. Da lernt man besser selber für sich. Also Internet habe ich eigentlich immer… aaaaber der Schul-PC ist quasi immer besetzt und viel Zeit habe ich auch nicht. Zudem ist das Schulinternet seeehr lahm. Ansonsten dienstags und freitags. Freitags ist wie gesagt der Vormittag frei und Dienstag komplett. Also ich würde mich freuen, wenn ich jemanden gegen 3 bis 4 Uhr nachts (in Deutschland) in ICQ oder Skype antreffen kann. Ob ich auch telefonieren kann, kann ich nicht sagen. Theoretisch schon aber abwarten (nur über Skype). Ach ja! Die Adresse der Schule lautet:

Wujiatai Road 3 NO.1 Anshangxiang
Xiuwuxian Jiaozuo City
Henan
China

Ich versuche heute ein paar Postkarten zu kaufen und dann nächste Woche abzuschicken (sofern ich ein Postamt finde). Über ein paar weitere Emails oder Kommentare wurde ich mich wirklich freuen 😊

Und jetzt ein paar Bilder…

Schöne Grüße aus China nochmal!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/die-ersten-tage/

STARBUCKS
COFFEE

AIR CHINA

Montag, 07.06.2010

Der Abschied in Frankfurt ging schneller als gedacht. Nach der Ticket- und Passkontrolle war ich schon auf mich allein gestellt. Ich kam direkt zur Gebäckkontrolle. Sehr routiniert wurde mein Gepäck durchleuchtet. Alles OK. Ich kam in der Duty-Free-Zone an, in der es jede Menge steuerfreie Geschäfte gab. Ich schaute mich noch ein wenig um und machte Fotos und rief dann direkt noch mal meine Eltern an. Dann ging es Richtung Gate. Am Gate waren schon die ersten Chinesen zu sehen. Ich nahm Platz und telefonierte mit verschiedenen Leuten, um meine Nervosität zu bekämpfen. Nach gut 20 weiteren Minuten Verspätung (der Flieger hatte eh schon eine Stunde Verspätung) ging es dann mit dem Bus zum Flugzeug. Eine Boeing 747 P400; Sehr eindrucksvoll. Ich stieg ein und telefonierte 'ne ganze Weile weiter. Mein Platz war eher hinten und in der Mitte des Ganges angesiedelt. Aber ich hatte 2 Plätze für mich, was den Komfort etwas steigerte. Aufgeregt wie ich war und ebenso fassungslos, dass ich nun wirklich nach China fliege, telefonierte ich so lange, bis mich eine Stewardess bat, das Handy auszuschalten. Der Flieger hob sich in die Lüfte. Ich hoffte in dem Moment nur den nächsten Tag erleben zu dürfen. Dann gab es direkt Abendessen im Flugzeug. Ich hatte zwar nicht verstanden was es gab, aber ich aß das was ich identifizieren konnte und auch mochte. Irgendwann wurden die Fenster geschlossen und das Licht geloschen und ich habe wie fast alle versucht zu schlafen. Es war sehr unbequem aber meine Luftnackenstütze aus dem „Notfallpaket“ hat mich vor dem schlimmsten bewahrt. Ich habe von den gut 10 Stunden Flug etwa 1 Stunde richtig geschlafen. Und die nicht mal gut; dafür umso mehr gedöst. Irgendwann gab es dann Frühstück. War so ähnlich wie das Abendessen. Typisch chinesisch halt. Dann war wieder Schlafenszeit und wir waren auch schon kurz vor Peking. Das Flugzeug setzte zur Landung an und ich muss sagen, dass ich von dem Landevorgang selber absolut nix mitbekommen habe. Ich dachte nur: „Wie? Das war‘s?“. Wir mussten dann noch ne weile im Flugzeug warten, weil das Gepäck wohl noch nicht so weit war. Mit Blick auf die Uhr wusste ich schon, dass ich meinen Inlandsflug vergessen konnte. Der ging nämlich in 20 Minuten und ich saß noch im Flugzeug. Also eine Stewardess gefragt wie es weiter geht und die meinte ich soll zum Air China-Schalter gehen. Aber erst einmal das Flugzeug verlassen und den Ankunftsteil des Flughafens begutachten. Ich stelle mich an einen Schalter mit den Namen Air China an, doch die sagten mir dort, dass ich für Inlandsflüge zu einem anderen Schalter müsste. Also weiter geht’s. Dann kam ich an einer Art Landesgrenze im Flughafen an. Also eine Schleuse wo man Reisepass und Visum zeigen musste. Die Schlange war sehr lang. Aber ich kam durch. Dann ging es mit einer U-Bahn weiter zum Terminal (zu Fuß gab es keinen Weg). Am Terminal angelangt, war auch schon die Gepäckausgabe zu sehen. Ich wartete kurz auf meine beiden Gepäckstücke und ging zum Check-in-Schalter. Die Schlange war lang und ich wartete fast eine Stunde, bis ich dran war. Dann sagte man mir dort, dass ich zum Nebenschalter musste (da gab es die ganze Zeit keine Schlange) … Grrr… Erst hörte sich es nach einem Problem an einen Ersatzflug zu bekommen, doch dann ging es doch ohne weitere Schwierigkeiten. Nur musste ich 8 Stunden auf meinen Flug warten. Aber besser so als durch den Flughafen zu hetzen. Ich stellte mich wieder am Check-in-Schalter an (die Schlange war nun viel kleiner) und gab mein Gepäck ab. Dann machte ich erst einmal Pause in einem Café. Die Bedienung war Chinesin und verstand mich nicht; aber ich bestellte irgendwie eine Milch. Diese war warm und ekelig und dazu noch teuer aber noch das billigste auf der Karte! Ich packte mein Netbook aus und suchte nach WLAN-Netzen. Ich fand zwar viele Netze, doch waren alle verschlüsselt oder Hot-Spots, die man bezahlen sollte. Kostenlose sollte es zwar nach einer Infoseite auch geben, doch suchte ich vergeblich. Ich schaute mich zunächst weiter im Flughafen um und fand schließlich mehrere Informationen, an den ich nach kostenlosem Internet fragte. So wurde ich langsam, aber sicher zu einer Frau gelotst, die wohl dafür zuständig war. Doch wusste sie selbst nicht was sie sagen wollte, da ihr Englisch äußert gebrochen war. Aber

ich erfuhr nach einem langen und intensiven Gespräch mit Händen und Füßen, dass gerade heute kein kostenloses Internet zur Verfügung stand. *kotz*

Ich ging in ein Star Buck-Café und hoffte dort fündig zu werden. Obwohl einige Laptop-Benutzer da waren und wohl auch im Internet surften, fand ich keine Möglichkeit ins Netz zu kommen. Ich entschloss erstmal nach einer Steckdose zu fragen. Erst vergeblich, dann fiel mir ein, dass einer der Laptop-Chinese im Star Bucks sein Gerät am Stromnetz angeschlossen hatte. Ich ging zurück und fragte die Bedienung. Zu meinem Glück zeigte sie auf eine (seltsam aussehende) Steckdose, die aber tatsächlich funktionierte (mit Adapter). Ich lud mein Handy und Netbook auf und probierte dort weiter ins Internet zu kommen. Irgendwie, nach vielen versuchen, habe ich es geschafft einen Hot-Spot-Zugang für 10 US-Dollar zu kaufen. Dieser sollte für 24 Stunden halte. Ich war sehr froh und rief direkt per Skype ein paar Leute an. Da ich noch nicht viel gegessen hatte schaute ich mich dann anschießend weiter um und entdeckte einen Burger King. Ich bestellte was, doch beim Bezahlen merkte ich, dass ich keine chinesische Währung besaß. Also fix Geld gewechselt (100 Euro) und meine Bestellung abgeholt und verzehrt. Nach einigen Fotos und Besichtigungen ging ich dann durch die Sicherheitsschleuse Richtung Gate. Bei der Kontrolle wurde man schon etwas schroffer behandelt als in Deutschland, aber sonst genau das gleiche Spiel. Die Duty-Free-Zone anschließend war kleiner als in Frankfurt. Ich schaute mich gemütlich um und suchte nebenbei mein Gate. Mir fiel auf, dass auf meinem Ticket gar kein Gate eingetragen war und fragte deshalb an einer Information nach meinem Gate. Es war Nacht und der Flughaften war wie leergefegt. Fast wie eine Geisterstadt. Ich fühlte mich ein wenig einsam. Der Weg zum Gate war lang und dauerte etwa 10 Minuten. Und kaum Menschen zu sehen. Es war echt nix los da. Ich war wohl der erste am Gate. Ich packte mein Netbook auf und nutzte meinen Hot-Spot-Zugang weiter aus. Es tat gut wieder mit jemanden reden zu können. Langsam erschienen immer mehr Chinesen am Gate, aber erst 5 Minuten vor Abflug kamen die restlichen 50% der Passagiere. Ich war der einzige Ausländer weit und breit. Im Flugzeug fühlte ich mich irgendwie unwohl. Es war eine kleine Maschine voller Chinesen. Und ich mitten drin. Irgendwie machte ich Bekanntschaft mit einem jüngeren Chinesen, der wohl nach Kanada ausgewandert ist und nun seine Familie in China besucht. Er sprach gut Englisch und wir wechselten ein paar Worte miteinander. Neben mir saß eine junge Chinesin mit Flugangst. Beim Abflug hatte sie richtig Angst, dass merkte man auch. In der Luft dann, als das Flugzeug in kleinere Turbulenten kam, schrie sie leise und griff nach meinem Arm. Ich lächelte sie kurz an und sie zurück. Dann gab es einen Imbiss, der mir besser schmeckte als der Fraß im Flugzeug nach Peking. Es gab süße Brötchen, Orangensaft, Muffins und Reis. Mein chinesischer „Kumpel“ übersetzte mir, was mir die Chinesin sagte: Sie hatte Angst. Ah ja. Nach einem Gespräch zwischen uns drei (der Chinese diente als Übersetzter in beide Richtungen) war es Schlafenszeit (es wurde dunkel im Flugzeug). Dann nach einer guten Stunde Flug waren wir schon da. Die Landung war echt der Horror, so hart und plötzlich. Ich dachte wir stürzen ab. Genau das gleiche dachte ich auch manchmal beim Flug an sich, so dass ich die Flugangst der Chinesin gut nachvollziehen konnte. Aber ich habe es ja doch überlebt. Der Flughafen in Zhengzhou war komplett leer (fast). Ich wartete ca. 10 Minuten auf mein Gepäck, verabschiedete mich von meinem Kumpel und wurde dann am Ausgang vom Headmaster Yan Lin und einen anderen Chinesen empfangen. Erster Eindruck: nett, bedacht und unheimlich. Yan Lin sprach gut Englisch. Sie nahmen mir mein Gepäck ab und ich ging noch mal kurz zur Toilette. Es war eine nach chinesischer Bauart. Also mit Loch und so. Nicht so schön. Wir gingen zu seinem Auto und fuhren los. Manchmal hatte ich echt Angst um mein Leben. Einmal gab es keine Sicherheitsgurte + Kopfstützen und scheinbar keine Verkehrsregeln. Die Fahrt auf er chinesischen Autobahn war echt schrecklich. Fahren konnten die Chinesen aber wohl. Die Fahrt dauerte gut eine Stunde und wir sprachen nicht viel, eigentlich gar

nicht. Es war eine unheimliche Atmosphäre. Je länger wir fuhren, umso schlimmer wurden meine Vorstellungen. Als wir dann mitten auf der Autobahn angehalten sind, dachte ich mein letztes Stündlein hätte geschlagen, weil ich befürchtete jetzt verschleppt zu werden. Aber war nur eine Pinkelpause mit Fahrerwechsel. Trotzdem dachte ich nur: „Wo bin ich hier nur gelandet“. Seltsamer Ort. Wir kamen an und es war 2 Uhr nachts. Ich wollte in dem Moment nicht hier sein, aber ich war es ja leider. Wir gingen rein und Yan Lin brachte mich auf mein Zimmer. Er weckte Patrick, einen Deutschen und von nun an mein Zimmernachbar, wir begrüßten uns kurz und ich ging, um ihn nicht weiter zu stören direkt ins Bett zum Schlafen. Zudem war ich ja auch sehr müde und hatte seit fast 1 ½ Tagen nicht richtig geschlafen. Es war ein seltsames Gefühl hier, mitten in China zu liegen…

Dienstag, 08.06.2010

Mit der Glocke bin ich aufgestanden und direkt mit meinen Zimmergenossen (Patrick) zum Frühstück runter in den Speisesaal. Dort warteten die anderen Ausländer und Shifus (Trainer) und waren am Essen. Es gab je Tisch einen Teller mit Gemüse und einen mit nochmal Gemüse (leider nicht identifizierbar). Teigbrötchen (liegen wie Steine im Magen) lagen auf einem Tablett im Raum und Teigtaschen (Inhalt unbekannt) und Reissuppe. Ich bekomme eine Schale und ein paar Essstäbchen und habe mich dann vorsichtig ans Essen gewagt. Erst ein Brötchen in die Schale genommen und dann die Suppe da drüber, da ich keine Hand mehr frei hatte. War irgendwie blöd. Ein Shifu fischte anschließend in meiner Suppe nach den Brötchen… Seltsame Geste. Viel erfahren habe ich nicht, nur dass es gleich in die Stadt geht (8:10 Uhr). Noch kurz mit einigen Deutschen unterhalten und dann aufs Zimmer zurück gegangen. Kurz geduscht (kalt! Und außerdem kommt kaum Wasser aus der Leitung) und dann schnell runter in die Eingangshalle. Dort mussten sich alle, die in die Stadt wollten eintragen. Als ich mich eintragen wollte kam ein sehr junger Shifu zu mir (schätze ihn auf 16 Jahren) und versuchte mir zu erklären, dass er mich rumführen wollte, da es ja mein erster Tag sei. Dann habe ich ihn versucht zu erklären, dass mein Zimmergenosse den Zimmerschlüssel hat. Da er ja bis abends in die Stadt wollte, wäre ich sonst nicht aufs Zimmer gekommen. Daraufhin sagte mir der Shifu, dass er dann gleich aufs Zimmer kommt. Dort habe ich mir seit Tagen dann das erste Mal wieder die Zähne geputzt. Danach wollte ich nicht länger warten und bin in runter in die Eingangshalle gegangen. Da kam der Shifu zu mir und wollte wohl fragen ob ich in die Stadt will (um Geld oder so abzuheben). Daraufhin hat er mich das Formular ausfüllen lassen und mich in einen mit zu den anderen Ausländern geschickt. Die Fahrt zur großen Stadt war echt grausam. In China gibt es tatsächlich keine Verkehrsregeln wie es scheint. Frei nach dem Motto „das größere Fahrzeug gewinnt“. Beim Überholen (links oder rechts, das ist hier egal) wird aber grundsätzlich laut gehupt. Ich denke das ist zur Warnung. Der Straßenzustand ist auch sehr dürftig. So musste ich mich manchmal echt festhalten, wenn wir über einen Huckel fuhren, damit ich nicht mit dem Kopf an die Decke stoße. In der Stadt wurden wir von dem Taxifahrer dann vor einem Einkaufszentrum abgesetzt. Treffpunkt war hier um 16 Uhr, wie ich später erfuhr. Ein deutscher gab mir den Tipp, ein Foto vom Einkaufszentrum zu machen, damit ich später, falls ich mal auf mich allein gestellt bin, einen Taxifahrer zeigen kann wo er hinfahren soll. Gute Idee muss ich sagen. Ich habe mich einer 2er gruppe angeschlossen, die aus einem deutschen (Jochen) und einen Schweizer bestand (Ruffy). Wir sind erst mal durch das Einkaufzentrum gegangen und haben Knabberzeug gekauft. Sehr billig hier… für ein paar Kekse, und Schokoladendinger sowie etwas nicht Definierbares (wurde mir aber empfohlen) habe ich grade mal 25 Cent bezahlt. Dann gingen wir weiter zur Bäckerei, um unser Frühstück auszuweiten. Die Bäckerei hieß „Holiland“ und verkaufte eigentlich nur süße, kleine Brötchen und Keks-artiges Gebäck. Dann ging’s weiter zu einem Internetcafé. Das Internetcafé war recht groß und sehr abgedunkelt. Es standen rund 150 Rechner zur Verfügung, die auch gar nicht mal so langsam waren, wie ich vermutete. Es liefen jedenfalls recht aktuelle Spiele drauf, die die Chinesen wohl gerne den ganzen Tag spielen. Zu den Computern gab es Kopfhörer und einige hatten sogar eine Webcam angeschlossen. Dort habe ich erst einmal einen Blogeintrag gemacht, Emails abgerufen und beantwortet und ein paar Nachrichten hinterlassen. Da ich noch sehr müde war und die Nacht nicht viel geschlafen habe, lud die dunkle Atmosphäre dort zu einem Schläfchen ein. So nutzte ich die restliche Zeit dort. Weiter ging’s dann zu Fuß zum Pizza essen. Das Restaurant war amerikanisch getrimmt von der Speisekarte her, bot aber auch chinesische Speisen an. Die Pizza war zwar nicht so gut, doch immerhin war es Pizza. Dort habe ich das erste Mal seit meiner Ankunft richtig gelacht, weil sich der Schweizer seinen bestellten Obstsalat beschwerte. Das Dressing hatte seiner Meinung nach sehr viel Ähnlichkeit mit einer gewissen Flüssigkeit vom Mann und der Geschmack war auch nicht

ganz seine Richtung. Anschließend sind wir noch mal einkaufen gegangen und ich habe mir so eine Art Muffins und eine große Flasche Wasser gekauft (mit Griff!). In China gibt es echt für alles Personal. Beim Einlaufen hat man ständig jemanden hinter sich herrennen und in der Bäckerei, gab es extra Personal zum Einpacken der gekauften Waren. Dann sind wir mit etwas Verspätung, weil einige Ausländer noch so lange einkaufen waren, zurück zur Schule gefahren. In der Schule habe ich dann erst mal meinen Koffer ausgepackt und für etwas Ordnung gesorgt. Dann gab es Abendessen (fast das gleiche wie beim Frühstück) und fing an meine Erlebnisse auf Papier festzuhalten. Nach dem Essen stand ein so genanntes „Meeting“ auf dem Programm. Dazu finden sich alle Schüler und Shifus in der Eingangshalle zusammen, gehen raus auf dem Vorhof und dann wird sozusagen ab gegrüßt. Jeder Schüler geht zu seinen Shifu (3er bis 8er Gruppen), Stellen sich in eine Reihe vor Ihn auf, klatschen auf Kommando 4-mal, gehen einen kleinen Schritt nach vorne, nehmen eine Faust in die Hand und halten Sie vor dem Kinn und verbeugen sich dabei. Mein vermutlich künftiger Shifu erklärte mir, dass in einer Stunde ein weiteres Meeting anstand. Als ich nach Trainingskleidung fragte, schickte er mich zu einem anderen Shifu. Dieser sagte mir, dass diese 100 Yuan kostet (etwa 10 Euro) und fragte direkt ob ich Kung Fu, Tai Chi oder Sanda (=chinesisches Kickboxen) machen wollte. Ich wählte Kung Fu. Dann sollte ich Geld aus meinem Zimmer holen… doch leider hatte ich die Tür beim Rausgehen zugemacht und der Schlüssel lag noch drin. Also mit Patrick gesprochen, der auch unten war und dann gemeinsam ab zum Shifu und uns die Tür aufschließen lassen. Ich sagte, dass ich zunächst für einen Monat bleiben wollte und dann wollte er auch direkt das Geld für einen Monat haben sowie für die Klamotten. Problem war nur, dass ich nicht genug Bargeld bei hatte. Also habe ich erst mal einen Teil bezahlt, was mir auch lieber war. Noch wusste ich ja nicht wie lange ich hier tatsächlich bleiben wollte. Dann führte er mich durch die Schule und erklärte mir dabei direkt, dass es mir die ersten 10 Tage richtig dreckig gehen wird, da sich mein Körper erst an die neuen Belastungen gewöhnen muss. Ich müsste aber durchhalten, denn danach ginge es besser und in 2 Wochen sei dann das meiste normal erträglich. Beim Rundgang durch die Schule zeigte er mir den Shop, der sich im Speisesaal befand, einen Ort wo man warmes Wasser herbekam (gut zu wissen, doch das war so halb draußen in einer Art Innenhof), den Waschmaschinenraum (Kostenpunkt 2 Yuan), sowie den Computerraum mit Internetanschluss. Im Computerraum gab es einen Computer, mit UMTS-Stick sowie einen Fernseher mit DVD-Player. Den werde ich mir morgen erst mal anschauen. Zum Schluss kamen mir an sein Zimmer vorbei und er sagte mir, dass wenn etwas ist, ich nur klopfen brauch. Dann wies er mich noch auf das ausstehende Meeting hin und ich ging auf mein Zimmer. Ein wenig stolz war ich schon, die Trainingskleidung zu besitzen und freute mich nun erst mal aufs Training…

Dann war das Meeting. In der Halle spielten zwei Ausländer ausgesprochen gut Gitarre, die Sie sich wohl heute in der Stadt gekauft haben. Ein Franzose (mein künftiger Trainingspartner) tanzte dazu einen seltsamen Tanz. Dann hieß es auch schon 4x Klatschen, einen Schritt vor und verbeugen. Alles in allem ganz nette Leute… auch wenn manche etwas komisch sind. Es ist 21:09 und in 6 Minuten läutet die Glocke ein letztes Mal vor heute und dann ist Bettruhe. Ich habe etwas Angst vor den morgigen Tag, weil noch vieles unklar für mich ist und ich auch nicht weiß, was mich hier erwartet. Mein Heimweh hält sich aber in Grenzen. Aber ein paar Leute vermisse ich schon… und das ist hier wohl mit das schlimmste. Etwas mehr Kommunikation zur Außenwelt wär' echt toll. Aber vielleicht ist der Internet-PC ja meine Rettung. Ein paar Sachen, die mir grad einfallen: chinesische Toiletten sind scheiße! Fließendes Wasser ist zwar vorhanden, doch kommt einfach zu wenig aus den Hähnen. Und: Wenn hier etwas kaputt ist, dann bleibt es auch so. Das scheint die Chinesen nicht zu jucken. Ich werde mir jetzt etwas Magnesium + Kalzium + Vitamine rein zimmern, damit es mich morgen nicht

ganz so schlimm erwischt und je nachdem wann mein Zimmernachbar wiederkommt dann auch schlafen gehen.

Mittwoch, 09.06.2010

Die Glocke klingelte und ich stand auf, zog mich um (Trainingskleidung) und dann ging es schon runter in die Halle. Zunächst sollten wir (also meine Gruppe, bestehend aus einem Iraner, einen Franzosen und mir) ein wenig Dehnen. Also locker ein paar Dehnübungen absolviert und dann ging es im Lauftempo vier Runden um den Block. Ich schätze das waren gut 2 Km. Dann nochmal Dehnen (diesmal intensiver) und dann hieß es Grundtechniken. Ich lernte meine erste Stellung (Flat-Stance = Gum-Bu) und den einfachen Faustsẗoß, sowie einen Handflächenschlag. Der Stand war das schwierigste, da er sehr tief war. Ich bekam Bauchschmerzen und meine Füße taten mir weh (ich hatte meine Laufschuhe an). Mein Shifu wollte mich schon auf mein Zimmer schicken, doch ich meinte, es sei alles OK. Dann nach einer guten Stunde hieß es endlich Pause. Dann gab es Frühstück (alles wie bekannt nur dass es diesmal noch zusätzlich Reis gab). Mein Heimweh ist schon besser geworden, doch vermisse ich einige Leute doch sehr…

Das Vormittagstraining fand in der naheliegenden Trainingshalle statt. 3 Stunden am Stück. Erst wieder warmlaufen (knapp 10 Minuten lang), dann dehnen und dann haben wir Tritte geübt. Wobei die Tritte eher Beinschwünge sind (ähnlich den Apcha-Oligi aus dem Taekwondo). Dann zwischendurch ein paar Handtechniken (Faustsẗoß, Handflächenschlag). Das Ganze wird unendlich oft wiederholt, bis man am Ende ist. Dann gab es nach 1 ½ Stunden eine viertel Stunde Pause. Ich habe schon gut geschwitzt und drohte nun auszukühlen, da durch die Haller ein kühler Hauch wehte. Dann ging es weiter. Wegen meinen Bauchschmerzen hatte ich zuvor eine Tablette genommen und waren nun auch schon fast weg. Nach der Pause wie gehabt erstmal warmlaufen und dehnen und dann ging es mit Ma-Bu (Reiterstellung, auch seeeehr tief) und Gum-Bu (lange, tiefe Stellung). Dazu kam dann der Stellungswechsel zwischen den beiden. Das ging ganz schön auf die Oberschenkelmuskulatur. Dann gingen mein französischer Trainingspartner, mein Shifu und ich in den Hof der Halle. Der Ort wirkte wie in Kung-Fu-Filmen; sehr cool. Mein erster Eindruck vom Training war bisher eigentlich nur, dass es intensiver sein könnte. Aber ich wusste auch, dass heute mein erster Tag war und ich, im Gegensatz zu den anderen Ausländern, noch voller Energie steckte. Die Anstrengung kam mit der Dauer des Trainings, denn es schien scheinbar nicht aufhören zu wollen. Die Wiederholungszahlen hier sind echt 5 bis 6x höher als ich es gewohnt bin. Das laugt gut aus. Das Wort was ich heute am häufigsten gehört habe, war „Relax“… und zwar von meinen Shifu, immer dann, wenn ich zu verkrampft wirkte bei den Techniken oder nach einer längeren Übung zum Entspannen. Die Shifus hier sind alle noch sehr jung. Keiner hier ist älter als 23. Der jüngste um die 16. Die Chinesenkinder, die hier ebenfalls Kung Fu trainieren sind aber noch jünger. Die fangen hier schon mit 4 Jahren an zu trainieren. Und zwar wie die großen! Es wird keine Rücksicht auf das junge Alter genommen. Sie werden genauso gedrillt, wie die anderen Chinesen. Wenn Sie etwas nicht können, gibt es nicht selten Schläge. Sie MÜSSEN es können. Die kleinen Chinesen sind mit ihren paar Jahren schon unglaublich gut. Hier gibt es einen kleinen 5-jährigen Jungen, der Überschläge und Sprünge macht wie ein Profiturner. Ich bin morgen auf meinen Muskelkater gespannt… im Moment bin ich einfach nur müde. Dabei stehen für heute noch 3-4 Stunden Training an… Oh je…

Mein Zimmernachbar scheint etwas unordentlich zu sein. Aber mich stört es nicht wirklich, nur etwas mehr Platz hier wäre nicht schlecht. Ach ja: Manchmal gibt es einfach kein Wasser aus der Leitung. Und das Stromnetz ist auch instabil, weswegen ich keinen Wasserkocher anschließen soll. Sofern der Computer Internetzugang hat und sowas, kann ich mir vorstellen tatsächlich einen Monat (erstmal) hierzubleiben. Aber ob ich länger bleibe, steht noch in den Sternen. Mein Shifu will beim nächsten Meeting 20 Yuan für das Taxi zur Stadt gestern. Jetzt gibt es erst mal Mittagessen. Ich weiß schon

was es gibt: Das gleiche wie immer. Nach dem Mittagessen kam ein Shifu auf mein Zimmer und meinte, dass ich gleich mit in die Stadt fahren soll, um Geld abzuheben und so die Schule bezahlen zu können. 10 Minuten später war ich in der Halle und bin mit 2 Chinesen (Fahrer?) und einem Shifu losgefahren. Am Bankautomaten angelangt habe ich 2000 Yuan (ca. 200 Euro) abgehoben. Kurz darauf kam der Shifu rein und erkundigte sich ob es klappte. Ich überreichte Ihn die restlichen 1100 Yuan und wir waren erst einmal Quitt. Müde vom Training schmiss ich mich so wie ich war ins Bett und schlief fast zwei Stunden lang. Ich war erstaunt, dass ich doch so müde war. Dann war es wieder Zeit für das Training. In der Halle erfuhr ich nach langem hin und her, dass das lokale Fernsehen heute kommen wollte. Unsere Shifus ordneten an, dass alle ihre rote „Schuluniform" (also die Trainingskleidung) und dazu saubere Schuhe anziehen sollten. Dazu sollten wir auch unsere Zimmer aufräumen. Da keiner wusste wann genau das Kamerateam eintreffen würde, waren die Shifus etwas angespannt. Schließlich ging es um die Repräsentation der Schule. Also hoch aufs Zimmer und etwas aufgeräumt und wieder runter. Dann war das Fernsehteam auch schon da. Wir sollten uns dann in 2 Reihen aufstellen. Dann auf einmal doch 3 Reihen. Und dann waren es ganz viele Reihen bzw. ein geordneter Haufen. Im Nachhinein standen wir dann alle gleichmäßig auf den Platz verteilt. Wir sollten dann auf Kommando in den Ma-Bu wechseln und dazu ein paar Fauststöße machen. Dann ging es mit dem Kamerateam zur Trainingshalle. Diesmal etwas geordneter als sonst. Wir sollten nämlich in 2er Reihen gehen, was aber nicht so gut klappte. Militär lässt grüßen… fehlte nur noch, dass wir marschieren sollten. Angekommen, ging das Show-Team der Schule, das aus mehreren 14 bis 20-Jährigen Chinesen bestand, in die Halle. Von jetzt an wusste ich auch, dass die heute neu angekommenen Chinesen zum Show-Team gehörten. Die Schule hat nämlich zwei Teams, wie ich erfahren habe. Ein Show-Team, dass rumreist und Shows aufführt und so; sowie ein Wettkampfteam, dass möglichst gute Platzierungen bei Wettbewerben aller Art holen soll. Diese Reisen ebenso viel rum und trainieren irgendwo anders wie es scheint, denn ich habe Sie noch nicht gesehen. Die Kameraleute filmten eine Vorführung des Show-Teams (der kleine, fünf jährige Junge war auch dabei) und der Rest musste draußen bleiben und von dort aus zu schauen. Ich muss sagen, ich war beeindruckt. Später kamen dann auch einige Ausländer an die Reihe und durften ein paar Mal auf einen Boxsack schlagen oder eine einfache Form vorführen. Der 5-jährige konnte unter anderem einen Spagat im Stand, in dem er sein Bein hochzieht und über dem Kopf festhält, Backhandsprings (auch Flick Flack genannt), Kopfstandüberschläge, Kip-Ups (aufspringen aus der Rückenlage), Radschlag ohne Hände (Aerial) und vieles mehr. Zudem konnte er mit seinen kurzen Beinen locker beim Dauerlauf (ca. 5 Km den Berg rauf und runter) mit den Ausländern mithalten. Einfach nur krass. Aber ich muss dazu sagen, dass die Chinesen das auch regelrecht rein geprügelt bekommen. Wenn sie etwas nicht schaffen oder nicht mehr können, werden Sie so lange dazu gezwungen, bis Sie es (halbwegs) hinbekommen. Aufgeben gibt es bei denen nicht. Ich habe mitbekommen, wie ein etwas älterer Junge (ca. 8 Jahre) unter großes Geschrei und Tränen in den Spagat gedrückt wurde und anschließend nur noch gerade so laufen konnte. Ziemlich grausam. Aber nachdem Training sind alle wieder guter Dinge und die Kleinen nehmen es Ihren Shifus auch nicht übel. Sie spielen wieder, als ob nichts gewesen wäre. Aber im Prinzip wollen die Shifus ja auch nur das Beste für Sie, denn mit einer solchen Kung Fu-Ausbildung haben Sie später einen guten Job sicher und damit eine gesicherte Zukunft. Ich habe von anderen Ausländern erfahren, dass ein vorheriger Shifu, der jetzt gerade in der Schweiz rumreist und auf Shows auftritt (Ocean-Shifu genannt) die Kleinen echt quer durch die ganze Halle getreten hat und das das Training hier jetzt für Sie wie Schokolade essen ist. Außerdem habe ich erfahren, dass soweit ich weiß fast alle Shifus hier Verletzungen haben, die Sie dran hindert, auf Shows oder Wettkämpfen zu starten. Das kommt davon, wenn man so geschunden wird. Mein Shifu hat z.B. ein zertrümmertes Sprunggelenk, das nicht richtig verheilt ist. Er macht trotzdem

beeindruckende Sachen. Nach der Show gab es erst einmal Pause für alle. Und dass bestimmt 'ne gute Stunde lang. Wir blieben jedoch dabei in der Halle. Ich machte Handstände, Schlug Räder, probierte den Kip-Up aus und wurde dabei sogar von meinen Shifu gelobt („Goooood“). Ich für meine Flexibilität bekam ich Zuspruch. Dann wurde doch noch trainiert. Warmlaufen, dehnen (hier wird echt viel Wert auf Dehnen gelegt) und dann Stellungen. So langsam wurde ich müder. Dann war aber auch schon Schluss. Ich habe mich noch mit einer Chinesin (um die 45), die Trainiert, unterhalten und dann gingen wir gemeinsam zurück. Im Anschluss gab es Abendessen. Zu meiner Überraschung gab es eine neue, ekelige Suppe (Eiersuppe mit Tomaten) sowie zwei neue Teller mit Gemüse und Fleisch für jeden Tisch. Dabei fällt mir gerade ein: Die Leute bauen hier tatsächlich alle selber Reis an. Der liegt nämlich überall auf den Straßen zum Trocknen. Nach dem Essen war Meeting. Also kurz runter, einmal Grüßen und dann gab es 'nen Fotoshooting im DVD-Raum (Computerzimmer). Es wurden von allen neuen Schülern Fotos gemacht und man musste sein Profil in einem Laptop eingeben. Zu den Chinesen muss ich an dieser Stelle mal was los werden. Sie sind alle nett bis höflich, können aber auch sehr streng sein. Vor allem wenn es ums Training geht. Ein seltsamer Mix. Während des Trainings sind es andere Persönlichkeiten. Nach dem Foto machen habe ich erst einmal geduscht. Dann gab es noch ein Meeting. Das letzte für heute. Im Anschluss habe ich den Schul-PC ausprobiert. Das Internet klappt tatsächlich, ist aber verdammt langsam (ca. 15 KBit/s). Manchmal setzt es auch einfach kurz aus. Danach konnte ich einfach nur noch ins Bett fallen.

Donnerstag, 10.06.2010

Die Schulglocke läutet… ich habe ziemlichen Muskelkater in den Beinen. Insbesondere in den Oberschenkeln. Schnell angezogen und ab nach unten. Dort hieß es erst einmal wieder laufen. Mit Muskelkater wurde das echt zur Qual. Dann dehnen. Auch hier forderte der Muskelkater seinen Tribut: Ich war steig und das Dehnen schmerzte ungewohnt heftig. Dann Grundstellungen (Ma-Bu, Gum-Bu, sowie Gum-Bu in einer viel tieferen Position) sowie Handtechniken und die „Militär-Böser-Blick-Nacken-Übung“. Man schaut dazu wie man es aus Propagandavideos kennt mit einer schneller Bewegung nach links, rechts oder geradeaus und schaut dabei grimmig. Die explosive Bewegung des Kopfes, beansprucht die Nackenmuskulatur. Dann kamen Stellungswechsel zur ganzen Geschichte dazu. Sehr, sehr anstrengend.

Zum Frühstück gab es mal was anderes: Fladenbrot mit winzigen Lauchblättern gefüllt, statt den ollen Brötchen. Sehr lecker muss ich gestehen. Da unser Wasserboiler auf dem Zimmer leer ist, und es zumindest heute keinen neuen gibt, habe ich mir das erste Mal auf Chinesisch eine Flasche Wasser im Shop bestellt. Meine Beine brennen und das Treppensteigen fällt mir äußerst schwer. Das Vormittagstraining war hart. Mir schmerzen die Beine bei jedem Schritt, den ich gehe. Einen solchen Muskelkater hatte ich noch nie. Mein Shifu hat heute mal ein wenig gezeigt was er kann. Dazu gehören verschiedenste Akrobatische Bewegungen wie den Butterfly-Twist, Backhandspring, den Umgang mit dem Tai-Chi-Schwert, Stock und der Neunschwänzigen-Kettenpeitsche. Vor allem die Kettenpeitsche macht einem Angst. Nicht auszudenken, was passiert, wenn die mal danebengeht. Heute habe ich auch einen Teil der ersten waffenlosen Form gelernt. Sieht schon nicht schlecht aus. Außerdem habe ich wieder Lob kassiert. Ich merkte selbst, wie schnell ich Fortschritte mache, wenn man bedenkt, dass ich gerade mal 2 volle Tage Training hinter mir habe. Dafür habe ich schon viel gelernt. Zwischen einigen Übungen gab es dann halt immer kurze Pause wo wir uns lockern und entspannen sollten. In einer dieser Pausen stieg mir mein Shifu auf den Rücken und lief ein wenig hin und her. Es tat etwas weh, doch danach fühlte ich mich deutlich besser. Das gleiche machte er auch mit meinen Beinen. Nur etwas vorsichtiger. Hier tat es auch 'ne ganze Ecke mehr weh als auf den Rücken, da hier ja der Herd des Muskelkaters war. Doch dafür war der Effekt hier auch am größten. Chinesen stehen echt auf Militär und so ein Kram. So machte mein Shifu auf dem Weg zur Trainingshalle eine Geste, indem er so tat, als würde er einen Kampfstab nach einem Bus schleudern wollen und machte dazu *BOOOOM*. Das gleiche machte er gestern auch, als ein Hubschrauber über uns herflog. Ich denke, der chinesischen Armee mangelt es nicht an Rekruten… Morgen ist der Vormittag frei und es geht in die kleine Stadt. Ich werde ins Internetcafé gehen und mich mit Essen eindecken. Ich glaube, wenn ich hier abreise, habe ich Oberschenkel aus Stahl. Für heute habe ich mir vorgenommen Fotos zu machen sowie wieder ins Internet zu gehen.

Fotos habe ich gemacht, doch der PC war leider besetzt und die Schlange lang. So habe ich stattdessen einfach geschlafen. Dann war wieder Training. Meine Beine wollten aber lieber eine Pause. Ist aber leider nicht drin. Das Training war etwas lockerer als sonst. Trotzdem zu hart für meinen aktuellen Zustand… wenn mein Muskelkater nur nicht so schlimm wäre… Nach dem Training wollte mir mein Shifu noch den Kopfstandüberschlag zeigen. Beim Vormachen spürte er sein ehemals zertrümmertes Sprunggelenk und musste abbrechen und entschuldigte sich bei mir dafür. Beim Hinausgehen aus der Halle nahm er einen dicken Stein in die Hand und machte damit eine Geste, als wollte er sich den Fuß damit zerschlagen. Armer Kerl. Ach ja! Vor dem Nachmittagstraining spielte er mit der Neunschwänzigen-Kettenpeitsche herum. Ich hatte ja schon die Befürchtung, dass sich diese irgendwann mal lösen oder auseinanderfallen würde; und genau das geschah auch. Es lösten sich

einige Kettenglieder und diese schossen durch die Halle an die Decke. Zum Glück stand da keiner, den es hätte treffen können. Das wäre nämlich nicht gut ausgegangen. Nach 1 ½ Stunden Training gab es dann Chinesisch-Unterricht. Also schnappte ich mir Mein Wörterbuch, Stift und Papier und ging runter in den Klassenraum. Der Unterricht war ziemlich scheiße muss ich sagen. Die Lehrerin sprach eigentlich nur Chinesisch. Ihr Englisch konnte man nicht verstehen, so schlecht war es. Sie schrieb immer willkürliche Wörter in Pinyin-Schrift an die Tafel und übersetzte nur manche ins Englische. Dann sprach Sie diese 2 bis 3x aus und fertig. Das Ganze ging fast 2 Stunden so. Ich habe mir in der Zeit ein paar brauchbare Wörter aus dem Wörterbuch geschrieben. Mal sehen ob ich so was lern. Morgen geht es in die kleine Stadt. Mein Plan: Essen kaufen, Internetcafé, Essen, Postkarten kaufen und eventuell 'ne Telefonkarte besorgen. Gleich ist noch Training… ich kann nicht mehr. Das Abendtraining war ganz locker. Viel laufen, was mir seltsamerweise gar nicht schwer fiel, dehnen und dann unsere Form üben. Und das locker flockig. Das Dorf, in dem die Schule angesiedelt ist, ist offenbar ein Paradies für Touristen. Schon irgendwie traurig, weil die eigentlich schöne Landschaft von Strommasten und Slum-ähnlichen Gebäuden zerstört wird. Zudem ist die Luft so versmogt, dass die Sicht in den Himmel oder in die Ferne immer getrübt ist. Jedenfalls reisen hier jeden Tag, insbesondere am Wochenende, viele Busse mit (chinesischen) Touristen an, die uns eigentlich immer beim Morgen- und Abendtraining zusehen. Heute Abend war im Dorf hier echt was los. Laut Musik, viele Leute auf der Straße, Essens- und Verkaufsstände, Tische und Stühle auf der Straße, usw. Lustig war, dass uns einige Touristen blöd gegrüßt haben, als wir uns warmgelaufen sind. Einer ist sogar mit uns gelaufen und hat mit uns ein wenig auf Englisch geredet (sogar gutes Englisch). Komische Leute gibt es hier zu Genüge. Beim Duschen anschließend habe ich vergessen das Fenster zu schließen und erlebte eine böse Überraschung: Überall Insekten. Ich habe Sie alle getötet und fachgerecht in der Mülltonne entsorgt. Leider gab es viele Spuren von der Jagd an den Wänden und der Decke. Eine Art fliegende Kakerlake war auch dabei… Igitt!

Freitag, 11.06.2010

Beim Morgentraining stand heute laufen auf dem Programm. Und zwar den Berg rauf und runter. Das dauerte Gefühlte 30 Minuten. Es ging über Stock und Stein bzw. nur Stein. So typische Bergpfade, wie man Sie aus Kung-Fu-Filmen kennt. Von oben hat man einen guten Überblick über das Dorf und die Schule. Die Aussicht ist echt gut. Die Landschaft ist auch nicht schlecht (wenn man sich die Strohmäste wegdenkt). Ich muss auf jeden Fall noch Fotos davon machen. Allerdings hatte die Rennerei einen hohen Preis: Mit meinen Laufschuhen in dem unebenen Gelände zu laufen, brachte meine Füße zum Schmerzen. Ich denke ich laufe das nächste Mal mit Kung Fu-Schuhen hier hoch. Im Anschluss gab es lockeres Grundtraining. Neben Faustschlägen, Handflächenschlägen und Stellungen gab es eine „Flattermann"-Übung, wo man viel mit den Armen herum paddelt und dabei in tiefe Stellungen geht. Diese Bewegung ist scheinbar endlos. Zum Frühstück habe ich nicht viel runter bekommen. Lediglich 1 Dampfbrötchen und 2 Schalen Reissuppe. Keinen Appetit. Gleich geht es in die Stadt. Ich hoffe ich denk an alles, was ich erledigen wollte. In der Stadt war nicht so viel los wie ich erwartet hatte. Die Stadt glich eher einem Slum. Wir sind die Haupteinkaufsstraße entlanggegangen, vorbei an vielen Obst- und Essensständen. Der Lieblingsstand der anderen Ausländer, der frittierte Teigtaschen mit Zucker verkaufte, war leider nicht da. Schade… ich hätte gerne probiert. Dabei fällt mir ein: In China ist das Essen entweder scharf, süß oder schmeckt nach gar nichts (z.B. Reis oder Nudeln). Dann sind wir in den größten Supermarkt der Stadt gegangen. Der war etwa so groß wie ein vergrößerter Tante-Emma-Laden. Es gab nicht viel aber von allem etwas. Ein Deutscher (Jochen), der nächste Woche Geburtstag hat, wollte sich 10 Tafeln normale Schokolade kaufen (Preis ca. 2 Euro), um damit für seinen Geburtstag Schokofrüchte zu machen. Doch es gab nur weiße Schokolade, die dafür ungeeignet war. Ich kaufte mir trotzdem drei Tafeln. Dazu 'ne Packung Kekse und eine Flasche Wasser. Kostenpunkt 17 Yuan (teuer). Dann ging es für 2 ½ Stunden ins Internetcafé. Ich habe dort Emails beantwortet, Blogeinträge gemacht, Bilder hochgeladen und war in ICQ online. Leider aber kein anderer ☹

Dann habe ich die Wartezeit auf die anderen (wir wollten gemeinsam ins Restaurant) mit dösen verbracht. Im Café war es sehr warm und draußen noch wärmer, was ich beim Nachmittagstraining noch spüren sollte. Das Restaurant machte zunächst einen guten Eindruck. Aber als wir zu viele wurden für unseren kleinen Tisch, sollten wir durch die „Küche" an einen größeren Tisch Platz nehmen. Der Weg durch die „Küche", falls man das so nennen kann, glich eher einem Hinterhof, wo alles Essen auf den Boden rumstand. Und mitten drin eine Katze (lebendig). Hunde und Katzen zu essen, ist in Restaurants übrigens gesetzlich verboten. Wie sehr drauf geachtet wird, weiß ich aber nicht. Jedenfalls würde ein solches Restaurant in Deutschland nicht lange existieren können. Spätestens wenn die Gesundheitsbehörde vorbeischaut, müsste es dicht machen. Das Essen hingegen sah gut aus (war aber auch teuer). Gegessen habe ich nicht viel, da fast alles Fleisch war. Und gerade in China sollte man davon Abstand halten wurde mir geraten. Als dann ein Franzose mit einer jungen Chinesin aus einen Feuerwerksshop um die Ecke vorbeikam, verlief das Essen in eine längere Sitzung als geplant (2 ½ Stunden). Wir drohten zu spät zum Training zu kommen. Als die Köchin davon Wind bekam, dass der eine Franzose bald Geburtstag hat, servierte Sie uns (angeblich kostenlos) 2-3 Teller Essen (Suppe und Schweinefleisch süß-sauer), sowie eine künstlich schmeckende Sahnetorte. Dann wurde es aber höchste Eisenbahn abzudampfen. Ach ja: Im Restaurant trafen wir noch einige Shifus, die ebenfalls in Nebenzimmer aßen. Etwas spät, kamen wir mit dem Taxi an der Schule an. Die Shifus waren still und scheinbar äußerst sauer. Das merkte man auch das ganze Training über. Also schnell umgezogen und ab zum Training. Das Training war anschließend hart. Einmal weil es sehr warm war und einmal, weil meine Muskeln so langsam

versagen. Ich hoffe, dass es morgen besser geht. Schon der Gedanke daran, keine tiefe Stellung einzunehmen, löst ein Verweigern der Oberschenkelmuskulatur aus. Viel Neues gab es nicht heute. Nur meine Form konnte ich um 3 Techniken erweitern. Nach dem Training war ich duschen, essen und dann Fotos machen. Zunächst in der Schule, dann in der Stadt. Schöne Bilder dabei. Außerdem war ich das erste Mal auf dem Dach der Schule. Da fällt mir gerade ein: VW ist eine beliebte Automarke hier in China. Ebenso Hyundai und Toyota sowie viel chinesische Marken, wovon ich aber keine kenne. Morgen wird's hart: 6 Trainingseinheiten. Deswegen gehe ich jetzt schlafen. Gute Nacht!

Samstag, 12.06.2010

Der Tag beginnt mit dem Morgentraining. Heute Nacht hatte ich einen Alptraum und habe nicht so gut geschlafen. Das Training war mäßig, aber meine Beine sind immer noch sehr müde. Wird Zeit das ich neue Energie bekomme. Meine Arme werden auch immer schwerer. Dafür hält sich nun mein Muskelkater in Grenzen. Immerhin etwas. Zu essen gibt es echt immer das gleiche Zeug, egal welche Tageszeit. Es wird nicht zwischen Frühstück, Mittagessen und Abendessen unterschieden. Es kommt nur wenig Variation rein. Das erste was ich machen werde, wenn ich wieder zuhause bin, ist mich vollzufressen mit allen leckeren Sachen, die es hier nicht gibt. Ich nehm' hier ganz sicher mindestens 5 Kg ab. Ich mache mir ein wenig Sorgen, dass ich hier Taekwondo verlerne, habe aber auch keine bisschen Energie übrig, um mal ein paar Sachen aus dem Taekwondo-Training zu wiederholen. In 11 Tagen will mein Zimmerkollege von hier verschwinden. Dann werde ich erst mal gründlich sauber machen. Vor allem das Bad ist verdammt süffig. Wir reden nicht viel miteinander. Er wirkt auch immer sehr müde und schlapp. Er ist nun schon 2 Monate hier. Irgendwie ein seltsamer Kerl. Das Vormittagstraining fing erst entspannt an. Also das übliche. Dann ging es wohl Richtung Akrobatik, denn wir übten Sprünge, Rollen und hüpften hin und her. Das ganze sehr flott, so dass mein Herz anfing zu rasen. Nach jeder Übung musste ich mich schließlich 5 Sekunden hinsetzen und regenerieren. So lang war etwa die Pause, in der mein französischer Trainingspartner an der Reihe war. Dann kamen wir zum Kip-Up. Und zwar direkt ohne Hände. Obwohl ich so aus der Puste war, klappte er immer noch. „Kip-Up-Test“ also bestanden 😉

Mein französischer Trainingspartner (Tristian) konnte ihn nicht, so dass mir mein Shifu verdeutlichte, ich sollte ihn Ihm auf Englisch erklären, was ich auch tat. Hat trotzdem weiterhin nicht geklappt. Dann war Pause. Die Zeit nutzte ich und legte mich lang auf den Teppich zum Schlafen, wie fast alle hier. Das muss ein seltsames Bild sein, wenn hier so 30 Schüler wie Leichen mit den Armen und Beinen ausgestreckt auf dem Teppich liegen und sich nicht viel bewegen. Nach der Pause wieder warm gemacht. Zu mein Bedauern stellte ich fest, dass mein Schienbein schmerzte. Typische Überlastungserscheinung bei mir. Meinen Shifu ist aufgefallen, dass ich leicht am Humpeln war und holte mich zu such und fragte nach, ob ich Schmerzen hätte. Ich bejahte seine Frage und wies auf mein Schienbein hin. Dann meinte er, ich sollte für den restlichen Tag Pause machen, da Kung Fu mit Schmerzen nicht gut sei. Er massierte mir noch kurz das Schienbein und ich dehnte mich nach einer kurzen Pause, um nicht nichts zu tun. Ich freute mich auf die (Zwangs-)Pause, denn die war auch mal nötig geworden, um neue Kraft zu schöpfen. Stattdessen hatte ich heute dann Chinesisch-Unterricht. Naja, was soll‘s. Ich begann nach dem Dehnen Sit-Ups zu machen und da Tristian ebenfalls welche machen musste, rief mich mein Shifu zu sich und wir machen Sie gemeinsam. Erst 50 Stück im Wechsel, dann 100 und dann nochmal 100. Das haut rein. Das Ganze wurde gefolgt von einer ähnlichen Rückenübung. Ich hätte nicht gedacht, dass die Chinesen wissen, dass man, wenn man den Bauch trainiert, auch den Rücken trainieren sollte. Diesmal 2x 100 Stück. Zwischendurch stieg uns unser Shifu mit seinem ganzen Körpergewicht auf den Rücken. Dann war draußen Gesicht waschen angesagt. Sehr erfrischend bei der Hitze. Dann war Relaxen dran. Also rumliegen und nix tun und dabei über unsere Form nachdenken, wie es unser Shifu wollte. Schließlich machte ich ein paar Handstände und Kip-Ups und wir gingen zurück zur Schule. Ich muss sagen, ich habe echt einen guten Shifu erwischt. Das meinen auch die anderen Ausländer. Allerdings spricht er nur gut 100 Wörter Englisch. Seine Lieblingswörter sind: Relax, Faster, Slower, Harder, More Power, Pain, Me, Running, Straight, Think, go Room, Good, No. Viel mehr kommt dann meist auch nicht. Deshalb versucht mein französischer Kollege ihn auch ein paar Wörter Englisch beizubringen. Bezweifle aber, dass das klappt. Heute habe ich seine Narbe im Oberschenkel gesehen, die von einer Speerspitze stammt.

Diese hat er sich wohl versehentlich beim Qi Gong in den Oberschenkel gerammt. Sah übel aus. Das Essen mit Stäbchen klappt immer besser. Und wo ich grad beim Essen bin: In chinesischen Restaurants bestellt nicht jeder für sich, sondern einer für alle. Das kommt dann in die Mitte des Tisches und jeder pickt sich das runter was er essen möchte. Der Tisch sieht danach aus wie sau. Beim Duschen heute Mittag kam dann irgendwann kaum noch Wasser mehr aus dem Duschkopf. Und wenig später war es nur noch ein dicker Tropfstrahl. Dann war das Wasser ganz weg. Gut, dass ich da schon fertig war, wär echt blöd gewesen. In Zukunft weiß ich eine gute Dusche zu schätzen.

Da das Essen hier eintönig ist und es zwischen den Mahlzeiten nichts gibt, muss ich mich mehr mit Essen eindecken. Denn ständig habe ich hier Hunger und Kekse reichen irgendwann nicht mehr zum Sättigen. Ich vermisse hier richtiges Essen, wo von man auch satt wird! Und richtiges, elektrisches Licht. Wir haben nur eine Nachtleuchte auf dem Zimmer. Und eine Dusche, aus der genug und wohl temperiertes Wasser kommt. Und Internet zu haben. Sowie meine Freunde und Familie.

Beim Chinesisch-Unterricht wäre ich fast eingeschlafen. Ich habe mir satte 3 Stunden lang meinen Sprachführer durchgelesen. In der Pause bin ich dann aufs Zimmer gegangen und wollte auf Toilette. Doch es gab kein Wasser. Also besser nicht… Das Abendessen heute hat mal halbwegs geschmeckt. Die Dampfbrötchen (so heißen die glaub ich) waren warm und es gab dazu Glasnudeln und Kartoffelscheiben (naja). Dann habe ich doch noch beim Abendtraining mitgemacht, da es mein Schienbein inzwischen besser ging. Sofort merkte ich den Regenerationseffekt, obwohl ich nur ein paar Stunden ausgesetzt hatte. Morgen will uns unser Shifu mit Sit-Ups und Push-Ups quälen, damit wir so ein Sixpack bekommen wie er (Er zeigt es immer ganz stolz). Dazu kommt dann Akrobatik. Wir haben das Abendtraining etwas eher beendet, denn heute sind ganz besonders viele Touristen in der Stadt, die uns beim Training zusehen und Fotos machen. Heute haben sich einige Ausländer lustige Muster in den Haaren rasiert. Die kleinen Chinesen wollten das dann auch haben und bekamen es auch. Seit dem Rennen hier alle mit seltsamen Mustern im Haar rum. Später kommt dann der Rest auch ab meinen Sie.

Ich wurde vorgestern, wo das Fenster beim Duschen auf war, von Mücken zerstochen. Sieht echt kacke aus, weil sich die Stellen aufplustern. Dafür jucken die nicht so wie ich es aus Deutschland kenne. Gerne würde ich mit jemand von Zuhause telefonieren. Mal gucken ob ich das irgendwie hinbekomme.

Sonntag, 13.06.2010

Der Tag beginnt und die Nacht war unerträglich warm. 29,5°Celsius im Zimmer. Und dass bei Nacht. Das Morgentraining war mäßig anstrengend: Laufen, Dehnen, Basics und ein wenig Form üben. Auch Kniebeugen und Push-Ups standen heute auf dem Programm. Dann war es schon vorbei und es gab Frühstück. Zu meiner Freude wieder das leckere Fladenbrot mit etwas Lauch. Deswegen habe ich mich seit langem mal wieder richtig satt gegessen. Gutes Gefühl mal wieder satt zu sein. Nach einem Verdauungsschläfchen ging es dann weiter zum Vormittagstraining. Beim Meeting vorher meinte mein Shifu, dass wir heute Tai Chi haben und zeigte dabei auf den (dicklichen) Tai Chi-Shifu. Ich habe ihn schon in Aktion gesehen und wei0, dass ihn sein Gewicht nicht dran hindert blitzschnelle Bewegungen auszuführen. Das muss man erst mal schaffen. Beim Tai Chi sind seine Bewegungen sanft und geschmeidig; beim Sanda schnell und hart. Es hieß wie beim Kung Fu erst einmal warm laufen in der Halle, stretchen. Dann ging es los. Der Schweizer (Ruffy) zeigte uns unsere erste Bewegung und der Shifu korrigierte Sie bei uns: Beine 1 ½ Schultern breit auseinander, etwas in die Knie gehen, eine Hand an die Hüfte und eine mit fast ausgestreckten Ellenbogen seitlich mit den Ellenbogen übers Knie halten. Dann wird der Arm langsam in einer Halbkreisbewegung bewegt. Der Blick folgt dabei der Hand. Das ganze Spiel wurde dann auch mit dem anderen Arm und schließlich beiden gleichzeitig erklärt. Die Bewegung an sich ist nicht so anstrengend, doch die ganze Zeit die Arme oben und die Beine gebeugt zu halten schlägt ganz schön auf das Gemüt. Wir machten diese Übung (mit kurzen Lockerungspausen) die ganze Zeit lang, die wir in der Halle waren (3 Stunden). Zwischendurch übten wir einfache Würfe, damit es nicht zu langweilig wurde. In der Halle wurde es immer wärmer und wärmer und als wir schließlich den Rückweg antraten, war es draußen unerträglich warm geworden. Die Luft war etwas klarer, denn ich konnte die Berge sehen, die man sonst nicht sah, da sie von Smog bedeckt waren. Schön anzusehen, doch etwas kühler wäre mir lieber gewesen. Ich hoffe die Temperaturen legen sich noch bis heute Nachmittag. Im Zimmer sind im Moment noch 28,5°C. Ich trinke viel und deswegen ist unser Wasserspender nur noch zu 1/3 gefüllt. Ich hoffe es gibt Nachschub. Meine erste Woche hier ist bald um und die Zeit vergeht im Moment flotter. Gut so. Wenn ich die Zeit habe, tippe ich meine ganzen handgeschriebenen Texte weiter auf dem Netbook ab, packe Sie als Datei auf die Speicherkarte meiner Kamera und kopiere Sie dann bei Gelegenheit auf meinen Blog. Ich habe mir endlich den Splitter aus den Fuß gezogen, den ich mir vor ca. 3 Wochen auf der Vereinsfahrt zugezogen habe. Die Stelle hat sich minimal entzündet, sollte aber nicht weiter schlimm sein. Die Hitze hier macht mich noch müder als ich schon bin. Nach dem Mittagessen habe ich mich deswegen erst mal wieder aufs Ohr gelegt. Im Zimmer war es wieder unerträglich warm. Aaaaaber: Die Klimaanlage funktioniert endlich wieder! Also hat mein Kollege diese eingeschaltet und wir legten uns schlafen. Das Zimmer war anschließend angenehm kühl, so dass ich nach dem Nickerchen sogar tatsächlich mal erholt war. Beim Nachmittagstraining (nur bis zur Pause, dann Chinesisch) stand heute ein wenig Akrobatik auf dem Programm. Der Chinesisch-Unterricht war gewohnt langweilig. Ich las in meinem Büchlein und lernte die Zahlen von 1 bis 10 zu zeigen. Das ist ganz nützlich, wenn es um darum geht, kleine Preise auszudrücken (z.B. beim Verhandeln mit dem Taxifahrer) oder Stückzahlen zu zeigen. Denn die Chinesen zählen anders. Wenn man die Zahl „Zwei“ wie gewohnt bei uns zeigt, meint man hier nämlich acht. Dann spurtete ich direkt nach dem Unterricht direkt zum Computer, bevor dieser wieder besetzt war. Ich hatte Glück und war erster. Also startete ich den Computer und loggte mich in meinem E-Mail-Postfach ein. Ich brauchte 20 Minuten um 2 E-Mails zu beantworten… blödes Internet. Dann war Essenszeit und hoffte, dass es keine Dampfbrötchen gab. Ich bog um die Ecke zum Speisesaal und sah einen Shifu mit einem Tablett daher laufen, auf dem KEINE Dampfbrötchen lagen. Aber was es war erfuhr ich erst als ich im Speisesaal war: Gebratene Brotscheiben. Verdammt lecker die Dinger. Ich aß davon 15

Stück und war zufrieden. Einen Vorteil hat das warme Wetter ja: Das Leitungswasser wärmt sich auf und die Dusche ist nicht ganz so kalt. Heute Abend habe ich das erste Mal richtig mein Handy ausprobiert. Es klappt jetzt doch mit dem SMS senden und empfangen. Auch telefonieren geht, ist aber verdammt teuer. Für eine SMS nach Deutschland bezahl ich 40 Cent. Recht moderat. Ich hoffe so kann ich besser in Kontakt bleiben. Nach einen 11-minütigen Telefonat mit meinen Eltern begann ich meine Berichte weiter abzutippen. Kostenpunkt für das Gespräch lag bei über 20 Euro. Zum Glück haben mir dann meine Eltern aus Deutschland das Guthaben wieder aufgeladen.

Montag, 14.06.2010

Heute Morgen hätte ich fast verschlafen, denn ich habe die Schulglocke überhört. Und die ist eigentlich unüberhörbar. Also rasch fertig gemacht und runter zum Morgentraining. Heute stand Powertraining auf dem Plan. Also Liegestützen, Kniebeugen, Wadenheben und immer dazwischen kurze, schnelle Bewegungen, um den Puls hoch zu treiben. Folter pur. Ich war danach vollkommen ausgepowert. Beim Frühstück füllte mir heute mein Shifu Reissuppe in meine Schale. Nett.

Das Vormittagstraining fand heute draußen und nicht in der Halle statt, da wir anschließend Buddhismus haben und zu viel Zeit mit dem Weg zur Halle verschwenden würden. Bei der Hitze hier draußen aber gleich doppelt so anstrengend… Jede Bewegung erfolgte nur widerwillig. Unser Wasserboiler ist schon wieder so gut wie leer. Ging diesmal flott. Aber bei der Hitze muss man auch viel trinken. Buddhismus war blöd. Man stellt sich vor dem Raum, nach Reihenfolge der Ankunft hier und betritt der Reihe nach den Raum. Ich somit zum Schluss. Im Raum sind Räucherstäbchen angezündet und es läuft ruhige Musik (Mönchsgesänge). Man stellt sich dann im Halbkreis vor die Buddha-Statue auf und einige Ausländer bekommen der Reihe nach Räucherstäbchen in die Hand. Nach der Reihe werden diese dann mit vielen Verbeugungen in einem Kessel vor der Statue abgelegt. Dann erhält jeder, der noch nicht hat, einen Liedtext (in Pinyin-Schrift) und es wird im Kreis gelaufen und man murmelt dabei den Text. Dann setzt man sich (im Halbkreis wieder) im Schneidersitz auf dem Boden und meditiert/schläft 10-15 Minuten lang. Dann darf sich jeder noch einmal persönlich vor Buddha verbeugen und hinknien (und zwar der Reihe nach). Man geht zur Statue, verbeugt sich einmal mit „gefalteten“ Händen, kniet sich dann auf einen Hocker, verbeugt sein Haupt dort drei Mal, steht wieder auf, verbeugt sich noch einmal und geht dann rückwärts zu seinem Platze zurück. Wenn alle fertig sind, wird wieder gemurmelt und um Kreis gelaufen, dann wieder meditiert und dann wieder vor Buddha verbeugen. Aber dann geht man nicht zu seinem Platze zurück, sondern geht aus dem Raum. Die ganze Zeit wird kein Wort gesprochen. Trotz Klimaanlage war es einfach nur Mega zu warm und die Luft war durch die Räucherstäbchen sehr dünn. Ich und ein paar andere (vielleicht sogar alle) hatten echt Probleme mit dem Kreislauf. Nach einem Thermometer waren 33°C im Raum. Ach ja! Wenn man den Raum betritt, muss man eine lange Hose und Schuhe anhaben (keine Schlappen). Nach dem Essen habe ich einen neuen Wasserkanister gekauft (20 KG) und ein Eis! Das Eis war sehr lecker und kostete nur 1 Yuan. Werde ich mir bald wieder kaufen. Auf dem Zimmer habe ich dann meine Berichte weiter abgetippt und mich ausgeruht. Als ich zum Nachmittagstraining raus ging, wurde ich von der Hitze regelrecht erschlagen. Im Zimmer hatten wir die Klimaanlage an und das Zimmer auf gut 25 Grad abgekühlt. Draußen waren es fast 40… Da macht das Training keinen Spaß mehr und mein Kreislauf war auch alles andere als in Schwung. Ich habe heute 5 Liter Flüssigkeit gebraucht. Und bei der Affenhitze hier ist das auch absolut nötig. Das Training bestand aus Tritten, Stellungen und Powertraining (zum Schluss). Anstrengung pur. Zum Abendessen gönnte ich mir nach dem harten Tag eine kalte Cola sowie ein weiteres Eis. Natürlich nur um meinen Blutzuckerspiegel wieder etwas zu erhöhen 😉

Abends duschte ich noch und schrieb meine Berichte weiter. Hatte ich bereits erwähnt, dass es verdammt warm ist?

15. Juni 2010 – Neue Berichte und Bilder

Ich habe in meiner ganzen freien Zeit die letzten paar Tage einen Teil meiner handgeschriebenen Reiseberichte abgetippt und gerade online gestellt. Man beachte, dass diese nach dem Datum sortiert werden. Also blättert ruhig nochmal auf der Seite hier rum, dass Ihr auch nichts überseht. Die Reiseberichten Samstag bis Montag (gestern) bin ich noch am abtippen, werde Sie aber so bald wie möglich nachreichen.

Ich hoffe euch gefallen die Bilder die ich gemacht habe. Sie vermitteln vielleicht einen groben Eindruck, wie es hier zu geht. Man kann auch die älteren Artikel begutachten, in dem man unten auf "Nächste Seite" klickt.

Meine aktuelle Verfassung ist ganz gut. Ich bin nicht mehr ganz so müde und habe mich nun ganz ordentlich eingelebt. Die erste Woche ist somit schon um. Lasst mich wissen wie es euch geht und schreibt mir auch schön fleißig Kommentare. Ich freu mich über jede Nachricht hier.

Jetzt zu den Bildern…

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/neue-berichte-und-bilder/

国际文武

Dienstag, 15.06.2010

Heute Nacht machten einige Ausländer Lärm und tranken Alkohol. Sie wurden wie es kommen musste von den Shifus erwischt und durften zur Strafe 400 Liegestützen machen. Alkohol ist hier nämlich absolut tabu. Wegen des Lärms konnte ich nicht schlafen und kramte meine Ohropax aus dem Nutfallpacket raus. Schon viel besser. Nachts bin ich dann zur Toilette aufgestanden und sah dort an der Wand eine riesige, ekelige Käfermonstrosität mit vielen Beinen (eine Art Tausendfüßler). Ich machte dem Vieh fachgerecht mit dem Pümpel (braucht man hier zum „Nachspülen" der Toilette) den gar aus. Das ging verfiel direkt in zwei Teile und liegt jetzt da bis es verrottet. Nach dem Frühstück ging ich mit den anderen in die Stadt. Denn heute ist der freie Tag. Deswegen konnte ich auch mal ausschlafen (bis 7:10) Uhr. Die Fahrt war wieder ein Abenteuer für sich. Ich kann da echt nur mit dem Kopf schütteln. In der Stadt angekommen (die Fahrt dauerte 35 Minuten) warteten wir noch 'ne geschlagene Stunde auf den anderen Taxibus mit den anderen Ausländern. Sie kamen deswegen so spät, weil die Shifus auch in die Stadt wollten und Ihnen das Taxi wegschnappten. Wie frech. Dann nahmen wir uns ein Taxi und fuhren zu Mc Donalds. Die Preise dort waren für chinesische Verhältnisse echter Wucher. Bei uns normale Pommesbuden-Preise. So bezahlte ich für 2 große Pommes und einer kleinen Cola 21 Yuan. Das sind grob 2,10 Euro. Ketchup gibt es hier aber gratis. Dann gingen wir weiter ins Einkaufszentrum. Dieses besaß ca. 8 Stockwerke und war nach westlichem Stil gebaut worden. Ein Ausländer kaufte sich dort in der „Multimedia-Abteilung" eine Digitalkamera. Und das dauert in China ewig… außerdem bekommt man wohl grundsätzlich das Ausstellungsstück verkauft. Dann wird anschließend ein neues Gerät aus dem Schrank geholt und dient als neues Ausstellungsstück. Dann gingen wir zu Fuß weiter zum Internetcafé und verweilten dort 4 Stunden lang. Ich fand es anstrengend, da ich viele Fotos hochladen musste und die ganzen Berichte auf meinen Blog kopieren wollte. Das alleine dauerte schon 2 ½ Stunden. Den Rest der Zeit surfte ich, probierte Skype aus in dem ich ein paar Leute anrief und schreib E-Mails. Dann fuhren wir schließlich zurück zum Startpunkt. Zuerst wollte uns ein Taxifahrer abziehen, in dem er 10 Yuan für die Fahrt verlangte. Normalpreis ist um die 4 bis 5 Yuan (für Ausländer jedenfalls). Einheimische bezahlen mit Sicherheit keine 2… Also suchten wir uns ein anderes Taxi. Am Startpunkt (Einkaufszentrum) angekommen deckten sich alle mit Lebensmitteln ein und dann war es schon Abfahrtszeit. Ich kaufte mir Schokopilze (Kekse in Form von Pilzen mit Schokolade), kleine süße Croissants (aber leider mit ekeliger Orangencreme wie ich später feststellte), Kekse und zwei neue Stifte. Ein Spültuch fand ich nicht (gibt's aber im Shop habe ich erfahren) und ebenso wenig Postkarten. Nicht mal normales DIN A4 Papier.

Heute erfuhr ich, dass die Shifus hier um die 900 Yuan im Monat verdienen. Das sind knapp 100 Euro. Aber Sie müssen auch teilweise Strafen zahlen. So musste ein Shifu eine Strafe von 1200 Yuan bezahlen, weil ein Däne, der nur 5 Tage geblieben ist, statt wie geplant ein Jahr zu bleiben. Schon ein wenig blöd. Der Sanda-Shifu hatte gestern Fahrprüfung. Ich will besser nicht wissen wie die hier ausgesehen hat. Man muss hier nur laut hupen können und ansonsten fährt man hier wie man will. Nach dem Abendessen machte ich mit einem Schweizer (Niko ist sein Name) einen kleinen Rundgang durch das Dorf hier, wo die Schule ist. Da morgen wohl ein Feiertag ist, haben morgen alle Frei und deswegen ist die Straße wieder lebendig. Gerade nachts oder abends gibt's hier laut Musik, bunte Lichter und Essensstände. Niko erzählte mir, dass er bereits in Thailand war und dort rumreiste und dass es die Asiatische Geselligkeit sehr mag. Zudem ist er ein Disco-Fan. Aber ein wenig seltsam ist er schon. Da Franzose heute Geburtstag hat, veranstaltete er in Ansprache mit den Shifus ein Feuerwerk. Dafür haben Sie sich letztens also über 17 KG Feuerwerkskörper gekauft. Ich muss sagen: Chinesisches Feuerwerk hat es wirklich in sich. Es wurde extra gelagert, da es bei der Hitze hier

Tagsüber schon mal los gehen kann. So wäre nur ein Teil des Gebäudes hochgegangen. Die Feuerwerkskörper hier gleichen eher Sprengstoff, sehen aber auch verdammt gut aus. Da heute die Schulglocke umgestellt wurde, verschieben sich einige Zeiten um ein paar Minuten. Muss ich mich wieder an einen neuen Rhythmus gewöhnen. Heute Nacht werde ich eine Serie auf meinem Netbook schauen und dann im kühlen Zimmer ganz entspannt schlafen. Klimaanlage sei Dank!

Mittwoch, 16.06.2010

Wie immer beginnt der Tag mit dem Morgentraining. Ich habe wieder gut geschwitzt. Nach dem üblichen Frühstück ging es dann sofort weiter mit dem Vormittagstraining. Zur Abwechslung gaben wir nach dem warm laufen und dem Dehnen ein kleines Fangspiel gespielt. Das Spiel geht so: Ein Fänger muss per Abklatschen jemanden fangen. Man rennt als Gejagter entweder weg oder ruft „Bingau“ und bleibt wie angewurzelt stehen. Damit ist man nun „save“ und kann nicht abgeklatscht werden, darf sich dafür aber auch so lange nicht bewegen, bis man wieder von einem anderen Gejagten befreit wird (auch per Berührung). Wenn die dritte Person „Bingau“ ruft ist derjenige, der als erstes „Bingau“ gerufen hat der neue Fänger und alle anderen dürfen sich wieder bewegen. Das gleiche gilt auch, immer wenn der Fänger wechselt. Das Spielchen spielten wir bis zur Pause ('ne gute dreiviertel Stunde). Dann gingen einige Ausländer und Chinesen mit Ihren Shifus zurück. Ich war auch dabei. Wie ich erfuhr, machten wir einen kurzen Ausflug in die naheliegenden Berge. Wir spurteten zurück zur Schule und jeder der hatte holte sich seine Kamera. Mein Shifu musste mir die Tür aufschließen, da mein Zimmernachbar Patrick den Schlüssel hatte und er nicht mitkam. Dann ging es in Eilschritt zum Bus, den wir gerade so erwischten. Mit dem fuhren wir gut 10 Minuten den Berg hoch. Zwischendurch stiegen wir einmal um. Oben angelangt (und auch schon aus dem Fenster des Busses) bot sich ein erstaunlicher Anblick, so dass ich viele Fotos schießen musste. Ich kann jeden so eine Aussicht empfehlen, der sich für die Landschaft Chinas interessiert. Steile Klippen, hohe Berge, Wasserfälle, Urwaldähnliche Pfade und einen schönen Bergsee. Alles war dabei. Die Shifus waren gut drauf und der Rest der Truppe auch. So machten wir viele Posing-Fotos und verteilten anschließend Broschüren der Schule unter den anderen Touristen. Das war ganz witzig, dass Ausländer Werbung für fremde Anstalten machten und kam deswegen wohl auch ganz gut an. Obwohl der ganze Trip nur knapp 2 Stunden dauerte, war es schon ziemlich cool und ich machte in der Zeit ca. 300 Fotos und einige Videoaufnahmen. Dazu kommt noch, dass das Ganze für lau war. Nicht mal die Busfahrt hat Geld gekostet. Dann habe ich nach dem Mittagessen (es gab heute so Klebereis, der in einem großen Blatt eingewickelt war) etwas mit meinen MP3-Player Musik gehört. Leider ist er nun leer und ich habe im Moment keine Möglichkeit ihn aufzuladen, da der USB-Port an meinem Netbook wieder spinnt. Dann habe ich noch Fotos auf dem Computer gezogen und etwas geschlafen. Beim Nachmittagstraining heute hatte ich dann das erste Mal Sanda (chinesisches Kickboxen) die erste Trainingshälfte haben wir uns fast nur (sehr intensiv) gedehnt. Danach hatte ich wirklich das Gefühl deutlich beweglicher zu sein. Dann wurden Kicks geübt. Dann kam die typische Sanda-Hüpf-Bewegung dazu, die man vielleicht aus dem Boxen kennt. Sieht sehr ähnlich aus und ist gar nicht so einfach wie es aussieht. Schließlich sollten wir Schläge am Boxsack üben. Erst ohne Boxhandschuhe und dann nachher mit und anschließend wieder ohne. War ganz cool und ich glaube die kurze Session hat meine Schlagtechnik schon deutlich verbessert. Zum Schluss des Trainings sollten wir dann reichlich Liegestützen machen. Und zwar in allen möglichen Variationen: Normale, Auf Fäusten, Arme dicht beim Körper, mit Klatschen in der Luft, etc. Alles in allem eine willkommene Abwechslung zum Kung Fu. Das Abendessen war nix außergewöhnliches, außer dass sich alle Eistee kauften, da man, wenn man eine grüne Deckelinnenseite bei der Flasche hatte einen weiteren Eistee umsonst bekam. Die Gewinnquote war ausgesprochen hoch, so dass sich Patrick einen kaufte und nachher 5 getrunken hatte. Den anderen Ausländern ging es ähnlich. Coole Idee auf jeden Fall. Morgen kauf ich mir auch einen! Nach dem Meeting habe ich Jochen gefragt, ob er mir auch so eine „Frisur“ verpasst wie es die anderen zurzeit alle haben (die Mustergeschichte vom Samstag). Ruck zuck waren wir auf dem Dach und fingen an zu rasieren. Meine Haare sind jetzt ab und es sieht ungewohnt aus und fühlt sich noch ungewohnter an. Damit ich mich daran gewöhn, kann ich wohl noch ein paar Wochen für einplanen. Aber ich habe hier ja Zeit. Mit Jochen und Patrick versteh ich mich von Tag zu Tag besser.

Und wieder habe ich etwas Neues erfahren: Ganz in der Nähe stehen hier 2 Atomkraftwerke. Ich hoffe die gehen nicht hoch solange ich hier bin. Ein Deutscher (mir fällt der Name nicht ein) erzählte mir auch, dass weiter oben in den Bergen, in der Nähe vom Kraftwerk wohin das Auge blickt alles toter Matsch ist. Wenn man dort einen Stein reinwirft, blubbert es zu dem ganz komisch. Irgendwie macht mir das Angst… morgens rennt man hier auch an brennendem Plastik vorbei. Schönes China! Ich fühl mich manchmal wie in einem Ghetto hier. Der Tag geht zu Ende und ich werde noch eine Folge meiner Serie gucken, die ich gestern angefangen habe und dann schlafen.

Donnerstag, 17.06.2010

Morgentraining… zum ersten Mal sehe ich ein neues Gesicht. Tobias kommt aus Deutschland und ist gestern angekommen. Er trainiert bei Tristian, meinen französischen Trainingspartner und mir in der Gruppe mit. Ich unterhielt mich die ganze Zeit mit Ihm und erfahre, dass auch er auch seit einem Jahr Taekwondo macht. Dafür ist er aber schon ganz schön gut. Morgens war er noch frisch, aber beim Abendtraining habe ich Ihn echt ausgepowert erlebt. Der wird sich morgen über seinen Muskelkater freuen 😉 Ist aber ein ganz netter Kerl. Zum Frühstück gab es heute das Fladenbrot. Wie schön. Ich haute mir wieder den Wanst voll und bereute dies auch so gleich beim Vormittagstraining. Ich hatte das Gefühl ich müsste die ganze Zeit kotzen und stellenweise kam mir auch fast was hoch. Ich sollte mich beim nächsten Mal im Zaum halten beim Essen… Nach dem Mittagessen (Es gab Reis und ich wollte mir einen Eistee kaufen. Doch der war leider ausverkauft. So ein verdammter Mist! Deswegen kaufte ich mir 'ne Cola) schrieb ich sehr fleißig meine Reiseberichte weiter, da ja morgen schon Freitag ist und damit Internetcafé ansteht. Wann hätte ich denn sonst die Gelegenheit dazu gehab alle meine Texte abzutippen, wenn nicht heute? Ich hink ja eh schon hinterher, deswegen habe ich dem heute ein Ende gesetzt und alles fertig geschrieben (bis abends). In Zukunft schreibe ich meine Tagesberichte direkt per Computer, so erspar ich mir Zeit, die ich in Schlafen oder neuer Dings auch Musik hören investieren kann. Nach einem kurzen Schläfchen bei Klimaanlage ging es dann weiter im Programm. Nachmittagstraining… aber nur 1 ½ Stunden. Dann gab es nämlich Chinesisch. Beim Training machten wir ein wenig Akrobatik und ich konnte mit meiner Sprungrolle überzeugen. Höhöhöh. Mein Shifu war stolz auf mich. Auch auf meine neue Frisur und drängte die anderen (scherzhaft) auch dazu. Ist aber immer noch komisch. Beim Chinesisch-Unterricht lernte ich das laute Zählen von 1 bis 10, sowie ein paar Wörter. Natürlich nicht von der Lehrerin, sondern von mir selbst. Tobias, der Neue, las sein Buch (Biss zum Morgengrauen). So geht es natürlich auch. Nach dem Unterricht schrieb ich noch ein paar Seiten und kam deswegen etwas später zum Abendessen. Leider verpasste ich so die guten, in der Pfanne gebratenen Knusperbrote. Ich bekam nur noch ein paar sehr wenige ab. Aber als Alternative gab es Fladenbrot, von dem ich aber lieber nicht mehr so viel essen wollte. Dann folgte das Abendtraining. Davor ruhte ich mich ein wenig aus und hörte Musik. Zuletzt schrieb ich noch ein paar Zeilen. Das Training war angenehm. Ich glaube meine Kondition hat sich bereits verbessert, denn beim Laufen hatte ich scheinbar endlose Energien. Nach intensivem Dehnen folgten ein paar Faustschläge und Handflächenschläge und dann unsere Form. Ich plauderte mit Tobias über Taekwondo und wir übten zwischendurch ein paar Kicks. Endlich habe ich das Gefühl, dass es wieder Berg auf mit mir geht. Es tat gut ein paar alte Bekannte Techniken auszuführen. Und zu meiner Überraschung klappten diese sogar halbwegs gut. Dann zeigte Tobias mit den kampfmäßigen Pandae-Dollyo-Chagi, den ich seiner Meinung nach hervorragend ausführte. Geil. War nicht einmal schwer. Ich werde sich die Tage noch mehr mit ihm üben. Zumindest sobald er wieder kann, denn er wirkte sehr erschöpft. Morgen steht ein Dauerlauf den Berg hoch an, deswegen habe ich nur noch fix geduscht und meinen letzten Tagesbericht fertiggeschrieben und kopiert und ging dann schon schlafen.

18. Juni 2010 – Neuigkeiten

Mir geht es von Tag zu Tag besser hier. Ich verstehe mich mit den Leuten besser, das Essen wird erträglicher und an das Training gewöhn ich mich auch immer mehr. Meine Fitness hat sich auch schon verbessert.

Alles andere erfahrt ihr wie immer in den Tagesberichten. Da ich nun das meiste hier kenne, werde ich in Zukunft etwas weniger schreiben, außer hier passiert etwas neues oder besonderes. Aber ihr werdet sicher weiterhin von mir hören.

Jetzt zu den Bildern:

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/neuigkeiten/

Freitag, 18.06.2010

Beim Morgentraining ging es heute wieder den Berg hoch. Anders als beim letzten Mal ohne Probleme. Meine Füße taten nicht wieder höllisch weh, da ich diesmal meine Kung Fu-Schuhe anhatte. Sind zwar keine Laufschuhe, doch damit lauf ich echt am besten. Nachteil daran ist, dass man jeden Stein unter den Füßen merkt. Aber damit kann ich Leben… Beim Laufen spürte ich nicht den Hauch von Erschöpfung, obwohl es die ganze Zeit Berg auf ging und anschließend Berg ab. Jaja, ich mach schon fortschritte hier. Tobias, der Neue, hatte keinen Muskelkater meinte er. Doch nach dem Lauf den Berg rauf und runter, merkte er dann doch was. Zudem bekam er Kopfschmerzen von den ganzen dumpfen Schritten den Berg wieder hinab (das gleich eher fallen als laufen). Unsere Shifus empfingen uns am Fuße des Berges mit irgendeiner seltsamen Frucht, die wir aßen. Schmeckte gar nicht so schlecht. Ich will aber nicht wissen, wo die her war… (ich erfuhr später, dass Sie die Früchte an einem Baum gepflückt hatten). Dann machten wir weiter mit ein wenig Stretching, etwas Powertraining und unserer Form. Dann gab es Frühstück und es ging anschließend in die kleine Stadt. Die Fahrt dahin war fast schon normal für mich geworden. Tobias bekam fast einen Herzinfarkt. Aber es war halb so wild. In der Stadt angekommen gingen wir zunächst in den Supermarkt. Ich kaufte mir wie geplant meine Teetasse mit Filter (28 Yuan = Teuer), ein Satz Essstäbchen für Zuhause (10 Paar = 8,5 Yuan), eine Holzschale (6 Yuan) und reichlich Knabberzeug. Dann gingen wir weiter ins Internetcafé. Wir bezahlten für 2 Stunden, denn wir wollten heute eher wieder zurückfahren und nicht wie beim letzten Mal ins Restaurant gehen zum Essen. In Der Schule gab es ja auch was. Im Café stellte ich meine Berichte online, lud Fotos hoch, beantwortete ein paar Emails und telefonierte mit Skype. Ich muss erwähnen, dass es heute ein recht angenehm kühler Tag war. Es war zwar schon warm, aber bei weitem nicht so wie die letzten Tage. So kann es ruhig bleiben. Dann fuhren wir zurück zur Schule und mussten ausdiskutieren, wie viel Geld die Taxifahrer jetzt bekommen, da wir von einem anderen Fahrer hingebracht wurden als der uns abholte. Beide hatten noch kein Geld bekommen. Zudem handelt man hier in China grundsätzlich erst mal runter. Und wenn es nur um 1 Yuan geht… Das dauerte somit gut 20 Minuten und wir bezahlten jeder 5 Yuan. Dann probierte ich meine neue Teetasse aus. Leider nicht dicht, so dass das Wasser ausläuft ☹ Die Tasse muss man sich so vorstellen: Ein durchsichtiges Glas mit Henkel, oben ist ein Schraubverschluss aus Metall und innen drin kann man oben einen Filter aus Draht einsetzen. So wie ein Sieb. Denn Tee kriegt man hier nicht in Beuteln, sondern direkt als Kraut. Das tut man dann oben in den Filter rein, lässt vorher heißes Wasser in die Tasse, schraubt das Ganze zu (es gibt aber eine Gummidichtung) und stellt die Tasse dann auf dem Kopf (Deswegen muss die auch DICHT sein). Hinterher klappte es dann doch und ich schaffe es die Tasse abzudichten, indem ich einfach die Dichtung in den Deckel drückte. Perfekt. Ich habe mir dazu grünen Tee gekauft, der ganz in Ordnung schmeckt. Ich werde aber in Zukunft mehrere Sorten ausprobieren. Beim heißen Wasser holen, habe ich auch einen ersten Blick in die Schulküche blicken können… hmm naja. Ich werde bei Gelegenheit Fotos davon machen. Es geht hier Küchentechnisch doch schon verdammt anders zu als in Deutschland. Zum Mittag gab es Reis und geile Kartoffeln. Die waren echt lecker! Dann habe ich auf dem Zimmer Musik gehört und mir alle möglichen Bilder auf meinem Netbook angeschaut und bin dabei fast eingeschlafen. Deswegen habe ich ihn dann ausgeschaltet und mich richtig ausgeruht (= schlafen). Beim Klingeln der Schelle zum Nachmittagstraining bin ich dann wieder aufgewacht. Also verschlafen runtergegangen und los ging es. Heute stand wohl eine Art Test auf dem Programm. Alle Schüler müssten Prüfungsähnlich zeigen, was Sie die letzten Wochen gelernt hatten. Alle die noch nicht länger als 3 Wochen dabei sind, durften zuschauen. So erlebte ich insgesamt 3 Vorführungen: Zuerst Sanda, dann Kung Fu und zum Schluss Tai Chi. Sehr schön. Unsere Gruppe hatte die ganze Zeit Pause und schaute zu. Einige nahmen das Ganze mit der Kamera auf. Ich hatte meine leider im Zimmer liegen. Blöd gelaufen, aber das

gibt’s hier wohl alle 4 Wochen. Als alle fertig waren, übte ich für mich ein paar Kicks und sowas und wir durften offiziell weiter relaxen. Wir gingen noch kurz zur Quelle, um uns zu erfrischen (was aber gar nicht nötig war) und dann ging es zurück. Sehr entspannter Tag, da es ja auch kein Abendtraining gab. Zum Abendessen gab es heute mal was Gutes: Nudeln und so Glückskeksteig-Dinger mit rote Bohnencreme. Leider gab es nicht genug Nudeln, so dass ich mich mit einer Schale zufriedengeben musste. Dafür kaufte ich mir im Anschluss noch 2 Kürbiskern-Eis (Es steht aber Melonenkern-Eis drauf) für umgerechnet 20 Cent. Richtig geil, wie billig so was sein kann. Schmeckt auf jeden Fall ganz gut, wenn auch etwas geschmacklos (China halt). Ich habe erfahren, dass hier wohl auch tatsächlich Taekwondo angeboten wird, es aber an Schülern mangelt. Ich werde morgen oder so mal mit ein paar die Shifus ansprechen, da einige durchaus Interesse haben (ich natürlich auch). Ausrüstung gibts hier nämlich auch zu kaufen (Dobok, Schutzausrüstung, etc.). Wäre auf jeden Fall ganz geil hier Taekwondo zu trainieren. Abends lief Fußball. Deutschland spielte und viele schauten gespannt zu und regten sich über die zeitlich unpassenden Meetings auf, die immer genau zur Spielzeit stattfanden. Mir war das egal 😉 Morgen mach ich mir erst einmal eine Tütensuppe, die ich von Zuhause mitgebracht habe.

Samstag, 19.06.2010

Heute habe ich doch tatsächlich verschlafen. Ich habe abends vergessen die Vorhänge auf zu machen (Ich schließe Sie immer, damit keine Mücken und Insekten vom Licht angelockt werden, denn ganz dicht scheinen die Fenster nicht zu sein) und so war es morgens noch etwas dunkler als üblich. 15 Minuten später als üblich erschienen wir beide beim Training. Patrick, der in der Sanda-Gruppe ist, musste 50 Liegestützen machen. Ich hingegen blieb verschont. Wir dehnten uns kurz und dann ging es mit dem warm laufen los. Ich habe also gar nicht viel verpasst. Nur rumwarten und vielleicht 2 bis 3 Dehnübungen. Ansonsten lief das Training wie gewohnt ab, bis auf die Tatsache, dass alle Gruppen außer die Sanda-Gruppe und unsere kleine Kung Fu-Gruppe das Training eher beendeten, um in die Stadt zu fahren, wie ich erfuhr. Es soll ein großes Fest stattfinden, das nur alle 10 Jahre stattfindet. Warum wir dableiben mussten, habe ich nicht erfahren. Die Sanda-Gruppe blieb da, weil der Shifu meinte, dass ein Franzose in der Gruppe schlecht sieht (Nachtbild und ansonsten auch eine stärkere Sehschwäche) und die anderen beiden verletzt sind. Mir machte es nicht viel aus, da ich ja letztens schon auf einen Ausflug war während die anderen Trainiert haben. Zudem ist es viel lustiger, in einer solch kleinen Gruppe zu trainieren (wir waren grad mal 8 Leute). Heute sah ich wieder zwei neue Gesichter: einen älteren Mann (habe ihn nur gesehen al er beim Morgentraining dabei war) um die 50 Jahre und eine ältere Frau dann später beim Frühstück (auch um die 50). Bei der Frau kann ich mir nicht vorstellen, dass Sie hier Kung Fu oder so trainiert. Ich vermute mal Sie ist hier wegen dem Chinesisch-Unterricht. Naja, die wird sich noch wundern wie toll der Unterricht hier ist. Sie kommt aus Deutschland, hat aber bisher noch nicht viel gesprochen. Mal abwarten. Frühstück machte ich mir auch wieder einen Tee (mein 3. Aufguss). Beim Vormittagstraining machten wir uns erst gewöhnlich warm und so und übten dann Kicks. In der Pause übten Tobias und ich ein paar Taekwondo-Techniken und ich versuchte ihn den Kip-Up beizubringen. Zudem brachte ich mir selbst den Kopfstandüberschlag bei (hier Head-Flip genannt). Zwar noch etwas unsicher, aber er klappt. Ein tolles Gefühl einen neuen Move zu können. Nach der Pause ging es direkt mit Akrobatik weiter. Wir übten Sprünge, gesprungene Kicks und anschließend Radschlag. Erst normale, dann schnelle, dann mit einer Hand und dann ohne Hände (Aerial). Ohne Hände klappt noch nicht, aber der Rest geht schon ganz gut. Dann liefen wir zwischendurch immer unsere Kung Fu-Formen. Und dann wieder Akrobatik. Gegen Ende übten wir den Butterfly-Kick. Zu mein Erstaunen, habe ich deutliche Fortschritte dabei gemacht. Mit der Hilfe vom Shifu, indem er einem überkreuz die Arme reicht und beim Absprung dann dadurch eine Drehbewegung provoziert, war es mir möglich ein paar ganz saubere davon hinzulegen. Sehr geil. Dann übten wir noch einen gesprungenen Kick mit Drehung aus dem Wushu. Eigentlich ganz einfach, aber um den so perfekt zu können wie unsere Shifus, muss ich noch ein „bisschen“ trainieren 😉 Aber das Vormittagstraining hat sich heute für mich echt gelohnt. Hoffe ich verlern das Ganze nicht bald wieder. Der Pandae-Dollyo soll auch ganz gut aussehen. Ich trau dem Braten aber noch nicht so ganz. Ich will erst ein Video machen. In der Mittagspause machte ich mir wieder einen Tee und nahm meine Wäschetüte und ging zur Waschmaschine. Ich packte sorgfältig meine ganze Wäsche hinein, streute etwas Waschpulver, dass noch vom alten Zimmernachbarn war, hinein, warf 2 Yuan in den Münzschlitz und drückte auf Start. Jetzt muss ich nur noch 60 Minuten warten und hoffen, dass alles sauber wird und sich die Farben nicht lösen und nachher alles verfärbt ist. Bin ja mal gespannt wie das ausgeht.

Mit der Wäsche ging alles gut. Nichts verfärbt, alles noch da und ich hoffe mal das alles sauber geworden ist. Die Wäsche hängt nun im Zimmer zum Trocknen. Einzig und allein ein weißes T-Shirt habe ich gerade in einem Wäschefass eingeweicht und wasche es lieber per Hand. Die Deutsche war heute wieder beim Essen, hat aber wieder nicht ins Thema gefunden. Zum Mittagessen gab es Reis,

Kartoffelstreifen mit scharfer Paprika und Wassermelone. Dazu trank ich meinen Tee. Ich denke ich brauch eine neue Teesorte, denn meine schmeckt mir nicht so wirklich. Anschließend kaufte ich mir wieder mein Kürbiskern-Eis und Kekse. Ich zahlte nur 3 Yuan, obwohl die Kekse eigentlich mit 4 ausgezeichnet waren. Naja, mir ist es recht, wenn es billiger ist. Es geht das Gerücht um, dass wir Montag einen Ausflug zu einer Grotte machen. Wäre mal ganz cool wieder was von China zu sehen. Aber mehr als ein „vielleicht“ bekommt man von den Shifus nicht raus. Was ich ganz vergessen habe zu erwähnen: Hier Trainiert ein Deutscher, der nach den China-Trip hier erster Auszubildender bei Michael Kuhr, den bekannten Türsteher und Security-Typ aus verschiedenen Dokus, anfängt. Irgendwie schon ganz cool. Im Moment tun mir die Weisheitszähne wieder weh… hätte Sie mir vielleicht vor der Reise ziehen lassen sollen. Ist aber noch auszuhalten. Zudem tut mir mein rechtes Ohr weh, wenn ich draufdrücke. Ich hoffe es hat sich nicht entzündet oder so. Mein linker dicker Zeh ist angeschwollen und entzündet, da ein Nagel sich seitlich ins Fleisch geschnitten hat. Ich habe mich selbst „operiert“ und hoffe nun, dass es wieder anständig verheilt. Und ich habe viele Mückenstiche, die nachts echt nerven. Zudem kommen immer mehr dazu. Drecksviecher hier. Nachmittagstraining hat echt ausgepowert. Aber es gibt schon wieder ein neues Gesicht: ein Australier. Mehr weiß ich noch nicht, außer dass es recht gelenkig ist. Beim Training haben wir erst Kicks geübt, dann Stellungen und Formen. Mein Shifu will uns die erste Form schnell beibringen hat er gesagt, damit er uns recht bald den Umgang mit dem Kampfstab und dem Säbel beibringen kann. Coole Sache; deswegen habe ich meine Form heute um 6 neue Techniken erweitern können. Nach der Pause dann Akrobatik. Ich lernte die „Klappvariante“ des Kip-Ups mit und ohne Hände. Ganz schön anstrengend muss ich sagen und es klappte nicht sofort, weswegen ich viele Bruchlandungen hinlegte. Dann übte ich Headspins. Und zum Schluss war dann Powertraining angesagt. 100 Sit-Ups und ein paar Push-Ups. Zum Abendessen brachte ich Tobias, der das Training heute komplett aussetzt eine kalte Cola mit, da er lieber im Bett bleiben wollte. Beim Abendtraining lief ich ein paar schnelle bis sehr schnelle Runden und verbrauchte so meine letzten Energiereserven für heute. Aber cool, dass ich noch so schnell zu Fuß bin nach dem ganzen Training heute. Wäre nämlich fast in ein Motorrad, chinesischer Bauart und damit eher ein Mofa, rein gerannt. Beim Formen üben anschließend gab ich dann den Rest und ich war danach fix und fertig und wollte eigentlich nur noch schlafen. Aber da Jochen heute Geburtstag hat, spendierte er 2 Tabletts mit Schokofrüchten, die er heute selbst gemacht hat (in der Schulküche). Wir warteten erst noch auf die Shifus, die ein verdammt langes Gespräch führten. Nach einer halben Stunde langten wir dann einfach zu, sangen noch ein Lied und ich ging hoch, um mich zu Duschen und dann zu schlafen. War ein anstrengender Tag. Montag oder Dienstag geht es nun tatsächlich zur Longmen Grotte. Kosten wird mich der Ausflug 300 Yuan. Die Fahrt mit einem Reisebus wird ca. 3 Stunden dauern. Freu mich schon ein wenig. Natürlich gibt’s dann auch wieder Fotos.

Sonntag, 20.06.2010

Erst einmal ein Nachtrag von gestern Abend. Als ich hochging um zu Duschen, gab es mal wieder kein Wasser. Also musste ich ungewaschen und verschwitzt ins Bett. Ich hasse das… wirklich. Die Zähne putzte ich mir mit Trinkwasser. Echt beschiss. Morgentraining war dann wieder immer. Und wie immer ist es recht moderat. Also nicht locker, aber auch nicht zu hart. Tobias machte wieder mit, da es ihn inzwischen wieder besser ging. Ich hingegen hatte Beine aus Blei. Zum Frühstück gab es dann wieder das nicht mehr ganz so leckere Fladenbrot. Aber besser als Dampfbrötchen ist es alle Male. Nun habe ich erfahren, dass es Montag, also morgen, tatsächlich zur Longmen Grotte geht. Wir werden gegen 6 Uhr Frühstücken und dann direkt losfahren. Kosten wird das ganze 300 Yuan, was echt teuer ist. Deswegen kommen viele auch nicht mit. Aber ich reise lieber mit einer kleinen Gruppe, die auch Spaß an den Ausflug hat, als mit einer großen wo alle bei sind und dann nur noch nörgeln. Ich bezahlte meinen Shifu die 300 Yuan vor dem Vormittagstraining und dann ging es runter zur Halle. Es war schon verdammt warm für die Uhrzeit. Es war grad mal halb 9 und es waren gefühlte 35 Grad. Hoffe das wird nicht noch schlimmer. Beim Training war ich kaputt wie sau. Meine Beine waren schwer wie Blei, ich hatte Muskelkater in den Waden, Nacken und im Hintern und hatte wieder zu viel zum Frühstück gegessen, so dass ich beim Laufen Seitenstiche bekam. Dazu die Hitze am frühen Morgen und die stickige Luft in der Halle sorgten dafür, dass ich echt kämpfen musste auf den Beinen zu bleiben. Es stand Akrobatik auf dem Programm… doch in meinen Zustand war das alles andere als Spaß. Dazu kam dann nach einigen Sprüngen und Radschlägen, dass meine Sprunggelenke eine Pause brauchten. Dann war es aber auch schon so weit und ich konnte mir ein wenig Ruhe gönnen. Ich wäre in der Pause fast eingeschlafen so müde war ich. Ein neuer, französischer, älterer Mann um die 50, der gestern oder vorgestern angekommen ist, scheint für sein Alter noch ganz fit zu sein. Zumindest kann er Kopfstände, Räder schlagen und die Sprünge, die die andere Gruppe übten, schienen ihn auch nicht allzu schwer zu fallen. Der neue Australier steckte noch voller Energie und musste ein wenig rumposen, indem er zeigte wie toll er Räder schlagen kann. In ein paar Tagen wird er genauso rumkrüppeln wie der Rest hier 😉 Die ältere, deutsche Frau macht jetzt jedenfalls beim Tai Chi mit. Mehr würde ich der aber auch nicht zutrauen, da sie doch sehr zerbrechlich aussieht. Der dicke Junge von gestern, trainierte auch heute mit. Ist wohl wirklich ein fettes, verwöhntes Kind, dass von den Eltern übers Wochenende hier abgegeben wurde, damit Sie sich nicht selber drum kümmern müssen. Jedenfalls stellt er sich ziemlich blöd an. So rannte er auf dem Weg zur Halle die steilen Wege runter und legte sich dabei voll auf die Schnauze. Selber schuld. Selbst beim Lernen des bisschen Kung Fu was Ihn unser Shifu beibringt stellt er sich nicht grade schlau an. Im Moment ist er echt ein Klotz am Bein. Ich hoffe er ist ab morgen wieder weg. Allerdings hat er dicke Speckbacken, in die hier alle gerne rein kneifen. Irgendwie lustig. Nach der Pause stand unsere Form und Powertraining auf dem Plan. Was anderes hätte ich auch nicht mehr gekonnt. Zum Mittagessen gab es Reis und ich machte mir Tee dazu. Anschließend kaufte ich mir noch ein Kürbiskern-Eis. Nach einem Schläfchen ging es weiter im Programm: Nachmittagstraining und Chinesisch. Jeweils 1 ½ Stunden. Beim Training übten wir Kicks und unsere Form. Der dicke Junge stellt sich dabei echt blöd an. Aber ich glaube ich habe Ihn heute das letzte Mal gesehen. Chinesisch war die reinste Folter. Sterbens Langweilig und die Klimaanlage funktionierte auch nicht. Nach dem Unterricht ging ich schnell hoch zum Rechner. Zu mein Entsetzen, war wieder einer der Simulanten-Franzosen am Rechner. 2 der 5 Franzosen hier sind echt faul. Sie drücken sich wo es nur geht vor dem Training indem Sie Verletzungen simuliere. In Wirklichkeit haben Sie aber einfach kein Bock. Dann kam ich doch noch vor dem Abendessen an den PC. Ich checkte kurz meine Mails, aber es war auch niemand online. Dann war schon Essenszeit und es gab leckere frittierte Brote. Dazu kaufte ich mir eine Cola für 2,5 Yuan. Ich bezahlte mit 100 Yuan (den höchsten Schein in China, entspricht etwa 10 Euro), da

es mir an Kleingeld fehlte. Dann duschte ich in Ruhe (kalt verdammt) und dann war wieder Meeting-Zeit. Dann ging ich wieder an den PC, der sogar mal frei war. Ich benutze mein Mikro um zu Skypen, was nach einigen Versuchen auch funktionierte. Zunächst wurde mein Mirko nämlich nicht erkannt. Unter einem chinesischen Windows, die richtigen Einstellungen dafür zu finden, war gar nicht so einfach wie zunächst gedacht. Das Telefonieren übers Internet klappte ganz gut, wurde aber durch 2 Stromausfälle unterbrochen… grrr. Beim nächsten Meeting traf ich niemanden in der Halle an, vernahm aber Stimmen aus dem Speisesaal. Normalerweise ist da um die Uhrzeit nichts los, doch heute schauten sich gut die Hälfte der Bewohner hier die Videoaufnahmen von der letzten Tai-Chi-„Prüfung“ an. Fast wie Fußball gucken in Deutschland. Dann gab es doch noch ein Meeting und ich ging auf mein Zimmer, jagte ein paar Mücken und schaute mir noch eine Folge meiner Serie an bevor ich zu Bett ging. Morgen geht’s los zur Longmen Grotte.

Montag, 21.06.2010

Nach dem Klingeln schlief ich erst einmal weiter, da Frühstück erst für halb 7 angekündigt war. Dann stand ich aber doch noch auf, da Patrick Training hatte (er fuhr nicht mit zur Grotte). Ich machte mich soweit fertig und ging in die Halle. Mein Shifu meinte ich sollte mich umziehen (hatte normale Klamotten an). Ich erfuhr, dass wir auch auf Ausflügen am besten unsere Trainingssachen anziehen sollten, damit man sich besser wiederfindet (und vielleicht auch Werbung macht). Ich zog mir also mein Trainings-Shirt an und holte meine Frühstückssachen (Schale, Stäbchen, Tee) und wartete in der Halle. Dann meinte mein Shifu, ich solle auch die Hose zur Trainingshose wechseln. Wie unpraktisch… die hat nämlich keine Taschen. Aber egal. Wieder hoch und umgezogen. Dann weiter unten gewartet. Dann ging es zum Frühstück, während die anderen Training hatten. Viele deckten sich am Shop mit was essbaren ein, da sie schlechte Erfahrungen beim letzten Trip zum Shaolin-Tempel gemacht haben (es gab nur ein sehr mickriges Lunchpacket für den ganzen Tag). Also noch mal hoch und Geld geholt, um mir dann auch was zu kaufen. Ich besorgte mir viele verschiedene Kekse, Schokolade und eine Cola. Dazu nahm ich meine große Flasche Wasser mit. Sollte reichen…

Dann ging es los. Ein Shifu sprach noch mal vor versammelter Mannschaft ein paar Worte von wegen nicht verlieren, nicht im See schwimmen und pünktlich sein, wenn wir uns trennen und dann stiegen wir in den klimatisierten Reisebus. Leider hatte dieser dreckige Scheiben, so dass die Fotos aus dem Bus heraus nicht so pralle wurden. Hoffe man erkennt trotzdem etwas. Die Fahrt dauerte etwas über 3 Stunden, die ich mir mit Musik hören und schlafen vertrieb. Im Bus liefen auch verschiedene Filme. Der erste war so 'ne Art chinesischer Knastfilm mit Jackie Chan. Dann gefolgt von „Ninja Kids“, einen etwas skurrilen/komischen/verrückten/seltsamen Film aus China oder Japan. Irgendwie billig lustig. Den dritten Film habe ich nicht mehr mitbekommen (war auch schlecht). Kurz vor dem Ziel machten wir erst einmal Pause und gingen in ein Restaurant. Wir aßen dort gut 1 ½ Stunden gutes Essen. Es gab alles Mögliche und der Shifu Yuen (schreibt man ihn so?) bestellte extra viele Gerichte ohne Fleisch, da jetzt ein paar mehr Leute kein Fleisch aßen. Das Essen war typisch chinesisch. Dann ging es weiter mit dem Bus Richtung Longmen Grotte. Am Parkplatz angekommen wurde man direkt von irgendwelchen Frauen bedrängt, die billige Souvenirs verkaufen wollten. Diese waren so anhänglich, dass Sie einem bis zum Eingang begleiteten und einem auf Chinesisch etwas ins Ohr laberten. Abwimmeln half da nicht viel. Ich kaufte ein paar kleine Statuen von einer Frau ab, um Sie los zu werden, doch dann packte Sie eine größere Packung aus und wollte Sie mir andrehen. Dann reichte es mir und ich ging schnellen Schrittes Richtung Eingang, um Sie loszuwerden. Die Shifus lachten nur blöd. Wir erhielten unsere Eintrittskarten und vereinbarten einen Treffpunkt hier in 3 Stunden. Die Landschaft war wirklich verdammt schön und diesmal störten keine Strommasten oder Smog-Luft die Umgebung. Der Himmel war sogar fast blau. Bei 45 Grad Celsius war es aber ein Anstrengender Trip, da der Schweiß nur so floss. Die Grotte beherbergte viele tausend Statuen von Buddha und anderen Gottheiten (?) die alle in den Felsen gemeißelt wurden. Unglaublich. Von kleinen bis über riesigen Dingern war alles dabei. Ich will nicht wissen wie viele Jahrhunderte es gedauert hat, all diese Statuen zu erstellen. Die Felswände sahen ebenfalls eindrucksvoll aus. Viele (steile) Treppen erschwerten den Weg zu den Sehenswürdigkeiten und sorgten bei der Hitze für eine ganz besondere Art von Training (und ich dachte ich könnte mich heute erholen). An der Grotte gab es auch einen Tempel, sowie einen Fluss und wirklich malerisch schöne Landschaften (habe natürlich von allem Fotos gemacht… insgesamt über 400 Stück). Vorbei an Felswänden, Statuen, Höhlen, Wasserfällen und über Brücken, durch Täler und Wälder und die Berge hinauf gab es wirklich alles zu sehen, was man sich hier wünschen kann. Bloß Tiere fehlten hier (außer Insekten). Der Trip war sehr schön und die Shifus sind Mega cool drauf. Auch den anderen Ausländern hat es Spaß gemacht. Zum Schluss bei

den Souvenirläden kaufte ich mir ein paar Dinge und musste erst mal richtig heftig die Preise runterhandeln. So war etwas was ich kaufen wollte mit 480 Yuan ausgezeichnet, als ich dann aber gehen wollte kam mir der Verkäufer hinterhergerannt mit fast Tränen in den Augen und wollte es mir auf einmal für 80 verkaufen. Dann handelte ich bestimmt noch 10 Minuten weiter und bezahlte schließlich 35 Yuans dafür. Einfach nur China. Und ich wette ich habe noch mehr als das doppelte was üblich war bezahlt. Naja, was soll's; die Leute hier haben ja eh kaum etwas. Seine Familie wird sich bestimmt freuen. Man muss aber echt höllisch aufpassen, dass man hier nicht über das Ohr gehauen wird. So wollte uns eine Frau mit Motorroller Wasser für 7 Yuan verkaufen! Das ist der Absolute Wucher. Normal ist 1 Yuan üblich. Schließlich bezahlten wir 1,5 Yuan, nachdem ein Shifu sich mit der Frau unterhalten hatte. Ich glaub man muss hier nur Chinese sein und bezahlt automatisch weniger. Auf der Rückfahrt schauten wir noch einige Filme und Musikvideos, die auf einer gebrannten CD zusammengefasst waren. In China laden sich die Leute die Filme aus dem Internet runter und verkaufen Sie als Sammlung für ein paar Yuan. Echt unglaublich. Ein Film, den wir schauten, war gar nicht mal so schlecht… es war ein Prügelfilm, in dem es darum ging, dass ein junger Thai (der natürlich Muay Thai in Perfektion beherrscht) mit einen Elefanten aufwächst, der dann entführt wird und sich der junge Kerl auf mach ihn zu befreien. Die Kampfszenen waren geil übertrieben. Aber besser so ein Film als den Schund den wir uns vorher antun mussten. Die Rückfahrt schien länger zu dauern als die Hinfahrt, denn wir brauchten fast vier Stunden. Das lustige war, dass auf dem Rückweg eine Straße, die wir auch auf der Hinfahrt passierten, komplett aufgerissen wurde. Und es sind nicht einmal 4 Stunden vergangen. Wo man hin sah, war alles eine Baustelle geworden. Sowas würde es in Deutschland nicht geben. Es sah aus wie nach einem Erdbeben, nur das Bagger und Leute mit Schüppen am Rumbuddeln waren. Dann machten wir einen Halt in der kleinen Stadt, um ins Restaurant zu gehen und zu essen. Es gab fast wieder das gleiche wie mittags, obwohl wir woanders waren. Für chinesische Verhältnisse war es gutes Essen. Es gab wie immer viel zu viel und die Shifus packten sich die Reste in Plastiktüten und nahmen Sie mit. Selbst die Suppen wurden in Tüten gefüllt. Das war 'ne ganz schöne Sauerei. Dann ging es endlich Richtung Schule. Um 22 Uhr kamen wir an und mussten erst einmal warten, dass uns der Hausmeister die Tür aufschloss, damit wir reinkamen. Nachts wird die Eingangstür nämlich mit Ketten verriegelt damit keiner rein und raus kommt. Ich weckte Patrick und ging kurz darauf ins Bett. Morgen kann ich dann endlich mal etwas ruhen… war ein Anstrengender Tag und meine Weisheitszähne tun immer noch weh. Ach ja: Die angeblich deutsche, ältere Frau kommt aus England und spricht nur etwas Deutsch.

22. Juni 2010 – Meine zweite Woche in China

Ich bin heute seit genau 2 Wochen hier in China. Mir geht es weiterhin gut und das Trainingsalltag wird langsam auch immer erträglicher. Das Essen schmeckt zwar immer noch nicht so gut, aber dafür gibt es ja am freien Tag Mäcces und Co. Wie immer gibts wieder ein paar Bilder… Diesmal war es echt ein Akt ins Internetcafé zu kommen und die Kamera anzuschließen, da wir seit neustem alle unseren Pass vorzeigen müssen. Man erklärte uns irgendwie (fragt nicht wie), dass die Polizei uns von nun an überwacht und guckt auf welchen Seiten wir surfen und so. Ich war erst am überlegen, ob ich meinen Pass abgeben soll um mich so überwachen lassen zu können. Nach über einer 3/4 Stunde habe ich dann meine Chipkarte bekommen und darf nun doch noch surfen. Nach etlichen Rechnerabstürzen und Problemen, konnte ich dann doch meine Kamera anschließen und bin grade dabei die Fotos hochzuladen. Ein Bild von meiner neuen Frisur ist, wie von vielen gewünscht, auch dabei.

Viel Spaß euch! Für mich beginnt ab Morgen wieder ein normaler Tag (wie man an den Reiseberichten erkennen kann).

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/meine-zweite-woche-in-china/

SHEN LONG

演武厅

Dienstag, 22.06.2010

Etwas später als normal stehe ich pünktlich zum Frühstück um 7 Uhr auf. Wegen meinen Zahnschmerzen (Weisheitszähne) esse ich nur 2 Dampfbrötchen. Das ist hier und jetzt echt unpraktisch was an den Zähnen zu haben, denn hier such ich ganz bestimmt keinen Zahnarzt auf… Dann ging es nach einer guten 1 ½ Stunde in die Stadt. Ich fuhr mit Tobias und Pit (seit 3 Wochen hier und ebenfalls Deutsch) sowie 2 Franzosen und Anna aus Mexico. Diesmal fuhren wir, warum auch immer, eine andere Route in die Stadt. Diese dauerte nicht wie gewohnt 35 Minuten, sondern gut 50 Minuten. Dafür war die Landschaft bedeutend schöner. Denn man fuhr durch die Berge und Täler der Gegend. Ein schöner Anblick! Doch habe ich leider keine Fotos gemacht… Zudem wurden wir dann in der Stadt woanders abgeladen als sonst (am KFC = Kentucky Fried Chicken). Also liefen wir (Tobias, Pit und ich) zurück zum Supermarkt, da er als Treffpunkt verabredet war. Nach 15 Minuten Fußmarsch quer durch die Stadt, kamen wir an und es war keiner da. Dann nahmen wir ein Taxi zurück zum KFC, da in der Nähe ein Mc Donalds sowie ein Holiland (Gebäckladen) waren. Bei Mc Donalds angekommen bestellten wir uns alle was und trafen dabei auch fast die ganze restliche Clique an. Ich bestellte mir 3x Pommes und bekam 3x Ketchup… als ich mich dann „beschwerte“ bekam ich eine Pommes umsonst, sowie noch 2x Ketchup dazu. Und wo ich gerade bei Mc Donalds bin: In China hat Mc Donalds einen Lieferservice! Der kostet 150 Yuan (= 15 Euro) Grundpauschale und liefert zu den gewohnten Öffnungszeiten. Würde sich für uns aber nur bedingt lohnen, da die Schule mehr als eine halbe Stunde entfernt liegt. Weiter gingen Tobias und ich durch das naheliegende, westlich-orientierte Kaufhaus. Die Preise waren in etwa die gleichen wie in Deutschland auch. Alle Markenartikel kosteten umgerechnet das gleiche. Fotografieren war verboten, aber wir machten trotzdem ein paar Bilder, bis uns eine Angestellte mit einen „No no“ drauf hinwies. Ebenso wie auf der Fahrt zum Mc Donalds, als wir ein Foto von einem Polizisten mit Pump-Gun in der Hand machten. Der Taxifahrer warnte uns davor, vom Militär Fotos zu machen. Im Kaufhaus gab es jedenfalls zu 80% nur Klamotten, wovon 80% Markensachen waren. Ganz im Keller gab es noch eine Ausverkaufs-Abteilung, die aber uninteressant aussah. Dann gingen wir mit Pit zusammen weiter zum Internetcafé. Vorher machte ich noch einen kurzen Halt bei Holiland und deckte mich mit Gebäck ein. Im Internetcafé wollte man seit neustem unseren Pass sehen. Erst wollten wir einfach gehen, doch wir wollten ja schließlich auch Internetzugang haben. Und da wir kein anderes Internetcafé kannten, gingen wir doch noch mal rein und ließen uns erklären warum. Das ist nämlich so: Als Ausländer sowie Chinese wird man nun noch strenger überwacht. Man muss sich registrieren, indem man seinen Reisepass (als Ausländer) oder seinen „Personalausweis“ (als Chinese) vorlegt, bei der Polizei gemeldet wird (es wird geprüft ob man gesucht wird oder so), dann eine Chipkarte erhält, mit der man sich dann einloggen kann. Von nun an wird jede Seite, die man besucht verfolgt und man sollte schon aufpassen, was man im Internet macht… tolles China. Der Mann an den Tresen, rief extra die Polizei an und gab unsere Passnummern durch. Total bekloppt. Als dann die Nachricht „Please wait a moment“ auf den Bildschirm stand, die er mit einen Übersetzungsprogramm geschrieben hatte, dachten wir schon wir müssten rennen, weil gleich die Polizei kommen würde, um uns fest zu nehmen. Dann ging es aber doch, wir bezahlten 10 Yuan für die Chipkarte und konnten endlich an den PC. Nach einigen Startschwierigkeiten mit meinem Rechner (Mehrmals aufgehangen, eingefroren, Anmeldung nicht möglich, USB-Anschluss defekt), konnte selbst ich dann in Ruhe meine Einträge veröffentlichen und Bilder hochladen. Wie immer halt. Dann gingen wir nach gut 3 Stunden weiter bzw. zurück zum Mäcces, aßen noch 'ne Kleinigkeit, machten wieder halt bei Holiland, aßen noch eine Kleinigkeit und nahmen uns dabei ein Taxi zurück zum Supermarkt (Treffpunkt) um noch ein wenig zu shoppen. Im Supermarkt kaufte ich mir eine Flasche Wasser, viele Muffins und Eisteepulver. Leider vergaß ich Batterien für meine Taschenlampe.

Dann flitzte ich mit Thomas (seit 2 Monaten hier) zum Bankautomaten und hob noch etwas Geld ab. Dabei beobachteten wir ein seltsamstes und vor allem wirres, chinesisches Kartenspiel, dass am Straßenrand gespielt wurde. Dann hieß es Abfahrt. Wir fuhren den gleichen Weg zurück und kamen um 17 Uhr an der Schule an. Gerade angekommen fing es an zu regnen und wenig später richtig an zu Stürmen (mit Gewitter und so). In den Fluren hatte man das Gefühl man durchläuft einen Windkanal, so sehr hat es gezogen. Zudem kam es einem etwas feucht vor, wenn man durch die Gänge ging… chinesische Baukunst! Genauso sinnvoll wie der dreieckige (!!!) Leergutraum. Dann kam dazu noch ein Stromausfall und das Drama war fast perfekt. Jedoch ist es nun viel kühler draußen und der Wind, der durch die Zimmer wehte, war sogar echt angenehm. Abendessen gab es dann im Halbdunkeln… sehr romantisch 😉 aber es war tatsächlich auch warm; wer hätte es gedacht! Dank meinen Weisheitszähnen aß ich nur ein Brötchen und eine geschmacklose, rote Suppe. Da fällt mir gerade ein: Wenn man seinen Zimmerschlüssel vergessen hat, kann man manche Türen mit einer Plastikkarte öffnen. Geil, ne?

Abends nach dem Essen, las ich noch ein wenig im Reiseführer, jagte viele Mücken und das war es dann auch schon eigentlich. Patrick verlässt uns morgen früh um 4 Uhr und ich habe mir den Wecker für Ihn gestellt. Irgendwie schade, aber irgendwie auch nicht. Seltsames Gefühl. So gut kenn ich Ihn ja auch nicht um Ihn nachzutrauern. Er fragte mich noch, was er hier lassen soll für mich, aber viel brauchte ich ja nicht mehr. Jedenfalls bleibt bisher das Waschpulver, seine Waschschüssel sowie Handwaschmittel, Müsli vom Vorzimmerkollegen und der ganze Müll hier… Was noch da bleibt, sehe ich dann morgen, da er jetzt noch am Packen ist. Nacht!

Mittwoch, 23.06.2010

Um 4:20 Uhr stand Patrick auf, packte seinen letzten Kram zusammen und machte sich zur Abreise fertig. Ich blieb liegen und schlief noch ein wenig, da ich ja Training hatte. Patricks Shifu, der Sanda-Shifu kam auch noch hinein, um nach Ihn zu sehen. Dann sagte er „Mach's gut" und ging. Ging ja ganz schön flott. Ich hatte noch knapp 1 ½ Stunden zu schlafen, bevor das Training los ging. Ich schlief also noch ein Weilchen und dann ging es runter. Beim Training passierte nix besonderes, dass ich hier jetzt beschreiben müsste. Also weiter im Programm. Nach dem Training ging ich kurz aufs Zimmer, wusch mich und dann war schon fast Frühstückszeit. Vorher räumte ich groben Dreck zusammen und ging dann auch runter zum Speisesaal. Diesmal war kein Patrick mehr am Tisch. Nach dem Frühstück (Dampfbrötchen und meinen Tee) räumte ich noch etwas Müll zusammen und schaute nach, was er mir jetzt alles „vererbt" hatte. Seine Waschschüssel, einen Kampfstab (chinesisch „Gun"), ein paar alte Handtücher und alte Trainingskleidung, seine Winterschuluniform, eine Schere, Müslipackung vom vorherigen Zimmerkollegen, Waschmittel, ein Stück Kernseife, einen alten Putzlappen, mehrere Stifte, einen Reisewecker mit chinesischer Uhrzeitansage, einen Reiseadapter, eine Flasche chinesisches Bier, eine angebrochene Packung Duschgel und last but not least: sehr viel Müll. Beim Vormittagstraining in der Halle übten wir Kicks. In der Pause übten Tobias und ich ein paar Taekwondo-Techniken und ein wenig Akrobatik. Nach der Pause ging es dann mit Akrobatik und unserer Form weiter. Zum Schluss gab es noch Powertraining, bestehend aus 100 Sit-Ups, 100 von der Gegenübung der Sit-Ups (mir ist kein Name bekannt), 50 Push-Ups und dann noch jeweils 50 Übungen für die linke Seite und rechte Seite der Bauchmuskulatur. Erwähnenswert ist noch, dass wir auf dem Hinweg eine schäbige Leiter tragen durften. Es wurden nämlich Plastikpflanzen an den Säulen befestigt, damit es nicht so trist und farblos aussieht. Zudem war heute echt eine Plage an den komischen Hornissen in der Halle. Normal erledigt davon JEDER am Tag 2 bis 3 Stück. Heute waren es eher 8 bis 10, so viele waren heute da. Eine davon hat mich durch die Hose in den Oberschenkel gebissen. Das tat ganz schön weh. Nach dem Mittagessen (wie immer Reis) begann ich mit der Grundreinigung meines Zimmers. Erst entsorgte ich die ganzen Mülltüten, die ich zusammengesucht hatte und brachte Sie nach draußen. Man wirft hier in China seinen Müll nicht in Container oder große Mülleimer, sondern in kleine, gemauerte Viereckte einfach auf die Straße. Keine Ahnung wie das Zeug da wegkommt. Dann jedenfalls schnappte ich mir ein altes Handtuch von Patrick, machte es Nass und wischte erst einmal alles gründlich ab. Zum Schluss kam auch das Badezimmer dran. Ich hätte nicht gedacht, dass ich es wieder so sauber bekomme wie es jetzt ist. Dann trocknete ich die ganzen nassen Flächen mit einem anderen alten Handtuch (Nach der Reinigung des Badezimmers mit dem Tuch, habe ich es besser weggeschmissen). Dann packte ich den Hygienereiniger aus den Notfallpacket aus und sprühte das gesamte Bad damit ein. Ich atmete dabei die Dämpfe ein und musste eine ganze Weile husten. Nach kurzer Einwirkzeit, die ich mit weiterem Müll rausbringen verbrachte, putzte ich alles noch mal ab und räumte dann anschließend alles wieder an Ort und Stelle bzw. so wie es mir am besten gefiel. Dann wusch ich mir gründlich die Hände (mit Desinfizieren), da ich selten so einen Süff wegmachen musste. Den Rest der Zeit ruhte ich mich aus, denn die Reinigung hat schließlich fast 1 ½ Stunden gedauert. Zum Nachmittagstraining stand heute Sanda auf dem Programm. Das Gute an Sanda ist, dass man sich intensiv dehnt. Find ich gut. So mach ich auch vielleicht mal Fortschritte bei der Beweglichkeit. Im Moment habe ich nämlich das Gefühl ich werde immer steifer. Nachteil an der ganzen Geschichte war, dass ich mir dabei wohl eine Sehne überdehnt habe. Das merk ich immer noch. Dann in der Pause, machte ich ein wenig Akrobatik und zog mir eventuell dabei einen Leistenbruch zu. Jedenfalls hatte ich nach einer verpatzten Landung aus dem Handstand starke Schmerzen in der Leistengegend und ich konnte mein linkes Bein nicht mehr über Hüfthohe heben. Ich habe es daraufhin etwas geschont (so gut es ging)

und werde mal morgen schauen ob es besser ist. Die Restliche Zeit bestand aus Kicks (nicht gut mit dem Bein), Hüpfbewegungen und Boxen am Boxsack. Beim Sanda-Shifu müssen wir auf dem Weg zur Halle und zurück immer hintereinander laufen. Das ist echt nervig. Dann, zurück an der Schule angelangt, gab's dann ne „tolle" Überraschung: Weil es ja so warm ist, wird jetzt auch noch jeden Abend trainiert. Wo ist da bitte die Logik? Dafür soll wohl das Nachmittagstraining etwas lockerer von statten gehen. Und ich hatte mich auf einen entspannten Abend gefreut… Also Abendessen und dann wieder Training. Das Abendtraining ist ja immer recht locker, doch laufen und stretchen steht sowieso immer auf dem Programm. Müde drehte ich meine Runden und dann übten wir nach den Grundstellungen unsere Form. Wir sollen Sie ja schnell vollenden, damit wir mit dem Stick / Kampfstab / Gun weitermachen können. Tristian, mein französischer Kollege, fängt morgen schon an. Bei mir wird es wohl ab Freitag was werden können. Tristian ist nämlich grad mal 3 Tage länger hier als ich. Wir sind also fast auf einem Level. Tobias hat sich erfolgreich vor dem Training gedrückt, denn er ist krank und hat auch wohl kein Bock auf so viel Training. Danach duschte ich erst einmal 'ne Runde und dann schrieb ich meinen Tagesbericht und dann war auch schon Bettzeit. In Zukunft hab ich wohl noch weniger Freizeit… Abendtraining sei Dank! Aber ich bin ja auch hier her gekommen um zu trainieren, also stört es mich auch nicht wirklich. Bin mal gespannt wie lang es dauert, bis ich meinem nächsten Burnout bekomme. Meinen Weisheitszähnen geht es schon wieder „etwas" besser. Dafür plagten mich heute Morgen Halsschmerzen. Sind noch nicht ganz weg, ist aber auch schon wieder besser geworden. Mücken sehe ich auch immer weniger im Zimmer. Ach ja: Heute Abend habe ich von Jochen ein bisschen von einer anderen Teesorte bekommen. Bananenblatttee oder so. Morgen mal probieren. Riechen tut er ekelig…

Donnerstag, 24.06.2010

Beinahe hätte ich wieder verschlafen. Ich schaute auf den Wecker: Es war 5:55 Uhr. Um 6 fängt das Training an. Also so schnell es ging angezogen und runter. Die Nacht war alles andere als erholsam, denn ich fühlte mich kein bisschen regeneriert. Das Morgentraining viel mir schwer (Tobias aber auch). Das Laufen ging ja noch, aber beim Dehnen merkte ich, dass meine Sehne in der linken Kniekehle immer noch schmerzte, wenn ich das Bein durchstreckte. Mein möglicher Leistenbruch machte sich aber nur wenig bemerkbar. Hoffe ich bin noch mal davongekommen. Zum Frühstück gab es wieder fettiges Fladenbrot. Ich aß ein wenig (und habe aus meinen Fehlern gelernt und es nicht übertrieben) und ging dann schnell hoch auf mein Zimmer, um mich noch einen kurzen Moment aufs Bett zu legen, bevor es mit dem Vormittagstraining weiterging. Ich war völlig ausgebrannt. Beim Frühstück trank ich auch den neuen Tee. Er ist eigentlich ganz okay, aber er stinkt echt widerlich. Also die Tasse geext und dann schnell in die Tonne damit. Das mit dem Burnout ging ja schneller als gedacht. Vor dem Training pushte ich mich noch mit Vitaminen voll. Dann schlenderten wir zur Halle, den Hügel runter und begannen das Training. Müde und schwach wie ich war, endete es meistens da drin, dass mir ständig die Augen zufielen und ich mich am liebsten auf den Boden gelegt hätte. Aber ich habe nicht aufgegeben und es irgendwie durchgezogen. Nach dem wir die Kicks geübt haben (mit einem gehandicapten linken Bein) ging es an die Form. Tristian vollendetet seine Form und ich beeilte mich auch, da ich dann endlich mit dem Stick (Kampfstab/Gun/Stock) anfangen kann. Die letzten Energiereserven am Verbrennen, erweiterte ich die Form um 4 neue Techniken. Danach war ich quasi tot; aber das Training auch, denn die Glocke läutete. Noch mal Glück gehabt. Ich freute mich aufs Bett und sogar aufs Essen. Vor dem Mittagessen machte ich mir mit dem neulich gekauften Eisteepulver eine kleine Flasche voll mit Eistee fertig. Das war 'ne ganz schöne Sauerei, denn das Pulver fängt bei Zimmertemperatur (okay, sind auch 30 Grad) direkt an zu kleben. Und da ich keinen Trichter besaß, ging natürlich auch etwas daneben, was mir dann meine Badelatschen, Hände, Hose und die Flasche an sich verklebte. Das Pulver kann man sicher auch als Superkleber einsetzten… vielleicht klebe ich damit ja meine Adressstricker, die ich vorbereitet habe, auf die Postkarten. Mal sehen.

Zum Mittagessen gönnte ich mir ein Eis (das gleiche wie immer) und ging danach endlich schlafen. Ein Gun (Kampfstab) kostet hier übrigens 6 Yuan. Das sind gut 60 Cent. Würde gerne mal wissen aus welchem Holz die „gefertigt“ sind, denn Sie sehen aus wie lange, geschnitzte Äste und sind stabil und flexibel. Aber ich denke ich werde meinen dann hierlassen, weil er einfach zu sperrig ist, um ihn zurück nach Deutschland zu nehmen. Oder ich kauf mir mehrere und schick Sie als Packet nach Deutschland. Also wenn Interesse besteht, bring ich euch auch einen mit 😉 Das gilt natürlich auch für alles andere was es hier gibt. Also meldet euch einfach wenn ihr was Bestimmtes haben wollt. Die Preise lassen es ja zu.

Das Schläfchen vor dem Nachmittagstraining war recht erholsam, so dass ich anschließend wieder (fast) voll durchstarten konnte. Wir fingen nach dem Aufwärmen mit Sprüngen an und kamen schließlich zum Radschlag. Etwas fertig gingen wir dann zum Powertraining weiter. Diesmal standen Kniebeugen im Vordergrund. Erst ein paar Normale, dann sollten wir diese mit jemanden auf den Schultern ausführen (puh…) und anschließend mit einer Langhantel über den Schultern, so wie man es von den Bodybuildern aus kennt. Dann gab es noch Liegestützen, Sprints und das „Klappmesser“ (Ruckartige Sit-Ups mit ausgestreckten Armen und Beinen) dazu und dann war auch Ende im Gelände (Training + Körper ist hier gemeint). Zwischendurch regnete es kurz heftig und auf dem Rückweg gab es einen kühlen Sommerregen. Sehr angenehm. Dann stand wieder Chinesisch auf dem Programm.

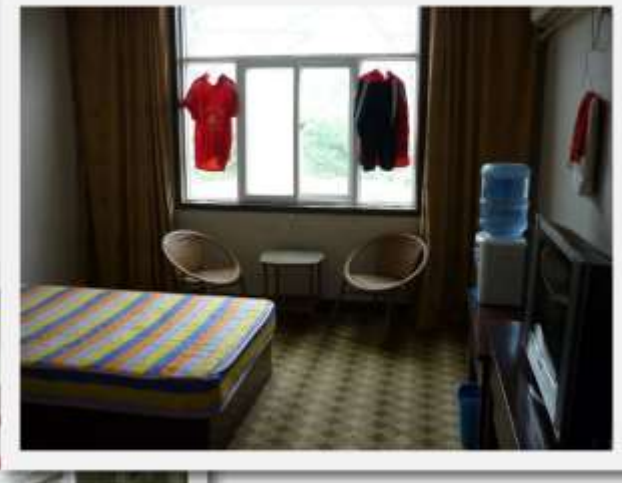
Übelst langweilig. Tobias und ich sitzen nebeneinander und er hat seinen Laptop mitgenommen und wir schauten Simpsons bis wir erwischt wurden. Dann fraget Sie Tobias wie denn sein Shifu heißt. Bis wir mal wussten was sie von uns wollte, denn Sie fragte auf Chinesisch (kann ja kein Englisch), war die Sache auch schon gegessen. Immerhin wussten wir eh nicht wie unser Shifu heißt. Er ist zwar als Backup-Shifu bekannt, doch ich glaube nicht, dass Sie ihn unter den Namen kennt. Die anderen Shifus heißen Tai Chi-Shifu, Sanda-Shifu, Ocean-Shifu, Yuen-Shifu und keine Ahnung wie der letzte heißt. Tobias ging es heute nicht so gut. Ich fand es irgendwie witzig wie er sich so rumquälte mit seinem Durchfall. Vor allem die Geste, die er machte, um unseren Shifu zu erklären was er hat war spitze 😉 Ich konnte nicht anders und muss seitdem immer lachen, wenn ich dran denke. Nach dem Unterricht (Tobias und ich redeten die restliche Zeit) habe ich mir erst einmal heißes Wasser geholt und bin dabei meinen Shifu in der Halle begegnet, der mit einem wilden Vogel rumgespielt hat. Der Vogel hatte sich auf seine Hand gesetzt und guckte ganz komisch. Dann ruf mich mein Shifu zu ihm und zeigte mir den Vogel und meinte „Beautiful“. Ich find’s echt witzig, mit wie wenig verschiedenen Wörtern man doch so viele Sachen ausdrücken und erklären vermag. Nur schwierig wird’s, wenn man versuch seinen Shifu zu fragen, ob nachts denn wieder die Klimaanlage angeschaltet wird (Tobias hat es versucht und wurde leider missverstanden. Jetzt denk unser Shifu, er hätte keine Fernbedienung dafür). Das Wasser brauchte ich jedenfalls für eine Tütensuppe, die ich mir aus Deutschland mitgenommen habe. Diese war sehr schmackhaft und ich werde mir morgen noch eine machen. Dann gab es Abendessen und ich aß noch 2 Dampfbrötchen und eine Schale Reissuppe. Dazu kaufte ich mir wieder eine Cola und versuchte mich noch etwas zu entspannen bevor das Abendtraining losging. Leider klappte es nicht, denn ich konnte weder liegen noch sitzen noch stehen. Übersetzung: Ich war wieder kaputt wie sau. Dann ging es aber schon los und ich lief meine Runden. Dann ging es schon wieder halbwegs. Wir stretchten uns ein wenig, übten Stellungen (Gum-Bu, Ma-Bu, Go-Bu), machten die „Flattermann-Übung“, zogen ein paar Bahnen mit einer Stellungskombination und üben zum Schluss unsere Form. Ich erweiterte Sie um 2 Techniken und kann nun genau 39 Bewegungen der Form. Die Form ist bei etwa 50 Bewegungen fertig. Mein Shifu meinte zu mir, dass er mir morgen die Restlichen Bewegungen beibringt und es dann mit dem Stock weitergeht. Geile Sache. Tristian hat noch nicht viel mit dem Stock gemacht; ich habe also noch quasi gar keinen Rückstand. Ich duschte wieder kalt und legte mich dann zum Ausruhen ins Bett (Berichte schreiben, Film gucken, etc.). Morgen ist der sogenannte Waschtag, an den es wieder in die kleine Stadt geht. Ich glaube demnächst gehe ich nicht mit in die kleine Stadt und nutze die Zeit lieber zum Ausruhen (=schlafen). Ich habe es echt mal nötig so 'nen halben bis ganzen Tag Schlaf nachzuholen. Morgen früh geht’s wieder den Berg rauf… also Nacht!

25. Juni 2010 – Die dritte Woche geht vorüber

Viel neues gibt es seit dem Ausflug nicht, nur dass wir von nun an jeden Tag Abendtraining haben und nicht nur 2x die Woche… ist natürlich erst mal ein Schock, an den man sich aber langsam gewöhnt. Im Klartext heißt das jetzt jeden Tag mindestens 7 Stunden Training. Kein Wunder das ich im Moment wieder kaputt wie sau bin. Zudem habe ich mir mehrere kleinere (hoffe ich zumindest) Verletzungen zugezogen. Zu einem habe ich mich beim Sanda überdehnt bzw. überdehnen lassen, so dass ich manchmal nicht mein linkes Bein ganz ausstrecken kann, dann habe ich mir mit etwas Pech einen Leistenbruch zugezogen (zumindest dachte ich das die ersten Stunden, da ich heftige Schmerzen in der Leistengegend hatte und mein Bein nicht über Hüfthohe heben konnte) und dann tut mir noch seit heute das linke Sprunggelenk weh (Berglaufen sei Dank)… Aber es ist alles auszuhalten. Aber verdammt nervig. Grade eben habe ich mir an einem Straßenstand frittierte Teigtaschen mit Zucker gekauft. Sehr lecker. In Deutschland könnte man damit auf Kirmes gut Geld verdienen. Da nicht viel passiert ist, gibt es heute nur 10 Fotos. Demnächst mach ich noch Fotos von der Küche, Speisesaal und von noch nicht erkundeten Teilen der Schule… Bald verschicke ich auch die ersten Postkarten (habe nur 10).

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/die-dritte-woche-geht-vorueber/



Holiland

Freitag, 25.06.2010

Der Tag beginnt und der Lauf den Berg rauf war ganz passabel. Mit etwas schweren Beinen gingen wir dann weiter zum Powertraining. Wir machten Kniebeugen, Liegestützen, Wadenheben, Treppensteigen, Kurze Sprünge, Schnelle Ausfallschritte und das ganze direkt Mehrfach. Am Ende des Trainings tat mir einfach nur das linke Sprunggelenk weh. Jetzt ist mein linkes Bein total im Sack… Nach dem Frühstück trug ich mich in die Liste ein, damit ich mit in die Stadt fahren konnte. Wir vertrieben uns die Wartezeit auf das Schultaxi indem wir uns über die Shifus unterhielten. So habe ich erfahren, dass mein Shifu den Vogel von gestern umgebracht hatte. Das Ganze lief dann so: Nachdem ich mit meinem heißen Wasser oben im Zimmer war, rief unser Shifu Tobias zu sich und zeigte ihn den Vogel, der offenbar nicht mehr fliegen konnte. Dann drehte er ihm den Hals ruckartig um und brach ihm so das Genick und machte eine scherzhafte Trauergeste indem er so tat als würde er sich die Tränen abwischen. Kranker Scheiß. In dem Punkt sind die Chinesen echt gestört. Genauso wie er die Hornissen in der Trainingshalle immer zu Boden schlägt und ihnen dann bei lebendigem Leib die Flügel ausreißt und Sie so weiterleben lässt. Dann habe ich noch ein paar Namen erfahren, wie die Shifus hier teilweise genannt werden. So heißt der Tai-Chi-Shifu auch manchmal Legolas (wegen den Elfenohren), Yuen heißt auch Baby-Shifu (weil er so jung aussieht), dann ein andere Kung Fu-Shifu (dessen Namen ich gar nicht kenne) Shaolin-Shifu (weil er 11 Jahre im Shaolin-Kloster war) und das beste: unser Shifu heißt auch Mäuse-Shifu 😀

In der Stadt angekommen, kaufte ich mir reichlich Süßigkeiten (vielleicht sogar zu viel), eine größere Schale und einen chinesischen Löffel. Die beiden Dinge brauchte ich für meine Tütensuppe, da die Schul-Schale zu klein ist und wir keine Löffel haben. Es geht zwar auch ohne, aber so ist es bequemer. Dann gingen wir weiter Richtung Internetcafé. Auf dem Weg machten wir Halt an einen Essensstand an der Straße, an dem es frittierte Teigtaschen mit Zucker gab. Sehr lecker und 6 Stück kosten grade mal 3 Yuan (30 Cent). Im Internetcafé benutze ich Skype, machte meine Blogeinträge, schrieb Emails und surfte schließlich noch ein wenig im Internet. Wikipedia ist aus China übrigens sehr langsam. Ich wette da wird beim Aufruf der Seiten erst einmal dick zensiert. Tobias und ich nahmen uns ein Taxi zurück zur Schule und bezahlten dafür 15 Yuan. Später sagte Jochen uns, dass 10 Yuan mehr als genug gewesen wären. Naja, was soll‘s. In der Schule angekommen, stand mit ein paar anderen Chinesen ein Mönch in der Eingangshalle. Auch beim Essen habe ich ihn wiedergesehen. Er trug eine braune Mönchskutte und dazu ein hölzernes (glaube ich zumindest) Armband bestehend aus dicken Kugeln. Dann erfuhr ich noch, dass die Klimaanlage wieder kaputt sei. Die Reparatur wird wieder einige Tage bis Wochen in Anspruch nehmen… ich glaub ich werde verglühen.

Das Nachmittagstraining war erst verdammt anstrengend, da wir viele Sprünge machten (auch neue). Dabei versagten beinahe meine Sprunggelenke. So ließ nach und nach meine Kraft in den Beinen nach und ich war nicht mehr in der Lage zu springen. Aber dann war auch endlich Pause. Wir machen anschließend weiter mit Stellungen und ich hatte komischerweise keine Schmerzen mehr und sogar wieder etwas Energie. Tristian hatte sich in der Pause übergeben und setzte den restlichen Tag aus. Man sah der fertig aus. Dann gab es Powertraining. Und das nicht zu kurz. Zwischendurch kam Yan Lin in die Halle mit einem neuen Ausländer im Schlepptau. Es hieß wieder Nationalitäten rate. Ich tippte auf Belgien, doch es stellte sich heraus, dass er aus Dänemark kommt. Glücklich, aber fertig machten wir uns auf dem Rückweg. Der neue heißt Christopher und ist mein neuer Zimmernachbar. Ich hatte nämlich bevor wir zur Halle gingen meinen Zimmerschlüssel auf der Treppe liegen lassen und er wurde vom Hausmeister oder jemanden anderes aus der Schule gefunden und dann wohl direkt an Christopher übergeben. Auch den Mönch sah ich wieder in der Halle spazieren gehen. Aber

er fährt auch 'ne flotte Karre (chinesisches Modell). Mönch muss man hier wohl sein. Beim Abendessen passierte nix außergewöhnliches. Nach dem Essen gab ich meinen Shifu die 6 Yuan für einen Stab und ich durfte mir einen aus der „Waffenkammer“ aussuchen. Ich nahm einen schönen, geraden, der nicht zu dick und auch nicht zu dünn war. Danach gingen Tobias und ich zusammen nochmal in die „Waffenkammer“ und kauften uns ein paar Dinge für Zuhause. Ich kaufte mir 2x Wintertrainingsklamotten, 1x Sommertrainingsklamotten, Tai-Chi-Kleidung, ein Tai-Chi-Schwert und dazu Tape, um es zu fixieren. Kostenpunkt für alles: 280 Yuan. Lächerlich. In Deutschland bezahlt man dafür mindestens das 10-fache. Dann war schon Trainingszeit und ich zog mich schnell um und ging herunter zum Training. Nach einer lockeren Runde laufen und anschließendes Dehnen, vollendete ich meine Form (Shao-Form heißt Sie) und begann mit meinem neuen Stab zu üben. Nur ein paar kreisende Bewegungen, aber diese gehen verdammt auch die gesamte Armmuskulatur. Morgen geht es dann sicher weiter. Mein Shifu flirtete noch mit einer jungen, chinesischen Touristin und ich ging anschließend auf mein Zimmer. Dort wartete Christopher schon und wir plauderten ein wenig. Ich erzählte ihn wie es hier so läuft und beantwortete seine Fragen. Patrick hat mir ja nicht so viel erzählt, also wollte ich das besser machen. Ist mir glaub ich auch gelungen. Morgen muss ich noch meinen Stock kürzen und dann kann ich endlich durchstarten. Hoffe ich kann morgen die Form noch…

Samstag, 26.06.2010

Christopher und ich wachen pünktlich zur schrillen Schulglocke auf. Anziehen, kurz Wasser nachtanken, Toilette und dann runter. Beim morgendlichen Laufen hielt ich heute gut durch. War also gar nicht mal so kaputt. Tobias ging noch „kurz“ zur Toilette und erschien erst nach dem Laufen. Christopher ist bei uns in der Gruppe und wir teilen somit nicht nur das Zimmer, sondern auch den Shifu. Aber nach dem Laufen, übernahm komischerweise Yan Lin unser Training. Er erklärt viel und achtet peinlich genau auf Fehler, drückt einem aber mindestens genauso feste runter beim Dehnen. Als er mir dann beim Schultergelenkdehnen richtig schön die Arme nach hinten bog, dachte ich da bricht mir gleich was. Aber alles halb so wild. Das Training war gut und bestand aus sehr intensivem Dehnen, Basiskicks, Lockerungsübungen (zwischendurch), die aber genau so anstrengend waren wie der Rest und Faustschläge. Alles wurde streng beobachtet und jeder noch so kleine Fehler ausgemerzt. Er meinte, da wir alle nur so kurz bleiben (6 Monate = kurz), müsste man Kung Fu von Anfang an richtig lernen, damit sich keine Fehler einschleichen, da wir nur so auch zuhause weitertrainieren können, ohne uns die Dinge falsch anzueignen. Wo er recht hat, hat er recht. Dann war das Training zu Ende und unser Shifu wirkte etwas angepisst. Zum Frühstück gab es wieder Dampfbrötchen, die aber heute sehr groß ausfielen. Schmeckten aber halbwegs okay. In der restlichen Zeit laberten Christopher und ich noch ein wenig und machten uns langsam bereit für das nächste Training. Kurz nach dem Schellen zum Training, ging ich mit Stock runter in die Halle. Dann entschied ich mich noch den Stock ein wenig zu kürzen, eile hoch in mein Zimmer, nahm die Säge von meinem Taschenmesser und sägte was das Zeug hielt. Mein Stock ist nun gut 20cm kürzer und genau auf Augenbrauenhöhe. Unten in der Halle wartete mein Shifu schon mit einer Kneifzange, um den Stock zu kürzen. Als er sah, dass ich es schon erledigt hatte, begutachtete er ihn nochmal und kniff die scharfe Kante ab, die in der Hektik entstanden ist. Dann war er wohl fertig und wir gingen zur Halle. Warmlaufen, Dehnen, Grundstellungen. Beim Dehnen drückte unser Shifu heute ganz besonders viel nach, so dass Tobias vor Schmerzen schrie, als er in den Seitspagat gedrückt wurde… Auch ich wurde gut weit runter gedrückt und wir beide lagen lachend auf dem Boden (damit wir nicht weinen mussten) und schauten uns an. Aus mir lachte fast schon der Wahnsinn. Dann folgen Kicks, die nach dem Dehnvorgang kaum noch möglich waren. Vor allem Tobias fielen Sie danach besonders schwer. Dann, kurz vor der Pause rief mich mein Shifu zu sich und erklärte mir, dass ich mit Christopher und Uli (Schweizer) in die Stadt mitfahren sollte, um Geld zu holen. Und zwar jetzt, da Yuen an der Schule mit dem Schultaxi wartete. Also schlenderten wir hoch, holten unsere Sachen und fuhren anschließend in die kleine Stadt. Dort stellte ich mich an eine lange Schlange am Geldautomaten an und hob in 3 Zügen 3200 Yuan ab. Man kann nämlich nur 2000 Yuan auf einmal abheben. Erst hob ich 200 ab, weil ich mich vertippte, dann 2000 und dann nochmal 1000. Die anderen ebenfalls und dann ging schon wieder zurück und wir konnten uns ausruhen, da das Training eh in 20 Minuten vorbei wäre. Ich ging an den Schul-PC, der jetzt von Viren verseucht ist und kaum noch funktionierte, suchte Bilder und Videos, die auf dem Rechner gespeichert sein sollen, fand auch welche und dann stürzte er ab… naja egal. Ich werde später noch mal schauen, wenn er wieder funktioniert. Der Ocean-Shifu ist übrigens nicht in der Schweiz, sondern in Deutschland. Und das für 6 Monate. Also werde ich ihn nicht mehr zu Gesicht bekommen. Schade. Ein Ausländer meinte, wenn man Ihn als Shifu hat, wird man hier zur Kampfmaschine. Der Ocean-Shifu trainierte nämlich im Shaolin-Kloster seit er 4 oder 5 Jahre alt war und ist nun auch Shaolin-Mönch. Aber auch ein anderer Shifu war ja für 11 Jahre im Kloster. Yan Lin glaube ich auch, bin mir aber nicht sicher. Nach dem Essen gab es dann erst mal eine Pause. Beim Nachmittagstraining gingen wir zunächst zur Halle und dort angekommen gingen wir zum ausgetrockneten bzw. aufgestauten Fluss, unter eine Brücke, weil es angeblich zu warm war zum Trainieren. Aber es war heute sogar echt mild. Das hätten Sie mal vor

einer Woche machen sollen, da war es nämlich echt zu warm. Jedenfalls chillten wir 'ne gute Stunde unter der Brücke und plauderten ein bisschen. Zwischendurch sollte ich dann mit den Stock rumwedeln. Klappt inzwischen schon ganz gut und ich bekomme so langsam wunde Hände. Ich erfuhr, dass hinter einer ollen Holztür, die sich unter der Brücke befand, unter der wir waren, Sprengstoff gelagert wurde, damit die Chinesen im Kriegsfall die Brücke sprengen können und somit den Weg in die Stadt abschneiden. In Deutschland soll es das auch häufiger geben… ist mir noch nie so aufgefallen; werde demnächst mal nach Ausschau halten. Dann gingen wir zurück zur Halle und wir fingen das Training an. Wir begannen wieder mit Kicks und Tobias und mir tat wieder alles weh, da wir beim Dehnen wieder aufs übelste gefoltert wurden. Als ich am Vormittag Geld holen war, war Tobias alleine mit dem Shifu, da Tristian Probleme mi t dem Rücken hat und Christopher ja mit Geld holen war. Er beschwerte sich, dass er übelst rangenommen wurde, da er ja alleine war und somit seine ganze Aufmerksamkeit „genoss“ 😉 Ich fand es lustig. Nach dem wir die Kicks durchgegangen sind, begannen wir mit Faustsẗößen und Handflächenschläge und Tobias mischte ebenfalls mit. Dann durften Tobias und ich uns beim Powertraining verausgaben. Liegestützen, Kniebeugen (normale, mit jemanden auf den Schultern, mit Langhantel über den Schultern), Bankdrücken, Sit-Ups, usw. Danach stieg uns unser Shifu wieder auf den Rücken und das Training war zu Ende. Heute waren wir seltsamer Weise deutlich später wieder zurück an der Schule, so dass nur knapp 20 Minuten bis zum Essen verblieben. Ich füllte meine Wasserflaschen auf und der Boiler war wieder leer. Also schleppte ich vor dem Essen einen neuen aufs Zimmer und zeigte Christopher dabei wie das Ganze funktioniert. Nach dem Essen machte ich mir noch schnell eine Tütensuppe und war wieder glücklich. Dann hörte ich auf dem Flur, wie sich Pit (aus Deutschland) und Uli (Schweiz) über blaues Wasser aus der Leitung beschwerten. Das Blau war ein Mundwasserblau. Sowas kann es echt nur in China geben. Gut, dass ich das Leitungswasser nie getrunken habe… wer weiß was da noch so alles drinsteckt. Dann war wieder Trainingszeit. Nur Christopher und ich waren diesmal dabei, da Tristian immer noch Rückenschmerzen hatte und Tobias sich weigert abends zu trainieren (er brauch da Zeit zum Regenerieren). Also liefen wir unsere Runden und dann durfte ich wieder mit dem Stock hantieren. Es klappt wirklich immer besser, doch es ist auch ziemlich anstrengend den Stock die ganze Zeit schwingen zu lassen. Meine Hände sind nun wirklich wund und meine gesamte Armmuskulatur müde – vor allem aber die Schultern. Ach ja: Ich sollte heute auch 2 Yuan für das Taxi am Freitag bezahlen und übergab das Geld in Form eines 50 Yuan-Scheins, da ich es nicht mehr kleiner hatte, an meinen Shifu. Er guckte mit großen Augen auf das Geld und meinte nur „Wow!“. Dann lies er das Geld wechseln und wollte es mir in die Hand drücken. Beim Training aber etwas unpraktisch, da die Trainingshose keine Taschen besaß… Also gab er mir das Geld anschließend. Nach dem Training (Christopher war gut kaputt nach seinem ersten Tag) kam Tobias noch kurz raus zum Abgrüßen und spendierte mir (warum auch immer) eine Cola. Dankend nahm ich an und ging Duschen. Dann legte ich mich ins Bett und lies den Abend so wie immer ausklingen.

Sonntag, 27.06.2010

Ich stehe auf, ziehe mich an und gehe zum Training. Tobias setzt heute aus, weil Sonntag ist und er so gläubig ist, dass er Sonntag unbedingt ruhen muss. Tristian hat Rückenprobleme, da er gestern vom Shifu überstreckt worden ist. Also hatte unser Shifu Christopher und mich ganz für sich alleine…

Nach dem Laufen ging es ans Dehnen und dann folgten Basisstellungen, Grundschläge und zwischendurch immer wieder Liegestützen. Bei Christopher versagten erst die Beine und anschließend der Kreislauf. Er ging zurück auf Zimmer und ich wurde alleine weitertrainiert. Alleine ist das echt doof, da man so die volle Aufmerksamkeit genießen darf und somit die Intensität des Trainings deutlich angehoben wird. Müde machte ich mich nach dem Training auf dem Weg zum Zimmer. Christopher lag wie halb tot im Bett und trank Wasser. Ihm ging es aber schon wieder besser. Zum Frühstück gab's wieder Fladenbrot. Diesmal sogar noch leckerer als sonst und so kam es wie es kommen musste: ich aß zu viel. Mit Bauchschmerzen ging es dann zum nächsten Training weiter. Tristian und Tobias setzten wieder aus, Christopher hat sich wieder erholt. Zum Glück hatten wir dann Tai Chi und ich musste mich nicht ganz so sehr quälen lassen wie sonst. Auf dem Weg zur Halle quatschte mich die englische Frau zu, da Sie ja auch Tai Chi macht und erzählte irgendwas von Ihren Flug nach China, was mich aber nicht sonderlich interessierte. Jedenfalls nahm das erst ein Ende, als wir in der Halle waren und das Training begann. Nach einen kurzen Aufwärmprogramm ähnlich… nein quatsch… exakt wie das vom Kung Fu, begannen wir wieder mit der ersten, typischen Tai-Chi-Handbewegung. Erst die linke Hand, dann die Rechte, dann Beide. Dann sollte ich, während Christopher die Bewegung weiter verinnerlichte eine neue Bewegung lernen. Diese Bewegung ist Bestandteil einer Form aus dem Tai Chi. Man hebt langsam sein linkes Knie an, setzt es langsam etwa Schulterbreit wieder ab, rutscht dann auf der Ferse etwa 1 ½ Schulterbreiten weiter in eine tiefere Position, wechselt aus der Position in die Gum-Bu-Stellung (lange, tiefe Stellung), bewegt aber dabei das Knie nur ganz langsam und geschmeidig. Dann lehnt man sich etwas mit dem Oberkörper zurück, und lässt das vordere Bein soweit vom Boden abheben, dass nur noch die Ferse den Boden berührt. Dann verlagert man sein Körpergewicht etwas nach vorne und setzt dabei den vorderen Fuß schräg wieder auf dem Boden auf und hebt anschließend (mit einem großen Schritt) wieder das Knie an. Dann macht man das Ganze mit der anderen Seite und dann wieder mit der vorherigen Seite und so weiter. Also immer erst nach links die Bewegung ausführen und dann steht man automatisch richtig, damit man die Bewegung mit rechts ausführen kann. Das Ganze ist entweder endlos oder geht solange, bis die Form etwas anderes sagt. Aber so weit bin ich noch nicht. Jedenfalls folgte anschließend wieder die Startbewegung mit den Händen und dann wurde uns die Bewegung kampfmäßig demonstriert. Sie ist nämlich dafür da, einen Gegner zu Boden zu werfen. In der Pause quatschte mich die Engländerin wieder voll. Ich wollte mich doch nur ausruhen. Sie erzählte irgendwas davon, dass Sie das Chi spüren kann und so 'nen Müll. Völliger Schwachsinn. Dann quatschte Sie aber Christopher zu und ich hatte meine Ruhe. Leider war die Pause auch schon kurz danach zu Ende ☹

Als wir nach der Pause mit der „Selbstverteidigung" des Tai Chi fortfuhren, fing Sie uns auch noch an zu belehren wie man es denn richtig (also falsch) macht. Wir übten noch unsere Bewegungen und zum Schluss förderte ich noch meine Beweglichkeit in der Hüfte, in dem ich mich dort intensiv dehnte. Zum ersten Mal seit ich hier bin, habe ich das Gefühl, endlich etwas beweglicher geworden zu sein. Einmal in der Hüfte, dank des Dehnens heute und dann noch etwas der Vorwärtsspagat sowie die Sehnen und Bänder in den Kniekehlen, die z.B. für das Fassen der Zehen erforderlich sind. Das kommt aber glaube ich davon, dass unser Shifu sich immer auf unsere Rücken setzt, wenn wir die

Zehen fassen sollen. Das tut zwar verdammt weh und man hat kurz das Gefühl nie wieder laufen zu können, doch einige Zeit später merkt man dann doch Fortschritte. Man kann es aber auch echt übertreiben … siehe Tristian. Dann ging es halt zurück und Christopher war wieder gut fertig von dem bisschen Tai Chi. Ich frage mich ob er die nächsten Tage durchhält. Im Moment sieht es nämlich nicht danach aus. Christopher ist übrigens erst 17. Heute gibt es wieder einen neuen: Lex aus Holland und gebürtiger Russe. Er ist 16 Jahre alt. Nach dem Mittagsschlaf ging es wieder zum Training in die Halle. Heute war es wieder recht warm. Da nur die Hälfte der Leute trainiert, da der Rest erst mal Chinesisch hat, spielten wir heute wieder das „Bingau"-Spiel. Die kleinen Chinesen gingen dabei richtig ab und hatten Ihren Spaß wie Ich es noch nie zuvor erlebt habe. Ganz zum Schluss trainierten wir dann doch noch ein wenig und dann ging es wieder hoch und die andere Gruppe hatte Training. Dann hörte ich, dass wir eventuell einen neuen Chinesisch-Lehrer bekommen, da die erste Gruppe heute Unterricht bei 3 Lehrern gleichzeitig hatte und Sie dann entscheiden dürfen wer der neue Lehrer wird. Leider hatten wir Unterricht bei der alten Lehrerin und der Unterricht war so langweilig wie noch nie. Ich hoffe sie verschwindet bald. Ein Monat Chinesisch-Unterricht und man dreht durch oder ist anschließend ein Pflegefall. Während des Unterrichts schlich sich Uli aus dem Klassenraum, da er es nicht mehr ertragen konnte. Kurze Zeit später versuchte mich die Lehrerin zu fragen wohin er verschwunden ist (schon blöd, wenn man kein Englisch spricht, ne?) und ich zuckte nur mit den Schultern. Dann schickte Sie einen Chinesen los, um Ihn zu suchen, aber ohne Erfolg. Dann kam der Sanda-Shifu rein und versuchte mich ebenfalls auszufragen. Irgendwie meinte er dann, ob er Bauchschmerzen hatte und deswegen gegangen ist und ich nickte nur mit dem Kopf. Dann ging alles wie gewohnt weiter. Bin mal gespannt was das gegeben hat. Zum Abendessen stopfte ich mich voll und hatte ein schlechtes Gewissen, da ja noch Training auf dem Plan stand. Als dann die Glocke zum Training läutete, hieß es, dass das Abendtraining heute ausfällt. Ich habe mich gefreut wie ein Schneekönig und bin erst mal duschen gegangen. Heute Abend spielt Deutschland gegen England. Allerdings erst um 22 Uhr (hier zumindest) und das ist normal die Zeit wo ich ins Bett gehe. Aber eigentlich interessiert es mich eh nicht so. Mir reicht das Ergebnis 😉

Montag, 28.06.2010

Ich wache auf, schaue auf die Uhr und denk mir nur: „Mist! Verschlafen!“. Dann fragte ich Christopher, der auch gerade erwacht ist, ob er die Schulglocke gehört hat. Ich habe Sie nämlich nicht gehört. Ernüchternd stellte ich dann fest, dass die Glocke erst um 5:40 Uhr ertönt und nicht um 4:40 Uhr. Also war ich mit 5:15 Uhr noch recht früh dran. Ich legte mich noch für 5 Minuten hin und setzte mich dann probeweise mal aufrecht hin, um den Kreislauf etwas in Schwung zu bringen. In der Zeit bis zum Klingeln hörte ich etwas Musik und zog mich langsam um. Dann ging es runter in die Halle und denn liefen wir den Berg hoch, anstatt unsere Runden um den Block zu drehen. So wie es aussieht, wird das jetzt jeden Montag und jeden Freitag gemacht. Soll mir recht sein. Tobias klagte über seine Schulter, die vorgestern beim Training überstreckt wurde. Er kann den Arm nur mit Mühe heben. Tristians Rücken geht es wohl wieder etwas besser, denn er lief mit dem Berg rauf. Heute war der Himmel sehr klar und die Aussicht vom Berg aus wunderbar schön. Ich bereute meine Kamera nicht mitgenommen zu haben. Runter ging es dann etwas langsamer als rauf. Das frühere Aufstehen und aufrechte sitzen hat meinem Kreislauf gutgetan und ich war gar nicht so müde und kaputt wie sonst morgens. Als unser Shifu versuchte Tobias Schultern wieder zu richten, machte er es nur noch schlimmer und Tobias setze beim Training wieder aus. Auch Tristian hatte wieder Schmerzen im Rücken und pausierte. So standen wieder nur Christopher und ich da beim Training. Wir drehten nach dem Berglauf noch eine Runde um den Block, dehnten kurz und machten nach dem Grundprogramm ein wenig Formen. Beim Frühstück sagte Tobias mir, dass er seinen Vater (Arzt) angerufen hat und Ihn gefragt hat was es sein kann, warum seine Schulter so schmerzt. Seine Diagnose war, dass er einen Nerv eingeklemmt hat und ein paar Tage Trainingspause ausreichen sollten damit es wieder besser geht. So jetzt Tobias heute den restlichen Tag aus und morgen ist ja sowieso frei. Vor dem Frühstück machte ich noch ein paar Fotos vom „Heißem-Wasser-Raum“, den Speisesaal und der Küche (heimlich). Das Vormittagstraining war heute sehr Spezial. So gingen wir nicht zur Halle, sondern spielten zunächst vor der Schule Basketball und anschließend sollte ich meine Form üben und dann mit dem Stock trainieren. Nach dem Training mit dem Stock, waren meine Hände ganz wund und beschloss sie später einzutapen um die Haut so etwas zu schonen. Das „Training“ war aber im Ganzen sehr entspannend und wir hatten auch viel Zeit zum Ausruhen. Zudem machte ich zwischendurch ein paar Fotos. Dann ertönte die Schulglocke und wir gingen erst mal auf unser Zimmer. Dann stand Buddhismus aus dem Programm. Also lediglich das T-Shirt gewechselt (eine lange Hose und Schuhe hatte ich ja bereits vom Training an) und dann in der Reihe aufgestellt. Die vielen Neuen kannten die Regeln nicht und waren teilweise barfuß, hatten kurze Hosen an oder verstanden den Ablauf nicht und drehten sich einfach um und gingen zurück zu Ihren Plätzen, nachdem Sie sich vor Buddha verbeugt hatten anstatt rückwärts zu gehen. Heute war es aber mal nicht ganz so warm und stickig im Raum, so dass ich nicht fast ohnmächtig wurde wie beim letzten Mal… Dann hatten wir erst mal knapp 1 ½ Stunden Zeit bis zum Mittagessen und danach ja regulär bis 15:20 Uhr Zeit bis zum nächsten Training. Beim Mittagessen erzählte mir Tobias, dass unser Shifu und sein Vater bei Ihm im Zimmer waren und seine Schultern behandelt habe… mit Feuer. Dies ist eine traditionelle Art der chinesischen Medizin. Der Vater unseres Shifus (wusste bis dato noch gar nicht, dass es sein Vater war, der auch in der Schule wohnt und hier rumläuft) übergoss seine Hand mit Alkohol und zündete Sie an. Dann klopfte er Tobias mit der brennenden Hand mehrmals auf die Schulter und drückte ein wenig rum. Tobias meinte ganz begeistert, dass es tatsächlich geholfen hat. Hätte ich ja nicht gedacht, aber so wie es scheint erweitert die Wärme die Blutgefäße und löst so wohl auch irgendwie den (vermutlich) eingeklemmten Nerv. Lustig war auch, dass etwas Alkohol aufs Bett tropfte und auf seine (ausgezogene) Boxershorts die danebenlag. Diese fing Feuer und unser Shifu warf sie auf dem Boden und stampfte drauf herum. So wie ich gehört

habe, durfte auch Tristian diese Heilmethode erfahren. Das will ich auch mal gerne erleben. Aber es kommt bestimmt noch der Tag, an dem ich mich richtig verletzen werde… Im Moment geht's mir wieder ganz gut und habe auch meine Hände eingetaped, damit ich wieder etwas in die Hand nehmen kann ohne Schmerzen zu haben. Das Nachmittagstraining begann und ich sollte Tristian aus seinem Zimmer holen, da er nicht zum Meeting erschienen ist. Ich traf ihn bei offener Tür im Bett an und sagte Ihn Bescheid. Dann wartete ich draußen. Er kam in Schlappen. Wir gingen gemeinsam runter zur Halle, da die andern bereits vorgegangen sind. Tobias setzte immer noch aus. An der Straße rief uns unser Shifu zu, wir sollten uns beeilen und rennen. Erst tat sich so als würde ich ihn nicht hören, da ich keine Lust hatte mich jetzt schon verausgaben. Aber als er nicht locker lies, lief ich schneller. Unten angekommen drehten wir erst einige wenige Runden in der Halle und dehnten uns kurz. Kurz darauf gingen wir raus unter die naheliegende Brücke, da es zu heißt war, und machten eine lange Pause im Schatten. Dort machte ich einige Fotos von der Landschaft und der Brücke und anschließend forderte uns unser Shifu auf für Fotos zu Posen. Unser Shifu, Christopher und ich posten etwas im Gelände und machten abwechselnd Fotos. Coole Sache. Irgendwann waren dann auch Soldaten zu sehen, die ebenfalls unter der Brücke rumgammelten. Nach etwa einer guten Stunde gingen zur zurück zur Halle und machten reguläres Training. Ich übte wieder mit meinem Stab und meine wunden Hände waren anschließend noch wunder und ich bekam Blasen an den Händen, obwohl ich sie mir eingetaped hatte. Zum Schluss stand etwas Powertraining auf dem Programm, bei dem Christopher total versagte. So blieb es an mir seinen Teil mitzumachen, was mich aber nicht störte, da ich noch einiges an Kraft besaß (war ja auch ein lockerer Tag). Zwischendurch machte ich immer wieder Fotos und Videos und dann ging es wieder ab. Tristian wurde übrigens ins Bett geschickt, da er immer noch ein wenig Rückenschmerzen hatte. Es ist übrigens wieder ein neuer Ausländer angekommen. Seinen Namen habe ich aber wieder vergessen. Jedenfalls kommt er aus Deutschland, ist geschätzt Mitte 20, muskulös und macht Sanda. Bisher 'nen ganz netter Kerl. Beim Abendessen unterhielt ich mich ein wenig mit ihm. Anschließend brachte ich mit Christopher den Müll raus (damit er weiß wohin mit dem Dreck) und kauften einen neuen Wasserkanister für den Wasserspender. Neuer Rekord: Leer in 2 Tagen. Ach ja: von der Brücke aus konnte man ein großes Feuer sehen. Unser Shifu meinte dort wird der Müll verbrannt (muss ich dazu noch etwas sagen?!). Da das Abendtraining heute wieder ausfüllt (Juchu!) duschte ich erst mal nach dem Meeting und schrieb meine Berichte weiter und suchte schon mal ein paar Fotos für Morgen raus. Meinen Weisheitszähnen geht es übrigens wieder besser. Nur mein rechtes Ohr schmerzt noch immer. Unser Shifu ist wieder bester Dinge und macht Witze über Tristian von wegen „No Town; Tristian go sleep", weil er ja verletzt ist. Oder sowas wie „Tomorrow no pain, go town" (lacht dabei und macht eine fröhliche Bewegung, als ob er nur simuliert). Irgendwie ganz witzig. Morgen erst mal zu Mäcces! Und Ausschlafen!

29. Juni 2010 – Die Tage vergehen...

Die Tage vergehen und es geht mir zurzeit noch recht gut. Aber viele Leute verletzten sich in letzter Zeit beim Training, so dass es wohl nur eine Frage der Zeit ist, bis es mich erwischt. Im Moment lerne ich gerade den Umgang mit dem Kampfstab. Ich habe einen neuen Zimmerkollegen und ich finde mich immer besser alleine zurecht. Die Shifus sind echt cool drauf und die anderen Ausländer ebenfalls. Es gibt wie immer wieder ein paar neue Bilder. Heute werde ich mich noch an der Post nach den Preisen für Pakete und Postkarten bzw. Briefe erkundigen und alles Nötige dafür kaufen (Umschläge, Kleber, Verpackung, etc.). Hoffe mal das ich ab nächster Woche dann die ersten Karten abschicken kann. Die Temperaturen steigen im Moment wieder ins unerträgliche und ich hoffe, dass bald endlich die Regenzeit anfängt und es damit kühler wird. An das Essen hier habe ich mich gewöhnt, aber Mäcces ist immer noch Pflicht 😊

Bis zum nächsten Mal!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/06/die-tage-vergehen/

Kpapa

Kungfu belongs to th

Dienstag, 29.06.2010

Die Nacht war äußerst heiß und lies mich nicht gut schlafen. Ich stand schließlich um 6 Uhr auf und hörte Musik, um mir die Zeit bis zum Frühstück zu vertreiben. Christopher schlief noch etwas und war dann aber auch wach. Beim Frühstück lies ich es mir schmecken (es gab aber das gleiche wie immer: Dampfbrötchen, rote Suppe, Kartoffelstreifen mit Chili) und plauderte mit Christian (so war der Name von dem neuen Deutschen). Netter Kerl auf jeden Fall. In Deutschland geht er ins Fitnessstudio (welch Wunder bei dem Körperbau…), Laufen und macht seit einem Jahr Escrima. Dann ging es dann ne Stunde später in die Stadt. Heute ging es mal zügig los, so dass ich fast überrascht war wie schnell wir da waren. Auch die Route war wieder die alte und wir fuhren nur eine gute halbe Stunde nach Jiaozou (Name der Stadt). Dann nahmen wir (Tobias, Christopher, Lex aus Holland und ich) ein Taxi zum Mc Donalds. Doch leider verstand uns der Taxifahrer nicht richtig und fuhr uns zum KFC (Kentucky Fried Chicken). Den Rest des Weges mussten wir dann laufen. Das waren etwa 10 Minuten, die bei der Hitze gestern echt zur Qual wurden. Durchgeschwitzt kamen wir bei Mäcces an und bestellten uns erst mal was zu essen. Heute wurde ich zum ersten Mal richtig verstanden und bekam auch das was ich bestellt hatte. Lex, der ein wenig Chinesisch spricht, frage zudem noch mal nach meiner Bestellung, da ich zunächst vermutete, wieder 3x Ketchup oder so zu bekommen. Dann gingen wir vorbei an Holiland und ich deckte mich mit Gebäck ein. Weiter ging es dann zügig in Richtung Internetcafé. Tobias und ich zeigen lediglich unsere Plastikkarte vom letzten Mal vor und konnten direkt lossurfen. Lex und Christopher hatten sich jedoch wie wir bei letzten Mal einer fast 1 Stündige Prozedur mit Pass und allem Drum und Dran unterziehen müssen. Ich checkte zunächst wieder mal Postfach, stellte meine Berichte online, lud Fotos hoch und telefonierte schließlich etwas mit Skype herum. Um Lex scharrten sich 2 jüngere Chinesen und Sie unterhielten sich mit Hilfe eines Übersetzungsprogramms fast die ganze Zeit. Lex war ganz stolz, dass er chinesische „Freunde“ gefunden hatte und verabredete sich für nächste Woche zur gleichen Zeit hier mit Ihnen. Zum Schluss, als wir gingen, wollten Sie noch ein Foto machen und drückten Ihn anschließend eine Werbebroschüre in die Hand. Haha, so sind Sie die Chinesen. Ich bin ja mal gespannt, was da nächste Woche läuft. Zu viert gingen wir wieder zum Mc Donalds zurück, um erneut zu essen. Da trafen wir Niko (Schweiz) mit den wir anschließend zum DVD-Store (wie auf dem Trödelmarkt, nur das hier überwiegend Raubkopien verkauft wurden) und zum Gitarrenladen gingen (Tobias wollte sich eine billige Gitarre kaufen). Am Gitarrenladen angekommen, hatte dieser zu und es war auch schon Zeit wieder aufzubrechen, weil wir ja noch alle shoppen wollten. Also gingen wir zunächst zur Bushaltestelle, da Niko wusste, welche Buslinie man nehmen muss, um zurück zu kommen. Wir stiegen nach kurzer Wartezeit und einer (lebensgefährlichen) Straßenüberquerung in Linie 21 ein und verfuhren uns. Gut gemacht Niko. Falsche Linie erwischt. Dann nahmen wir ein Taxi, ich zeigte mit meiner Kamera den Fahrer ein Bild vom Supermarkt und wir stiegen zu fünft ins Taxi. Die Fahrt kostete uns 10 Yuan und war eigentlich abzocke. Aber da 10 Yuan grad mal ein Euro sind bezahlten wir einfach und waren eigentlich glücklich angekommen und vor allem am Leben zu sein. Bevor wir vom Mc Donalds wieder zurück gingen, machten wir noch ein Foto vom Logo von Mc Donalds, damit wir es beim nächsten Mal einfach dem Taxifahrer zeigen können. Die Idee stammte übrigens von mir 😉

Im Supermarkte kaufte ich mir ein lustiges T-Shirt, einen Klebestift für die Postkarten, Batterien für meine Taschenlampe und deckte mich mit Äpfeln, Muffins und Schokopilzen ein. Da die Zeit knapp war und unser Fahrer uns sogar im Supermarkt suchte (hatte es wohl eilig), hatte ich keine Zeit mehr mich im Postamt um die Ecke nach den Preisen für Packte zu informieren. Naja, dann halt beim nächsten Mal. Die Engländerin hatte sich in der Stadt die Haare schneiden lassen und Niko war in

einer Art Tabledance-Bar, chinesischer Art. Ganz Stolz sagte er, er hätte eine hübsche Chinesin kennengelernt und zeigte uns Ihre Visitenkarte, wie wohl jeder Tourist bekommt 😀

In der Schule angekommen, packte ich erst einmal meine Tasche aus, jagte ein paar Fliegen und dann war quasi Essenszeit. Am Tisch saß heute wieder ein Neuer. Sein Name war Harry, er kommt aus den USA und spielt dort Football. Beim Abendmeeting vernahm ich, dass er Tai Chi wählte. Das passte irgendwie nicht zusammen fand ich. Ich hätte eher auf Sanda getippt. Nach dem Meeting, lieh ich mir den Haartrimmer (Rasierer?) von einem Franzosen aus, dessen Namen ich nicht schreiben kann. Aussprechen ist kein Thema, doch ich habe keine Ahnung wie man das schreibt. Naja, jedenfalls stellte ich mich dann mit der Waschschüssel vorm Spiegel und versuchte mein Glück. Als dann der Strom ausfiel und damit auch das Licht, war das Drama perfekt. Ich fragte Christopher, ob er mir zur Hand gehen konnte und ich leuchtete mit der Taschenlampe, während er den Job übernahm. Nach ein paar Minuten war er fertig, ich hielt meinen Kopf unter die Dusche und wir jagten gemeinsam Mücken und Fliegen und waren sehr überrascht wie viele es doch waren. Kurz vor dem letzten Meeting, wir hatten gerade so gut wie alle Insekten getötet, kam Yuen herein und fragte Christopher nach seinem Reisepass, da Yan Lin Ihn für morgen benötigt, um sein Gepäck vom Flughafen abzuholen. In dem Moment wo ich die Tür öffnete, kamen bestimmt 10 neue Mücken herein und ich biss mir innerlich in die Hand. Beim Meeting anschließend, kam Tristian zu spät und musste deswegen 100 Kniebeugen machen. Wieder auf dem Zimmer angekommen, killten wir wieder die Mücken, ich duschte und dann quatschen Christopher und ich noch 'ne ganze Weile und er erzählte mir was von sich und seiner „Vergangenheit“. Nach der Schule machte er eine Art Ausbildung, so wie es in Deutschland üblich ist. Und zwar als Farmer. Er hatte viel mit Tieren wie Hühner, Schweinen, Kühen und Schafen zu tun und musste sich auch um die Ernte und das Sähen kümmern. Er erzählte mir auch, dass er in der Zeit alleine in einer Art Baracke gewohnt hat und er nur selten Kontakt zu anderen Menschen hatte. Er meint er weiß auch nicht warum er sich das alles antat und er würde es definitiv nicht nochmal machen, aber er hat in der Zeit auch viel Brauchbares fürs Leben gelernt. So schaute er sich die Lampe bei uns im Bad an und meinte zu mir, dass er Sie mit dem passenden Werkzeug so manipulieren kann, dass man lediglich den Lichtschalter betätigen muss und nicht alle 30 Sekunden Geräusche von sich geben muss, damit das Licht an bleibt. Zudem meinte er, er hat in der Zeit viel geraucht und getrunken und in der Schule war er dann irgendwann auch nicht mehr, hat aber vor einen Monat komplett damit aufgehört und ganz knapp seine Abschlussprüfung bestanden. Jetzt versucht er sein „Glück“ hier in China und er weiß, dass er kein Farmer werden möchte. Etwas später als sonst schlief ich ein und wachte aber die ganze Nacht durchgehend auf, da es viel zu warm war. Jedenfalls bin ich aufgewacht und das T-Shirt, das ich trug, war klatsch nass. Glaube das war die heißeste Nacht die ich je erlebt habe.

Mittwoch, 30.06.2010

Ich wache mit der Schulglocke auf, trinke schnell mein Pflichtwasser (damit ich beim Training nicht vertrockne) und machte mich soweit fertig. Auf dem Flur und vor allem Draußen war es jetzt schon total warm und ich wusste, dass der Tag noch ein paar Grad mehr bringen würde. Man sah heute sogar Wolken und das ist hier ein Zeichen dafür, dass es warm ist oder wird. Beim Morgentraining schwitzte ich verdammt viel und die anderen blieben auch nicht davon verschont. Aber nach dem freien Tag, konnte ich heute mal ganz gut mithalten. Unser Shifu erwähnte nach dem Training, dass wir heute Nachmittag unsere Form präsentieren sollen. Wie ich bereits einmal erwähnte, gibt es hier alle paar Wochen eine Art Prüfung, in der geguckt wird, was man in der Zeit so alles gelernt hat. Ich vermute diese Prüfung ist heute Nachmittag. Beim Frühstück meinte Tobias zu mir, dass er jetzt gleich Duschen geht, da er ziemlich verschwitzt war. Kurze Zeit später ging es ja schon mit dem Vormittagstraining weiter. Also meine Sachen zusammengesucht (die Kamera war auch dabei) und dann hieß es wir haben heute Sanda. Hätte ich meinen Stock ja gar nicht mitnehmen brauchen. Zudem war das eintapen der Hände damit auch recht sinnlos, da ich beim Sanda meinen Stock nicht brauche. Jedenfalls gingen wir wieder in einer Reihe zur Halle runter, machten uns warm, dehnten intensiv (wie üblich) und machten ein paar Kicks und Schläge in die Luft. Ein chinesisches Kamerateam war wieder dabei und drehte passiv Ihre Videos. Der Mönch, den ich einige Male in der Schule gesehen habe, war auch dabei und gab ein Interview. Ebenso einige Shifus und ein kleiner Chinese sprach zur Kamera. Der Mönch begutachtete alles sehr aufmerksam und die dummen Hornissen und Fliegen, die überall umschwirrten, schienen ihn nicht im Geringsten zu stören. In der Pause machte ich ein paar Videos und Fotos und versuchte Christian (den Neuen aus Deutschland) auf Anfrage den Kip-Up beizubringen. Mit mäßigem Erfolg… wie immer. Nach der Pause machten wir Powertraining. Dieses bestand aus sehr vielen verschiedenen Liegestützen, Sit-Ups, Klappmesser. Rückenbeugen, usw. Danach stieg uns der Sanda-Shifu auf dem Rücken und wir konnten den Rest der Stunde entspannen und schauten den anderen beim Formlaufen zu. Dabei machte ich einige Fotos und natürlich auch Videos. Das Training war hart und die Hitze sorgte dafür, dass ich geschwitzt habe wie noch nie zuvor. Meine Trainingsklamotten (aus Polyester, und das ist nicht wirklich saugfähig) haben sich komplett vollgesogen und waren so schwer wie nasse Baumwolle. Deswegen duschte ich im Anschluss zum ersten Mal zwischen den Trainingseinheiten und schrieb endlich meinen Bericht von gestern zu Ende. Nach einer Erholungspause im Bett ging es dann weiter im Programm. Draußen war es wiedermal viel zu warm und allein den Weg runter zur Halle zu laufen brachte uns tierisch ins Schwitzen. Dann hieß es erst einmal Pause und wir gammelten alle gut 1 ½ Stunden in der Halle rum. In der Zeit machte ich viele Videos von den Leuten und insbesondere den Shifus, die ein wenig Akrobatik machten. Waren ein paar coole Sachen dabei. Schließlich finden wir dann doch noch an zu trainieren. Wir machten uns zum 3. Mal warm (bevor wir mit der Pause anfingen, durften wir uns erst mal warm machen…) und dehnten uns auch zum 3. Mal. Wir fingen mit unserer Form an und ich durfte schließlich wieder mit meinen Gun rumfuchteln. Mir wurde eine neue Wirbeltechnik gezeigt, die ich dann verinnerlichen sollte. Dann kamen wir zum Powertraining. Wir fingen mit Push-Ups an und gingen rüber zu den Gewichten. Dann durften wir Kniebeugen mit einer Langhantel auf den Schultern machen, Bankdrücken und schließlich Sit-Ups und das beliebte (das ist Ironie) Klappmesser. Danach waren wir fertig mit der Welt und ließen das Training ausklingen. Auf dem Rückweg fing es zwischendurch ein paar Mal an zu tropfen. Regen bahnte sich an. Zudem waren wir alle aufs übelste verschwitzt und ich duschte mich erneut kurz ab. Vor lauter Hunger aß ich mich beim Abendessen an den geschmacklosen Dampfbrötchen und der geschmacklosen roten Suppe satt. Leider wieder ein Fehler… denn beim Abendtraining fand mein voller Magen das Laufen nicht so toll. Das Training war aber wie jeden Abend recht locker. Nach dem Dehnen und den Basisstellungen durfte ich wieder mit

dem Stock hantieren. Ein scheinbar neuer (Aushilfs-?) Shifu zeigte mir ein paar Tricks mit dem Stick und ich übte fleißig weiter. Gegen Mitte des Trainings fing es dann an zu Gewittern. Erst ohne Regen und schließlich mit. Aber passend zum Regen war das Training dann auch vorbei. In der Halle sah ich wieder ein neues Gesicht oder besser gesagt direkt 3: Einen alten Mann (westlicher Herkunft), einen jüngeren Ausländer (ebenfalls westlich und vermutlich um die 16) und ein schwarzes Kind (maximal 6). Ich ging aber weiter Richtung Zimmer, da ich einfach nur Duschen wollte (war wieder gut verschwitzt). Es wurde jetzt mit dem Regen zwar etwas kühler, doch es war immer noch viel zu warm. Auf dem Zimmer angekommen, trank ich erst einen halben Liter Wasser nach und dann kam mein Shifu kurz darauf rein und meinte irgendwas von wegen Geld. Da heute der 30. des Monats ist, konnte ich mir aber denken, dass es um das Schulgeld ging, dass ich letztens extra von der Bank abgehoben habe. Ich gab meinen Shifu die 3100 Yuan in die Hand, die ich in meinen Koffer versteckt hatte (da sonst mein Portemonnaie nicht mehr zu geht mit den ganzen 100er Scheine) und dann just in dem Augenblick fiel der Strom und damit das Licht aus. Ich sollte dann runter in die Halle kommen. Warum stellte sich erst später heraus: Ich bekam eine Quittung. Das ganze ohne Strom. Erst als ich wieder auf mein Zimmer gehen wollte, ging der Strom wieder an. Dann wollte ich endlich duschen und der Strom fällt erneut aus. Die Shifus schlichen auf den Gängen rum und die meisten Ausländer warteten dort ebenfalls, dass etwas passiert. Manche gingen aufs Dach und bekamen so eine „Naturdusche“ ab. Da sich ohne Licht aber schlecht duscht, lieh ich mir Tobias sein Gameboy aus und erleuchtete so das Bad. Ich duschte und mitten drin ging der Strom wieder an. Na endlich. Kaum blitzt es mal ein wenig, bricht hier gleich das gesamte Stromnetzt zusammen. Und dabei haben wir doch kaum elektrische Geräte angeschlossen. Der Sanda-Shifu zog sogar bei mir im Zimmer extra die leere Mehrfachsteckdose raus, um ein paar Watt zu sparen. Jedenfalls leistete mir meine Taschenlampe in der Zeit gute Dienste. Aber ich konnte Christopher ja auch nicht im Dunkeln sitzen lassen, während ich duschte. Anschließend gab ich Tobias seinen Gameboy zurück und Christoper erkundigte sich bei Yuen nach seinem Gepäck. Das Ergebnis war, dass es im Moment nicht auffindbar ist oder sich keiner drum gekümmert hat (wie so oft in China üblich). Daraufhin machte Yuen den Schulcomputer an und meinte zu Christopher, er soll seinen Eltern Bescheid sagen, dass Sie mithelfen es aufzufinden. Jedenfalls ein lustiger Abend mit dem ganzen Chaos hier. Einer der neuen scheint ein Deutscher namens Benjamin zu sein. Ich habe das in einem Reisepass gelesen, als ich mir meine Quittung abholte. Naja, morgen beim Morgentraining oder spätestens beim Frühstück weiß ich dann auch mehr. Die Klimaanlage wurde jetzt nach dem Gewitter doch noch eingeschaltet und ich hoffe ich kann heute Nacht endlich mal durchschlafen. Seit ich hier bin habe ich es nämlich noch nicht geschafft.

Donnerstag, 01.07.2010

Der neue Monat beginnt und die Nacht war zum ersten Mal seit langem wieder sehr angenehm kühl, da die Klimaanlage die ganze Nacht eingeschaltet gelassen wurde. Ich fror sogar und machte Sie für eine Stunde aus. Dann wachte ich nämlich wieder auf, weil mir zu warm war und schaltete Sie wieder ein. Kurz vor dem Klingeln zum Morgentraining bin ich wiedererwacht und machte mich mit müden Beinen und Armen fertig zum Trainieren. Wir haben einen kleinen farbigen Jungen (ca. 5- 6 Jahre) neu in unserer Gruppe und es kommt mir so vor, als ob er ADS hat, denn er ist extrem nervig. Er selbst sagt, dass er aus keinem Land kommt, aber aus der Nähe von Indien. Das klingt ja wirklich ganz toll. Er spricht Englisch und ich glaub sogar etwas Chinesisch. Er sieht so ein bisschen so aus wie der Sohn von Will Smith, der jetzt diesen Karate Kid-Remake gedreht hat. Irgendwie seltsam. Jedenfalls stellt er sich ein bisschen dumm bei den Übungen an und labert die ganze Zeit irgendein Quatsch und gehorcht nicht aufs Wort so wie die kleinen Chinesen. Dann haben wir noch einen kleinen Touristen-Chinesen seit einigen Tagen bei uns in der Gruppe. Die Touristen-Chinesen geben halt ihre Kinder für ein paar Tage einfach in der Schule ab und lassen Sie mit trainieren. Die Luft draußen beim Training war jedenfalls echt tropisch warm und feucht und lies einem schlecht Luft bekommen. Das morgendliche Laufen fiel allen zur Qual. Selbst das Dehnen war somit anstrengend. Zudem schwitzt man bei dem Klima noch mehr als sonst und ich war nach dem Training klatsch nass. Beim Training machten wir aber auch nicht viel: Grundstellungen, den „Flattermann“ und unsere Form. Ich freute mich auf das Frühstück und wurde wieder überrascht: es gab wieder das Fladenbrot. Ich wusste, dass es nicht gut wäre, sich jetzt damit vollzustopfen, doch ich tat es trotzdem und war anschließend satt. Dazu gab es wieder die rote Suppe. Ich habe etwas Erbsenähnliches darin gefunden und vermute, dass davon der geschmacklose Geschmack stammt. Der neue, deutsche Ausländer soll ein seltsamer Typ sein meinte Tobias, der sich gestern Abend noch mit ihm unterhalten hat. Als Tobias ihn fragte, ob er vorher schon Sport gemacht hat, guckte er Ihn mit starrem Blick an und sagte dann ganz stumpf: „Football“. Auf den Kommentar, dass das Training hier anstrengend ist, meinte er nur „Nö, ich denke nicht“. Na, der wird sich noch wundern. Beim Vormittagstraining stellte er sich an wie ein Körperklaus. Auch der alte Mann saß wieder am Frühstückstisch und war sogar beim Tai-Chi-Training zu sehen. Jedoch mehr als Zuschauer. Er hatte zwar Trainingsklamotten an, doch er schaute halt überwiegend nur zu. Ich schätze Ihn auf um die 70. Vor dem Vormittagstraining stand dann noch Room Inspection, also Zimmerkontrolle an. Unser Shifu kam 20 Minuten vorher herein und meinte wir sollten etwas aufräumen, damit die anderen Shifus (Alle Shifus gehen gemeinsam in ein Zimmer herein) sehen wie sauber es hier doch ist. Also schnell den groben Dreck weggeräumt und den Staub weggepustet und fertig. Bei der Zimmerkontrolle gab es zwar kleinere Mängel, doch Yuen meinte nur „Not Bad“ und unser Shifu später nur „Beautiful“. Nur Tristians Zimmer gefiel ihm wohl wieder nicht und es endete in einem lustigen Gespräch. Dann ging es runter zur Halle. Die Luft war immer noch tropisch und lies einem kaum Atmen. Wir begannen wie immer mit Laufen mit anschließendem Dehnen. Erst krüppelte ich meine Runden, doch dann bekam ich irgendwoher neue Energie und ich lief wieder wie ein König 😉 Der Australier macht immer seine paar Tricks und kann dann nicht mehr und sitzt nur noch rum. Schwache Leistung. Während wir mit Kicks durchstarteten, kam der kleine, dicke Chinese von letzter oder vorletzter Woche wieder in Trainingsklamotten rein und machte wieder mit. Sofort verspürte ich den Drang in seine Wangen zu kneifen 😀 Aber er ist nicht so nervig wie der Inderjunge (so nenn ich Ihn jetzt einfach, da er ja behauptet aus der Nähe von Indien zu stammen). Der Inderjunge meinte jedenfalls, dass er ein Monat bleibt… Die ganzen kleinen Kinder halten echt das Training auf. Aber so wie ich unseren Shifu kenne, ist es nur eine Frage der Zeit, bis er Sie wieder an andere abschiebt. Wir übten den Flattermann („Rumanda“), die Endlosbewegung mit

Wurf und unsere Form. In der Pause machten Tobias und ich Videos von ein paar Taekwondo-Techniken und übten diese anschließend ein wenig (war ja Pause und wollten uns nicht überanstrengen). Ich habe das Gefühl, deutlich flexibler geworden zu sein. Zumindest was den Längsspagat angeht. Mal schauen, vielleicht komm ich ja in ein paar Wochen auf den Boden, wenn ich so weiter mache. Nach der Pause ging es dann wieder mit der Form weiter und schließlich sollten wir Sie einzeln vor unserer Gruppe aufführen. Mein Shifu forderte mich auf, Videos mit meiner mitgebrachten Kamera aufzunehmen und das tat ich nur all zu gerne. Jeder führte seine Form auf und ich durfte zum Schluss noch zeigen, was ich bereits mit den Stock gelernt habe. Also wirbelte ich damit in den verschiedenen Arten so schnell ich konnte herum und erntete mein bisschen Applaus. Beim Wirbeln wäre mir aber fast der Stock aus der Hand gerutscht, da meine Hände so verschwitzt waren. Aber ist ja noch mal gut gegangen. Dann fragte unser Shifu uns noch, was wir denn als nächstes (also nach dem Gun) lernen möchten. Ich wählte das Darn-Jian-Schwert (flexibles, gerades Schwert) und Tobias ebenso. Christopher wollte wohl Säbel (Dao) lernen. Aber vorher kommt eh erst mal der Stock dran. Wenn ich also in etwa einen Monat mit dem Gun fertig bin, fange ich mit dem Schwert an zu trainieren. So nass wie wir waren gingen wir zurück zur Schule, grüßten ab und ich nahm erst einmal eine kalte Dusche (gibt ja eh kein warmes Wasser). Das Wasser schoss nur so aus der Leitung und ich war danach gut erfrischt. Beim Flaschen auffüllen, stellte ich fest, dass der Wasserboiler wieder leer war. Den letzten hat Christopher erst am Montag gekauft. Schon heftig wie viel Wasser getrunken wird. Beim Mittagessen gab es wie immer Reis. Schnell beendete ich den Essensvorgang und ging auf mein Zimmer, ruhte mich aus und aß dabei ein Eis. Das Nachmittagstraining war heute nur halb so lang wie normal, da noch Chinesisch auf dem Plan stand. Wir übten Kicks und unsere Form. Es war tropisch warm und wir waren anschließend wieder patsch nass geschwitzt. Als es dann zurück ging aufs Zimmer, war natürlich wieder kein Wasser vorhanden, um sich damit mal waschen zu können oder so. Also nur die Kleidung gewechselt, da nasse Klamotten nicht grade angenehm zu tragen sind und dann schön verschwitzt ins Klassenzimmer gesetzt. Heute habe ich den Unterricht mal sinnvoll genutzt und habe einige Postkarten geschrieben. Damit ging die Zeit sogar recht schnell um. Das mach ich in Zukunft immer, wenn ich welche habe. Beim anschließenden Abendessen, war wieder eine neue Person zu sehen. Eine Frau um die 30 aus den USA soweit ich weiß. Da es anfing zu Regnen und ein Gewitter aufzog, fiel das Abendtraining ins Wasser (im wahrsten Sinne des Wortes). Stattdessen machten wir einen Spaziergang durchs Dorf. Was das sollte, wusste keiner. Wir standen die ganze Trainingszeit draußen herum und machen quasi nix. Ich laberte mit Tobias und „durfte“ irgendwann noch den Inderjungen den Flattermann zeigen. Nach 5 Minuten hatte ich darauf kein Bock mehr, weil er wirklich extrem nervig dabei ist. Dann war das Training vorbei und wir gingen hoch. Zuvor meinte unser Shifu noch zu Christopher, dass er, wenn er wieder nicht schlafen kann wegen den Mücken im Zimmer doch über die Form „nachdenken“ soll und lachte dabei (Ich zitiere: „You no sleep, think about form“). Schon cool. Dann ging es halt hoch aufs Zimmer, Christoper und ich lachten noch darüber und dann kam er mit einer Pumpsprühflasche mit irgendein giftigen Insektenspray, dass jede Fliege oder Mücke direkt beim drüber fliegen den Löffel abgibt. Ich wusste erst nicht warum er es auf den Boden sprühte aber dachte mir nix weiter dabei. Dann fing er an nachzupumpen, damit mehr Sprüh rauskam. Er pumpte und pumpte und dann machte es PEEEEENG. Die ganze Flasche platze und das Zeug spritzte durchs ganze Zimmer. Christopher, der direkt daneben stand rannte mit den Händen an den Ohren aus dem Zimmer. Das Ding platzte direkt neben sein Ohr und er hörte eine Weile nichts mehr drauf. Unser Shifu, Christopher und ich bekamen einiges von dem Zeug ab. Unser Shifu war anschließend komplett nass. Erst lachte er und als er merkte, dass Christophers Ohren schmerzten wie sau, fragte er nach ob alles okay sei und entschuldigte sich. Nach kurzer Zeit kehrte sein Gehör wieder zurück und unser

Shifu rannte auch irgendwann aus dem Zimmer. Wir bekamen nach dem Schock den übelsten Lachflash und haben bestimmt 10 Minuten nur gelacht. Ich lag vor Lachen auf dem Boden. Die anderen Ausländer kamen zu uns ins Zimmer und erkundigten sich was geschehen war. Mehrmals erklärte ich es verschiedenen Personen und kam dabei nicht aus dem Lachen raus. Das Zeug roch verdammt giftig und wie gesagt, alle unsere Sachen waren nun damit bedeckt. Christophs Bett war komplett damit getränkt. Unser Shifu kam wieder herein und erkundigte sich nochmal ob alles OK sei. Wir wiesen ihn drauf hin, dass alles nass war und es giftig roch. Ich wischte trocken mit einem alten Handtuch das gröbste ab. Unser Shifu kam dann wieder mit einen Raumspray (Ne, oder?) herein sprühte damit das ganze Zimmer ein. Ich dachte nur „What the fuck?“, was sollte das jetzt bringen? Jetzt roch das Zimmer nach Gift + Raumspray. Zudem war es auch noch WC-Spray… Jetzt riecht unser Zimmer nach WC. Christopher fragte nach neuer Bettwäsche und bekam Sie auch. Die Mutter unseres Shifus kam mit Vater herein und inspizierte das Zimmer. Sein Vater sah verdammt wütend aus. Sie wechselte die Bettwäsche und sein Vater machte irgendwas anderes, was ich nicht mitbekommen habe. Wir beide und ein paar Ausländer, waren alle auf dem Flur und die Shifus streiften auf den Gängen umher. Als ich fragte, ob ich auch neue Bettwäsche bekommen könnte wurde meine Bitte abgelehnt, da es mein Bett ja nicht voll erwischt hätte. Ich vermute sogar, das Zeug was explodiert ist entzündlich, da es ein wenig nach Alkohol stank. Alle anwesenden im Raum finden nach einer Zeit an zu husten und ich war auch dabei. Unser Shifu und Christopher kam Schleim hoch, den Sie erbrochen (aber aus dem Fenster/Mülltonne). Ich fragte ob wir nicht besser woanders schlafen könnten und mein Shifu schickte mich zu Tobias ins Einzelzimmer. Ich bekam seinen Schlüssel und sagte ihm, dass ich noch vorher duschen wollte und ging wieder auf mein Zimmer. Mein Handtuch, was ich normal zum Duschen nahm, war auch in dem Zeug getränkt und ich steckte es somit lieber direkt in die Wäschetüte und nahm mein letztes sauberes Handtuch zum Duschen. Nach dem Duschen sagte Christopher mir, dass Sie ein neues Zimmer für uns beide haben und ich brachte Tobias schnell seinen Schlüssel zurück. Dann holte ich meine Bettwäsche, meine Taschenlampe, meinen Wecker und mein Handy aus dem Zimmer und ging ins neue Zimmer auf der anderen Seite der Treppe. Es war leer und recht sauber. Während Christopher duschte, holte ich mein Netbook aus dem Zimmer und fing an alles schriftlich festzuhalten. Der Höhepunkt war, dass die Shifus uns doch erst tatsächlich in dem Zimmer schlafen lassen wollten. Auch die Aktion mit dem Raumspray fand ich doch seeehr seltsam. Glauben die Chinesen echt, dass das noch hilft? Der Shaolin-Shifu zeigte im Bad auf den Wasserhahn und dann auf dem Teppich, wo das Zeug explodiert ist und meinte „No!“. Sehr seltsam. Soll das nicht mit Wasser in Berührung kommen, oder was? Als ich unseren Shifu verdeutlichen wollte, dass ich vorher noch duschen wollte meinte er OK. Und als Christopher verdeutlichte, dass auch er duschen wollte meinte er nur „No!“. Warum? Aber es stellte sich als ein schlechter Scherz heraus und unser Shifu sprühte Christopher mit dem Raumspray ein und lachte dabei so wie immer. Auch cool war der der Kommentar von Yuen Shifu, als Christopher meinte, dass er eine neue Zahnbürste brauch, da es Sie voll erwischt hat: „Use tonight and change tomorrow“. Krank 😀. Als ich im neuen Zimmer gucken wollte, ob die Tür zu war, stand Yan Lin mitten im Gespräch mit unseren Shifu davor. Leise schloss ich die Tür und wartete. Was ein Erlebnis… Kaum in Worte zu fassen. Dazu gibt es noch viel zu erzählen, da ich unmöglich alles festhalten kann. Es ist lustig und traurig zugleich. Ich bin jetzt müde und Christopher auch, deswegen gehe ich nun ins Bett und hoffe, dass ich kein Krebs oder so bekomme.

2. Juli 2010 – Bald ist ein Monat um

Der erste Monat geht zu Ende und die Regenzeit hat endlich begonnen. Die Luft ist hier nun tropisch warm mit Luftfeuchtigkeit und allem was dazu gehört. Man schwitzt permanent. Ansonsten gibt es nicht viel neues. Alles andere erfahrt ihr aus den Berichten. Hier wieder einige Fotos vom Training.

Bis demnächst!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/bald-ist-ein-monat-um/

Welcome

to the

Freitag, 02.07.2010

Der Morgen beginnt im neuen Zimmer und dank meinem Wecker wachen wir rechtzeitig vor der Schulglocke auf, so dass wir genug Zeit hatten wieder umzuziehen oder gegebenenfalls etwas aus dem Zimmer zu besorgen (Trainingsklamotten z.B.). Ich bin erst mal vorgegangen, um zu riechen ob alles wieder normal war. Es war schon etwas besser, aber noch nicht vollständig verzogen. Ich ging zurück, sagte Christopher Bescheid und packte meine Sachen zusammen und nahm dabei die Bettwäsche mit, da diese sauberer war als meine. Heimlich brauchte ich anschließend meine alte Bettwäsche ins neue Zimmer und zog meine Trainingssachen an, trank mein Pflichtwasser und ging mit Christopher runter. Da heute Freitag ist, rennen wir normalerweise den Berg hinauf. Heute jedoch nicht, da alles voller Matsch war und wir so nur ausgerutscht wären. Stattdessen liefen wir wie sonst auch um den Block. Dann Dehnen und Stellungen, Grundtechniken (Hand) und das war es eigentlich schon. Auch der dicke Junge war wieder dabei. Sein Gesicht kann keine Emotionen zeigen. Voll geil. Vor dem Frühstück packte ich meine Wäsche zusammen. Ich nahm Tobias Wäsche mit und schmiss Sie in die Waschmaschine. Dann ging's zum Frühstück und anschließend in die Stadt. Leider kam wieder nur ein Taxi zur Schule und Tobias, Christopher, zwei Franzosen und ich mussten solange warten, bis das Taxi die anderen abgesetzt hatte und zurück zur Schule gekommen ist. Das nahm eine gute halbe Stunde in Anspruch. Schließlich kamen wir doch noch an und ich ging erst mal zum Bankautomaten. Leider war die Schlange davor lang und die Chinesen dazu noch unfähig den Automaten zu bedienen. So wartete ich 10 Minuten und der Chinese vorne wurde nicht fertig. Er gab ständig irgendeine Zahl ein und die Meldung die Ausgegeben wurde besagte, dass der Betrag ungültig sei (der Betrag hatte über 8 Stellen). Dann ging ich frustriert raus aus dem Laden und wir (Tobias und Christopher) gingen weiter zum Supermarkt. Ich kaufte zwei Essschalen und chinesische Löffel dazu, Schokolade, Kekse und eine Flasche Cola und wir gingen weiter zum Internetcafé. Der Teigtaschen-Verkäufer war heute mit seinem Stand leider nicht da ☹ Im Internetcafé strapazierte die Dame am Empfang unsere Geduld, da Sie überhaupt nicht reagierte und gemütlich ihre tausenden Chipkarten über einen Magnetstreifen jagte. Dann kamen wir doch noch dran und bezahlten unsere 3 Stunden. Ich machte das gleiche wie immer (Emails, Blog, Skype, ICQ) und wir blieben noch ein wenig länger, da Tobias noch etwas klären musste. So verpassten wir das Taxi, das uns pünktlich zum Mittagessen bringen sollte und wir fuhren mit einer Stunde Verspätung mit einem anderen Taxi wieder zur Schule zurück. Der Taxifahrer zeigte uns bevor wir einstiegen die Zahl 10 als Fahrpreis und als wir ankamen machte er eine 15 draus. So eine verarsche. Wir bezahlten trotzdem, da es sich nur um 50 Cent handelte und wir immerhin lebendig abgekommen sind. Christopher kaufte sich in der Stadt noch einen Schraubenzieher und eine Schneidezange, mit der er nach dem Trip versuchte, das Mikrofon aus der Badezimmerbeleuchtung zu bauen, damit wir nicht immer Klatschen/Stampfen müssen, um das Licht an zu halten. Leider war es ohne die passenden Ersatzteile nicht möglich das Ding ohne Mikro zum Laufen zu bringen und so baute er es wieder so ein wie es war. Dabei ging aber die Glühbirne von Innen kaputt und wir brauchten eine neue. Christopher ging runter, um eine neue zu besorgen und traf dabei unseren Shifu. Er redete sich raus, dass die Glühbirne einfach kaputt gegangen sei und er sie schon mal ausgebaut hat, befürchtete aber, dass er mit aufs Zimmer kommt und dann die Baustelle im Bad sieht. Dies war nicht der Fall und unser Shifu wollte uns nachher eine neue Birne besorgen. Zunächst sollten wir aber schlafen gehen („Go sleep, fast, ah?"). Glück gehabt. Ich aß zu Mittag meinen letzten Apfel, ein paar Muffins und machte mir eine weitere Tütensuppe. Ich ruhte mich die Restliche Zeit im Bett aus und dann war es wieder Trainingszeit. Meine Klamotten habe ich inzwischen aus der Maschine geholt und ausgehangen. Trocken waren Sie aber noch nicht. Als wir zum Training zur Halle gingen, hatten wir plötzlich 7 (!!!) Kinder in der Gruppe. Als wir dann noch in einer Reihe laufen sollten, fühlte ich mich wie im

Kindergarten zurückversetzt. Christopher und ich lachten uns dabei vor Wahnsinn fast kaputt. Das war ein unvergessliches Bild. Wo die alle herkamen weiß ich auch nicht. Ich hoffe nur die bleiben nicht zu lang. Ist nämlich extrem nervig mit so vielen Kindern. Zudem halten Sie nur das Training auf (obwohl Sie „Sondertraining“ bekommen). Wir machten beim Training erst mal Kicks mit den Kindern zusammen, die sich dabei selten dämlich anstellten und dann liefen wir unsere Formen. In der Pause brachte ich Christopher erneut den Kip-Up bei und nun klappt er schon deutlich besser. In der Pause schöpfte ich irgendwie neue Kraft und ging nur noch ab. Beim Laufen habe ich permanent Vollgas, beim Dehnen dehnte ich mich weit über die Schmerzgrenze hinaus und machte dabei spürbar Fortschritte. Beim anschließenden Formenlauf ging es ebenso weiter. Unser Shifu erwähnte, dass wir morgen unsere Form präsentieren werden und wir daher mit Power laufen sollen. In dem Moment war es kein Thema. Energie hatte ich noch genug. Ich machte mit Tobias reichlich Sit-Ups und dann ging es mit dem Stock weiter. Ich lernte eine neue Bewegung, in der man den Stock knapp vorbei am eigenen Kopf vorbeiwirbelt. Sieht echt cool aus, aber ich muss dabei noch schneller und knapper werden (also knapper vorbei am Kopf). Dann war das Training zu Ende und mein Wasserhaushalt aufgebraucht. Vor dem Essen duschte ich mich kurz ab und ging runter zum Nudeln essen (hätte ich heute nicht mit gerechnet, dass es Nudeln gibt). Ich aß mich satt, da ich ja zu Mittag nix wirkliches bekommen hab und relaxte die restlichen 10 Minuten auf dem Zimmer. Dann war‘s wieder Zeit zum Trainieren. Ich hatte kein Bock und wollte eigentlich nur noch schlafen. Aber hilft ja alles nix. Also wieder runter und dann hieß es wieder laufen. Ich legte erst müde und mit vollem Magen los, entscheid mich aber, um meine Kondition noch weiter zu verbessern einen längeren Sprint hinzulegen. Also lief ich eine halbe Runde so schnell ich konnte und trieb' meinen Puls somit in die Höhe. Mein Magen drehte sich dabei fast quer, doch ich lief permanent weiter. Zwar nicht mehr ganz so schnell, doch schneller als die meisten anderen. Als Tobias aufholte und meinte ich soll mein Tempo halten, zog ich noch einmal an und lief ihm kurz darauf auch schon davon. Das Tempo hielt ich die ganze restliche Zeit und legte gegen Ende sogar noch einen langen Sprint oben drauf. Erschöpft machte ich mich ans Dehnen. Es waren wieder viele Touristen da und beobachteten uns beim Training. Ich kam mir vor wie im Zirkus. Unser Shifu kümmerte sich primär um die Kleinen und wir hatten freies Training und übten unsre Form. Als wir dann vor dem versammelten Publikum der Touristen unsere Form aufführen sollten, legten wir zunächst gemeinsam los und zum Schluss hatte ich dann noch einen Soloauftritt, da ich der einzige von uns war, der die komplette Form beherrscht. Nach einem Applaus sollte ich dann mit dem stock weitertrainieren. Kurze Zeit später war das Training vorbei, ich duschte und ging müde ins Bett, nachdem ich meine Berichte geschrieben hatte.

Samstag, 03.07.2010

Ich wache auch und fühlte mich trotz einer kühlen und ruhigen Nacht kein bisschen erholt. Müde und kaputt zog ich eine Trainingssachen an und ging zusammen mit Christopher runter. Tobias setzte heute Morgen wieder aus, da er Bauchschmerzen hatte. Tristian sowieso mit seinen Rücken. Die ganzen kleinen Kinder waren auch wieder mit von der Partie. Beim Laufen kam es dann: wir sollten alle in einer Reihe hintereinander laufen. Der kleine, fette Junge konnte aber nach einer halben Runde nicht mehr und die restlichen Kleinen waren auch schon am japsen. Dann sollten wir noch auf sowas Rücksicht nehmen und stehenbleiben und warten. Erst machte ich widerwillig mit, doch nach dem 3. Mal lief ich einfach weiter. Was soll denn der kack. Schließlich habe ich dafür bezahlt hier trainiert zu werden und nicht auf die kleinen Kinder aufzupassen. Ich lief also meine schnellen Runden und dann ging's ans Geländer zum Dehnen. Dann liefen wir noch ein paar Mal unsere Form und das war's dann. Müde und ausgelaugt ging ich zum Frühstück. Tobias war nicht am Tisch. Dann folgte das Vormittagstraining und ich hatte sowas von keinen Bock. Ich wollte einfach nur schlafen. Da alles zieren und maulen aber nicht hilft, machte ich mich fertig und ging herunter. Halb am Schlafen wartete ich auf der Treppe, dass es los ging. Diesmal waren nur Christopher und ich in der Gruppe. Die kleinen Kinder hatten wohl Schulunterricht (wenn es das hier überhaupt gibt) und die anderen beiden setzten immer noch aus. Ich fühlte mich wie ein leer getrunkenes Glas und lief auch demensprechend, aber regte mich über die ganzen neuen faulen Leute wie die Amerikanerin auf, die keinen Finger beim Training krumm machen und nur aussetzten, rumsitzen und höchstens mal eine Runde GEHEN während sich die anderen die Lunge aus dem Leib laufen. Auch der Australier pimmelt nur noch rum. Angeblich ist er verletzt, aber seine Tricks kann er komischerweise noch. Vielleicht tu ich ihn auch unrecht, aber für mich sieht es eher nach Faulheit aus. So kam es, dass mich diese Leute passiv zum schneller laufen anregten und ich überholte wie (fast) immer wieder den Großteil der Gruppe, da Sie einfach zu langsam liefen. Beim Dehnen gab ich ebenfalls mehr als sonst und nach dem Dehnen ging es mit Akrobatik weiter. Leider war ich so verdammt ausgelaugt und meine Sprunggelenke taten mir wieder von den ganzen rumgehopse weh, dass ich kaum eine der Übungen vernünftig nachmachen konnte. In der Pause legte ich mich einfach nur auf dem Teppich und hielt mich ein wenig warm, damit es mir nach der Pause nicht ganz so schwer fallen würde wieder aufzustehen. Nach der Pause folgte wieder warmmachen und ein intensiveres Dehnen und dann unsere Form. Um Kraft für die Vorführung heute Nachmittag zu sammeln, sollten wir sie langsam und ohne Kraft laufen und hatten zudem noch viele Pausen. Bei der Performance heute Nachmittag, werden alle (erfahreneren) Kung Fu-Schüler zeigen, was Sie in den letzten Wochen gelernt haben. Zum Mittagessen gab es heute mal neben den Reis so seltsame Sesambällchen mit irgendeiner Pastete und dazu gezuckerte Honigmelone. Ich kaufte mir im Anschluss ein Eis und auf dem Zimmer, brachte Christopher eine neue, dänische Ausländerin mit, die uns dänische Lakritz-Bonbons gab und mir der wir ein wenig plauderten. Danach gingen Christopher und ich hier ins Dorf und kaufen so gestampfte Erdnüsse, die wieder mit Zucker zusammengepresst wurden. Sehr lecker, aber wir wurden glaub ich völlig über das Ohr gehauen, da ich für 1 KG von den Zeug 50 Yuan bezahlte. Das sind Preise wie in Deutschland. Dann war erst mal wieder Schlafenszeit. Wie immer wache ich kurz vor dem Klingeln auf und habe noch etwas Zeit meinen Kreislauf wieder in Schwung zu bringen, indem ich mit aufrecht hinsetzte, etwas trinke und mir ggf. Muffins reinschiebe. Christopher war tief und fest am Schlafen und wachte selbst von der Klingel nicht auf, so dass ich ihn „sanft" weckte, indem ich an seine Matratze rüttelte. Nun war es Zeit für die Performance. In der Halle angekommen machten wir uns wie gewohnt warm und hatten dann ne Art freies Training. Dann liefen wir unsere Form einmal vor unserer Gruppe probe und dann war es irgendwann soweit und alle stellten sich auf. Dann durften sich die meisten wieder hinsetzen und gespannt dem Schauspiel der ersten Gruppe

folgen. Es war wie normales Training, nur dass alles Still war und es mehr Zuschauer als sonst hab. Ich schaute also mit den anderen gespannt bei der Vorführung zu (Grundtechniken, Stellungen, Kicks, Formen und Akrobatik) und machte dazu ein langes Video, soweit es meine Kamera zu ließ. Denn schnell war meine Speicherkarte voll, da die Vorführung über eine Stunde ging. Es wechselte einmal die Gruppe, die dann fast das gleiche noch einmal machte und dann waren wir an der Reihe. Also Tobias, Christopher und ich. Da wir das ganze nie zuvor durchgegangen sind, wussten wir alle nicht so recht, was wir nun machen sollten und was nicht. Ein Shifu machte die ganze Zeit eine Videoaufnahme vom Spektakel. Wir begannen mit leichtem Stretching gefolgt von Kicks und kamen dann zu unserer Form. Die ganze Zeit unter Beobachtung der Masse, gab man sich natürlich besonders Mühe. Der Tai-Chi-Shifu begann zwischendurch immer wieder mit dem anfeuern, was einem die Nervosität raubte. Besonders Christopher merkte man die Nervosität förmlich an, da er ja noch nicht so lange dabei ist. Danach war auch schon Ende und wir gingen wieder rauf. Ich erfuhr heute zudem, dass Tristian in 4 Tagen nach Hause fährt (meinte unser Shifu zumindest). Beim Abendessen erfuhr ich aber, dass er sich eine andere Schule ausgesucht hat. Bleibt abzuwarten. Ein Franzose ist heute irgendwann abgehauen. Bin froh drum, da er etwas beschränkt und sich dazu noch vor jedem Training drückte. Er meinte selbst, dass er kein Bock hat und setzte deswegen immer aus. Besser das er weg ist. Ich konnte ich zudem nicht leiden. Dann sah ich wieder eine neue Person: eine Frau. Mehr weiß ich aber nicht. Beim Abendtraining drehte ich meine Runde mit äußert vollem Magen und hatte damit zu kämpfen, nicht von dem kleinen, dicken Jungen überholt zu werden. Christopher fand das wohl ziemlich lustig, denn er lachte sich die ganze Zeit drüber kaputt wie ich damit zu kämpfen hatte nicht langsamer zu werden 😀 Beim Stretchen an den Tischtennisplatten waren wieder reichlich Touristen anzutreffen, die Fotos machen wollten. Zunächst nur mit dem ganzen Kindergarten aus unserer Gruppe, dann auch später mit uns. Verrückte Welt. Da ich vollgefressen war wie sonst was, lies ich es langsam gehen und machte mit Tobias und Christopher eigentlich die ganze Zeit nur Sit-Ups und Liegestützen auf der dreckigen Straße, während die kleinen Kinder ihre Form und so übten. Der Inderjunge mischt sich überall ein und kein keinen Respekt, läuft einem ständig vor die Füße und steht nur im Weg rum und kann zudem nix, meint aber Ratschläge geben zu müssen. Beim nächsten Mal kick ich ihn um, wenn er mir noch mal auf die Nerven geht. Die anderen Kinder stören mich nicht, da Sie immerhin die Fresse halten. Nach dem Abendtraining sah ich in der Halle wieder jemand neues stehen: Ein älterer Mann um die 50-60, westlicher Herkunft, stabil gebaut und dem Look von einem Knastbruder (auch dem grimmig, bösen Blick besaß er). Ohne zu zögern ging ich schnell weiter auf mein Zimmer und duschte direkt, während sich Christopher von Tobias über Taekwondo belehren lies. Ich schrieb meine Berichte und war damit wieder bereit zum Entspannen und Schlafen. Gegen kurz nach 10 kam unser Shifu noch mal aufs Zimmer, um zu schauen ob wir auch schlafen (Klopft laut an die Tür und fragt „Sleep?“). Dann kam er herein und wir saßen mit unseren Laptops in unseren Betten. Christopher schaute sich ein Film an und ich guckte mir die Bilder, die ich heute geschossen hatte an. Unser Shifu war ganz begeistert von den Fotos auf meinem Netbook und wir schauten uns gemeinsam ein paar Bilder an. Dann schaute ich mir noch 'ne Serie an und ging endlich schlafen.

Sonntag, 04.07.2010

Ich wache mit der „Glocke“ richtig auf (vorher döste ich nur noch) und machte mich bereit zum Training. Wir liefen unsere Runden und der Inderjunge ging mir wieder auf die Nerven. Es störte mich sein Getrampel neben mir zu hören, so dass es mich anspornte schneller zu laufen als ich eigentlich wollte, um ihn zu entkommen. Bei den Grundstellungen merkte ich wieder wie im Sack ich doch war. Keine Kraft mehr in den Beinen und mein rechtes Sprunggelenk tat wieder unnormal weh. Ich ließ es langsam gehen und sagte zu meinen Shifu nach dem Training, dass ich die nächste Einheit gerne aussetzen würde, um mich mal ein wenig regenerieren zu können. Er gab sein OK und ich war wieder des Lebens froh. Beim Frühstück brauchte ich mich mal endlich nicht zurückhalten mit den Essen und stopfte mich bis zum Rand mit dem Fladenbrot und der Suppe voll. Ich habe gestern zudem erfahren, dass vier Leute, die am gleichen Tisch saßen, eine Lebensmittelvergiftung bekommen haben, da wohl ein Teller mit Gemüse nicht mehr ganz so gut war. Nur der einzige, der nicht vom Gemüse gegessen hatte, blieb davon verschont. Beim Morgentraining wurde zudem wieder aus Christophs Flasche getrunken. Eine chinesische Touristen-Familie gab das Wasser, was auf der Tischtennisplatte stand einfach Ihrem Baby. Diese Touristen sind echt unglaublich dreist. Gut, dass ich meine Flasche mit von den Tischtennisplatten genommen hab. Habe es mir nämlich fast gedacht. Nach dem Frühstück setzte ich wie geplant aus und Christopher auch, da er nun Durchfall bekam. Tobias setzte ebenfalls aus, da heute Sonntag war. Aber beim Nachmittagstraining wollten wir alle wieder dabei sein. Da die Tai-Chi-Gruppe heute Kung Fu hat, hatte unser Shifu aber doch noch welche zum Trainieren. Die Kinder hatten ja Unterricht oder so und Tristian ging mit Yan Lin zum Auto (warum auch immer). Auf dem Zimmer schmiss ich mich erst mal aufs Bett und konnte nicht schlafen. Also schaute ich ein paar Folgen meiner Serie und versuchte es dann erneut. Ich schlief wie ein Stein und fühlte mich anschließend auch so (also so steif und immobil). Dann ging ich runter zum Essen. Es gab zunächst Wassermelone und da die Menge deutlich größer ausfiel als sonst, dachte ich zunächst, dass es heute kein Reis geben würde. Dann wurde er aber doch noch reingeschoben und der Sanda-Shifu gab mir eine ordentliche Kelle Reis in die Schüssel. Anschließend kaufte ich mir noch ein Eis und machte mir danach auf dem Zimmer noch eine Suppe. Beim Suppe essen, störte der kleine Inderjunge, der an der Tür klopfte und mich fragte ob ich Taekwondo mache. Ich beantwortete seine Frage mit „ja“ und dann meinte er „Photo“. Hä? Jedenfalls war gemeint, dass von allen neuen Schülern ein Portrait-Foto gemacht wird und ich gab Christopher und Tobias Bescheid. Dann hatte ich wieder etwas Ruhe. Beim Nachmittagstraining gingen mussten wir zunächst wieder vor der Halle auf den Schlüssel warten. Dann gab es das Grundprogramm. Danach fingen wir mit Sprungkicks an und es kam das Ein- und Auslaufen bei den Tritten dazu (Das klatscht dann immer so schön). Danach brachte ich Tobias auf Befehl vom Shifu den Kip-Up bei. Nach einigen Anläufen schaffte er es sogar und war überglücklich. Danach war Christopher an der Reihe. Doch leider unterbrach die Schulglocke das Training, so dass wir es nicht mehr schafften. Wir gingen dann anschließend wieder hoch zum Chinesisch-Unterricht. Heute hatten wir neuerdings eine neue Lehrerin, die sogar Englisch sprach (ich weiß nur nicht genau wie viel) und ein System beim Unterricht hatte. Sie fing mit den Vokalen und der Aussprache an und kam dann zu auf einander aufbauenden Wörtern (Früchte -> Obst/Gemüse -> Banane ...). Ich hatte Sie zuvor schon einige Male in der Schule gesehen. Trotzdem schrieb ich weiter meine Postkarten und hörte anschließend Musik. Als die Glocke läutete hörte sie gar nicht auf mit dem Unterricht und wir mussten schließlich selbstständig das Klassenzimmer verlassen. Ich hoffe die alte Lehrerin kommt nie wieder zurück. Nach dem Unterricht war es Essenszeit. Schon wieder sah ich 2 neue am Tisch sitzen. So langsam wird der Speisesaal voll. Mit den ganzen neuen habe ich aber so gut wie gar keinen Kontakt. Pro Woche kommen nun gut 5-6 neue Ausländer in die Schule und ca. 2-3 Chinesenkinder, die komischerweise alle in unsere Gruppe kommen. Das nervt tierisch, da sie einfach

nur das Training aufhalten. Inzwischen haben wir 8 Kinder und 3 Erwachsene (inkl. mir) in der Gruppe. Tristian geht nämlich morgen nach Hause. Nach dem Essen schnitt ich meine Adressensticker aus, die ich mir extra Daheim ausgedruckt habe und klebte Sie auf die Postkarten. Dann war es wieder Zeit zum Training. Kurz vorher ging das Gerücht um, dass das Abendtraining heute ausfallen sollte, da die Videoaufzeichnung von der Vorführung von gestern gezeigt werden sollte. Dann hieß es tatsächlich kein Training und ich freute mich auf ein bisschen mehr Ruhe. Dann wollte ich runter gehen zum Meeting und Tobias kam mir entgegen und meinte es ist doch Training. Enttäuscht zog ich meine Trainingsklamotten an und ging runter. Dann erfuhr ich, dass jetzt doch kein Training war. Nochmal Glück gehabt. Wir gingen also alle in den Speisesaal und setzten uns hin. Dann wurde ein Fernseher ran geschleppt und auf den Tresen aufgestellt und schließlich die Videokamera dran angeschlossen. Geschlagene 1 ½ Stunden mussten wir uns dann den ganzen Film ansehen. Der Inderjunge war leider wieder in meiner Nähe und begann zu nerven. Immer wieder forderte ich ihn auf Still zu sein und irgendwann schien er dann auch zu gehorchen. Ich hasse die verdammte Nervensäge. Er ist zu den anderen Kindern aggressiv und zu den Erwachsenen respektlos und nervig und steht ständig im Weg rum. Sein Vater, der alte 70-jährige Mann (fragt mich nicht wie das geht) scheint ihn völlig verzogen zu haben. Auch sein kleiner Bruder der kleine Inderjunge der aussieht wie ein Schwarzer ist frech und haut gerne andere Kinder. Ich glaub mir rutscht irgendwann mal zufällig mein Stock aus. Jedenfalls saß auch der kleine Dicke mit am selben Tisch wie wir. Christopher und ich konnten uns das Lachen nicht verkneifen, als er begann an seiner Flasche rum zu knabbern bzw. sie zu essen. Auch geil war, dass unser Shifu Ihn versuchte vor dem Nachmittagstraining hochzuheben. Mit einem fiesen Lächeln im Gesicht tat er so als würde er Ihn nicht heben können und deutete dabei auf Tobias, der es auch mal versuchen sollte, was er auch tat. Echt geil. Der Dicke grinste dabei lustig und gut. Mehr Emotionen vermochte sein Gesicht nicht zu zeigen. Dann war das Video endlich beendet und wir gingen aufs Zimmer. Ich duschte und schrieb meine Berichte weiter und war hungrig (wie jeden Abend) und müde.

Montag, 05.07.2010

Die Klingel riss mich wieder aus dem Schlaf. Gott war ich müde. Wieder spürte ich kein bisschen Erholung in meinen Knochen. Beim Morgentraining waren die 8 Kinder wieder mit am Start. Wir liefen (die Ausländer) liefen den Berg hinauf und die Kinder durften mit unseren Shifu vor der Schule „trainieren“. Unser Shifu schickte uns zum Shaolin-Shifu, den wir bis zum Fuße des Berges folgen sollten, bevor wir anfingen zu laufen. Ich stellte meine Flasche Wasser auf einen Steinhaufen ab und lief was das Zeug hielt. Dabei überholte ich den Großteil der Mannschaft und kam keuchend am Gipfel an, verschnaufte kurz und joggte wieder hinunter. Unten wartete der Shaolin-Shifu, Sanda-Shifu und Tai-Chi-Shifu auf uns. Als einer der ersten unten, wartete ich kurz auf den Rest unserer Truppe (Tobias und Christopher sowie die Schüler vom Shaolin-Shifu) und gingen wieder zum Platz vor der Schule. Dort hieß es erst einmal dehnen an der Tischtennisplatte. Dann Stellungen, etwas Powertraining auf dem dreckigen Boden und dann Shao-Form (Faustform). Zur Abwechslung trank mal keiner aus Christophs Flasche. Er hatte Sie auch zur Sicherheit mit sich genommen. Heute sind aber eh kaum noch Touristen in der Stadt. Beim Frühstück wurde es immer voller im Speisesaal. Würde sagen, bald ist die Schule voll. Vor dem Vormittagstraining machten wir noch ein Gruppenfoto für Tristian, der uns heute verlies. Wir schüttelten noch einmal die Hände und dann fuhr er wenig später mit einem Taxi wohl Richtung Flughafen. Anschließend hatten wir eine Stunde Training vor der Schule, da heute ja im Anschluss Buddhismus war. Also spielten einige Basketball bzw. Streetball (Basketball auf einen Korb), andere machten lieber Freies Training (wie ich) und wieder andere machten gar nix (die dicke Amerikanerin z.B.). Ich dehnte mich zunächst kalt an der Tischtennisplatte und zog dann mit Niko in einem gemäßigten Tempo ein paar Runden um die Häuser. Niko wollte nicht ins Schwitzen kommen, da er nur noch das eine Shirt hat, dass er nachher noch beim Buddhismus anlassen wollte/musste. Das kam mir ganz recht, denn ich wollte auch nicht nach jedem Training duschen und meine Klamotten wechseln müssen. Dann philosophierten wir noch über Kung Fu und Kampfkunst und dehnte mich im Anschluss erneut, nur diesmal intensiver. Dann war Ende und ich war froh nicht mit Basketball gespielt zu haben. Alle die mitgespielt hatten waren aufs übelste dreckig und schweißgetränkt. Problem wäre nämlich gewesen, dass in den 20 Minuten Pause vor der Buddha Class (also vor dem Buddhismus-Unterricht) wieder das Wasser abgestellt war. Waschen wäre also Fehlanzeige gewesen. In dem Moment bereute Christopher auch mitgespielt zu haben 😀

Beim Buddhismus stellten wir uns zunächst wieder in der Reihe der Ankunft auf dem Flur auf. Ich musste die unsympathische Amerikanerin (wirklich typisch amerikanisch) von meiner Position verdrängen. Sie ist kaum 2 Tage hier und mault schon ständig rum, wenn es zum Training geht. Der Unterricht ging heute schneller von statten, da es auch sehr voll war. D.h. konkret, dass man sich nur 1x statt 3x vor Buddha verbeugte. Ich hatte Glück und stand die ganze Zeit direkt vor der Klimaanlage. So war es recht angenehm. Heute bekam ich auch zum ersten Mal ein Räucherstäbchen in die Hand gedrückt. D.h. jetzt quasi, dass ich schon zu den Erfahreneren gehöre. Christopher ging einfach nicht hin. Tobias ebenso nicht, obwohl er von sich behauptet zum Teil buddhistisch veranlagt zu sein. Naja egal. Nach dem Unterricht gab es von Yuen noch eine Moralpredigt, dass unsere Zimmer ja meist aussehen wie sau und wir sie doch bitte sauber halten sollen. Auf dem Zimmer angekommen, nutzte ich die freie Zeit und besorgte endlich mal einen Staubsauger vom Hausmeister (Vater unseres Shifus). Christopher und ich saugten unser ganzes Zimmer blitzblank und auch das Bad wurde nicht verschont. Während wir saugten, kamen die ganzen anderen Ausländer in unser Zimmer und fragten ob Sie danach auch den Sauger haben können. Hatten wohl mehrere die Idee mal staubzusaugen. Aber ich war der erste der sich ernsthaft drum gekümmert hat. Das Zimmer wurde

wirklich richtig sauber und ich würde jetzt auch wieder Sachen essen, die auf dem Boden gefallen sind. Vorher hätte ich tote Insekten, Insektenspray, Staub, abgeknipste Zehennägel, Schuhsohlendreck, usw. mitgegessen. Vor allem die toten Insekten waren ekelig. Heute erlegte ich auch wieder einen riesigen Tausendfüßler (ca. 5cm lang), fand aber seine Leiche nirgends auf den Boden. Beim Rausbringen des Mülls lief ich an den Fensterscheiben der Klassenzimmer vorbei und sah meinen Shifu vorne als Lehrer an der Tafel stehen, während er den ganzen kleinen Kindern irgendwas (vermutlich Chinesisch) beibrachte. Er grinste mich durch die Scheibe an und ich winkte ihn zu. In der Eingangshalle lief ich zudem Yuen über den Weg und nutzte die Gunst der Stunde und fragte ihn, ob er wisse wo und wie ich am besten ein Paket nach Deutschland schicken könnte. Er wies mich zu Roland, einen neuen Schweizer, der heute unbedingt zur Post müsste, um eine Hochzeitseinladung zu verschicken. Er bot mir am mit zu fahren, was ich natürlich direkt annahm. Ich sollte nach dem Mittagessen in der Eingangshalle sein. Auf dem Zimmer packte ich also schnell vor dem Mittagessen meine Sachen in eine Tüte und suchte meine Postkarten zusammen. Dann war Mittagessen. Das Essen war heute recht gut. Nur der Reis war scheiße, denn er wurde nicht lang genug gekocht. Ich kaufte mir einen Snickers und holte mir anschließend aus dem Zimmer meine Teetasse, um heißes Wasser für eine Suppe zu besorgen. Das heiße Wasser aus dem Boiler war nur leider nicht heiß und auch nicht warm. Es war warm so, als hätte es lediglich eine Weile in der Sonne gestanden. Trotzdem machte ich mir eine Tütensuppe fertig und war erschrocken, dass Tomatensuppe gelb statt rot war. Das Wasser war zu kalt und das Pulver aus der Tüte sank ständig zu Boden und löste sich nicht richtig auf. Trotzdem aß ich die Suppe auf und ging mit meiner Tüte in die Eingangshalle. Yuen sah die große Tüte und fragte ob ich das alles verschicken wolle. Ich bejahte und er meinte ich solle Ihn lieber mal nachgucken lassen. Also inspizierte er alle meine Sachen und war sich bei den Schüsseln nicht sicher, ob Sie nicht kaputt gehen würden. Ich fragte Ihn auch, was ich denn da für eine Flasche von Patrik (alter Zimmernachbar) hatte, die er vor einiger Zeit daließ. Es war nicht wie angenommen chinesisches Bier, sondern ein chinesisches Wunderzeug, welches man u.a. zum Wäsche waschen (entfernt sogar Harzflecken), zum Behandeln von Verletzungen oder es als Massageöl verwenden kann. Interessant. Ich holte Roland aus seinem Zimmer, der gerade am Staubsaugen war und wir fuhren mit dem Shaolin-Shifu im Taxi Richtung Post Office. Nach gut 20 Minuten kamen wir in einer Stadt ohne Namen an, gingen ins Post Office und erfuhren, dass der Schalter geschlossen hatte. Super. Yuen hatte vorher extra angerufen und sich erkundigt. Also warteten wir 'ne halbe Stunde und fuhren dann anschließend weiter zu einem andern Post Office. Dort gab es auch nix und wir gingen weiter zum nahgelegenen Kurierservice EMS. Ein Chinese schloss uns die Tür auf und bald kam eine Chinesin herein, die mit gebrochenem Englisch versuchte zu erfahren was wir wollten. Mit viel Hilfe vom Übersetzungsprogramm vom Shaolin-Shifus Handy, meinem Wörterbuch sowie Händen und Füßen habe ich es irgendwie geschafft zu vermitteln, dass ich ein Paket und meine Postkarten los werden wollte, die Postkarten aber nicht mit ins Paket sollten. Das müssen die Chinesen erst mal begreifen. Nach und nach kamen immer mehr Chinesen dazu. 2 von Ihnen fingen einfach an sich zu Prügeln. Seltsames Volk. Ständig musste man auf irgendeinen unnötigen Mist warten und nach einer halben Stunde durften wir dann Platz nehmen und noch mal eine halbe Stunde warten. Dann fragten Sie noch mal nach was wir wollten und wieder erklärten wir Ihnen, dass ich ein Paket sowie Postkarten los werden wollte und die anderen beiden Schweizer einen Eilbrief losschicken wollten. Hinterher waren 10 Chinesen anwesend, die sich alle um uns kümmerten. Dann sollten wir ein Formular ausfüllen in den wir die Empfängeradresse und 30 Minuten später die Absenderadresse eintragen sollten. Ständig verschrieb sich irgendwer und so dauerte Akt ewig lang. Ständig wurde gekichert und getuschelt und teilweise brachen laute Diskussionen zwischen den Postleuten aus. Unser Shifu war schon genervt und wollte wohl einfach

zur Schule zurück, da das Training auch bald anfing. Die wollten tatsächlich 20 EURO für eine Postkarte von mir. Ich lehne leicht erbost ab und meinte, dass ich damit zu China Post gehen würde. Dann kam mein Paket dran. Alles war bereits ausgefüllt und nun durfte ich noch jedes einzelne Teil mit Menge und geschätztem Wert in eine Liste eintragen. Dann wurde alles in eine Pappkiste gepackt und gewogen. Nach 10 Minuten sagte man mir den Preis für das 4,3 schwere Paket: 962 Yuan. Umgerechnet gut 100 Euro. Dafür sollte es schnell da sein (innerhalb von 2-3 Tagen). Doch das war mir zu viel und ich fragte nach einer billigeren Variante. Nach endlosem Getuschel und Überwindung der (heftigen) Sprachbarriere machte man mir ein Angebot für „nur“ 560 Yuan. Lieferzeit würde 5-7 Tage betragen. Der Preis war zwar immer noch sehr hoch, doch ich willigte ein. Wieder vergingen die Minuten und dann meinte man zu mir, dass es nicht gehen würde und ich das schnellere, aber auch teurere Verfahren nehmen müsste. Ich fragte warum und bekam keine klare Antwort, sondern nur Getuschel und grinsen zu Gesicht. Dann meinte man doch tatsächlich zu mir, dass es halt so ist, weil das China ist. Böse fragte ich ob Sie mich veraschen und abzocken wollten und bestand dabei auf das Verfahren für 560 Yuan. Man versuchte sich rauszureden das es nicht ginge, weil das Gesetz es nicht zu ließe. Bla bla. Ich lehnte ab, nahm meine Sachen aus der Kiste und wir gingen raus. Alle entschuldigten sich noch und eine rannte uns sogar hinterher und besprach etwas mit dem Shifu, aber dann nahmen wir ein Taxi und fuhren zur Schule zurück. Man setzte uns direkt vor der Trainingshalle ab. Ich mit meiner Freizeitkleidung und Schlappen und dazu mit meiner großen Tüte ging hinein und mein Shifu rief mir zu, ich solle aufs Zimmer gehen und dann wiederkommen (sollte mich wohl umziehen und so) ... „Fast“ natürlich. Ich ging also gemächlich zurück, zog mich in Ruhe um, aß eine Kleinigkeit und ging wieder zur Halle. Dort meinte Tobias nur zu mir, dass es tierisch heiß ist. Aber das wusste ich schon so. Ich stretchte mich und wunderte mich über die vielen kleinen Kinder. Die hatten sich wohl inzwischen verdoppelt, denn ich zählte 15 (!!!). Unglaublich. Was ein Kindergarten. Und alle in unserer Gruppe. Tobias erzählte mir, dass er bereits mit Yan Lin drüber gesprochen hatte und er meinte, wir könnten die Gruppe wechseln wen wir wollten. Aber wir beide wollten das nicht, da unser Shifu cool ist. Dann erzählte mir Christopher mit einem blöden Grinsen, dass er 40 Minuten auf dem Pott saß und deswegen viel zu spät zum Training kam. Er meinte, dass er zum Klingeln auf die Toilette ging während ich noch im Post Office war und es dann gar nicht mehr aufhörte. Erst schickte unser Shifu Tobias, um ihn zu holen und er öffnete Ihn mit runtergelassener Hose die Tür aus dem Bad heraus. 5 Minuten später kam dann unser Shifu persönlich vorbei und kloppte. Wieder öffnete er die Tür in gleicher Weise und unser Shifu meinte nur „Finish fast“ und war dabei wohl etwas sauer 😀

Jedenfalls kam er 20 Minuten später runter vom Pott und ging alleine zur Halle. Später meinte er noch zu mir, dass es brannte wie sau und unser Shifu wohl seinen Arsch im Spiegel gesehen haben könnte. Ich lag am Boden vor Lachen. Mein Shifu wusste übrigens Bescheid, wo ich steckte und bekam deswegen auch keinen Ärger. Jedenfalls war dann direkt Pause und Tobias hatte in der Stunde zuvor den Head Flip gelernt (halbwegs). Nicht schlecht. Voller Energie wie ich noch war und willig etwas zu tun, probierte ich erfolgreich den Wushu-Kip Up ohne Hände (mit geraden Beinen) und landete Ihn erfolgreich. Dann probierte ich den Head Flip aus und er klappte ebenfalls noch. Dann versuchte ich mich an was Neuem: Mich aus einer Rückwärtsrolle in den Handstand zu drücken. Es klappte direkt beim 2. Versuch und ich war überglücklich und zeigte es ganz stolz meinen Shifu, der sich ebenfalls freute. Dann sollte ich die Windmühle (auch eine Aufsteh-Variante, bei der man mit den Beinen wie eine Windmühle rumwirbelt) versuchen. Nach einigen Versuchen schaffte ich es endlich und konnte mein Glück kaum fassen. So schnell habe ich echt selten Fortschritte gemacht. Dann nach der Pause liefen wir uns wieder warm, dehnte uns und kamen zum Powertraining.

Liegestützen, Bankdrücken, Kniebeugen mit Langhantel und Shifu auf den Schultern, Sit-Ups, etc. Das hat mich so viel Kraft gekostet, dass ich nachher gar nicht mehr in der lange war meine Form zu laufen. Ich war zwar nicht erschöpft wie sonst, sondern einfach nur kraftlos im ganzen Körper. Ein Zeichen dafür, dass mein Körper gefordert wurde. Ich sah noch ein wenig beim Sanda zu, die heute das erste Mal Sparring machten. Der Tai-Chi-Shifu wollte dann auch mitmischen und kämpfte gegen Uli, der Hoffnungslos unterlag. Der Tai-Chi-Shifu ist wirklich verdammt schnell. Er wich jedem Tritt aus und kam in einen Moment der Unachtsamkeit so schnell auf Uli zu, packte Ihn und warf Ihn mit einem Sanda-Wurf zu Boden wie ein Sack Kartoffeln. Danach wollte sich keiner mehr mit ihm anlegen. Das Ganze lief natürlich locker ab. Der Kindergarten hatte während der ganzen Zeit Training bei unseren Shifu, während unser Shifu ab und zu guckte und uns neue Herausforderungen hab. Wenn das so bleibt, ist der Kindergarten halb so wild. Aber die neuen Kinder sind noch frecher als die davor. Einer hat Christophers Flasche mit Absicht weggetreten und mich mit einem Korken beworfen. Das Training war dann zu Ende und wir gingen wieder hoch, ich nahm eine Dusche und lachte mich einfach nur über die Toilettengeschichte von Christopher schlapp (ich lag mehrmals wieder auf dem Boden vor Lachen. Gut, dass er jetzt zumindest sauber war). Dann ging es zum Essen. Es gab Teigtaschen mit Bohnenfüllung. Ich kaufte mir einen Snickers und einen Eistee dazu und dann später noch einen neuen Wasserboiler. Unser war nämlich wieder leer. Geht echt verdammt schnell. Dann erfuhren wir beim Meeting vor dem Training, dass das Abendtraining heute Abend wieder ausfiel. Mit breitem Grinsen verließen wir den Platz und gingen wieder auf unsere Zimmer. Zu geil. Ach ja: Es gibt wieder einen neuen hier: Niels aus Holland. Er macht daheim Kickboxen und will für 3 Monate bleiben. Auf dem Zimmer verfasste ich endlich meinen kompletten Tagesbericht an einem Stück und war froh fertig zu sein. Denn heute ist viel passiert, weswegen der Bericht mal wieder etwas länger wurde. Morgen geht’s wieder zu Mäcces, ins Internetcafé und noch mal zur Post. Dann aber zur richtigen Post und nicht zum überteuerten Kurier. Auch der Supermarkt darf natürlich nicht fehlen. Vielleicht kauf ich mir endlich einen USB-Stick.

6. Juli 2010 – Mein erster Monat

Seit heute bin ich genau einen Monat hier. Es kommen von Tag zu Tag mehr Leute hier hin. Auch viele chinesische Kinder sind nun dabei und nerven rum. Aber wir haben eine Lösung gefunden, indem wir nun öfter freies Training haben und die Kinder separat trainiert werden. Ansonsten gibt es nicht viel neues. Ein Expresspaket nach Deutschland kostet hier 90 Euro (bei EMS). Die ersten Postkarten sind nun unterwegs. Ich werde nun die Augen weiter aufhalten und so bald wie möglich die nächsten losschicken. Falls ich keine finden sollte, schicke ich einfach Briefe anstelle von Postkarten.

Bis später!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/mein-erster-monat/

让

Dienstag, 06.07.2010

Ich schlief bis zum Frühstück aus und direkt runter in die Dining Hall. Der Speisesaal war heute eher leer, da viele nicht zum Frühstück gingen und lieber noch länger schliefen (wie Christopher). Dann machte ich mich bereit für die Stadt, indem ich mir passende Kleidung anzog und meine Sachen (Gürteltasche, Rucksack, Netbook, Kamera) zusammensuchte. Unten war dann halt das Meeting. Aber es hatte sich noch keiner für die Stadt ausgetragen, da der Zettel noch nicht da lag. Also erst Meeting. Christopher war noch auf der Toilette und wollte etwas später kommen, weshalb mich mein Shifu noch schickte ihn zu holen. Auf dem Weg zum Zimmer, sah ich den Zettel dort liegen und entschied mich einfach mal als erster auszutragen, bevor gleich das Gedränge beginnt. Direkt danach stand auf einmal Christopher neben mir und trug sich ebenfalls aus. Beim Meeting bezahlten wir unsere 20 Yuan fürs Taxi und stiegen so bald wie möglich ins erste Taxi ein, da nun ja sehr viele neue Ausländer an der Schule sind und die Taxen begrenzt sind. Also rasch ins erste eingestiegen und kurz darauf losgefahren. In Jiaozou angekommen führte mich mein Weg erst mal direkt zur Post. Tobias und Christopher gingen in der Zwischenzeit zur Bank, um Geld abzuheben. Die Dame hinter den Tresen war diesmal nicht so inkompetent wie die von gestern und so ging alles recht zügig. Ich bezahlte pro Postkarte 3 Yuan (30 Cent) und war froh es endlich geschafft zu haben. Dann nahmen wir uns ein Taxi und fuhren zum Mc Donalds. Dort aßen wir uns voll und hatten zudem noch das Glück eine englischsprechende, männliche Bedienung gehabt zu haben, die sogar verstand, dass wir kein Eis in die Cola wollten. So muss das Laufen! Wie immer traf man dort viele der anderen Ausländer. Im Anschluss gingen wir ins große Kaufhaus nebenan und ich schaute mir ein paar Koffer an, da ich mir einen kaufen wollte. Ob ich jetzt ein Paket für 90 Euro verschicke oder mir einen Koffer für ein paar Euro weniger kaufe und dafür das bisschen Übergepäck im Kauf nehme, machte für mich preislich keinen Unterschied. Zudem hätte ich dann endlich auch einen eigenen Koffer. Ich schaute mich um und fand tatsächlich die Kofferabteilung im 2. Stockwerk. Die Chinesinnen dort schwirrten wieder nur so um mich herum und wollten mir alle Koffer zeigen und vorführen. Ich erkundigte mich kurz nach den Preisen, um notfalls noch etwas Geld abholen zu können und traf eine erste Vorauswahl. Dann gingen wir rasch weiter in Richtung Internetcafé. Wir gingen vorbei an dem Laden aus dem uns immer Chinesinnen ankicherten und fragten uns wieder, was das bloß für ein Laden sei. Ein paar Meter vor dem Café, kaufte ich mir noch einen USB-Stick (8 GB) für 135 Yuan, den ich für das Übertragen der Fotos und Videos vom Schul-PC auf mein Netbook benutzen wollte. Christopher kaufte sich eine USB-Maus, da er seine zu Hause vergessen hatte (Er benutzte solange meine, da mein USB-Anschluss am Netbook immer nach nicht richtig funktionierte). Im Internetcafé angekommen, legten wir unsere Chipkarten vor und loggten uns ein. Ich telefonierte, lud ein paar Programme herunter und packte sie auf dem USB-Stick, damit ich sie künftig nicht mehr ständig herunterladen muss, wenn ich im Internetcafé bin (Skype, Firefox z.B.). Dann gingen wir um 2 Uhr wieder hinaus und wieder am seltsamen Laden vorbei. Tobias fragte einen Mann, der davorstand, was dort verkauft würde und er meinte nur „Girls“ und grinste dabei blöd. Soso. Wir gingen zurück zum Mc Donalds und aßen wieder etwas. Inzwischen war es hier voller als heute Morgen. Danach gingen wir zusammen meinen Koffer kaufen. Ich suchte mir einen Koffer mit Rollen, Tragegriffen, Zahlenschloss und Reisverschluss aus und bezahlte dafür knapp 700 Yuan. Als recht teuer. Die Abwicklung ging aber recht zügig. Ich bin ja jetzt schon anderes gewohnt, seit ich gestern im Post Office war. Dann gingen wieder erneut in den Mc Donalds und stopften den Magen endgültig bis oben hin voll. Ich ging stattdessen zu Holiland und kaufte mir Croissants. Dabei ließ ich eins auf dem Boden fallen, als ich auf dem Weg zur Kasse war und nahm es einfach wieder aufs Tablett. Eine Mitarbeiterin kam mit ganz bleichem Gesicht zu mir, nahm das Croissant vom Tablett, schmiss es in den Müll und gab mir ein neues. Glaube in Deutschland wäre das nicht so schnell gegangen. Dann

wartete ich im Mäcces auf die anderen beiden, die sich wieder was reinschoben. Dann fuhren wir mit dem Taxi zum Supermarkt. Ich kaufte mir dort einen Rucksack, da bei meinem alten der Reisverschluss nicht mehr hält, deckte mich mit Muffins, Äpfeln und Keksen ein und gingen runter zur Kasse. Ich bezahlte mein Zeug und ging mit dem Kassenzettel zur „Wächterin“, um ihn abstempeln zu lassen (das muss man hier in China so machen). Dann ging ich durch die Piep-Schleuse, die gleich begann zu piepen. Überraschend fiel mir ein, dass ich ganz vergessen hatte den Rucksack zu bezahlen, da ich ihn die ganze Zeit auf dem Rücken trug. Ich wollte zurück gehen zur Kasse, um ihn zu bezahlen, doch die Stempelfrau wies mich zu einem Mann, der mir den Diebstahlschutz entferne und mich dann Richtung Ausgang wies. Ich habe ihn tatsächlich nicht bezahlt. Tobias riss mir direkt den Kassenzettel aus der Hand und zerknüllte ihn. Ein letzter Blick auf die Kasse und die Chinesen wanken mir noch zu und wiesen mir mit Ihren Händen in Richtung Ausgang. Ob Sie wussten, dass der Rucksack noch nicht bezahlt war? Christopher hatte das gleiche „Problem“, wurde aber zurück zur Kasse geschickt. Hmm naja auch egal. Wir gingen hinaus und dort warteten schon ein paar der anderen. Dann versuchte ich einen Taxifahrer der Schule wenig später zu vermitteln, dass ich meinen großen Koffer irgendwie mitbekommen wollte. Da die Taxibusse aber praktisch keinen Kofferraum besaßen, wurde es ein Akt Ihn irgendwie unterzubringen. Beim Hineinhieven riss der Fahrer auch noch einen Griff ab, der nur mit einer Niete fixiert war. War ja klar, dass sowas passieren musste. Aber mir war es in dem Moment egal. In Deutschland kann man das einfach wieder reparieren. Wir fuhren los und an der Schule angekommen, wartete ich noch einige Minuten vor dem Eingang auf das Taxi mit meinem Koffer (ich fuhr in einem anderen mit). Es kam tatsächlich an und ich war heil froh, da sich dort drin auch mein normaler Rucksack, Christophs neuer Rucksack, mein Netbook und die gesamten Einkäufe von uns beiden drin befanden. In der Stadt trafen wir zudem Tristian wieder. Er war im Internetcafé und hinterher sogar vor dem Supermarkt. Er erzählte uns, dass er nun wieder an sein Geld gekommen ist und er heute Nacht Party in Jiaozou machen wird bevor er dann 18 Stunden mit dem Zug zu seiner neuen Schule aufbrechen wird. Dabei klang er so, als wäre er total besoffen. So fröhlich und redefreudig habe ich ihn noch nie erlebt. Auf dem Zimmer sortierte ich meinen ganzen Kram und dann gab es schon Essen. Der neue Holländer hat schon wieder meinen Platz geklaut und ich musste mir einen Stuhl holen, um noch Platz zu finden. Nach dem Essen chillten Christopher und ich auf dem Zimmer und probierten die sprechende Uhr von Patrick zu verstehen, da das Display seit der Explosion der Insektensprayflasche irgendwie falsch ist. Wir stellten fest, dass die Aussprache der Uhr schrecklich von der aus meinem Wörterbuch abwich und hören uns dann lieber die seltsamen Melodien an, die ebenfalls im Wecker gespeichert waren. Verdammt seltsames Ding. Die Melodien gehen teilweise mehrere Minuten und hören sich irgendwie lustig an. Dann war wieder Meeting. Inzwischen sind es 25 (!!!!!!!!!!!!!!) Kinder geworden. Die vermehren sich wie die Ratten. Der Inderjunge ging mir wieder tierisch auf die Nerven. Morgen red' ich mal ein ernstes Wörtchen mit ihm, wenn er nicht damit aufhört.

Mittwoch, 07.07.2010

Ich quäle mich aus dem Bett und mache mich zum Training bereit. Beim Meeting fragte Tobias ob wir heute wieder den Berg hochlaufen (warum auch immer). Unser Shifu meinte „no“ und damit war es dann erst einmal erledigt. Etwas später deutete er wieder auf dem Berg und schaute uns mit einem fragenden Blick an. Wir drei nickten und Tobias ging schnell aufs Zimmer, um seine Schuhe zu wechseln (er hatte Kung Fu-Schuhe an). Da Christopher eh immer seine „normalen“ Schuhe trug und ich immer meine Kung Fu-Schuhe, warteten wir kurz auf Tobias und gingen mit der Sanda-Gruppe Richtung Berg. Die Sanda-Leute joggen nun jeden zweiten Tag den Berg rauf und so wie es aussieht dürfen wir dann jederzeit mitkommen. Es ist zwar deutlich anstrengender als einfach nur um den Block zu laufen, aber deswegen sind wir ja auch hier. Unser Shifu trainierte in der Zeit die Kinder. Die große Kindergruppe (25 Stück) wurde geteilt und ein neuer Shifu (der Boygroup-Shifu, er heißt so weil er aussieht wie ein Mitglied einer chinesischen Boygroup, der seit ein paar Tagen in der Schule mit dabei ist und unseren Shifu teilweise beim Training unterstützt) übernahm die andere Hälfte der Kinder. Wir liefen also den Berg hinauf und ich raste als Zweiter ins Ziel (also auf dem Gipfel), legte mich aber dafür einmal auf die Fresse. Ich hatte aber Glück, dass ich nicht auf einen spitzten Stein gefallen bin, sondern auf einen flachen. Der ganze Sturz dauerte inklusive aufstehen etwas unter einer Sekunde. Runter ging es dann lieber etwas vorsichtiger, da man hier schnell zu schnell und unkontrollierbar wird. Dann sollten wir wieder im Dorf angekommen das Stück bis zur Schule sprinten. Ich ließ es aber langsam angehen, da ich weiß was passiert, wenn ich eine solche Strecke auf dem harten Betonboden sprinte (meine Sprunggelenke vertragen das nicht). Dann gingen wir wieder zurück in unsere Gruppe, stretchten uns kurz und gingen die Stellungen durch. Dann folgten ein paar Handtechniken und dann unsere Form. Vor uns stand die ganze Zeit die Kindergruppe, die aber separat trainiert wurde. So ist es okay. Nach dem Training entschuldigte sich unser Shifu dafür, dass er die Kinder trainieren muss und wir gingen hoch aus Zimmer und anschließend zum Frühstück. Wieder saß ein Neuer an unseren Tisch und machte Christophers Platz streitig. Das Problem wurde mit einem weiteren Stuhl gelöst. In der Pause bis zum Vormittagstraining schlief ich fast und kam nur schwer wieder aus dem Bett hoch. Wir hatten heute Vormittag Sanda. Skeptisch machte mich aber, dass wir Besen, Schüppen und Spitzhaken mitnahmen. An der Halle angekommen durfte die Sanda-Gruppe, in der wir ja heute auch waren, tatsächlich den Garten umgraben und alles Unkraut (es war vieeeeeel Unkraut) zupfen. Unglaublich. Und dafür bezahlt man hier auch noch Geld. Lustig war es dann irgendwie trotzdem, weil es keiner so wirklich wahrhaben wollte was hier jetzt abging. Einige machten Fotos + Videos und wir zupften was das Zeug hielt. Unsere Hände waren danach total im Sack, da Handschuhe in China ein Fremdwort sind. Nach der Pause kam dann noch eine Kung Fu-Truppe dazu, die sich tierisch drüber aufregten, dann aber doch mitmachten. Wir hatten immerhin schon 1 ½ Stunden gearbeitet und haben anschließend noch weitergemacht. Von uns meckerte aber keiner so. Wir entdeckten ein Spinnennest und mehrere große Heuschrecken. Der Wannabe-Chinese hatte die ganze Zeit keinen Finger krumm gemacht, trotz mehrmaliger Aufforderung und wurde dafür von einem Ausländer mit einer Spinne beworfen. Irgendwann zogen sich die Sanda-Leute und wir uns zurück und ließen den Kung Fu-Leuten den Rest machen. Wir saßen noch eine Weile in der Halle und ich übte ein wenig Akrobatik. Dann ging es wieder hoch und der Sanda-Shifu meinte nur „Good“. Frag mich was als nächstes kommt. Den Dreck an den Händen habe ich anschließend gar nicht mehr abgekommen, weswegen Sie jetzt noch gelb-bräunlich sind. Nach dem Essen schlief ich fast direkt ein und wachte erst wieder mit der Klingel auf. Toll. Geschlafen habe ich wie ein Stein, doch erholsam war das nicht. Die Betten sind einfach zu hart und die Metallfedern drücken einem ständig in den Rücken. Unten in der Halle gingen wir mit den ganzen Kindern in einer Zweierreihe runter zur Halle. Beim Warmlaufen liefen die Kinder ebenfalls in einer Reihe. Hier geht es teilweise zu

wie beim Militär. Die Kinder stellen sich in einer Reihe auf, dann links um und marsch. Dabei wird laut geschrien. Da wir in der Halle im Kreis laufen, bildete sich durch die ganzen Kinder ein fast geschlossener Kreis. Es sind einfach zu viele. Die Fläche im Hof der Halle, die wir heute Vormittag vom Unkraut befreit haben, wurde nun auch zum Training von der anderen Chinesenkindergruppe genutzt. Eine Gruppe mit Ausländern trainierte draußen vor der Halle, weil es einfach zu eng wurde. Wir blieben drinnen. Beim Stretching lernen wir jetzt die Brücke. Im Moment noch mit Hilfe, indem uns unser Shifu am Shirt packt und wir langsam Richtung Boden gehen und bald dann ohne Unterstützung. Dann sollten wir uns selbstständig aus der Brücke wieder hochpushen und aufrecht stehen. Unmöglich (im Moment). Dabei sah das bei unseren Shifu so einfach aus. Das ist eine Vorübung für den Flick Flack oder auch BHS (Back Hand Spring), den wir bald auch lernen sollen. Das kann ja was werden. Wir übten zunächst Basis-Kicks (ohne die Chinesen) und dann fortgeschrittene Kicks (gesprungene / gedrehte). Dann war Pause und wir waren fertig. Nach der Pause fragte Tobias nach Powertraining und das bekamen wir dann auch. Und zwar so intensiv wie nur selten. Die ganze zweite Trainingseinheit hieß es ständig Push-Ups, Sit-Ups, Kniebeugen (mit und ohne Gewichten), Bankdrücken, Wadenheben, Klappmesser, Rückenpresse, etc. Danach waren wir alle fix und fertig. Dann sollten wir noch unsere Form üben. Ich dann noch zusätzlich mit meinen Stock. Ich wirbelte ein bisschen vor dem chinesischen Kinder-Publikum herum und überstreckte mir bei einer zu hastigen Bewegung den rechten Mittelfinger. Trotzdem brauchte mir mein Shifu noch einen neuen Move mit dem Stock bei, bei dem man das Ende des Stocks möglichst schnell links und rechts auf dem Boden aufschlagen lässt. Dann war das Training zu Ende und wir gingen hoch und anschließend auf unser Zimmer und warteten auf das Essen. Ich duschte vorher noch kurz. Der Speisesaal ist echt voll. Es passt kaum noch jemand herein. Und es herrscht inzwischen ein Riesengedränge beim Essen. Bei der Suppe war eine Schlange von bestimmt 20 Chinesen. Auch beim Reis bildete sich eine ähnlich lange Schlange. Dann war wieder Zeit fürs Abendtraining… ☹

Es fing an zu regnen und wir hofften, dass es so stark werden würde, dass ein Training nicht möglich ist. Tobias vergaß seine Klamotten auf dem Dach der Schule, die er dort trocknete und flitzte hoch, um sie in sein Zimmer zu bringen. Wir liefen unsere Runden selbständig und ohne Chinesenkinder und gingen dann gemeinsam mit den Chinesen die Stellungen und Handtechniken durch. Dann durften wir an unserer Form arbeiten. Tobias ist kurz davor seine Form zu beenden und ich half ihn dabei. Ich durfte noch etwas mit dem Stock trainieren und mir wurden endlich die ersten 2 Bewegungen der Stockform beigebracht. Man steht dabei gerade, den Stock in einer Hand aufrechtstehend vor sich, kickt den Stock leicht zur Seite, so dass er sich einmal in der Hand dreht, geht dabei in die Reiterstellung (Ma-Bu) und hält die Hände zum Block bereit. Dann hebt mein sein Knie und steht auf einem Bein mit dem Stock im Anschlag zum Hieb. Morgen geht es dann sicher weiter. Freu mich schon. Endlich eine neue Form. Dann war Trainingsende und ich duschte erneut und schrieb meine Berichte fertig. Ich war sooo müde und Christopher ebenfalls, wenn nicht noch mehr.

Donnerstag, 08.07.2010

Der Tag beginnt und ich komme kaum aus dem Bett. Meine Arme und Beine waren so schwer wie lange nicht mehr. Unten in der Halle hatte Tobias seine Gammelklamotten an, was bedeutete, dass er wieder aussetzte. Er hatte Kopfschmerzen. Christopher und ich gingen mit den ganzen kleinen Chinesen ein paar Meter weiter, machten uns mit lockerem Stretching und Kniebeugen warm und liefen unsere Runden. Zunächst gemächlich, da es mir schwer fiel meine Beine vom Boden abzuheben, dann aber immer schneller, bis ich wieder alle anderen überholten musste, da Sie mir nur wieder vor die Füße rannten. Christopher war auch im Sack und ging nach einer Weile ein paar Schritte. Nach dem Stretchen ging es dann mit den Stellungen weiter. Es folgten Handtechniken und dazwischen immer Push Ups (damit man mehr Power hat, ne?). Dann kamen Christopher und ich zu unserer Form, während die Chinesen Ihr eigenes Programm durchführten. Mein Shifu meinte zu mir, dass ich nun zu jedem Morgentraining meinen Stock mitnehmen soll, damit ich schnell die Form damit lerne und zum Schwert übergehen kann. Dann war das Training auch schon vorbei und beim Frühstück gab es wieder das Lauchbrot, das diesmal aber etwas versalzen war. Noch völlig erschöpft gingen Christopher und ich zum Vormittagstraining. Die Chinesen hatten wieder Unterricht und so hatte uns unser Shifu ganz für sich alleine (Tobias war immer noch nicht fit genug). Das Training war einfach nur hart, da wir kaum Pausen zu verzeichnen hatten. Bei dem Kicks verlangte er mehr Speed und mehr Power. Dann kamen wir zum Fußfeger, der kaum noch möglich war, so kaputt wie wir waren. Nach der Pause ging es mit Ma-Bu und Gum-Bu in allen Variationen (z.B. mit und ohne Faustsẗöße oder mit Sprengblock) weiter. Zwischendurch immer ein paar Sprungübungen, die die letzten Kräfte in Anspruch nahmen. Nach einer kurzen Pause mit Massage kamen wir zu unserer Form bzw. ich zu meiner Gun-Form. Irgendwann war das Training endlich überstanden und wir gingen hoch zur Schule. Unser Shifu meinte, dass das Vormittagstraining in Zukunft besonders hart sein wird, da wir nur dann nicht von der Chinesengruppe abgelenkt werden. Nachmittags ist dann das Training etwas entspannter, da wir uns größtenteils selber weiterpushen müssen. Eigentlich ganz okay. Zum Mittag saß wieder ein neuer auf meinen Platz. Das NERVT! In einer Schüssel heute, die auf den Tischen stand, war ein nur halb zerlegtes Huhn drin. Mit Innereien natürlich, so wie es die Chinesen mögen. Christopher fand ein Gerippe mit Lunge dran. Na lecker. Danach konnten wir endlich wieder die nötige Pause einnehmen, die wir uns sicherlich verdient haben. Irgendwann ging es dann weiter. Mit den Chinesen gingen wir zur Halle. Ich machte Fotos und Videos vom ganzen Haufen, da man es sich nur schwer vorstellen kann. Wir übten heute mal draußen im Hof der Halle, der ja nun frei vom ganzen Gestrüpp war. Die Chinesen für sich und Christopher und ich für uns. Der Inderjunge war auch teilweise mit dabei. Er war wieder frech wie sonst was und schlug sogar die Chinesen beim Laufen mit einem Stock, der einem der kleinen Chinesen gehörte. Dafür, und für ein paar andere Sachen, wurde er von unserem Shifu mit kleinen Steinen beworfen und richtig heftig zu Boden gestoßen. Richtig so! Ich war nämlich auch schon kurz davor es zu tun, wenn er es nicht gemacht hätte. Der Hof ist von einer Mauer umgeben und uns schauten kleine Chinesen zu, die auf den Hügel nahe der Mauer geklettert waren. Unseren Shifu gefiel das gar nicht, da es immer mehr wurden und nach mehrmaliger Aufforderung zu gehen, blieben Sie dennoch da oben sitzen. Dann kamen wieder die Steine zum Einsatz. Schließlich sprang unser Shifu die Mauer hoch und verscheuchte die Kinder. Wir übten einige wenige Kicks und kamen dann zu einer Tai Chi-Atemübung, um uns zu entspannen. Dann durfte Christopher seine Form üben und ich mit dem Gun hantieren. Irgendwann war das Training dann vorbei und wir gingen mit dem Sanda-Shifu hoch zur Schule, da wir ja noch Chinesisch hätten. Unser Shifu blieb mit den ganzen Kindern an der Halle und trainierte Sie weiter. Christopher und ich nutzten die Gunst der Stunde und schwänzten den Chinesisch-Unterricht, indem wir einfach auf dem Zimmer blieben. Kurz nach Unterrichtsbeginn

schlich sich Christopher zum Shop und kaufte sich eine Portion Nudeln und brachte mir ein Eis mit. Da es etwas länger dauerte, da er einen Umweg im Kauf nahm, um nicht entdeckt zu werden, dachte ich schon Sie hätten Ihn geschnappt und zum Unterricht gezerrt. Aber er kam ja schließlich doch noch an. In meiner „Extra-Pause“ behandelte ich meine Blasen an Händen und Füßen und schaute meine Serie weiter. Zum Abendessen klingelte es heute mal nicht, weshalb viele Ausländer zu spät zum Essen kamen. Ich jedoch nicht und sicherte mir so einige Stücke des wenig übergebliebenen Lauchbrotes. Da unser Wasserboiler schon wieder leer ist, wollten wir einen neuen kaufen. Leider gab es keine mehr und erst morgen soll es Nachschub geben. Also deckten Christopher und ich uns mit kleinen Wasserflaschen für jeweils 1 Yuan ein. Christopher kaufte sich 5 und ich mir 3, da ich noch etwas auf dem Zimmer stehen hatte. Beim Abendtraining erschien Tobias wieder nicht. Ganz schön faul. So schlimm können Kopfschmerzen doch gar nicht sein, dass man trotz mehrerer Aspirin den ganzen Tag schwänzen muss. Jedenfalls drehten Christopher und ich unsere sehr lockeren Runden und gingen dann mit der Kinderarmee die Stellungen durch. Die Kinder schreien, laufen und stehen in der Reihe wie echte Soldaten. Ich komm mir vor wie in einem Bootcamp. Davon muss ich unbedingt noch ein Video machen. Und ich sag euch: Hier schreit jeder mit. Wenn nicht, gibt’s nämlich haue oder man darf das ganze Training über in der Liegestützposition verbringen. Da kennt unser Shifu kein Erbarmen mehr. Nach dem Grundprogramm ging es ans freie Training mit der Form bzw. den Stock (in meinem Falle). Ich übte meine Form weiter und mir gelang es endlich den Stock, in der Form, nach vielen Gewirbel in der Richtigen Position zu halten, ohne dass er zu weit nach vorne oder hinten ragt. Dann war Schluss und ich genoss eine lange (kalte) Dusche, bevor ich mich wieder ans Werk machte und meine Erlebnisse festhielt.

9. Juli 2010 – Besuch aus Deutschland

Morgen gegen 14 Uhr erwarte ich Besuch aus Deutschland. Max kommt nämlich an und hat vor 2 Monate hier zu trainieren. Bei mir gibt es nicht viel neues. Das Training mit den Kindern zusammen hat nun einen Rhythmus gefunden. Die Kinder werden separat trainiert und wir Ausländer machen nur wenige Übungen mit den Chinesen zusammen. Ich habe angefangen die Stockform zu erlernen und bekomme so langsam keine Blasen mehr an den Händen. Dafür hat sich mein Zeh wieder entzündet, was das Laufen unangenehm macht. Die Zeit hier verfliegt nun immer schneller und mir vergeht so langsam der Appetit an den ganzen Süßkram hier. Die Süßigkeiten schmecken nämlich nicht selten sehr seltsam.

Wie immer gibt es wieder einige Bilder. Da ich in letzter Zeit nicht viel rausgekommen bin, außer in die Stadt, gibt es nicht viel neues zu begucken.

Hoffe euch gefallen die Bilder trotzdem.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/besuch-aus-deutschland/

Freitag, 09.07.2010

Der Tag beginnt und fängt mit dem Morgentraining an (wie immer). Heute ging es wieder den Berg rauf. Wir sammelten uns unten und machten uns ein wenig mit den Kindern warm. Dann gingen wir mit dem Shaolin-Shifu und seiner Gruppe Richtung Berg. Mit all meiner Kraft bewegte ich meine Füße vorwärts und konnte so nach etwa einer viertel Stunde als erster den Gipfel erreichen. Dann wartete ich noch kurz auf Tobias und Christian (aus der Sanda-Gruppe) und wir gingen langsam wieder Bergab. Pit machte während des ganzen Laufs Fotos und Videos von uns. Das werde ich sicher auch bald nachholen. Am Fuße des Berges warteten wir auf Christopher, den wir weder beim Aufstieg noch beim Abstieg gesehen haben. Irgendwann kam er dann aber doch unten an und wir gingen gemeinsam zu unseren Shifu, der gerade mit der Kindergruppe in der Nähe war. Dann ging es in Reih und Glied zurück. Dann gingen wir an die Tischtennisplatten zum Dehnen. Anschließend gingen wir mit den Kindern wieder das Grundprogramm (Stellungen, Stellungswechsel, Handtechniken) durch. Wir dienten dabei unserem Shifu als Vorführobjekt, denn wir müssten es für die Kinder vormachen, damit Sie raffen wie es geht. Dann liefen wir noch kurz unsere Form durch und dann war schon Trainingsende. Beim Frühstück gab es denselben Fraß wie immer. Gut, dass ich mich schon dran gewöhnt hab. Da heute Freitag ist, stand die kleine Stadt Fangzhuan (Ich weiß echt nicht wie man das schreibt) zur Auswahl. Christopher blieb in der Schule und wollte schlafen. Bevor dem Meeting legte ich mich auch noch eine Weile aufs Ohr. Um 8:20 Uhr wachte ich auf und merkte, dass ich verschlafen hatte. Das Meeting war nämlich um 8:10. Dennoch war noch nichts zu spät ich und packte meinen Kram zusammen, als wäre ich von einer Wespe gestochen worden. Unten in der Halle waren zum Glück noch alle da. Ich trug mich in die Liste ein und wartete auf das erste Taxi. Die Menschenmasse in der Schule wollte alle in die Stadt und ich wollte nicht der letzte sein, der ankommt. Also dreist fährt besser und direkt ins erste Taxi gequetscht. Der Inderjunge wollte sich auch noch dazu quetschen, wurde aber von einem Ausländer rausgeschmissen. Niemand mag ihn… richtig so! In der Stadt ging ich mir Pit und Ben Richtung Supermarkt. Ich wollte jedoch nicht hinein, da ich noch genug Zeug auf dem Zimmer hatte und wollte stattdessen nur schauen ob der Teigtaschenverkäufer seinen Stand heute aufgebaut hatte. Ich wurde leider wieder enttäuscht, aber Ben entdeckte einen anderen Stand mit warmem, rundem Fladenbrot. Wir stellten uns an (wir waren die einzigen) und warteten 5 Minuten, in der wir der Bäckerin beim Zubereiten zuschauten. Irgendwann kam sie dann auf die Idee uns zu fragen wie viele wir wollten. Da wir alle keine ekelige und undefinierbare Füllung wollten, zeigte Ben „4“ und wir bekamen nicht die frischen, gerade fertig gebackenen Dinger, sondern alte, aus einem Beutel. Naja, geschmeckt haben Sie trotzdem und ich nahm mir vor nach dem Internetcafé mehr davon zu kaufen. Danach ging es schnurstracks ins Internetcafé. Dort sprach ich ein letztes Mal mit Max, der morgen aus Deutschland nachkommt. Wird bestimmt lustig. Dann gingen Tobias und ich gegen halb 12 zurück zu den Taxen. Ich wollte ja ein paar der Fladenbrote kaufen, doch der Stand war schon abgebaut und es war keiner mehr anzutreffen, der mir vielleicht die alten Dinger hätte verkaufen können. Zu Schade… der Geschmack liegt mir noch auf der Zunge. Dafür trafen wir noch ein paar andere Ausländer und wir beschlossen gemeinsam ein Taxi zurück zu nehmen (ist halt billiger). Auf dem Weg zu den Taxiständen gingen wir noch in ein Bettwäschegeschäft hinein. Der Eingang lag im Obergeschoss und war nur durch eine wackelige Treppe erreichbar. Es gab aber keine Tigerbettwäsche, wie auf dem Schild beworben und so gingen wir wieder von dannen. Am Taxistand wartete zufällig das Schultaxi, da 2 der neuen Ausländer dort am Geldautomaten das Geld für die Schule abhoben. Wir stiegen nach einer kurzen Wartezeit ein und fuhren zurück zur Schule (2 Yuan pro Person). Pünktlich zum Essen kamen wir an. Christopher erzählte mir noch, dass unser Shifu wohl wieder irgendwas kaputt gemacht hat (eine Toilette?) und deswegen von seinen Eltern richtig angeschrieben wurde. Als Christopher dann an ihm

vorbeilaufen musste, guckte unser Shifu nur ganz seltsam hin und her und Christopher fiel es schwer sich das Lachen zu verkneifen. Jedenfalls wurde eine kaputte Toilette auf einen Rollwagen weggebracht und es war überall auf der Treppe Blut zu sehen. Oh je. Beim Mittagessen hatte er aber wohl schon wieder gute Laune. Es gab natürlich Reis. Inzwischen ist es echt ein Kampf ums Essen geworden, da die Schlange manchmal unendlich lang sein kann. Deswegen wird hier viel gedrängelt und wer nicht mitmischt hat verloren. Nach der Mittagspause die ich überwiegend mit Schlafen verbracht habe ging es zur Trainingshalle. Wir liefen unsere Runden neben den ganzen Kindern und dann ging es zum Shaolin-Shifu in die Gruppe. Unser Shifu kümmerte sich um die Kleinen und half uns ab und zu bei den Übungen vom anderen Shifu. Wir begannen mit Akrobatik. Das hieß, wir machten uns mit Sprüngen und Bewegungen aller Art warm, die eventuell fürs Akrobatik-Training hilfreich sein können. Dann kamen wir zu den Rollen. Erst normale, dann Sprungrollen. Ich führe einige Rollen über unseren Shifu aus und bekam von Roland, dem Schweizer, mit dem ich zur Post unterwegs war, das Kompliment, dass meine Rollen gut aussehen würden. Immerhin, ne? Dann kamen wir schließlich zum Fußfeger. Das ganze Setup dafür ist ja kein Problem, nur der Feger an sich ist ein harter Brocken. Wir stellten uns so auf, dass jeder genug Platz hatte und fingen an zu üben. Die kleinen Chinesen in der Gruppe vom Shaolin-Shifu konnten Ihn natürlich schon (ich mein hier nicht die neuen Kinder) und sollten uns Ihn beibringen. Einer der kleinen Chinesen zeigte Christopher und mir wie man es macht und ich merkte, dass das Geheimnis dabei der Schwung und die tiefe Stellung ist. Nach vielen probieren klappte es anschließend schon deutlich besser als zuvor. Nun heißt es nur noch üben, üben, üben, üben … Beim Vormachen fegte der kleine Chinese den Inderjungen aus Versehen richtig heftig zu Boden, da er zu nahegekommen war. Haha, klappt wirklich hervorragend! Nach der Pause fingen wir mit unserer Form an und gingen über ins freie Powertraining. Danach sollten wir unsere Form vor der ganzen Kindergruppe vom Boygroup-Shifu und unseres Shifus vorführen. Wie aufregend! Klappte eigentlich ganz gut, aber unser Shifu meinte wie müssen mehr „Relax“ sein. Also das ganze nochmal. Dann durfte ich noch den Stick vorführen und dann war quasi Ende. Ich zeigte Tobias noch das Wirbel mit dem Schwert, da er morgen mit dem Schwert anstatt den Gun anfangen wollte zu üben (er hat seine Form heute vollendet). Das Wirbeln braucht noch einiges an Übung, aber ich denke in ein paar Tagen hat er es raus. Zum Abendessen gab es heute als Premiere kalte Nudeln (ohne Suppe). Die schmeckten zwar auch nicht gut, aber immerhin was anderes als Reis oder so. Der erste Bissen schmeckte immer wieder total seltsam, aber es machte schließlich satt. Beim Abendtraining powerte ich mich noch einmal richtig beim Sprint gegen einen hoch gewachsenen, schwarzen Franzosen aus. Der Franzose gewann das „Rennen“, hörte danach aber direkt auf zu laufen und ging zum Stretchen. Ich zog noch 2 Runden bei normalem Tempo, bevor ich mich ans Dehnen machte. Beinahe wären mir die Nudeln hochgekommen. Wir machten unser Grundprogramm wieder mit den Kindern zusammen und durften das restliche Training frei unsere Formen bzw. den Umgang mit dem Gun üben. Während ich Tobias weiter das Wirbeln versuchte zu erklären und Christopher seine Faustform lief, wirbelte ich ständig in allen Variationen mit meinen Stock herum. Inzwischen habe ich schon ein recht gutes Gefühl dafür gefunden. Wird Zeit das ich die Form weiter lerne. Ich möchte nämlich nach dem Gun das Schwert lernen, und falls noch etwas Zeit ist die Tigerform (die sieht einfach nur geil aus). Das Training war vorbei und auf Christophers Wunsch hin, rasierte ich ihm die Haare ab (ich lieh mir wieder den Rasierer aus, von dem Franzosen, dessen Namen ich nicht schreiben kann). Der Akt dauerte mindestens eine Stunde, da der Rasierer nach und nach immer leerer wurde und keine Power mehr besaß das dickte Haar zu scheiden. Vielleich sollte der Rasierer mal mehr Push-Ups machen 😉 (das würde ein Chinese zumindest sagen).

Müde gingen wir gegen halb 11 ins Bett und ich nahm mir vor, den Tagesbericht morgen nachzuholen.

Samstag, 10.07.2010

Ich wachte mit dem Klingeln auf und bin direkt hellwach. Ich zog meine Sachen an und ging schon mal vor, in die Halle, da Christopher sich noch die Zähne putzte. Unten angekommen standen alle in der Halle statt normalerweise Draußen. Es regnete nämlich. Beim Meeting (Christopher war noch nicht da) sagte unser Shifu, dass kein Training sei (da alles nass ist und damit zu rutschig). Fröhlich ging ich aufs Zimmer zurück und übermittelte die frohe Botschaft an Christopher, der gerade sich gerade auf dem Weg machen wollte. Ich nutzte die Zeit und holte meinen Tagesbericht von gestern nach und dann war schon Frühstückszeit (ich brauchte 1 Stunde!!!). Nach dem Frühstück gingen wir ohne die Kinder zum Training. Unser Shifu fand die neue Frisur von Christopher natürlich klasse und grinste dabei die ganze Zeit und meinte zunächst nur „Good“. Ich habe gestern Abend zu Christopher gesagt, was unser Shifu heute alles zu seiner Frisur sagen wird. Z.B. „Beautiful“ oder dass er zu Tobias sagen wird, dass auch er sich die Haare abrasieren soll. Genau das ist dann in der Halle auch eingetroffen. Er meinte zu Tobias, er soll auf sein Zimmer gehen und sich die Haare abrasieren (ich zitiere: „Tobias, go room *brrrrzzzzzzzz* (und machte dabei die passende Handbewegung)“ und lachte die ganze Zeit dabei). Das halbe Training hat er mich dafür angegrinst und kam gar nicht mehr aus dem Grinsen heraus. Allein das war es für Christopher schon wert 😀

Die erste Hälfte des Trainings bestand aus Kicks, die wir zusammen mit der Gruppe vom Shaolin-Shifu absolvierten, da ein wenig Platzmangel herrschte. Dann ging unsere Gruppe zu einigen Sprungkicks über und dann zu dem Fußfeger. Der Fußfeger war das schwierigste. Die Drehung klappt zwar schon ganz gut, doch mein Bein ist noch zu sehr in der Luft anstatt auf dem Boden. Dann lernten wir eine zweite Variante vom Fußfeger. Die alte Variante war Rückwärts mit einer halben Drehung und die neue bestand aus einer ganzen Vorwärtsdrehung. Das Drehen fiel mir hierbei deutlich schwerer, da der Teppich in Kombination mit den Schuhen nicht selten die Bewegung abstoppt. Nach der Pause ging es mit meiner Stockform weiter. Christopher setzte aus, er war zu kaputt. Ich lernte 3 neue Bewegungen der Form und Tobias begann das Wirbeln mit dem Dao unter Anleitung von unserem Shifu. Dann ging das ganze zum Powertraining über. Während der Tai-Chi-Shifu mit den Ausländern rang und dabei immer als Sieger hervorging, machte ich weiter meine Übungen für den Bauch und Rücken und war danach völlig geschafft. Zudem kommt jetzt noch Muskelkater in den Armen dazu. Unser Shifu ist immer noch krank und klagt über Kopfschmerzen. Beim Essen kaufte ich mir einen Snickers und aß im Anschluss noch eine Suppe. Den Reis kann ich so langsam nicht mehr sehen. Dann sah ich, dass mir Max aus meine „Willkommens-SMS“ geantwortet hat und Yan Lin nirgends zu sehen ist am Flughafen. Ich ging in die Halle und fragte Yuen-Shifu, ob Yan Lin am Flughafen sei und sagte auch, dass Max dort auf ihn wartet. Er rief ihn direkt an und gut 2 Stunden später, pünktlich zu Trainingsbeginn fuhr ein Schultaxi mit Max vor. Wir begrüßten uns kurz und tauschten ein paar Worte aus und dann musste ich leider los zum Training. Wir machten draußen, im Hof der Halle ein paar Kicks und irgendwann sagte mir mein Shifu „Money, Yuen“. Mein erster Gedanke war „Hä? Wieso Geld? Ich habe doch letztens noch bezahlt!“. Dann rief er Yuen an und sein erstes Wort am Telefon war „Wait a moment“. Dann war Max am Hörer und ich erinnerte mich wieder. Da er keine Kreditkarte hat, haben wir abgemacht, dass er mir sein Geld aufs Konto überweist und ich dann für Ihn das Geld von meinem Konto abhebe. Da Max das Schulgeld bezahlen sollte, brauchte er natürlich meine Unterstützung. Ich ging also alleine zurück zur Schule und die „Sekretärin“ (wenn man das so nennen kann) in der Eingangshalle deute auf das Finanzbüro hinter der Ecke. Dort saß Max, Yuen und der Finanzmeister (der zudem auch der schlechteste Fahrer hier ist) und waren gerade mit dem Reisepass von Max beschäftigt. Ich holte mein Zeug (u.a. meine Kreditkarte) und wir fuhren kurz darauf mit Yan-Lins Auto zur kleinen Stadt, um dort Geld abzuheben. Der Fahrer war natürlich Herr

Finanzmeister. Heute fuhr er aber gar nicht sooo schlecht. Er würgte nur ein paar Mal ab. Sonst lässt er auch gerne mal den Gang raus und gibt Vollgas oder vergisst zu schalten. Am Bankautomaten angekommen, hob ich 4000 Yuan ab (Yuen wollte, dass ich mehr abhob, damit er direkt für 2 Monate bezahlen kann, doch ich meinte als Ausrede, dass ich ein Limit habe und zurzeit nicht mehr abheben kann) und fuhren wieder zurück. Auf der Fahrt erzählte ich Max ein bisschen von den Zuständen hier. Dann kamen wir wieder sicher an der Schule an und ich wurde wieder zum Training geschickt, während Max sich ausruhen konnte. Sein Training beginnt morgen früh. Wieder an der Halle, hörte ich von Christopher, dass er die Kinder richtig angeschnauzt und gequält hat. Er nahm wohl ein paar Kinder in die Brücke und schüttelte Sie so lange, bis einige von Ihnen weinten. Dann stieß er Sie mit der Hand zu Boden, so dass Sie in den Dreck fielen. Die dicken Kinder mussten unter Tobias Anleitung Liegestützen machen, weil Sie zu fett waren (kein Witz). Danach ist aber wieder scheinbar Normalität eingetreten, denn ich konnte keine schlechte Laune oder dergleichen erkennen. Er grinste nur als er mich wiedersah. Ich übte mit meinen Stock und Tobias mit seinem Säbel, während Christopher einigen kleinen Chinesen die Shao-Form beibringen „durfte“. Dann gingen wir 3 zum Powertraining über. Noch ganz fertig vom Powertraining heute Vormittag, quälten wir uns weiter, so dass absolut nichts mehr möglich war. Selbst mein Kip-Up-Test (Vorsicht, Insider) schlug fehl. Dann war Ende und wir gingen zurück zur Schule. In der Halle traf ich Max, der auf das Essen wartete. Es war wirklich schon kurz vor 7 und damit Essenszeit. Wir waren heute spät dran. Ich wusch mich kurz und ging runter, um noch Platz am Tisch zu finden. Beim Essen (Igitt) plauderten wir ein wenig und gingen dann auch wieder auf unsere Zimmer. Max lud uns in sein Zimmer ein, um uns mit seinen Gaben aus Deutschland zu beglücken. Sehr nett. Ich staubte Müsliriegel, Fertigsuppe, Waffelkekse (?) und seine Spezialüberraschung „Delikates Frühstücksfleisch“ ab 😀

Auch Tobias und Christopher bekamen etwas. Dann war wieder Abendtraining angesagt. Wir gingen runter und zogen unsere Runden. Mich regt es echt auf, dass jede Pfeife hier nur noch einen Abendspaziergang macht, anstatt zu laufen. Alle tun Sie so sportlich, doch kaum schaut kein Shifu mehr zu, hören Sie sofort auf irgendetwas zu machen. Ich war nachher der scheinbar einzige der noch seine Runden lief, anstatt zu gehen. Ich versteh das nicht. „Football“ (der seltsame Deutsche mit den seltsamen Gesichtszügen) macht auch nix mehr. Die Kinder waren komischerweise heute nicht beim Abendtraining dabei. Umso besser für uns. Wir gingen unser Grundprogramm intensiver als sonst durch und kamen dann zu unserer Form bzw. Stock/Dao (Säbel). Zum Schluss sollte ich noch meine Form vor dem Touristenpublikum vorführen und dann war Ende. In der Halle traf ich noch Max, der meinte, dass Yuen ich wohl in eine andere Gruppe stecken wollte. Ich sprach mit meinen Shifu und versuchte ihn zu erklären was Sache (Max sollte halt in unsere Gruppe und nicht woanders hin). Erstaunlicherweise verstand er es sofort und er wollte mit Yuen reden. Nach dem Shifu-Meeting rief er mit „Thomas, Okay!“ zu. Damit war die Sache erledigt und wir beide glücklich. Auf dem Zimmer nahm ich eine duschte und machte mich daran meine Berichte zu schreiben. Christopher lag schon im Bett als plötzlich ein riesiges Vieh durch die Klimaanlange ins Zimmer gelangte. Ich vernahm es als erstes und hielt es zunächst für einen großen Schmetterling, der durch die Lüfte flog. Leider falsch. Ich sprang auf und holte die Fliegenklatsche. Dann sah ich was es war, als es an der Wand landete: Eine riesige, ekelige Heuschrecke mit Flügeln. Sowas ekeliges habe ich noch nie zuvor gesehen. Mein Gedanke war eigentlich nur: „Verdammt das Ding ist so widerlich, ich kann nicht in seine Nähe“. Leider hatte sich Christopher voller Panik unter der Bettdecke versteckt und so lag es an mir das Biest zu erlegen. Nach einigen wilden, aber gezielten Schlägen mit der Fliegenklatsche fiel es auf meine Bettdeckte. Ich erlegte es mit ein paar weiteren Schlägen, bis es unter die Decke fiel. Ich nahm meinen schwersten Schuh und schlug mit voller Wucht auf die Decke, wo ich das Biest

vermutete. Als ich langsam die Decke bewegte, bewegte es sich noch sehr lebendig und ich griff erneut zur Fliegenklatsche. Dann fiel es in meinen Wäschebeutel (dachte ich zumindest). Der Ekel war enorm und so griff ich zu meinem Stick, um den Beutel umzuwerfen und den Leichnam zu bergen. Leider Fehlanzeige. Dafür fand ich das Ding unter dem Beutel… scheinbar tot. Es zuckte nur noch sehr ruhig und war wohl dem Tode nahe (leider falsch). Mit einem harten Stoß auf den Panzer der Heuschrecke, wollte ich dem Biest den Todesstoß versetzen und dann ein Foto machen. Doch dann fing es an sich zu bewegen und kroch auf einmal mit erstaunlichem Tempo über dem Boden. Voller Hektik griff ich nach dem Stock und schlug wild drauf los. Als es dann begann den Stock hoch zu kriechen wirbelte ich damit herum, es fiel zu Boden und ich drückte so lange und so feste auf das Ding herum, bis es in mehrere Einzelteile zerfiel. Ganz schön zäh das Biest. Erst dann war es wirklich tot und ich konnte Fotos machen. Christopher hat das ganze Spektakel miterlebt und half das Biest aus dem Fenster zu entsorgen. Vollgepumpt mit Adrenalin versuchte ich anschließend zu schlafen.

Sonntag, 11.07.2010

Das Training beginnt und die Nacht war wieder wenig erholsam. Tobias setzte wie immer aus und so lag es an Max (von nun an neu dabei), Christopher und mir, das Training durchzustehen. Nachdem wir ein paar Runden um die Häuser gelaufen sind, dehnten wir uns kurz an den Tischtennisplatten und machten und machten uns an den Grundstellungen. Danach sollte ich mit meinen Gun üben, Christopher seine Form durchlaufen und Max begann mit den Basics wie Fauststößen und so 'nen Kram. Irgendwann war es dann geschafft und die Klingel erlöste uns. Beim Frühstück gab es heute wieder das Fladenbrot und Eier. Mein Ei bekam Tobias, der es dankbar annahm. Obwohl ich mir vorgenommen hatte nicht wieder zu übertreiben, geschah dass, was geschehen musste und ich stopfte mich voll. Beim Vormittagstraining (bzw. schon davor) bereute ich es wieder und nahm mir vor nie wieder so viel vor dem Training zu essen. Beim Vormittagstraining hatten wir heute Tai Chi. Wir trainierten heute draußen im Hof der Halle und begannen nach dem Aufwärmvorgang (inkl. Stretching) damit, alle Tai-Chi-Bewegungen durchzugehen. Schließlich lernte ich noch 2 neue Bewegungsabläufe, die neben vielen runden, langsamen und geschmeidigen Bewegungen auch einen Faustst0ß bzw. einen Fingerspitzenstoß enthielten. Nach der Pause ging es entspannt weiter mit den neuen Bewegungen (für mich zumindest). Dann sagte der Tai-Chi-Shifu zu unserer Gruppe, wir sollten kurz Pause machen und dann Kung Fu üben. Das Üben begann mit unserer Form und endete im Gespräch zwischen Christopher und mir. Max unterhielt sich mit dem Tai-Chi-Amerikaner. Dann war das Training zu Ende und ich war Hundemüde. Vor dem Mittagessen versuchte ich meine Wäsche zu waschen, stellte aber fest, dass die Waschmaschine gerade von Anna (Mexiko) gefüllt wurde. Sie meinte, dass Sie nach dem Mittagessen fertig sei. Nach dem Essen (Reis natürlich) ging ich wieder zur Maschine und schmiss sie an. Unterwegs begegnete ich Max, der erstaunlich lange gegessen hatte. Ich zeigte ihn den Computerraum und wollte ihn erklären wie das Internet dort funktioniert, aber der Rechner war in Beschlag. Zudem trafen sich dort einige Ausländer zum Fotoshooting für die Schule. Yuen-Shifu schickte mich nach Peter (Älterer Mann um die 60, aus Deutschland, der sein ganzes Leben lang Karate gemacht hat) um Ihn Bescheid zu sagen, dass er noch ein Foto von ihm brauch. Also ich gegen 14 Uhr nach der Waschmaschine gucken gegangen bin, stellte ich fest, dass Sie das Wasser abgeschaltet hatten und die Maschine dadurch unrund lief. Jedenfalls war meine Wäsche zwar gewaschen, aber total nass. Ich packte mein Zeug ein und brauchte es erst mal aufs Zimmer. Dort wrang ich alles erst einmal aus (und es war nicht grade wenig). Eine halbe Stunde später konnte ich dann meine Klamotten aufhängen. Mir war klar, dass meine Trainingskleidung so niemals bis zum Training trocken werden würde. Also musste ich meine neue, kürzlich gekaufte Trainingskleidung anziehen. Da ich auch keine trockene Unterwäsche mehr hatte, hing ich kurz vor Trainingsbeginn eine aufs Dach, da es dort meist schneller trocknete. Beim Training trainierten wir draußen bei den Kids mit, nachdem wir uns in der Halle warmgemacht und gedehnt haben. Kicks und Stellungen waren angesagt. Dann kam unsere Form dran (und zwar alle). Max lernte das Rumanda (rumwirbeln mit den Armen). Dann schnappte ich meinen Gun und trainierte lieber damit, da ich endlich die Form weiter lernen wollte. Dann war schon Ende und wir gingen mit der Sanda-Gruppe zurück zur Schule während unser Shifu weiter die Kinder quälte. Den Chinesisch-Unterricht schenkte ich mir wieder und blieb stattdessen mit Christopher auf dem Zimmer. Nach dem die Luft rein war und das Wasser endlich wieder freigegeben wurde, nahm ich eine Dusche und war zufrieden, aber müde. Im Moment habe ich eine Zerrung im Arsch und Oberschenkel. In meinen Waden bildet sich langsam ein Muskelkater und der Muskelkater in den Armen wird auch kaum besser. Dazu ist mein Nacken total verspannt (eigentlich ja immer, nur diesmal ganz besonders). Mein Zeh ist wieder entzündet und sah, nach dem ich das Pflaster und Tape abgenommen habe, sehr verschrumpelt aus, da sich unter dem Tape die Feuchtigkeit sammelte. Beim Essen gab es nur noch wenig „gutes“ Brot und sonst nur die

normalen Brötchen und Reissuppe (und dazu halt das übliche gekochte Gemüse). Tobias bunkerte für unseren Tisch quasi alles. Dreist, aber gut. Direkt nach dem Essen, als ich auf dem Zimmer war, bekam ich Bauchschmerzen. Beim Meeting zum Training hieß es dann „No Training“. Dankbar verbeugte ich mich tiefer als sonst und ging auf mein Zimmer. Christopher gab mir dann noch etwas von seinem Kreatin ab, da ich echt wieder richtigen Muskelkater hatte.

Montag, 12.07.2010

Wieder wache ich erst mit der Klingel auf und geh bewaffnet mit Stock und Wasserflasche herunter zum Training. Mein Muskelkater ist schon deutlich besser geworden, aber noch nicht vollständig verschwunden. Da heute Montag ist und wir montags immer den Berg hochlaufen, bereitete ich mich Mental auf einen schwierigen aufstieg vor. Tobias hatte mal wieder nicht gecheckt, dass wir heute den Berg hochlaufen und hatte wieder nicht seine richtigen Schuhe an. Schlimm, schlimm. Irgendwann muss er es doch mal merken, wann wir den Berg hochlaufen und wann nicht. Das gleiche gilt für Buddhismus und Chinesisch. Aber ich denke das kommt davon, weil er ja häufig ausgesetzt hat. Jedenfalls ging es dann mit etwas weniger Speed den Berg hinauf. Diesmal ging ich als 3. Ins Ziel. Erster war Pit und zweiter war ein Chinese. Viele schenkten sich das Laufen und machten daraus lieber einen Spaziergang. Seitdem so viele Neue hier sind, ist das Training nicht mehr das was es einmal war. Wenn man sich nicht selber pusht, macht es nämlich keiner mehr. Zu viele Neue jammern ständig wegen irgendwelchen Kleinigkeiten herum und kommen damit durch. Das wären z.B. viele bis alle der Frauen hier, der Australier (der immer so tut als würde er so viel trainieren, aber beim Training keinen Finger krumm macht und nur rumsitzt), „Football“, der ja solche Schmerzen haben muss (Vorsicht: Ironie) aber tatsächlich das Training nicht packt, die kleinen Ausländerkinder sowieso, sowie noch ein paar andere. Prozentual gesehen sind es über die Hälfte der Ausländer. Sie ziehen das Trainingslevel deutlich nach unten. Viele von Ihnen haben noch nie zuvor Sport gemacht und flennen jetzt ständig herum, wenn Sie mal eine Runde mehr laufen müssen. So, jetzt habe ich genug rumgemeckert. Jedenfalls lief die Sanda-Gruppe den Berg zwei Mal hinauf. Unsere Gruppe ging anschließend zu unserem Shifu. Dort stand Wandsitzen an, an dem ich aber nicht beteiligt war, da ich auf die Toilette musste. Dann war auch schon Schluss. Beim Frühstück bekam ich nicht viel herunter. Ich fang langsam wieder an das Essen zu hassen. Den Reis kann ich schon nicht mehr sehen und auch die Brötchen nicht mehr… ganz zu schweigen von dem Fraß auf den Tellern in der Tischmitte. Gut, dass wir morgen nach Mc Donalds gehen. Nach der Frühstückspause ging es weiter mit dem freien Training vor der Schule (Alternative wäre Basketball). Ich lies mir von Niko (er ist der erste Schüler in der Schule hier gewesen) einen neuen Trick mit dem Stock zeigen und übte ihn fast die ganze Zeit (neben den ganzen anderen Tricks). Am Stockschwingen habe ich echt Gefallen gefunden. Zwischendurch lies ich mir von Max noch die erste Poomsae aus dem Taekwondo (schreibt man das so?) zeigen. Max macht nämlich seit 13 Jahren Taekwondo. Nach dem freien Training war Buddha Class. Vorher duschte ich mich noch und zog saubere bzw. trockene Sachen an. Beim Buddhismus ging fast die Luft im Raum aus. Zum Glück stand ich recht weit „vorne“ (also am Beginn des Halbkreises) und konnte dadurch den Raum etwas eher verlassen als der Rest (auch wenn es nur ein paar Minuten waren). Hungrig machte ich mir eine Suppe mit grade mal lau warmem Wasser. Natürlich wurde die Suppe wieder gelb und hat auch nicht gut geschmeckt, da sich das Pulver wieder nicht bei den Temperaturen auflösen konnte. Deswegen schob ich meinen letzten Müsliriegel von Max nach. Irgendwann war dann Mittagessen. Natürlich gab es wieder Reis, den ich nicht mehr sehen konnte. Ich zwang mir meine 2 Schüsseln Reis hinein, um beim Training genug Energie zu haben und kaufte mir anschließend 2 kleine Snickers, sowie ein zerbrochenes und verschmolzenes Ei (ist mir natürlich erst später aufgefallen). Nach der Pause ging es ohne Tobias zum Training mit den Kids. Als wir ankamen, hieß es erst einmal „Break“. Dann aber durften wir schon wieder Unkraut jährten. Diesmal vor der Halle, wo die Kühe manchmal grasen. Die ganzen kleinen Kinder mussten auch mithelfen. Mit der Armee ging das ganze sogar recht schnell von statten. Die Shifus halfen heute mal auch mit und auch der Vize-Schulleiter packte mit an. Ein seltsames Bild war es trotzdem. Die Tai-Chi-Gruppe versteckte sich unter der Brücke, die Sanda-Group saß auf Steinen und eine der anderen beiden Kung Fu-Gruppen machte ebenfalls nix. Max kam sich auch schon etwas verarscht

vor. Ich machte Fotos und Videos von dem ganzen Schauspiel und dann gingen wir auf mein Verlangen zu der Wasserquelle, um unsere Hände zu waschen, da Max auch ein Ausschlag plagte. Leider kamen alle Kinder mit und es wurde zu einem Riesengedränge. Nach einiger Zeit kamen wir dann auch ans Wasser ran und dann brachen wir wieder in die Trainingshalle auf. Weiter ging es mit Pause! Etwas gelangweilt, saßen wir rum, beschäftigten uns selber und mehr passierte die ganze Zeit auch nicht wirklich. Unser Shifu war draußen und brachte den Kindern Disziplin bei, während wir Räder schlugen, Rollen machten oder einfach nur rumsaßen. Etwas öde. Auch sonst machte keiner so wirklich was. Ein bisschen neidisch bin ich jetzt ja schon auf die Tigerleute (So nenn ich jetzt die Solo-Unterrichts-Brüder). Sie lernen immerhin permanent dazu und haben immer (Spezial-)Training. Das Training wird bei uns nämlich von Tag zu Tag lascher. Das gefällt mir nicht. Auch die anderen stört es. Ein paar Pausen tun zwar mal ganz gut, aber in letzter Zeit ist es zu viel des Guten. Wenn ich mich nicht immer selber motivieren würde, würde es sicher wieder abwärts mit mir gehen. Zum Pause machen bin ich nämlich nicht nach China gekommen. Beim Abendessen anschließend wurde komischerweise ein richtiges Festmahl serviert. Es gab neben 3 guten Tellern mit Gemüse, Kartoffeln und Nudeln noch Fisch und Ente. Die beiden letzten Speisen sahen aber nicht gut aus und nach Meinung der anderen (insbesondere Christopher), schmeckten Sie auch abscheulich. Dazu gab es für jeden Tisch eine 2-Liter-Flasche Cola. Ob das wohl so bleibt? Ich wüsste nicht das heute ein Feiertag sei. Da keiner einen Becher oder so für die Cola hatte, machte ich es vor, wie man das Problem löst, indem ich meine Schale benutzte. Das Training fiel dann wieder aus (hab es mir irgendwie fast gedacht). Ich hoffe aber, dass passiert nicht mehr allzu häufig. Zudem habe ich seit dem Morgentraining nicht mehr richtig geschwitzt. Irgendwie ein schlechtes Gefühl. Ich sprach noch mit Tobias über die aktuellen Trainings- und Essenszustände und ging dann auf mein Zimmer. Mit Christopher unterhielt ich mich noch eine ganze Weile über alles Mögliche und schrieb dann meine Berichte fertig und bereitete meine Kamera für morgen vor. Ich habe tierischen Heißhunger auf eine Pizza. Ich muss nur noch 7 Wochen aushalten…

13. Juli 2010 – Es wird kühler in China

Die Temperaturen sind im Verlauf der Woche deutlich gefallen und es ist nicht mehr so warm wie sonst. Deswegen läuft wahrscheinlich auch die Klimaanlage nicht mehr die ganze Nacht durch. Nötig wäre es aber trotzdem. Die letzte Nacht habe ich so schlecht geschlafen wie schon lange nicht mehr. Ich hatte Hunger, die Mücken haben mich wieder zerstochen, die Klimaanlage wurde gegen 11 ausgeschaltet und eine Stunde später war es wieder zu warm im Zimmer. Zudem scheint mir das Bett von Tag zu Tag härter zu werden.

Mein Freund Max, aus Deutschland, ist endlich angekommen, hat bisher aber noch kein wirkliches Training erlebt. Die letzten Tage war das Training echt ein Reinfall. Es wird täglich lascher und es kommen immer mehr Pausen dazu. Ich hoffe das ändert sich bald, denn ich kann mich nicht ewig selbst motivieren.

Ansonsten ist nicht viel passiert. Gestern gab es seltsamerweise eine Art Festessen in der Schule. Ich hoffe Sie versuchen damit nicht vom schlechter werdenden Training abzulenken.

Wie immer sind auch wieder ein paar Fotos dabei.

Leider bekomme ich in letzter Zeit kaum noch Nachrichten und Kommentare (gar keine um genau zu sein). Ich muss mich auch immer aufraffen meine Berichte zu schreiben. Also tut mir doch bitte den Gefallen und schreibt zwischendurch ein paar Worte.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/es-wird-kuehler-in-china/

Dienstag, 13.07.2010

Lange habe ich nicht mehr so schlecht geschlafen wie diese Nacht. Mein Rücken tat mir weh, es wurde zu wieder warm, die Mücken haben mich zerstochen und die Fliegen genervt. Ich habe bestimmt keine Stunde am Stück geschlafen. Trotzdem war ich um 6 Uhr ausgeschlafen und schaute mir deswegen einen Film an. Das Frühstück heute Morgen schenkte ich mir, da ich keinen Appetit hatte und so außerdem mehr von Mc Donalds reinpasst. Um 8:10 machte ich mich dann fertig für die Stadt. Unten in der Halle hieß es erst einmal Meeting mit dem Shifu. Dann schnell ausgetragen und direkt ins erste Taxi eingestiegen. Kurz darauf ging es dann schon los. In Jiaozou angekommen nahmen wir direkt ein Taxi zum Mc Donalds. Der Fahrer fuhr uns heute wirklich direkt vor die Tür und scheute dabei nicht die Fußgängerzone (wenn man das so nennen kann). Wir mussten jedenfalls keine 10 Meter laufen und waren schon drin. Wir bestellten uns alle reichlich und wurden auch wirklich wieder verstanden. Der Englischsprechende Chinese war auch wieder da und bediente uns. So lief alles rund. Pit nahm noch 20 Chicken Mc Nuggets mir zur Schule… fürs Abendessen wie er meinte. Direkt nach dem Essen gingen Tobias, Max und Pit noch kurz was einkaufen und fuhren dann zur kleinen Stadt ins Internetcafé, da man dort keine ID-Card brauchte. Christopher und ich gingen dann alleine zum Internetcafé. Alles ging recht fix, dank der ID-Card. Die Tatsache, dass man dabei online verfolgt werden konnte, störte mich im Moment nicht mehr. Ich veröffentlichte meine Berichte, schlug ein paar Sachen bei Wikipedia bzw. Google nach und telefonierte nach Deutschland. Um kurz nach 2 verließen wir beide als letzte das Internetcafé. Ich sah heute zum ersten Mal eine wirklich öffentliche Toilette in China. Ich glaube es war das Tor zur Hölle. Zudem roch man Sie schon aus hundert Metern Entfernung. Christopher und ich gingen dann einen Pizzaladen suchen, den uns die Dänin hier empfohlen hatte. Wir liefen knapp 5 Minuten und dann nahmen wir uns ein Taxi und zeigte in meinem Wörterbuch auf das Zeichen für Pizza. Tatsächlich fuhr uns der Fahrer direkt vor die Tür eines Pizzaladens. Wir gingen hinein und es kam mir direkt bekannt vor. In diesem Laden war ich an meinen ersten Tag hier in China. Die Pizza hatte ich als äußerst unterdurchschnittlich in Erinnerung. Dennoch trafen überraschend 10 andere Ausländer im Obergeschoss des Ladens. Diese waren wohl gerade fertig mit dem Essen und dazu äußert betrunken. Der schwarze Franzose legte sich sogar auf eine Sitzbank zum Schlafen. Die chinesische Bedienung kicherte nur. Auch der Rest der Truppe war gut angeheiert. Wir fragten nach, wie viel und vor allem was sie denn getrunken hatten. Scheinbar nur 2 Bier. Je nach Person 1 bis 3 Flaschen. Das chinesische Bier muss es ja echt in sich haben. Vor allem die Amerikanerin war gut dabei und begutachtete Ihren Bauch im Spiegel. Sie ließ ihn immerzu rein und raus und meinte dazu „Dick – schlank – Dick - Schlank“. Mein Gedanke war nur „Fett – Fetter- Fett – Fetter“. Echt unglaublich. Das wollte keiner sehen. Also Sie dann alle gingen, bestellten wir beide eine Salamipizza ohne Salami. Anders war es nicht möglich eine Margaritha zu bekommen. Anschließend haben wir gerätselt, ob man uns richtig verstanden hatte und wir keine böse Überraschung erleben würden. Während wir warteten, lief eine der Kellnerin plötzlich eine Stockform mit einem Wischmop. Ich konnte mir das Grinsen nicht verkneifen, da es echt ein seltsames Bild war. Ich habe ja schon mit Salami only (ohne Pizza) gerechnet, aber wir bekamen tatsächlich eine Margaritha. Und da war auch schon das Problem. Wir bekamen EINE. Wir teilten uns zunächst die eine und bestellten, als wir Sie für Essbar bestimmt hatten, eine weitere. Ich übernahm mich vor lauter Heißhunger wieder maßlos und mir ging es danach richtig, richtig dreckig. Nicht etwa wegen Bauchschmerzen. Ich hatte das Gefühl einen großen Stein gegessen zu haben, der mir in der Speiseröhre steckengeblieben ist. Mir fiel es schwer zu Atmen, zu laufen und jede Erschütterung machte es schlimmer. Es tat verdammt nochmal weh! Ich hatte zwar schon öfter Bauchschmerzen nach dem ich viel gegessen hatte, aber das hier war mir völlig neu. Mir tat die Brust weh, als hätte ich einen mächtigen Hammerschlag drauf bekommen… und zwar von innen. Wir zwängten uns

schnellstmöglich in ein Taxi und fuhren zurück zum Supermarkt, da es fast schon 4 Uhr war. Das Einkaufen konnten wir uns somit schenken. Dafür blieb keine Zeit mehr. Gerade angekommen warteten wir 2 Minuten und nahmen das Taxi Richtung Schule. Die Fahrt war die Hölle für mich, da jeder Huckel auf der Straße den Schmerz in der Brust steigerte. Und wie ihr vielleicht wisst, bestehen chinesische Straßen aus Huckeln. Trotzdem kam ich noch lebendig in der Schule an. In der Eingangshalle standen direkt wieder 3 (!!!) neue Ausländer. Christopher kaufte sich nach der Ankunft eine Cola hier im Shop und brachte mir dabei eine mit und traf unseren Shifu, der sagte, dass die drei Neuen in unserer Gruppe seien. Oh je… er hat ja schon kaum noch Zeit für uns seitdem die ganzen Kinder da sind. Was das geben wird. Trotzdem freu ich mich aufs Training morgen. Ach ja! Als wir mit dem Taxi aufs Schulgelände fuhren, sahen wir unsere Kindergruppe mit unseren Shifu wieder Unkräuter jährten vor der Schule. Ein lustiges Bild. Unser Shifu war auch gut am Schwitzen. Auf dem Zimmer legte ich hin und schrieb meinen Tagesbericht (den Anfang zumindest). Langsam wurde der Schmerz besser. Aber wirklich nur gaaaaaaanz langsam. Er verlagerte sich nämlich immer weiter Richtung Bauch. Abends schaute ich noch 3 Filme und ging zu den zwei Meetings. Unser Shifu hatte sehr gute Laune und scherzte wieder herum. Dann ging ich auch irgendwann ins Bett.

Mittwoch, 14.07.2010

Heute Nacht habe ich Ausnahmsweise mal recht gut geschlafen. Ich bin nur 1x gegen halb 12 aufgewacht und habe ansonsten durchgeschlafen. Beim Morgentraining setzte Tobias schon wieder aus. Christopher, Max und ich wurden heute von Yan Lin trainiert. Yan Lin legt großen Wert auf Basics und so gingen wir alles nach einander sauber durch und er korrigierte uns bei jedem noch so kleinen Fehler. Er erklärte uns auch wofür die Techniken sind (wusste ich aber zum Großteil schon). Christopher hatte wieder zu wenig getrunken und musste eine Pause einlegen, um etwas zu trinken. Kurz darauf war das Training auch schon beendet. Ich denke ich habe bei dem Training heute wieder einen Meilenstein verzeichnen können. Und zwar bei den Handtechniken. Beim Frühstück bekam ich trotz Hunger nicht viel runter. Lag vielleicht daran, dass ich das Essen hier leid bin. Jedenfalls gingen Max, Christopher und ich dann zum Training. Wir hatten heute Vormittag wieder Sanda. Max hatte sich schon so sehr drauf gefreut, endlich seine Form lernen zu können und dann erfuhr er, dass wir erst Sanda haben. Wir liefen uns mit der (ziemlich groß gewordenen) Sanda-Gruppe warm. Christopher musste dringend auf die Toilette… und zwar nicht auf die Toilette an der Halle. Also meldete er sich beim Sanda-Shifu ab und ging aufs Zimmer. Er kam aber das ganze Training nicht wieder, also wusste ich schon was los war 😉

Wir dehnten uns nach dem Warmlaufen und begannen dann mit Ma-Bu und Gum-Bu, sowie weiteren Dehnübungen (Spagat und so). Da ich mich echt gut vorgedehnt hatte, merkte ich wie gut ich hinunterkam. So muss das Laufen. Dann fuhren wir mit einfachen Kicks und Bewegungen zur Lockerung fort (Hüftschwünge, Sprünge, etc.). Die neuen Leute, sind nicht nur 3 wie ich gestern noch dachte, sondern 5. Alle kommen aus Kasachstan und haben wohl noch nie zuvor Sport gemacht. Jedenfalls kommt mir das so vor, denn von der Ausdauer (beim warm laufen hörte der Spaß für die meisten schon auf), Koordination und erst recht von der Beweglichkeit der Jungs konnte man nicht viel erwarten. Sie sind zwischen 15 und 18 (angeblich?) und sehen einer seltsamer aus als der andere. Kein Witz. Davon brauch ich echt ein Foto. Am besten alle in einer Reihe, in der Reihenfolge Ihrer Seltsamkeit. Ich sag das zwar in letzter Zeit oft, dass jemand seltsam aussieht, aber es ist wirklich so. Was die Herkunft so alles ausmacht. Nach der Pause fuhren wir nach einer Miniaufwärmphase (keine 2 Minuten) mit einem coolen Wurf aus dem Sanda fort. Dabei fängt bzw. blockt einen Fußtritt ab, hält das bei dabei fest und wirft den Gegner mit einer Halbkreisbewegung zu Boden. Das Ganze ist recht simpel und auch realistisch einsetzbar. Dann kamen noch ein paar Befreiungs-Techniken aus dem Schwitzkasten dazu, die wir üben sollten. Zum Schluss übten Max, Uli und ich noch den Pandae-Dollyo-Chagi. Auch im Sanda gibt es einen ähnlichen Tritt, den uns der Sanda-Shifu kurz demonstrierte. Alles in allem ein ganz lustiges Training. Irgendwann zwischendurch zeigte mir Max nochmal die erste Poomsae (jetzt weiß ich wie man es schreibt). Dann war auch schon Ende und wir gingen zurück. Auf dem Zimmer traf ich Christopher, der die ganze Zeit auf der Toilette saß und zu seinem Bedauern ein kleines Missgeschick auf dem Weg von der Halle zur Toilette hatte. Nach dem ich geduscht hatte und mich müde für ein paar Minuten ins Bett warf, gab es schon Essen. Ich zwang mich auf und ging in den Speisesaal. Da wir spät dran waren, setzten wir uns an einem anderen Tisch. Ich zwang meinen Reis in mich hinein und wollte mir anschließend noch einen Snickers kaufen. Leider aber ausverkauft und so begnügte ich mich mit 2x Melonen-Kern-Eis mit Schokolade (das heißt aber nur so. In Wirklichkeit sind es nämlich Kürbiskerne). Ich schaute mir dann im Bett noch einen Film an (nur zum Teil, da ich noch schlafen wollte) und nahm mir eine Pause. Ich wachte kurz vor dem nächsten Training wieder auf und raffte mich runter zum Training. Christopher musste ständig auf die Toilette und so gab ich ihn eine Tablette gegen Durchfall, da er nur ein starkes Antibiotikum hatte, das üble Nebenwirkungen aufwies. Da es ihn aber noch zu schlecht für ein Training ging, blieb er

lieber auf dem Zimmer. Max und ich gingen somit alleine zum Nachmittagstraining. Tobias hatte ja schon seit Tagen das gleiche Problem wie Christopher. Unser Shifu sagte uns dann, kurz bevor wir losgingen, dass wir die erste Einheit bei Yuen-Shifu hatten und die zweite dann bei Ihm. Max freute sich schon auf das Training, aber wir gingen anschließend wieder unter die Brücke zum Gammeln. Dann aber, als wir ankamen, meinte Yuen, dass wir durch die Steinlandschaft laufen sollten, uns dann dehnen und wenn wir damit fertig sind, unsere Form üben sollten. Nur blöd für Max, der noch keine Form gelernt hatte. Jedenfalls liefen wir zunächst durch die Steinlandschaft, was anschließend in einem Spaziergang endete bei dem wir Rinder, Ziegen und eine Höhle im Felsen sahen. Eigentlich eine schöne Gegend. Denke mal ich wird hier bald noch mal mit der Kamera vorbeischauen, wenn das Wetter und die Laune mitspielen. Dann gingen wir zurück und ich setzte mich zu den anderen und lauschte den Gesprächen. Irgendwann raffte ich mich auf und ich spielte ein wenig mit meinen Stock. Niko ist immer noch ganz begeistert von dem Ding. Dann lies ich mir noch mal von Max die Form zeigen und wiederholte sie einige Male. Wir gingen dann irgendwann zurück zur Halle und warteten auf Trainingsbeginn. Von weitem hörte ich schon die Kindergruppe unseres Shifus marschieren und dabei Yi, Er, San, Si (die chinesischen Zahlen halt) schreien. Sehr militärisch. Dann liefen wir uns in der Halle selbstständig warm (inkl. Dehnen). Wir sollten dann raus in dem Hof der Halle kommen, wenn wir fertig seien. Machten wir auch und gingen dann schnell vor der Kindergruppe die Stellungen und Kicks durch. Dann lernte Max endlich seine Form und ich konnte meine Stickform um ein paar Abläufe erweitern. Unter anderem einen Schlag von Oben zum Hals, ein bisschen Gewirbel, Positionswechsel der Hände am Stock und einem heftigen, gesprungenen Schlag von Oben auf den Boden. Der knallt so richtig schön, bedarf bei mir aber noch etwas an Übung. Wollte ich eigentlich kurz Dusche, stellte aber fest, dass ich keine Zeit dafür besaß, da es sehr bald zum Essen klingeln würde. Also egal und runter zum Essen gegangen. Es gab heute wieder kalte Nudeln. Die erste Portion war noch gut, die zweite schmeckte nicht mehr so pralle. Max und ich überlegten auch, die Schule eine Woche eher zu verlassen und dann noch ein wenig in China herumzureisen, bevor wir zurück nach Deutschland fliegen. Ich durchsuchte meinen Reiseführer nach interessanten Zielen und ging dann wieder zum Abendtraining runter. Christopher war nun wieder dabei, denn er hatte nur noch Verstopfungen und Bauchschmerzen. So lob ich mir das. Beim Warmlaufen gab ich wieder Vollgas im Gegensatz zu den meisten anderen (z.B. den neuen Kasachen, die schon nach nicht mal einen Tag Training nur noch einen Abendspaziergang machten, anstatt zu RENNEN). Heute Abend waren keine Kinder mehr dabei. Nur ein älteres Mädchen und der „erfahrenste“ Junge, der aber die ganze Zeit stillstehen musste. Warum habe ich nicht rausgefunden. Ich fragte unseren Shifu auch, wie lange die Kinder denn bleiben würden. Seine Antwort war: 1 Monat. Ich hoffe, dass Sie nicht NOCH einen Monat lang bleiben, sondern nur insgesamt. Denn dann wären Sie in gut 2 Wochen weg. Unser Shifu ist wirklich gestresst von den Kindern, dass macht er uns immer wieder deutlich, indem er auf die Gruppe zeigt und sich dabei scherzhaft aufregt. Beim Nachmittagstraining versohlte er allen Kindern, die nicht richtig im Ma-Bu standen, mit einer Fliegenklatsche den Hintern. Wir lernten unsere Form weiter und dann musste unser Shifu seine Medizin nehmen (er hatte Bauchschmerzen, wie er selbst sagte). Kurz darauf war das Training zu Ende. Nach dem Duschen schrieb ich wie gewohnt meinen Bericht und versuchte meinen Rücken zu entspannen. Der tut nämlich seit heute weh, bzw. ist einfach nur mega verspannt / verkrampft.

Donnerstag, 15.07.2010

Gut ausgeschlafen aber dennoch müde ging ich runter zum Morgentraining. Tobias fühlte sich immer noch nicht fit genug zum Trainieren. Christopher saß das ganze Training wieder auf der Toilette und schaffte es deswegen nicht mal zum Meeting. Mein Shifu schickte mich hoch, um Tobias aus dem Bett zu holen, der auch wenig später tatsächlich erschien, um dann wieder ins Bett zu gehen. Langsam zogen Max und ich also unsere Runden (wir sollten nur die kleinen laufen meinte unser Shifu), dehnten uns danach kurz an der Tischtennisplatte und gingen dann das Grundprogramm durch. Danach ging es an dann die Form bzw. an den Stick. Das Training war schnell vorbei und wir gingen dann irgendwann zum Frühstück. Leider gab es nicht wie zunächst gehofft das gute Brot, sondern das schlechte. Ich aß, was ich musste und ging aufs Zimmer. Christopher aß nichts und blieb die ganze Zeit an dem Zimmer. Als ich hochkam brachte er grade die leeren Flaschen, die sich angesammelt hatten, in den Flaschenraum (waren bestimmt an die 30 Stück). Denn heute stand Room Inspection an. Also machten wir etwas Klarschiff indem wir wie gesagt das Leergut raus brauchten, den Boden freiräumten, unsere Sachen ordentlich im Zimmer verteilten und noch etwas Staub wischten. Ich hing auch meine ehemals nassen Klamotten von den Bügeln und packte sie wieder in den Schrank. Die Wartezeit auf die Shifus, die sich die Zimmer betrachteten vertrieb ich mir mit meinem Reiseführer und suchte einige Ziele für die Tour mit Max raus. Vielleicht geht es nach Xi'an. Auch die Große Mauer darf nicht fehlen. Als unser Shifu mit 2 anderen ins Zimmer kam, bekamen wir 2 Daumen hoch. Er erzählte uns noch, dass er „Pain" hat und deutete dabei auf seinen Kopf. Christopher sollte fühlen und sagte mir anschließend, dass er noch nie eine so heiße Stirn angefasst hat. Er hat offensichtlich um die 39-40 Grad Fieber. Er sollte wirklich lieber im Bett sein. Dennoch ging er mit uns und der Yuen-Gruppe zur Halle. Nach dem Dehnen verabschiedete er sich jedoch ins Bett und Yuen führte das Training fort. Nach den üblichen Übungen kamen wir zunächst zu lockeren Kicks, die dann in die Sprung-Kicks übergingen. Diese übten wir so lange bis es zur Pause klingelte. In der Pause nutzte ich die Zeit und dehnte mich durchgehend so intensiv wie ich es konnte. Ich legte meinen Schwerpunkt dabei auf meine viel zu steife Hüfte und den Spagat. Ich muss sagen, das werde ich nun jede Pause machen. Denn noch nie habe ich beim Dehnen so schnell so gute Fortschritte verzeichnet wie heute. Zudem blieb ich so durchgehend warm und locker und konnte so nach der Pause besser als sonst durchstarten. Nach einigen Runden laufen steckte uns Yuen in eine Gruppe (also Max, Christopher und ich) und wir übten draußen unsere Formen. Draußen regnete es die ganze Zeit sanft, was wirklich richtig angenehm war. Ich machte meine Handgelenke für den Umgang mit dem Stock bereit und fing an meine Wirbel durchzugehen, bevor ich mit meiner Stockform begann. Irgendwann rief uns Yuen in die Halle zurück und wollte sehen wie weit wir gekommen waren. Yuen schickte mich zu den Franzosen, dessen Namen ich nicht schreiben kann, der mit mir die Basics des Stocks nochmal durchgehen sollte. Das Training mit Ihm hat wirklich Spaß gemacht und ich habe meiner Meinung (seiner auch) große Fortschritte verzeichnet. Es ist so, als ob man das Geheimnis des Stabs kennengelernt hat. Das Vorher/Nachher-Effekt war für mich enorm. Zudem habe ich noch einen neuen Move gelernt und auch der heftige Schlag mit dem Stock auf den Boden wurde mir gezeigt. Dann war es leider schon vorbei und wir gingen zurück zur Schule. Der Regen hat den Smog weggespült und man sah seit langem wieder die Berge in ihrer vollen Pracht. Max musste erstmal ein paar Fotos davon machen. Ich werde es in der nächsten Session auch nachholen. Zu Mittag gab es Reis und Brötchen. Dazu muss ich ja wohl nichts mehr sagen, oder? Nach dem Essen kam Max noch kurz mit aufs Zimmer und wir ließen unsere Gedanken ein wenig über den Trip durch China schweifen. Dann fing ich wie gewohnt meinen Bericht an und versuchte bei einem Film zu entspannen. Beim anschließenden Training ging es unseren Shifu wieder besser. Da es immer noch sehr klar draußen war, nahm ich meine Kamera mit und schoss ein paar Fotos. Dazu

nahm ich einige Videos vom Training und so auf. Denke da ist was recht Interessantes bei. Beim Training gingen primär wir die Sprungkicks und den Fußfeger durch (der erstaunlich gut klappte). Unser Shifu sperrte eines der kleinen Kinder in den Flaschenraum in der Trainingshalle und lies ihn da drin. Ich hoffe er wird da nicht vergessen… würde es ihm nämlich glatt zutrauen. Tobias machte später noch etwas Powertraining und der Rest von uns sollte die Form üben. Montag geht es wie gehabt zum Shaolin Tempel. Eine Fahrt dahin dauert 4 Stunden. Ich darf morgen in der Stadt deswegen nicht vergessen Proviant zu kaufen. Nachher ging es zurück. Vor dem Chinesisch-Unterricht drückten wir uns wieder erfolgreich. Bevor es aber los ging, gingen wir zum Shop, um unsere Langeweile mit Essen zu bekämpfen. Die Chinesin machte aber die Tür nicht auf. War wohl am Schlafen. Deswegen gingen wir beide nur heißes Wasser holen um uns einen Kaffee (Christopher) und eine Suppe (ich) zu machen. Dann rief uns Tobias aus dem Fenster über uns zu, ob wir zum Shop wollten. Er wollte nämlich auch was. Ich teilte ihm mit, dass keiner die Tür öffnet und er kam herunter und klopfte wohl so lange an die Tür, bis Sie aufmachte. Dann gingen wir einkaufen und ich kaufte mir Eis, Schokolade und Eistee (wieder nicht gewonnen). Da es einiges an Zeit kostete und der Unterricht bereits begonnen hatte schlichen wir uns durch den Waschmaschinenraum zurück zu unserem Zimmer. Aber der Sanda-Shifu war wieder in der Eingangshalle anwesend und schaute uns komisch an… sagte jedoch nix. Ohne Wasser, Klimaanlage und Strom warteten auf das Abendessen. Es gab frittiertes Brot. Aber diesmal nicht so kross wie sonst. Schmeckte also nicht so toll, war aber mal was anderes. Auf dem Zimmer saßen wir auf unseren Betten und an unseren Laptops. Der kleine Jin Da Bao (alias Melon-Head) klopfte an die Tür und ich dachte zunächst sie wollten die Fernbedienung für die Klimaanlage ausleihen. Aber die kleinen Chinesen wurden wohl losgeschickt die ganzen leeren Wasserkanister zu sammeln. Da unser aber noch nicht leer war ging er leer aus. Kurz darauf klopfte es wieder und der übliche kleine Chinese, der sonst immer die Fernbedienung schnorrt, trat herein. Aber diesmal wollte er sie nicht haben, sondern wieder die leeren Kanister. Dann schaute er neugierig auf Christophs Bildschirm und sah dabei wie er Age of Empires zockte. Direkt hatte Christoph einen neuen Freund gefunden, den er so schnell nicht mehr los werden konnte. Der Kleine setzte sich zu ihm aufs Bett und schnappte sich die Maus und klickte damit wild rum und versuchte das Spiel zu verstehen. Alle Erklärungsversuche von Christoph versagten. Zwischendurch krümelte er noch mit irgend so ein chinesisches Knabberzeug in Christophs Bett herum. Irgendwann wurde es ihn zu langweilig und er schaute bei mir auf den Bildschirm. Da Bilder aber noch langweiliger sind, ging er beleidigt aus dem Zimmer. Weil ich das so lustig fand, wie er ganz fasziniert vor dem Bildschirm hang, machte ich davon ein Video. Beim Training hieß es heute Abend freies Training. Während die anderen Basketball, Tischtennis oder Fußball spielten, übte ich mich im Umgang mit dem Stock. Es wird von Tag zu Tag besser und macht dabei noch unglaublich viel Spaß, solange man sich nicht ständig selbst verletzt. Wird aber auch immer seltener. Ich zeigte „Football“ noch einen Schwertwirbel und dann war das Training auch zu Ende. Später auf dem Zimmer kam unser Shifu noch mit den Austragezettel für die Stadt ins Zimmer und lies uns jetzt schon für morgen austragen. Das spart Zeit. Ganz schön nett.

16. Juli 2010 – Kleine Planänderung

Viel neues hat sich die letzten Tage nicht ergeben (Oh Wunder). Es hat geregnet und es war ein Tag sehr klar, so dass ich wieder ein paar Fotos geschossen habe. Das mit dem Training geht nun wieder langsam Berg auf. Wir haben zwar immer noch viel freies Training, aber es klappt trotzdem ganz gut. Die ganzen Kinder sind zudem nur ein Monat hier. Also denke mal die meisten sind in 2 Wochen wieder daheim und wir haben unsere Ruhe. Unser Shifu ist auch schon ganz genervt. Er war fast die ganze letzte Woche krank. Erst nur Erkältet mit Kopfschmerzen und dann vor 2 Tagen hohes Fieber. Trotzdem hat er uns weiter trainiert (bis auf wenige Ausnahmen). Am Montag steht ein Trip zum Shaolin-Kloster an. Wird bestimmt geil. Die Fahrt dorthin mit dem Reisebus dauert etwa 4 Stunden. Zudem gibt es eine kleine Planänderung: Ich werde die erste Septemberwoche (meine letzte Woche hier) wahrscheinlich mit Max noch ein wenig durch China reisen. Wohin ist noch nicht klar.

Wie immer ein paar Bilder zum Abschluss…

Und danke für die Kommentare! Hab mich wieder gefreut.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/kleine-planaenderung/

Freitag, 16.07.2010

Der Tag beginnt und ich schnappte mir meine Kamera und ging zum Training. Christopher kam wie fast immer etwas später nach. Nach einer kurzen Aufwärmphase gingen wir dann mit dem Shaolin-Shifu und seiner Gruppe zum Berg. Ich nahm mir vor die ganze Zeit Fotos zu schießen und Videos zu drehen. Als die anderen anfingen den Berg hoch zu rennen, schlenderten Christopher und ich den Berg hinauf und benutzten dabei unsere Kameras, um die Momente festzuhalten. Oben angekommen und viel Videomaterial später wollten wir beide eigentlich noch den Pfad weiterlaufen, da hinter dem nächsten Hügel die tote Atom-Landschaft warten sollte. Aber da wir ohnehin schon knapp dran waren, gingen wir lieber wieder zurück. Auf halben Weg mussten wir dann doch an Tempo zulegen, da man uns schon „faster“ zurief. Unten erfuhren wir, dass jemand anders damit gemeint war. Jedenfalls gingen wir zurück zu unseren Shifu, wo Max und Tobias schon ihre Form durchgingen. Wir mussten erst einmal 20 Kniebeugen machen und nach kurzem, selbstständigem Dehnen stand 5 Minuten Form auf dem Programm. Dann war Frühstückszeit. Leider kein gutes. Ich versteh nicht warum Sie die Brötchen nicht 5-10 Minuten länger backen. Dann würden Sie zumindest besser schmecken. Nach dem Frühstück bereitete ich meine Artikel und Bilder für das Internetcafé vor. Christopher entdeckte ein großes, geflügeltes Insekt am Fenster und stand schockiert auf und sperrte es zwischen Fliegengitter und Fensterscheibe ein. Da es wirklich ekelig und groß war und keiner von uns beiden es töten wollte (der Stab passte nicht zwischen die Ritze, wo das Vieh drinsteckte), suchten wir Hilfe bei Tobias, der es aber selbst mit Säbel nicht tun konnte. Dann fand ich einen kleinen Chinesen auf dem Flur, der sich das Ding anguckte und verschreckt aus dem Zimmer ging. Meine letzte Rettung war dann Jin Da Bao (der 5-jährige Chinese), der aber selber Angst vor Insekten hatte (er kreischt dann immer) und der Wannabe-Chinese (älteres Kaliber). Ich nahm den Wannabe-Chinesen mit aufs Zimmer, drückte ihn die Fliegenklatsche in die Hand, deutete aufs Fenster und sagte dabei nur „kill“. Er meinte dann aber, nach dem er sich das Tier angeschaut hatte „No kill“, nahm es in die Hand (es zappelte ganz wild) und lies es durch das Fenster frei, wo es auf dem gegenüberliegenden Dach saß. Aber Hauptsache das Biest ist draußen. Dann ging es zum Meeting runter in die Halle. Der Trip nach Shaolin kostet übrigens 260 Yuan. Ich bin auf jeden Fall dabei. Auf den Weg in die Stadt hatte ich heute mal „Shotgun“ (saß also vorne) und machte bei der Gelegenheit ein Video von der Fahrt. Taxifahrer rotzen immer ganz gerne aus dem Fenster. In der Stadt gingen Christopher, Max und noch 2 andere, sowie ich, zunächst zum Supermarkt. Ich traute erst meinen Augen nicht und dachte ich wäre wo falsch gelandet, denn die haben echt umgebaut. Es war nun viel mehr Platz hier und auch die Auswahl wurde erweitert. Ich orientierte mich zunächst neu im Laden und kaufte neben viel Proviant für den Shaolin-Trip am Montag ein paar lustige Souvenirs und ein paar gefakte Socken von Adidas. Während die anderen noch mit Shoppen beschäftigt waren, gingen Christopher und ich die Straße weiter hoch und suchten einen leckeren Essensstand an der Straße. Ich entdeckte den Stand vom letzten Freitag, wo es das leckere Fladenbrot gab. Ich kaufte mir 6 davon für 1,5 Yuan und Christopher kaufte sich ein Fladenbrot mit gebratenem Ei. Allerdings bekam er auch eine Motoröl-ähnliche Paste hinein, vor der er sich ekelte. Dennoch kaufte er sich später ein weiteres. Diesmal aber ohne die schwarze Paste. Wir warteten noch ein Weilchen auf die anderen vor dem Supermarkt und gingen dann zum Internetcafé. Der Rest kaufte dann doch noch Früchte und Christopher und ich gingen dann einfach vor, da wir nicht vor hatten noch länger zu warten, als wir es schon getan hatten. Da wir von Tobias erfahren haben, dass im alten Internetcafé keine Ausländer mehr eingelassen werden, gingen wir direkt zu dem neben der Filiale der Bank of China. Es war ein kleines Café, wo man auch einfach nur bezahlten und surfen konnte. Dennoch legte ich meine ID-Card vor. So ging es nämlich auch. Der Mann hinter den Tresen, hatte übelst lange Fingernägel. So lange Nägel habe ich eigentlich noch nicht gesehen. Da wird jeder

Tiger neidisch bei. Jedenfalls nahmen wir beide Platz und fuhren die Rechner hoch. Ich stellte wie gewohnt meine Artikel online, benutzte Skype und schrieb ein paar Mails. So das übliche halt. Zudem informierte ich mich über ein paar Reiseziele in China, wurde aber nicht wirklich fündig. Dann gingen wir um kurz vor 12 hinaus, machten einen Halt am Bankautomaten (brauch ja schließlich genug Geld für den Trip) und fuhren mit einem Taxi zurück zur Schule, wo wir direkt zum Essen gingen. Ich bekam von der Dänin eine Art frittiertes Fladenbrot mit Zucker geschenkt, dass ich zum Reis aß. War ganz lecker. Nach dem Essen ruhte ich mich für das nächste Training aus, in dem ich eine Runde schlief. 30 Minuten vor Trainingsbeginn wachte ich auf und wartete auf das Klingeln. Als es dann so weit war, trafen wir uns wie immer in bzw. vor der Eingangshalle (draußen) und gingen dann zusammen mit den Kindern los. Unseren Shifu ging es offensichtlich wieder deutlich besser. In der Halle schloss Max seinen MP3-Player an die Lautsprecher an und lies seine Musik laufen. Wir liefen uns warm, dehnten uns und kamen nach dem Grundprogramm (Stellungen natürlich) zu Akrobatik. Wir sprinteten, sprangen, hüpften durch die Gegend und kamen dann zum Radschlag, einen neuen Sprungkick, bei dem man viel Anlauf nimmt, ein Knie hochreißt, sich dabei 1 ½ Mal in der Luft dreht und dabei mit einem Bein tritt. Wenn man es kann, sieht es gut aus. Das Rad erweiterten wir zum einhändigen Rad und schließlich zum freihändigen Rad (Aerial genannt). Wenn es dazu ein Motto gäbe, dann hieße es bestimmt „Alles oder Nichts“. Also Anlauf nehmen und LOS. Dabei zerrte ich mir den Oberschenkel. Aber was soll’s. Dann kam der Butterfly-Kick dazu (kurz: B-Kick). Im Wechsel mit dem Aerial wurde er bis zum Abwinken (also bis zur Pause) geübt. Die Pause nutzte ich wieder um mich intensiv zu Dehnen. Schwerpunkt war wieder meine Hüfte und der Spagat in beide Richtungen (Seit- und Frontspagat). Ich stelle Fortschritte dabei fest. Ich hatte keine Probleme mehr den Kopf im Stand zwischen die Knie zu halten und bei der Grätsche komm ich nun weiter runter bzw. nach vorne. Gleiches gilt für den Split (Spagat). Hätte ich mir anfangs nicht mal im Traum vorstellen können. Nach der Pause fuhren wir mit Powertraining fort. 200 Sit-Ups sowie 200 der äquivalenten Rückenübung, dessen Namen ich immer vergesse. Die neuen Kasachen meinten doch tatsächlich „I don’t want“ zum Sanda-Shifu, als er Ihnen sagte, Sie sollen die Rückenübung machen. Genauso hatte ich Sie auch eingeschätzt. Kommt natürlich bei niemand gut an. Erst recht nicht bei den anderen in der Sanda-Gruppe. Dann sollten wir unsere Form bzw. den Gun (Stock) üben. Da wir aber viel Zeit mit der Akrobatik und den Powertraining verbracht hatten, war die Stunde schnell vorbei. Wir spazierten wieder zur hoch und grüßten ab. Zum Abendessen gab es heute kalte Nudeln. Ich schlang so viel in mich rein wie möglich bzw. nötig und lies es mir dabei zur Abwechslung mal schmecken. Heute oder Morgen verlassen angeblich 4 Leute die Schule. Einer davon ist der Australier. Muss schon blöd sein, wenn man einen Monat hier war und praktisch nix gelernt hat, weil man ständig Pause gemacht hat. Wer die anderen sind, die die Schule verlassen, weiß ich aber auch nicht. Pit und Uli verlassen aber nächste Woche ebenfalls die Schule und schauen sich noch ein wenig China an. Uli fliegt danach weiter nach Thailand. Nach dem Essen kam wieder der kleine Chinese ins Zimmer und wollte wohl wieder was spielen. Er fand aber nix vor und ging auch prompt wieder. Beim Abendtraining zog ich alleine wieder meine Runden und regte mich dabei wieder über die Spaziergänger auf. Selbst viele der „alten“ Leute hier, die schon länger hier sind, fangen schon damit an. Ich habe kein bisschen Verständnis dafür. Dann war wieder freies Training und ich machte praktisch nichts, außer auf der Tischtennisplatte zu sitzen, ein bisschen mit dem Stock rumzufuchteln und mit Tobias zu quatschen. Der Großteil machte ebenfalls nix. Hoffe morgen ist die Zerrung im Oberschenkel wieder besser. Das Nachmittagstraining heute war echt gut und hat Spaß gemacht. Morgen sollen wir den Aerial und B-Kick weiter üben. Christopher hat den Kopfstandüberschlag zu lernen. Nach dem Training, kam wieder der kleine Chinese aufs Zimmer und schnappte sich die Fernbedienung für die Klimaanlage. Dann kam ein zweiter hinein. Da Christopher und ich wieder ein großes Insekt hinter dem Vorhang

vermuteten, schickte ich einen der beiden zum Nachgucken hin. Da dort nichts war, waren beide total verwirrt und wussten nicht was wir von ihnen wollten. Einer verließ das Zimmer und der andere wollte irgendwas mit dem Wasserboiler machen. Ich fand irgendwie heraus, dass er was trinken wollte. Ich machte ihn vor, er soll die Hand drunter halten und so was trinken, doch er wollte lieber den Kran ablutschen und so unseren Boiler verseuchen. Ich zog ihn, bevor er es machen konnte (es fehlten vielleicht noch 3cm vom Wasserhahn bis zu seiner Zunge, die er wie ein Hund ausstreckte) an den Schultern herunter und erklärte ihn irgendwie, dass wir das so nicht wollten. Dann trottete er aus dem Zimmer und wir schlossen schnell die Tür, bevor wir noch mehr kleine Kinder ins Zimmer kommen würden. Wie von der Tarantel gestochen sprang Christopher aus dem Bett auf und rannte zur Toilette und rief dabei nur „I HAVE TO SHIT!!!“. Ich kam aus dem Lachen nicht mehr heraus. Anschließend legte er sich wieder ins Bett und schlief direkt ein, während ich duschte. Ich beendete den Abend wie üblich mit meinem Tagesbericht. Als ich gegen 20 nach 10 fertig war und mein Netbook zuklappte, wachte Christopher auf, schaute mich an, sprang auf mit dem Worten „Oh fuck!“, ging zum Bad, machte das Licht dort an und blieb davorstehen. Dann sah er mich an und fragte was mit Max sei. Ich war total verwirrt und dachte nur „Hä?“. Dann wollte er wissen wo Max ist. Ich sagte, dass er wahrscheinlich grad auf seinem Zimmer ist und schläft. Dann ging er wieder ins Bett und meinte nur, er wüsste grad nicht, was in seinen Kopf vorgeht. Ich denke das sind Erschöpfungserscheinungen vom Übertraining. Danach ging ich auch ins Bett.

Samstag, 17.07.2010

Ich wache gegen 10 nach 5 auf und schaue aus dem Fenster. Es war sehr dunkel und Nebel (oder Smog?) lag in der Luft, so dass kein Sonnenstrahl durchkam. Ich legte mich noch ein paar Minuten hin und machte mich dann fürs Training fertig. Christopher rief mir im Badezimmer zu, dass wir wieder ein Insekt im Zimmer haben. Ein großes natürlich. Er hatte es gestern Nacht zwischen Fensterscheibe und Fliegengitter eingesperrt, da er dachte dort etwas gesehen zu haben. Heute Morgen kam die Erkenntnis: Ein großer Nachtschwärmer (glaub ich zumindest). Wir ließen das Ding erst mal in seinem Gefängnis und ich ging zum Training. Christopher war sehr, sehr müde und konnte nicht trainieren vor Müdigkeit. Ich ging dann allein runter und trainierte mit Max zusammen. Tobias hatte immer noch Bauchschmerzen, Magen-Darm, o.Ä. und blieb deswegen auch im Bett. Beim Laufen regte ich mich wieder über die ganzen Ausländer auf, die aus dem Training einen Morgenspaziergang machen. Das sind immerhin knapp 70%. Das spornt mich an, schneller als der Rest zu laufen. Nach dem ich 7 große Runden gelaufen bin, dehnte ich mich kurz an den Platten und wir gingen mit unseren Shifu das Training durch. Stellungen, Faustsẗoß, Handflächenschlag, Rumanda (?), Ma-Bu / Gum-Bu und dann so 'ne Art Stellungswechsel zwischen Der Hockposition zum tiefen Ausfallschritt. Die Übung ist die Killerübung schlecht hin für die Beine. Ich schaffte grade mal 5 Stück davon nacheinander. Dann liefen wir noch ein oder zweimal unsere Form (diesmal kein Gun) und das Training war beendet. Auf dem Zimmer saß Christopher wie ein Häufchen Elend in der Ecke auf dem Stuhl und meinte nur, er könnte kaum die Augen offenhalten. Beim Frühstück (ich ging allein, Christopher war zu müde) gab's wieder denselben Mist wie immer. Allerdings bekam ich etwas Schokolade von Christian, und konnte so etwas Abwechslung in die Brötchen bringen. Max hat jetzt auch Magenprobleme bzw. Bauchschmerzen. Er wollte es ja unbedingt wissen. Nicht dass ich ihn nicht gewarnt hätte 😉

Kurz darauf ging es weiter mit dem Training. Vormittags immer ohne Kinder. Tobias vermutet, dass er sich mit Salmonellen angesteckt hat, durch das nahrhafte und hygienisch unbedenkliche Essen hier. Beim Training fingen wir mit den Kicks an. Bis Pausen mussten wir durch die Luft treten. In der Pause dehnte ich mich wieder wie sonst auch und arbeitete an meiner Hüfte, damit Sie flexibler wird. Nach der Pause gingen wir Ma-Bu und Gum-Bu mit und ohne Faustschläge durch und kamen dann zu unseren Formen. Wir übten Sie draußen, wo es herrlich sanft regnete. Das war echt erfrischend, macht den Stab aber sehr glitschig und dreckig (wenn er auf den Boden fällt). Mein Shifu zeigte mir ein paar weitere Bewegungen der Stockform, die ich die ganze Zeit übte. Dann gingen wir wieder in die Halle und machten jeder noch 100 Sit-Ups und dann war auch schon Ende. Komplett durchnässt gingen wir zur Schule zurück, grüßten ab und gingen auf unsere Zimmer. Während ich duschte, holte sich Christopher heißes Wasser für seinen Kaffee(-ersatz). Er meinte, dass das Wasser heute wohl heiß genug für eine Suppe wäre und machte mir so Appetit auf einen Happen. Ich ging zu Max, der immer noch meine Suppenschale hatte und er schlug mir vor, Wasser mit seinem Tauchsieder zu erhitzen. Das Wasser war danach fast kochend und die Suppe so gut wie nie zuvor hier. Ich genoss jeden Löffel und ging danach zum Essen. Es gab Reis…

Nach dem Essen besuchte uns die Dänin und gab Christopher ein dänisches Buch und wir unterhielten uns über allerlei Dinge, wie z.B. den kasachischen Jungs, die heute in ihrer Tai Chi-Gruppe waren. Sie meinte, sie wären sehr faul und würden nichts machten. Genau das habe ich auch schon festgestellt. So wie sie sagte wurden Sie von ihren Vätern hier hingeschickt. Für 3 bis 4 Wochen. Ich kann es kaum abwarten bis Sie verschwinden. Nach der Pause ging ich mit Max zum Training. Tobias und Christopher blieben an der Schule, da Sie beide Bauchschmerzen und Durchfall plagen. Es kommt definitiv vom Essen, da sind wir uns einig. Beim Training gingen wir mit dem

Shaolin-Shifu vor und machten uns auf sein Kommando warm. Dehnen geschah dann selbstständig. Unser Shifu kam nach dem Dehnen mit den ganzen Kindern nach. Wir gingen die Basis-Kicks durch und dann die Sprungkicks (einige davon). Max plagten Bauchschmerzen, doch er „opferte“ sich für mich auf und so musste ich nicht alleine das Training durchstehen. Alleine hat man nämlich die ganze Konzentration des Shifus. Das kann verdammt hart werden…

In der Pause dehnte ich mich wieder und bekam ein wenig „Hilfe“ (so nenn ich das jetzt mal) von Pit und Christian, die mir die Beine weiter auseinanderzogen. Unter Schmerzen kam ich aber tatsächlich ziemlich tief in den Spagat runter. Ich hätte nicht gedacht, dass ich doch schon so weit runterkomme. Wenn jetzt noch der Schmerz dabei nicht mehr so heftig wäre, würde ich den Spagat sicher bald können. Die Hüftblockade habe ich auch überwunden. D.h. beim Dehnen des Seitspagats blockiert die Hüfte nicht mehr so stark. Der Dehnvorgang in den Pausen ist aber dafür sehr kräftezehrend. Trotzdem fühl ich mich danach immer besser als vorher. Vor allem ohne Schuhe. Ich habe das Gefühl ich könnte fliegen. Nach der Pause fuhren wir mit den Kicks fort und kamen dann zur Shao-Form (auch für mich). Dann noch ein bisschen Gun, bei dem ich meine Form weiterlernte und zum Schluss noch 200 Sit-Ups für jeden. Als ich auf dem Zimmer ankam, fragte ich, ob Sie mit Yuen gesprochen habe. Tobias und Christopher hatten nämlich vor mit Yuen über das Essen in der Schule zu reden. Denn viele bekommen davon Magenprobleme bis Durchfall. Dann sagte er mir, dass er mit Tobias im Krankenhaus war. Ich traute meinen Ohren nicht. Er erzählte, dass er noch nie SO ein Krankenhaus gesehen hat. Es war eine Drecksbude, wie Sie im Buche steht. Christopher erzählte mir gerade, dass Sie ihn eine Injektion verpassen wollten, gegen die Bauchschmerzen, da kam Tobias rein und fragte ob er die Pillen genommen hat, die Sie beide bekommen haben. Die beiden erzählten mir was Sie dort erlebt haben und mir blieb nichts anderes übrig, als den Kopf zu schütteln. Das Krankenhaus war eigentlich eine verlassene Ruine, bis jemand sich dachte: „Ach, lass hier mal ein Krankenhaus raus machen“. Also ein 20 Jahre altes Holzgestellt mit einem weißen Laken in eine Ecke gestellt, ein bisschen Müll auf den Boden verteilen und fertig ist das Krankenhaus. Nichts war hygienisch oder gar steril. Der „Doktor“ rauchte die ganze Zeit seine Kippen und rotzte mitten im Gespräch auf den Boden. Niemals hat der Medizin studiert meinten Sie. Als er fragte, was sie denn hätten, versuchten beide genau zu beschreiben was denn nun war. Yan Lin, der mitgefahren und sie hingebracht hat, übersetzte das Ganze. Fazit war, dass es am kalten Wasser und der Klimaanlage liegt (woher bitte kaltes Wasser bekommen?). Aber nein, nein… das Essen ganz bestimmt nicht. Als der Doktor ihn eine Direktinjektion verpassen wollte, meinte Christopher, dass er Nadeln nicht mag und nicht wollte. Tobias auch nicht. Dann bekamen Sie Pillen, die Sie nehmen sollten. Sie nahmen Sie mit zur Schule und nahmen Sie natürlich nicht ein. Danach hat man bestimmt ganz andere Probleme…

Da beide unter Durchfall leiden, konnten Sie nicht vermeiden im Krankenhaus auf die Toilette zu gehen. Da aber keine an Papier gedacht hat, musste Yan Lin eine kleine Packung Taschentücher (ich hab Sie gesehen; wirklich sehr kleine Packung) für beide auftreiben. Christopher ging zur Toilette und bemerkte irgendwann, aber spätestens nachdem eine Frau in die Toilette kam und schreiend raus rannte, dass er auf die Frauentoilette gegangen war. Er rief Tobias, der im Herrenklo hockte zu, dass er wohl die falsche Tür genommen hatte. Christopher erschrak richtig, als er aus dem Herrenklo eine Art Explosion aus Tobias Hintern vernahm. So laut habe er noch nie jemanden kacken gehört meinte er nur und war froh, dass er woanders war und so nichts abbekommen konnte (muss sich echt schrecklich angehört haben). Christopher dachte in dem Moment nur, dass er vielleicht gar nicht krank sei. Denn im Vergleich zu Tobias hatte er nicht mal annähernd Durchfall. Ich kann aber bezeugen, dass Christopher, sobald er etwas isst, keine 20 Minuten vergehen, bis er auf die Toilette rennt. Ich kam aus dem Lachen nicht mehr raus. Zum Abendessen gab es wieder die Brötchen. Ich

kaufte mir eine kleine Tafel Schokolade (sehr klein) und stopfte sie Stückchenweise ins Brötchen, damit es Mal nicht ganz so trocken schmeckt. Christopher aß nicht viel und Tobias ebenfalls nicht. Christopher meint nur, dass er es Leid ist ständig zu kacken. Das geht schon seit Tagen so. Tobias hat es aber glaub ich noch schlimmer. Sobald er sich bewegt, kriegt er Bauchschmerzen und muss wenig später ebenfalls auf den Pott. Ich bin echt froh, dass ich bisher verschont wurde. Am Tisch erzählte Pit, der ja bald seine Ausbildung bei Kuhr Security in Berlin beginnt, dass Sie gerne mal den Sanda-Shifu mit in einen Club nehmen wollen. Er legt sich dann mit einem Türsteher an und wird, sobald er einen Schlag abbekommt nur sagen „No Power“, so wie er es immer tut. In dem Moment fand ich ganz witzig, aber ich merke grade beim Schreiben, dass das wohl niemand mit mir teilen wird. Nach dem Essen traf ich meinen Shifu in der Eingangshalle, der mich zu sich rief. Er erzählte mir, dass wir wohl den Shifu wechseln sollten zu Yuen oder den Shaolin-Shifu. Ich verstand erst nicht, aber dachte mir, dass es vielleicht was mit den Krankheitsfällen von Tobias und Christopher zu tun haben könnte, die sich in letzter Zeit häuften. Yan Lin hat wohl davon Wind bekommen. Ich fragte aber warum das Ganze und vermittelte ihn so, dass ich das nicht wollte. Er war dann ganz froh und gab mir beide Daumen und meint ich sollte mit Tobias und Christopher drüber sprechen und Morgen dann „Yes“ oder „No“ sagen zu dem Wechsel. Für Tobias, Christopher und mir war es aber klar, dass wir das nicht wollten. Schließlich haben wir den coolsten Shifu. Beim Abendtraining setzte Max heute aus, da er Probleme mit dem Sprunggelenk hat. Christopher ebenso, da er immer noch Durchfall hat. Tobias trotze den Bauchschmerzen und Durchfallanfällen und machte mit und wollte Notfalls schnell aufs Zimmer rennen bzw. immer und überall Toilettenpapier mitnehmen. Er ist ja nun schon einiges gewohnt und kann, wenn er in ein Loch scheißen kann, auch im Busch sein Geschäft verrichten. Nach dem Laufen sahen wir, dass Yan Lin mit unseren Shifu sprach und wir gingen beide dazu, um das Ganze zu klären. Wir vermittelten Yan Lin, dass wir nicht den Shifu wechseln wollten, in dem wir auf das freie Training, das wir jetzt teilweise haben, bauten. Er wollte den Wechsel auch nur, weil er heute beim Training zugesehen hat und sah, dass er immer zwischen der Kindergruppe und uns wechseln musste. Er wollte uns halt nur einen Gefallen tun, damit wir mehr lernen können, indem wir immer Zugriff auf einen Shifu haben. Aber den haben wir doch bereits und 5 Minuten kommen wir auch ohne Shifu klar. Zudem sind die die einzige Gruppe, neben den Sanda-Leuten, die richtiges Powertraining machen. Er akzeptierte das und alle waren zufrieden. Unser Shifu war richtig verlegen-glücklich und zeigte uns in aufrichtiger „ich-bin-euch-was-schuldig“-Laune alles was wir wollten. So wurde Tobias die Dao-Form weiter beigebracht und mir zeigte er, wie die Stockform weitergeht. Ich glaube wir haben ihn irgendwie den Arsch gerettet. Ich duschte anschließend und erzählte Christopher was es nun ergeben hat mit dem Wechsel, der ja nun nicht stattfand. In dem Moment erschraken wir beide. Dann wir hörten Schüsse, ganz aus der Nähe. Der Himmel leuchtete immer wieder kurz rot-gelb auf und wir dachten echt, draußen wäre ein Krieg ausgebrochen. Ich war schon kurz davor mich auf dem Boden zu werfen (kein Witz), dann kam irgendwann vom Flur die Erkenntnis, dass es „nur“ Feuerwerk war. Aber ganz schön heftiges Feuerwerk. Hätte auch Artilleriebeschuss sein können. Und Gewehrschüsse hätte man auch raus hören können. Nach den Sekunden des Schreckens schrieb ich meine Berichte zu Ende und vernahm später noch weitere Male das „Feuerwerk“. China halt.

Sonntag, 18.07.2010

Christopher musste mich heute Morgen wecken, da ich sonst verschlafen hätte. Mit 5 Minuten Verspätung zog ich mich an und wir gingen gemeinsam runter. Max hatte wohl auch verschlafen, denn er kam 2 Minuten später, als wir uns gerade warm machten. Tobias hatte komplett verschlafen meinte er. Irgendwie seltsam. Dafür habe ich heute doch tatsächlich das erste Mal die Nacht durchgeschlafen und bekam zum Dank 6 neue Mückenstiche. Nach dem Laufen und Dehnen gingen wir mit unseren Shifu und den Kindern das Basisprogramm durch. Zwischendurch standen heute immer wieder Push-Ups auf dem Programm. Zum Schluss ging es noch an die Form (ohne Stock). Ständig wollten Reisebusse durch unsere Gruppe fahren und wir mussten so ständig unterbrechen und ausweichen. Als das Training geschafft war, meinte unser Shifu zu Max und Christopher, dass Sie heute Nachmittag mit dem Stock anfangen sollen. Max hat die Form in gut einer Woche gerusht. Jetzt muss er Sie nur noch so oft üben, dass er Sie nicht mehr vergisst, sonst war alles vergeblich. Aber ich denke mal, jetzt komm ich endlich etwas schneller mit meiner Stockform voran, da die anderen diese jetzt ja auch lernen müssen. Zum Frühstück gab es heute überraschenderweise kein gutes Brot und auch kein Ei. Dafür sehr wenige Brötchen und REIS. Es wird echt immer weniger. Alle waren schon ganz traurig / angepisst und fragten nach dem Ei und Brot, dass es nicht gab. Da Tobias und Christopher gestern zu Yuen über das Essen gesprochen haben und meinten, dass die Eier eventuell bis wahrscheinlich Salmonellen haben, wurde das wahrscheinlich so an die Küche weitergeleitet, dass es von nun an einfach keine Eier-Produkte mehr gibt. Ganz große klasse. Warum verstehen die Chinesen immer alles falsch. Nach dem Frühstück grummelte mein Magen vor Hunger, da es nicht genug Brötchen gab. Und den trockenen Reis wollte ich mir nicht schon zum Frühstück reinziehen. Davon gibt es mittags ja schon genug. Wenig später, als ich gerade auf dem Zimmer war, grummelte mein Bauch und ich wusste gleich, dass es mich nun auch erwischt hatte. Mit Bauchkrämpfen gingen wir beide zum Meeting und bezahlten die 260 Yuan für den Shaolin-Tempel-Trip morgen. Tai Chi fiel somit für uns drei aus. Tobias hätte das Training mitgemacht, wenn Kung Fu anstatt Tai Chi auf dem Plan gestanden hatte, denn er wollte den Aerial lernen. Schade fand ich, dass heute zur Abwechslung unser Shifu das Tai Chi leitete. Ich habe mich ganz schön geärgert, da ich weiß, dass unser Shifu auch der Tai Chi-Backup-Shifu genannt wird und er es auch drauf hat damit. Ich legte mich also in mein Bett und wartete darauf, dass es mir besser ging. Zum Mittagessen nahm ich nur eine Schale trockenen Reis. Christopher nahm auf Raten von einem Ausländer der Doktor ist doch die Medizin, da es sich dabei lediglich um Lehm mit Zucker und noch etwas handelte. Er meinte zwar, es schmeckt scheußlicher als es schon riecht, aber es hilft. Wir legten uns beide ins Bett und schliefen. Zwischendurch schaute ich meine Serie weiter. Zudem nahm ich Tabletten gegen Magenkrämpfe, die ich aus Deutschland mitgebracht habe. Zum Nachmittag raffte sich Tobias auch wieder auf. Max war auch dabei. Nur Christopher war immer noch „beschäftigt“. Meine Magenkrämpfe haben aufgehört, aber dafür war mir ein wenig schlecht. Das ganze Training über hatten wir freies Training, also „free practice“. Nach dem Dehnen machten Tobias und ich uns ein wenig mit Sprüngen und Radschlägen warm und übten dann den Aerial. Tobias bekam schnell wieder seine Magenkrämpfe und wechselte zum Powertraining über. Max konnte die ganze Zeit eh nichts anderes machen, da sein Sprunggelenk noch im Eimer war. Nachdem Yan Lin dann vorbeischaute, ich beim Aerial alles und war dann nach einigen Versuchen auch schnell aus der Puste. Zudem schlug ich immer wieder wie ein Stein auf dem Boden auf und zerrte mir so langsam, aber stetig meinen linken Oberschenkel. Mein Problem war, dass ab der Hälfte des Moves die Beine einfach zu Boden fallen. Nach dem mir das Bein einfach nur noch weh tat, ging ich auch zum Powertraining über. Tobias und ich erhöhten die Gewichte fürs Bankdrücken und für die Kniebeugen. Da ich heute nicht viel außer Süßigkeiten gegessen habe, war ich schnell kraftlos. Aber was soll man bei den Essen hier machen?

Zum Frühstück gibt's einfach mal nicht genug zu essen für alle und zu Mittag gibt es immer den Reis, der mir schon aus den Ohren wieder rauskommt. Ich kann kaum bis Dienstag waren. Da wird ich mich so was von vollstopfen und mir alles Mögliche zu essen kaufen, dass ich nie wieder Hunger leiden muss. Nach dem wir mit dem Sanda-Shifu wieder hoch zur Schule gegangen sind, nahm ich eine Tropfen-Dusche (kaum Wasser) und blieb auf dem Zimmer, statt mir noch den Chinesisch-Unterricht anzutun. Ich hab nämlich gehört, die alte Lehrerin unterrichtet wieder. Nein danke! Der Sanda-Shifu gab mir noch einen guten Rat für den Aerial: „Jump" und „Legs fast". Ein sehr weiser Mann. Vor lauter Hunger aß ich meine letzten Schokopilze auf und war danach immer noch hungrig. Zum Abendessen gab es erst einmal recht leckeren Reis mit Zeug wie Ei und noch was Grünem drinnen. Dann gab es noch gefüllte Teigtaschen mit Essensresten (kein Witz). Allerdings noch essbar. Problem war, dass es nicht genug gab. Es gab nicht genug zu essen!!! Nicht mal Reis. Die Teigtaschen wurden richtig ein rationiert. Die gierigen Franzosen, insbesondere Sebastian, der große Schwarze, schnappte sich einen Großteil und lies den Rest blöd dastehen. Hungrig kaufte ich mir mit meinen verbliebenen 2 Yuan in den Taschen ein Eis und Kaugummis, um vielleicht doch noch satt zu werden. Muss man sich mal vorstellen. ICH HAE MIR KAUGUMMIS GEKAUFT UM DAVON SATT ZU WERDEN!!! Hat natürlich nicht geklappt. Wie soll man bei so was noch genug Energie zum Trainieren bekommen. Die Spitze ist echt fast erreicht…

Jedenfalls gingen wir dann runter zum nächsten Meeting. Wie ich bereits vermutete, fiel das Training ins Wasser. Ich ging mit Christopher und Max noch einen Stock kaufen und schaute mich ein wenig in der Waffenkammer um. Schon ein paar schöne Stücke bei. Vielleicht kauf ich mir ein oder zwei Pratzen für ein paar Yuan. Auch Doboks gibt es hier zu kaufen; allerdings nur mit schwarzem Revers. Ich holte mein Schweizer Taschenmesser mit Säge aus meinem Zimmer und wir kürzten draußen die Stöcker auf die passende Länge und spielten anschließend ein wenig mit herum. Dann ging ich hoch aufs Zimmer und sprach ein wenig mit Niko, der sich auch diese Erdnusszuckerdinger gekauft hat. Er erzählte mir, dass er für 7 große Tüten nur 50 Yuan bezahlt hat. Ich habe neulich 2 kleine Tüten für 50 gekauft. Ich wurde also richtig, richtig verarscht. Aber ich habe es mir ja schon fast gedacht. Trotzdem eine unverschämte Frechheit. Denen werde ich demnächst mal einen Besuch abstatten…

Dann bekam ich noch ein Foto von einer riesigen Spinne zu sehen, die einige Ausländer auf dem Dach der Schule entdeckt haben. Die Spinne war etwa 8cm groß und ziemlich dick. Hatte etwa die Proportionen einer Vogelspinne, nur das sie etwas kleiner war und dazu gelb-grünlich. Ich schenkte mir, Sie in echt zu sehen und ging lieber auf mein Zimmer. Dann war wieder Meeting-Zeit. Beim Meeting erzählte unser Shifu uns, dass wir morgen wie gewohnt zum Meeting um 5:40 erscheinen sollen, dann weiterschlafen können, es dann Frühstück gibt und wir gegen halb 7 abreisen. Ich lud meine Kamera, mein Handy und mein Netbook für morgen auf und ging kurz darauf auch schon schlafen. Ich hoffe morgen gibt es mal wieder etwas mehr zum Frühstück. Ich bin es nämlich Leid immer mit leeren Magen rumzulungern. Und von Kaugummis möchte ich schon gar nicht satt werden.

Montag, 19.07.2010

Nachdem ich um 5:40 Uhr zum Meeting aufgestanden bin, legte ich mich anschließend wieder bis zum Frühstück ins Bett. Da mir nicht klar war, ob es heute ein vorgezogenes Frühstück gab, stand ich abermals um halb 7 auf und ging nachschauen. Frühstück fand aber zur normalen Zeit im 7:10 Uhr statt. Also nochmal weitergeschlafen. Beim Frühstück aß ich die Dampfbrötchen mit meiner Schokolade, die noch übriggeblieben ist. Anschließend ging ich aufs Zimmer, um meine Sachen für Shaolin zu packen. 5 Minuten später klopfte Max und wenig später der Inderjunge an die Tür und meinten Meeting. Also rasend schnell alles zusammengesucht, schnell die Zähne geputzt und runter. Immer diese unnötige Hektik. Da es heute Morgen ziemlich stark regnete, wollte ich eigentlich noch Regenkleidung mitnehmen oder zumindest 'nen Pullover. Aber den habe ich in der Eile natürlich ganz vergessen. Ich hatte nur mein Netbook bei (um die Speicherkarte der Kamera leerzuziehen sobald sie voll wurde), Toilettenpapier, meine Gürteltasche mit Handy, Sprachführer, Portemonnaie, Schlüssel und Reisepass und ein wenig zu Essen in Form von Süßigkeiten. Zudem bekamen wir alle noch ein Lunchpaket bevor wir abreisten. Es enthielt eine 0,5 Liter Flasche Wasser, eine eingeschweißte, chinesische Wurst, irgendeine eingeschweißte Pflaume, eine Tüte Knabberzeug (kann man wohl mit Chips am ehesten vergleichen), eine Art Reispuffer mit seltsamen Geschmack, eine Packung Kekse und eine Art Biskuit. Bei strömenden Regen stiegen wir in den Reisebus, der anschließend bis auf den letzten Platz besetzt war. Ich saß ganz vorne links, neben Christopher. Die Fahrt führte über die bröckligen, mit Schlaglöchern übersäten Straßen Chinas. Die Fahrt vertrieben wir uns mit Musik hören. Als Begleitung waren der Tai-Chi-Shifu, der Sanda-Shifu und der Second Headmaster dabei. Die Fahrt dauerte recht passend 4 Stunden… allerdings fuhren wir eigentlich nie schneller als 50 Km/h, da es der Straßenzustand nie zuließ. Sehr Nerv tötend war, dass die Hupe des Busses verdammt laut war. Und wer schon mal in China war, weiß auch, dass die Hupe hier seeeeehr oft benutzt wird. Ab der Hälfte der Strecke wollten Christopher und den Busfahrer einfach nur noch dafür töten, ständig auf die Hupe zu drücken. Ist ja nicht so, dass einmal Hupen ausreicht… nein, man muss ja mindestens 3 bis 5x für jeden Scheiß hupen oder am besten gleich für 5 Sekunden gedrückt halten. Meine Geduld war bald erschöpft und ich war immerzu kurz vorm Ausrasten, wenn er es wieder tat. Wir passierten auf der Fahrt den Gelben Fluss, von dem ich aus dem Bus heraus auch einige Fotos geschossen habe. Dann fuhren wir durch Dengfeng und kamen wenig später in Shaolin an. Wir hielten auf einen Parkplatz und gingen zu Fuß zum Tempelkomplex. Erst einmal wurde man wie üblich erschlagen von Touristenständen und Kommerz. Wir warteten im Hof des Eingangsbereichs, dass der Second Headmaster die Eintrittskarten kaufte und verteilte. Währenddessen schossen wir einige Fotos, da auch schon der Eingangsbereich einiges zu bieten hatte. Dann ging es endlich rein. Zunächst musste man eine lange Straße folgen, die bestimmt an die 2 Km lang war. Zu Fuß natürlich. Es fuhren zwar auch Elektrobusse, aber das war es den Shifus wohl nicht wert. Vorbei an schönen Gärten, am „Blauen Fluss“ (so stand es zumindest da geschrieben), Pagoden und unter chinesischen Bäumen kamen wir dann am Tempelvorplatz an. Auf dem Weg befand sich noch ein Gebäudekomplex, der unter anderem eine Waffenschmiede des Shaolin-Tempels, sowie eine Show-Halle mit natürlichen vielen Geschäften beherbergte. Wir gingen jedoch zunächst vorbei, da die Shifus erst mit uns zum Tempel wollten. Wir zeigten erneut die Eintrittskarten vor und traten ein. Der Tempel an sich war sehr schön und es gab viel Kultur zu bestaunen. Ganz am Anfang des Tempels, direkt nach dem Eingang, standen dicke Bäume, in den die Mönche im Laufe der Jahre tiefe Löcher mit Ihren Fingern gebohrt haben. Ziemlich cool muss ich gestehen. Natürlich gibt’s davon auch Fotos. Weiter im Tempel hinein, liefen auch einige Mönche rum. Nicht zu vergessen ist, dass überall im Tempel Touristen rumliefen. Überwiegend chinesischer Herkunft; aber auch Ausländer waren da drunter zu finden. Jedenfalls mehr als in der Longmen Grotte, wo wir als fast

einzigen Ausländer rumliefen. Die Tempel-Pagoden waren bunt bemalt und leuchteten wunderbar im Licht der Sonne. Vor dem Pagoden, die meist irgendwelche Statuen von Göttern oder so enthielten, war nicht selten ein Räucherwerk zu finden, dass vor sich her stank. Manche Pagoden waren auch Souvenirläden mit völlig überzogenen Preisen. So verlangte man in einem, 200 Yuan für ein kleines Armband. In Deutschland vielleicht Okay, doch nicht in China! Ich erkundete den Tempel alleine bzw. teilweisemit Christopher, der mir immer wieder über den Weg lief und machte natürlich ordentlich Fotos. Im Tempel fand ich auch einen richtig dicken, chinesischen Touristen. Also ich habe ja schon dicke Chinesen gesehen, aber er setzte den Maßstab ein ganzes Stückchen höher, so dass mir gar nichts anderes übrig blieb, als ein Foto zu machen. In den Souvenirläden, waren teilweise auch Mönche, die dort auf Stühlen saßen und schliefen. Manche waren sogar als Verkäufer tätig. Auf jeden Fall ist mir aufgefallen, dass die Shaolin-Mönche die gleichen Schuhe tragen wie wir (Kung Fu-Schuhe von Feivue). Die Mönche hatten entweder eine braune oder seltener auch eine graue Kutte an und dazu kurz geschorenes Haar. Nach nicht einmal einer Stunde haben wir praktisch schon alles vom Tempel an sich gesehen und gingen hinaus, um den Rest des Geländes weiter zu erforschen. Es gab nämlich noch eine Kung Fu-Performance, den Pagodenwald, Teehäuser und vieles mehr. Wir bekamen gut 2 Stunden Zeit, um uns das anzusehen was uns interessierte und sollten uns dann um 16 Uhr wieder vor dem Tempel treffen. Noch was zu den Souvenirläden oder Ständen: Wie ich es vermutete, verkaufen Sie alle praktisch das gleiche. Das wären vor allem Waffen wie Schwerter, Hellebarden, Armbrüste, Messer, Dolche, Schlagringe, Wurfsterne, Wurfmesser, Nunchakus, Elektroschocker. Aber auch harmlose Sachen wie T-Shirts und andere Kleidung, Fächer, Schmuck, Musik-CDs oder Bücher und Schriftstücke. Aber keine Postkarten!!! So wie es aussieht, muss ich wohl Briefe anstatt Postkarten versenden. Ich hoffe das macht nix. Ich rannte mit Max und ein paar anderen zur Kung Fu-Show, die in 12 Minuten anfangen sollte und wir kamen leider zu spät an. Denn alle Plätze waren bereits belegt und so mussten wir eine Stunde auf die nächste Show warten. Ich machte deswegen erst einmal eine Pause und aß ein paar Sachen aus meinem Lunch-Paket und schaute mich dann in den Souvenirläden um und kaufte dabei ein T-Shirt und ein traditionelles Hemd. Die Preise waren Fixpreise und recht moderat für Ausländer, so wie bei allen Souvenirläden hier. So bezahlte ich für ein T-Shirt 30 Yuan (= 3 Euro) und 80 Yuan (Naa? Wie viel ist es wohl?) für das Hemd. Während ich shoppte, verschwanden die anderen, ohne ein Wort zu sagen (ich habe mich jedenfalls noch abgemeldet). Ich schaute mich darauf hin alleine etwas um, um mir die Zeit zu vertreiben und fand Sie wenige Meter weiter beim Trainingsgelände, wo es Holzpfähle, Steinmauern und Statuen gab, um seine Balance zu trainieren. Wurde damit natürlich höchste Zeit für ein paar Posing-Fotos und wir erklommen die Pfähle, um ein paar Fotos zu schießen. Der Versuch einen Handstand auf den Pfählen zu machen, vergaß ich schnell wieder, da es mir dann doch zu wackelig war. Dafür muss ich erst lernen, mich langsam von unten in den Handstand zu drücken, so wie es ein Neuer gemacht hat. Als wir die Touristen aus dem Ausgang der Vorführungshalle strömen sahen, gingen wir schnell wieder zum Eingang zurück und stellten uns an. Kurz darauf waren wir in einer Art Lobby und gingen dann in einem Raum, mit einer Tribüne in der Mitte. Wir setzten uns hin und warteten auf die Vorführung. Schon vor der Vorführung kamen Mönche auf die Bühne um für Touristen auf einem Foto zu Posen (gegen Geld natürlich). Man sah ganz deutlich, dass Sie es schon einige tausend Mal gemacht haben, so schnell wie das ging. Touristen konnten auf die Bühne springen, sich eine Waffe schnappen und sich zu den Mönchen stellen, die sich dann entsprechend cool in eine Pose begeben haben. Das Foto wurde von einem „professionellen“ Fotographen gemacht. Das Ganze dauerte nie länger als 10 Sekunden. Dann ging pünktlich um 15 Uhr die Show los. Erst war alles dunkel und dann kamen die Shaolin-Mönche rausgesprungen und wirbelten mit ihren Schwertern herum. Dann kam einer mit einer Lanze dazu, der damit ein paar coole Sachen

machte. Dann wurde es wieder dunkel und drei Mönche führten nacheinander eine Art Form vor. Natürlich sehr spektakulär. Sie packen die feinsten Sachen aus ihrer Trickkiste aus und so gab es natürlich entsprechenden Applaus. Dann durften 3 Touristen auf die Bühne und mit den Mönchen zusammen Kung Fu ausprobieren bzw. üben. Das Ganze war ziemlich lustig, da die Touristen allesamt Frauen waren, die sich wohl noch nie zuvor so bewegt haben. Nacheinander zeigte jeder Mönch eine mehr oder weniger komplexe Bewegung, die die Frauen nachmachen sollten. Keiner der Frauen vermochte auch nur eine der Bewegungen nachzunahmen. Spätestens als einer der Mönche mit einem Radschlag loslegte, kapitulierten die Touristen und es ging in die Comedy über, da Sie es immerhin so weit wie möglich versuchten nachzuahmen. Nach dem alle Frauen durch wahren mit ihren „Übungen“ ging es weiter im Programm. Und zwar mit Qi Gong. Die Mönche demonstrierten, wie man einen Speer unterhalb des Kehlkopfes verbiegen kann, Eisenstangen auf den Kopf zerschmettert, Handstand auf 2 Fingern macht, wie biegsam der Menschliche Körper sein kann oder wie man Nadeln durch Glasscheiben wirft. Alles funktionierte tadellos und war sehr beeindruckend. Da meine Speicherkarte drohte voll zu werden (ich nahm die ganze Show als Video auf), unterbrach ich die Aufnahme bei den langweiligen Stellen wo nur von der Moderatorin kommentiert wurde und konzentrierte mich auf die Showeinlagen. Zum Schluss ging es dann noch mal richtig ab. Alle Mönche kamen auf die Bühne und setzten ihre Waffen in Szene. Die Peitsche, die nur so durch die Luft knallte, die doppelte Kettenpeitsche (sehr gefährlich), Schwerter, Stöcke und Hellebarden. Leider war nach gut 2 Minuten meine Kamera voll und mir fehlen so die besten Parts. Schon ein bisschen blöd. Aber Harry aus LA, Kalifornien, hat soweit ich weiß das Ganze mit seiner Kamera aufgenommen. Werd' mir die Videoaufnahme mal bei Gelegenheit besorgen. Dann war die Show auch schon zu Ende und man konnte erneut mit den Mönchen Fotos schießen. Wir gingen wieder hinaus aus der Halle und Richtung Tempel zurück, da wir auch schon 20 vor 4 hatten. Ich ging noch vorbei an den Souvenirläden und kaufte mir weitere 2 Hemden in anderen Farben. Die anderen gingen wieder einfach vor und ließen mich allein. Ich nutzte die Zeit und packte mein Netbook aus, um meine Speicherkarte leer zu ziehen, umso mehr Fotos und Videos drehen zu können. Da die Zeit knapp wurde, machte ich mich mit Netbook in der Hand auf dem Weg zum Platz. Dort angekommen, war ein Meeting mit anschließendem Gruppenfoto. Ich gab den Tai-Chi-Shifu meine Kamera, damit er damit ein Foto für mich schießen konnte. Dann gingen wir zurück zum Ausgang. Auf dem Weg unterhielt ich mich mit Christopher und der anderen Dänen, die nicht mit zur Show waren. Sie waren stattdessen einen Tee trinken im Teehaus und dazu (leckere) Nudel essen. Beim Tee trinken, konnten Sie jungen Mönchen beim Training zusehen, wie Sie gegeneinander kämpften und von Ihrem Meister korrigiert wurden. Dazu gab es noch die Halle der tausend Gesichter, wo sehr viele Statuen mit völlig verschiedenen Gesichtern und Körpern ausgestellt waren. Christopher nahm das Sparring der jungen Mönche auf Video auf und gab es mir mit samt den Bildern, die er heute geschossen hat, später im Bus. Zudem waren Sie im Pagodenwald. Also ein Wald mit vielen Pagoden. Später stellte sich heraus, dass Sie nur einen winzigen Teil davon gesehen haben. Ich glaub man brauch hier einfach mehr Zeit, um alles zu sehen. Man konnte sogar den Berg hochlaufen und andere Tempel besuchen. Dafür brauch man aber ein wenig mehr Zeit. Auf dem Rückweg traute ich dann meinen Augen nicht: Hunderte, wenn nicht tausende Chinesen trainierten Kung Fu, so wie ich es aus Dokumentationen und Filmen gesehen habe. Alle in der gleichen Kleidung. Auf einen Riesen Feld (aus Sand), gingen viele verschiedene Gruppen ihr Training durch. Alle hatten Sie rot-schwarze Uniformen an mit Shaolin-Aufdruck drauf. Die einzige Kung-Fu-Schule, die den Namen Shaolin benutzen darf, ist nämlich im Besitz des Shaolin-Tempels. Wir haben Sie gefunden. Einige der Gruppen übten Sprünge, einige mussten Sprinten, einige trainierten eine Stockform, andere mussten Wasserkanister schleppen, andere gingen Grundtechniken durch. Alles sah verdammt anstrengend aus. Ich konnte

gar nicht aufhören Videos zu machen, doch drängte der Sanda-Shifu zum Weitergehen. Ich wäre zu gerne noch länger geblieben, um mir das ganze länger ansehen zu können…

Weiter oben, Richtung Eingang, trafen wir wieder auf Shaolin-Kung-Fu-Schüler. Einige davon machten gerade Pause und andere mussten hinter einem Zaun rennen, Sprünge üben oder Liegestützen machen. Sehr eindrucksvoll. Einen so großen Haufen kämpfender rot-schwarzer Punkte habe ich noch nicht gesehen. Dann waren wir leider schon am Eingang. Wir gingen noch für 10 Minuten in einen Souvenirladen und schauten uns um. Hier gab es wieder alle möglichen Waffen und Kleidungsstücke, Fächer und was weiß ich noch alles… aber jedenfalls keine Postkarten. Ich machte ein paar Fotos von den Waren, bis mich eine Verkäuferin böse anfauchte und meinte „No, no, no“. Dann war es Zeit zu gehen. Wir gingen zurück zum Bus und stiegen ein. Wir nahmen etwa die gleichen Plätze wie auf der Hinfahrt ein und fuhren los. Die blöden Holländer, die um mich rumsaßen, sowie Max und der Polizist sangen ganze 3 Stunden lang irgendwelche beschissenen Lieder. Und zwar so laut, dass ich mein eigenes Wort nicht mehr verstand. Die ersten 10 Minuten war es ja noch lustig, aber irgendwann war es echt genug und Sie hörten nicht auf. Christopher, der Busfahrer, der Second Headmaster und der ganze restliche Bus waren richtig angepisst deswegen und auch mir, bzw. besonders mir platzte fast der Kragen. Das nervtötende Hupen war nichts dagegen! Ich bekam Kopfschmerzen vom ganzen Lärm und überlegte, wie ich es Ihnen heimzahlen kann. Nach gut 2 Stunden hörte Max auf und es wurde etwas ruhiger. Die behinderten Holländer allerdings kennen kein Ende und wurden nur noch lauter. Der Bus bebte vor Bosheit. Ich schaute mich einige Male nach hinten um und sah nur in sehr finstere Gesichter. Irgendwie überlebte ich die Fahrt und wir machten gegen 21 Uhr halt am Restaurant in Fangshouan (richtig geschrieben?). Ich hatte ziemlichen Kohldampf, da ich seit dem Frühstück nix richtiges mehr gegessen hatte und wartete ungeduldig auf das Essen. Es gab dann endlich ein paar Gerichte zur Auswahl. Nicht so üppig wie sonst, wenn wir hier sind, doch immerhin waren wir ja auch ein paar mehr Leute (ein ganzer Bus voll, um genau zu sein). Ich aß Reis mit Süß-Sauer-Soße dazu und Tofu-Scheiben mit irgendeiner scharfen Soße. Nach einer guten Stunde fuhren wir endlich wieder weiter und wir erreichten 5 Minuten später die Schule. Unser Shifu empfing uns mit einem Grinsen im Gesicht und fragte ob es gut war und ob wir morgen nach Jiaozou wollen. Natürlich wollten wir und so trugen wir uns direkt schon mal aus. In der Halle saß ich eine ganze Familie, die offensichtlich neu war. Sie bestand aus 6 oder 8 Personen und war westlicher Herkunft. Ich glaube sogar eine davon hat Deutsch gesprochen… Bin ja mal auf morgen gespannt. Die sehen nicht so aus, als ob Sie Kung Fu mitmachen. Ich traf Tobias noch auf dem Flur, der meinte, dass Sie noch mal das Geld für das Einzelzimmer haben wollten, dass er aber längst bezahlt hat. Er regte sich ein wenig auf und ich ging aufs Zimmer, um meinen Tagesbericht zu schreiben, während Christopher direkt ins Bett fiel. 2 Stunden später war ich fertig und damit auch fertig fürs Bett.

20. Juli 2010 – Rückkehr vom Shaolin-Tempel

Gestern waren wir trotz schlechtem Wetter im Shaolin-Tempel.

Da ich jetzt grade die ganze Zeit mit Fotos beschriften beschäftigt war, will ich Sie euch nicht länger vorenthalten und schreib deswegen auch mal nicht so viel wie sonst.

Soll aber nicht heißen, dass ihr mir deswegen auch nicht schreiben braucht 😉

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/rueckkehr-vom-shaolin-tempel/

Impression of Shaolin

Dienstag, 20.07.2010

Der Tag beginnt mit ausschlafen. Jedoch schlief ich nicht allzu lang, da ich ja noch bis um kurz nach 12 meinen Tagesbericht geschrieben hatte. Zum Frühstück um 7:10 ging ich mit Schokolade bewaffnet zum Speisesaal. Heute gab es überraschenderweise doch noch das Brot. Meine Schokolade brauchte ich also nicht, da das Brot auch so gut genug schmeckt. Heute allerdings nicht. Es war recht geschmacklos. Ich aß, was ich essen musste und ging wieder hoch und bereitete meine Kamera mit ein paar Bildern und meinen Berichten vor. Dann packte ich meinen Kram zusammen und ging zum Meeting. Dann stiegen Tobias, Christoper und Max mit ein paar anderen in eines der ersten Taxen ein und fuhren los. Christopher und Tobias ging es wieder schlecht. Als wir ankamen ging es deswegen in Eiltempo mit dem Taxi zum Mc Donalds und dort die Toilette aufzusuchen. Max kam mit und somit war das Taxi auch schon voll. Nach dem ich 3x Cola anstatt 3x Pommes bekam (ich wies die gute Dame auf ihren Fehler hin), wartete ich auf die anderen, die sich nach den Toilettengang ebenfalls etwas bestellten. Tobias ging es von Minute zu Minute schlechter und benötigte deswegen noch öfter die Toilette. Wir gingen dann direkt weiter ins Internetcafé. Nach dem ich meine Kamera anschloss und die 40 Fotos vom Tempel hochlud, meine Mails checkte und so weiter, meinte Tobias irgendwann, dass er mit Christopher zurück zur Schule fährt. Offensichtlich hat es nun seinen Höhepunkt erreicht. Max und ich blieben noch da und erledigten unseren Kram im World Wide Web. Die Dänin, bekam Christophers Internet-ID-Card, um doch noch surfen zu können, da Sie weder Ihre ID-Card noch ihren Reisepass bei sich trug. Gegen kurz nach 2 verließen wir das Café und gingen zu Fuß weiter zum Pizzaladen. Auf dem Weg kamen wir an einer Filiale der Bank of China vorbei, wo ich wieder Geld abhob und etwas davon Max zusteckte, damit er weiterhin über die Runden kommt. Am Pizzaladen (genannt Champions Pizza) gingen wir beide ins Obergeschoss und setzten uns hin. Ich bestellte mir die gleiche Pizza wie beim letzten Mal, was auch problemlos klappte. Nur leider hatten Sie die Pizza nur im Medium mit 10“ Durchmesser. Die 12“ große war scheinbar ausverkauft. Die Bedienung war wie immer nur blöd am Kichern, doch wir ließen uns davon nicht beirren und warteten geduldig auf die Pizza. Max hatte keinen Hunger und bestellte sich nichts. Tee gab es dann aber trotzdem für ihn. Der Tee wurde natürlich wie gewohnt immer sofort nachgeschenkt, wenn er leer war. Der Tee ist nämlich im Preis enthalten. Gerade als die Pizza korrekt serviert wurde, fragte ich nach einer weiteren, um sie mit in die Schule zu nehmen und später zu essen. Natürlich verstand man uns nicht und so bekam ich erst 2 Gabeln, dann einen Plastikhandschuh und dazu wollte man mir die Pizza einfach wegnehmen und einpacken. Aber irgendwann haben Sie es dann doch gerafft und ich aß zufrieden meine Pizza auf. Max gab mir den Tipp, mit den Finger eine Schreibbewegung in der Luft nachzuahmen, um so nach der Rechnung zu fragen. Klappte hervorragend und ich bezahlte die beiden Pizzen und bekam Sie in einen hochwertigen Pizzakarton mit samt Plastiktüte drum herum in die Hand gedrückt. Wir verabschiedeten uns von den Kichererbsen und gingen hinaus, um das erste Taxi am Straßenrand anzuhalten, um damit zum Supermarkt zu fahren. Der Fahrer des Taxis schaute erst eine Weile auf das Foto meiner Kamera (ich habe den Supermarkt von außen fotografiert) und winkte uns dann zu einzusteigen. Problem war, dass er sich total verfahren hat und uns an irgendeinem Supermarkt, weit weg von den bekannten Straßen rauslassen wollte. Da wir unter Zeitdruck standen, weil wir noch Einkaufen wollten, bezahlte ich etwas mürrisch den Fahrer mit seinen 7,5 Yuan (er rundete aber auf 7 ab) und wir stiegen ins nächste Taxi. Der Fahrer fuhr uns wieder zurück zur bekannten „Hauptstraße“ und dann anschließend in genau die verkehrte Richtung. Ich zeigte ihn mit Fingern und Handbewegungen, dass er Falsch fuhr und doch Wenden sollte, doch er meinte einfach kacken dreist „No“ und winkte in eine ganz andere Richtung. Nach vielen hin und her, haben wir ihn deutlich gemacht, dass wir keine weitere Zeit mit ihm vergeuden wollten und dann raffte er endlich, wo wir hinwollten und trat aufs Gas. Er fuhr außen herum zum Supermarkt

und wir kamen mit insgesamt einer halben Stunde Verspätung am Supermarkt an. Das Taxameter zeigte 14,5 Yuan. Frechheit. Normal zahlt man für die Strecke gerade mal 5. Ich hab jetzt wegen den inkompetenten Fahrern insgesamt 21,5 Yuan bezahlt. Also mehr als das 4-fache. In den letzten 10 Minuten rannten wir in den Supermarkt, gaben unsere Rucksäcke ab und liefen in Eiltempo zum 2. Stock, wo es alles Mögliche an Essbaren zu kaufen gab. Wir irrten auf der Suche nach Honig, Erdnussbutter und Marmelade durch die Gänge, bis wir irgendwann fündig wurden. Dazu kaufte ich mir noch eine neue 1,5 Liter-Flasche Wasser von Nongfu Spring, da bei meiner alten Flasche der Henkel zum Tragen abgerissen ist. Zusätzlich kaufte ich mir neue Schokopilze, ein paar Äpfel und Reiscracker. Ich ging schon mal vor und schaute mich in Hektik noch kurz im 1. Stock nach einen Haar-Rasierer um, wurde aber nicht fündig. Christopher wollte sich nämlich einen kaufen, damit wir nicht immer Francois (so heißt der Franzose, dessen Namen ich nicht schreiben konnte) Ding ausleihen müssen. Dann spurtete ich im Erdgeschoss noch an einem schönen Hemd vorbei, von dem mir Tobias letzte Woche erzählt hat und dass ich in aller Eile extra bezahlen musste. Endlich an der Kasse angekommen, waren wir 5 oder 10 Minuten über die Zeit hinaus, aber sahen noch Francois und Jochen fast gemütlich herumschlendern. Wir schnappten uns wieder unsere Rucksäcke und gingen zu den Taxen. Ein Taxi war fast voll und hatte nur noch ein Platz frei. Max sprang kurzerhand rein und ich durfte mit den anderen beiden auf die Kasachen warten, die aber nie erschienen sind. Nach einer halben Stunde Wartezeit, in der mir Jochen von seinen Tag in Jiaozou erzählte, wie Sie ein Aquarium besucht hatten (mit Fischen zum Beschauen und so) und über einen alten Perversling, der Sie einfach im Park über obszöne Dinge ausgefragt hat (ich bekam ein Video zu sehen, dass Sie versteckt aufnahmen und es war wirklich unglaublich). Irgendwann rief Francois Yuen an und fragte nach, ob die Kasachen nicht schon in der Schule angekommen wären. Darauf gab es keine klare Antwort, weswegen die Warterei weiterging. Mir wurde angeboten mit einem der Taxifahrer zurück zur Schule zu fahren und nahm das Angebot dann auch wahr. Alleine mit einen der Fahrer ging es durch die Berge (also die lange Route) zurück nach Yuntai Shan und damit zur Schule. Die Fahrt dauerte wieder ewig, doch ich nutzte die Gelegenheit und nahm von fast der gesamten Fahr ein Video auf. An der Schule angekommen, traf ich Christopher in der Eingangshalle, der mir sagte, dass Tobias gleich nach Hause fliegt. Verdutzt schaute ich ihn ins Gesicht und glaubte meinen Ohren nicht zu trauen. Doch als dann unser Shifu mit einer großen Tasche die Treppe herunterkam und wenig später auch Tobias selbst, traute ich dem Braten. Ich fragte Tobias noch kurz ob es ihn besser ging und er meinte nur, dass er sich vorgenommen hatte nach Hause zu fliegen, wenn er noch anfängt zu erbrechen. Es war wohl so weit. Wir schüttelten kurz die Hände und verabschiedeten uns innerhalb von ca. 5 Sekunden und dann ging er zum Taxi, dass vor der Eingangstür wartete. Ich musste dringend auf die Toilette und verpasste somit die Abfahrt. Als ich wenig später wieder in die Halle ging, war er schon weg. Max und Christopher konnten es auch nicht fassen, dass er weg war. Max war ganz überrascht, dass er sich nicht verabschiedet hat. Christopher hatte auch noch mit etwas mehr gerechnet. Wir setzten uns auf den Stühlen in der Eingangshalle und warteten. Unser Shifu setzte sich zu uns und schaute uns ganz komisch an. Dann fragte er uns nacheinander ob es uns gut geht und fühlte dabei meinen Bauch. Jin Da Bao (der kleine Chinese) spielte währenddessen mit seinem Spielzeug am Tisch in der Halle. Und gab dabei coole Geräusche von sich. War süß anzusehen. Irgendwann spielte er dann noch „Krieg“. Er imitierte eine Pistole und zielte damit auf uns. Nett wie wir waren, spielten wir sein Spiel mit und ergaben uns. Doch gnadenlos erschoss er uns und wir mussten demnach tot spielen. Dann packte er noch die schweren Geschützte aus: Maschinengewehre, Uzis, Raketenwerfer. Aber die Krönung war, als er sich 2 Fetzen Taschentücher schnappte, sie mit den Zähnen den Ring zweier Handgranaten zog (Aufpassen! Das ist alles nur gespielt und der Kleine hatte keine echten Waffen!) und sie wie Rambo auf uns warf. Ich glaube der

Kleine hat zu viel Krieg gespielt. Witzig war es trotzdem. Irgendwann gingen wir dann wieder aus Zimmer. Ich packte meinen Kram aus und räumte ein wenig auf und sprach dabei mit Christopher über Tobias, der ja so plötzlich abgereist ist. Niko klopfte irgendwann an die Tür und wollte Fotos von Yuens Speicherkarte haben. Mein Computer erkannte die Karte zwar, wollte sie jedoch formatieren. In Christophers Laptop, kamen ein Haufen Virenmeldungen und wir nahmen Sie schnell wieder raus und gingen zum Schul-PC (der war ja schon verseucht genug). Ich erkannte schnell, dass sich auf der Karte ein Virus eingeschlichen hatte, der vorgab ein Ordner zu sein, jedoch in Wirklichkeit ein Programm war (getarnt als Ordner mit Icon und Co.), dass beim Starten (also Doppelklick) lediglich den Unsichtbaren Bilderorder öffnete. Ich löschte die Datei der Speicherkarte und machte die versteckten Dateien wieder sichtbar. Die Bilder kopierten wir dann auf den Schul-PC und die Chinesinnen, die drum herumsaßen, kreischten rum und wollte nicht, dass die Bilder auf dem Schul-PC gelagert wurden (aber ebenso nicht auf irgendeinen anderen PC). Müssen ja schreckliche Sachen bei gewesen sein. Dann gab Niko nach und wir verschoben das auf später. Ich leerte meine Speicherkarte und irgendwann, eine Stunde später kam Niko wieder herein und fragte, ob er seine Bilder auf mein Netbook laden konnte, da Yuen mit seiner Festplatte gerade in sein Zimmer war. Da mein USB-Anschluss aber immer noch defekt ist, musste Christophs Laptop herhalten. Er zog ein paar Bilder von der Longmen-Grotte, sowie ein paar Gruppenfotos auf den Computer und anschließend auf seinen USB-Stick. Ich schnappte mir die Bilder ebenfalls und packte sie anschließend auch auf meinen Stick drauf. Nach den Meetings aßen wir die letzten Stücke Pizza (ich gab Christopher ordentlich was ab, also eigentlich alles, wenn er gewollt hätte, da er ja leider keine Pizza essen konnte, weil er Tobias zurückbegleitet hat) und ich fing mein Bericht an zu schreiben. Dann war auch schon längst Schlafenszeit und ich fiel müde ins Bett.

Mittwoch, 21.07.2010

Müde erwachte ich 2 Minuten vor dem Klingeln und wollte eigentlich nur noch weiterschlafen. Aber hilft ja nix und so stand ich auf und machte mich fürs Training fertig. Draußen wartete bereits unser Shifu mit den Kindern auf uns. Max und Christopher waren auch pünktlich da und so ging es in einer Doppelreihe mit den Kindern zum Warm-Up. Anschließend liefen wir in der Doppelreihe mit den Kindern um die Häuser. Christopher und ich gaben dabei das Tempo vor. Nach 1 oder 2 Runden waren von den etwa 20 bis 30 Kindern nur noch 4 hinter uns. Meine Magenkrämpfe kamen im 10-Minuten-Takt. Ich würde mal gern wissen was ich denn falsch gemacht hab, dass es mich nun auch erwischt hat. Es ist aber noch erträglich. Nach der 3. Runde, durften wir dann alleine laufen und damit auch etwas schneller als mit den Kindern. Dann wurde gedehnt und wir gingen so das Grundprogramm durch. Dann sollten wir unsere Stöcke holen und die Basics lernen. Zumindest Max und Christopher. Ich ging die Stockform einige Male durch. Dann war Ende und es ging nach einer Verschnaufpause schließlich weiter zum Frühstück. Max brachte den ganzen Kram mit zum Frühstückstisch, den wir gestern gemeinsam gekauft haben (Honig, Marmelade, Ketchup und Erdnussbutter). Ich hingegen hatte darauf keinen Appetit und begnügte mich mit den Dampfbrötchen und Schokolade dazwischen. Müde legte ich mich danach noch kurz ins Bett, bevor das nächste Training begann. Mit meiner neuen Flasche und den Stock bewaffnet, stellten wir uns vor unserem Shifu auf und gingen zur Halle runter. Heute begannen wir nach dem Aufwärmen mit Akrobatik. Wir fingen an mit Sprinten und einfachen Sprüngen um warm zu werden und kamen dann zu (Sprung-)Rollen und dem Radschlag. Ich war zwar müde und kaputt, doch konnte doch ein Feeling dafür aufbauen. Deswegen ging es gleich weiter mit dem Aerial. Auch Christopher, versuchte sich an diesen Trick und landete dabei blöd auf einer Hand, die ihm danach die ganze Zeit schmerzte. Vermute mal er hat sich das Handgelenk verletzt. War aber noch ertragbar, so wie es rüberkam. Dann übten wir den Butterfly-Kick, der mir heute eigentlich ganz gut gelang. Auch der Aerial klappte besser (aber noch nicht gut). In der Pause war ich heute mal zu kaputt, um mich richtig zu dehnen und beschränkte mich deswegen nur auf die Hüfte (da ist halt der größte Bedarf). Zudem probierte ich mich aus dem sitzen heraus in den Handstand zu drücken, was mir beim zweiten Versuch auch gelang. Es war ziemlich anstrengend und ein weiteres Mal wollte es danach nicht mehr klappen. Nach der Pause gingen wir mit unseren Stöckern nach draußen und Max und Christopher übten die Basics, während mein Shifu mir die Form weiter beibrachte. Ich werde jetzt ein wenig drängen, sie so schnell wie möglich zu vollenden, damit ich dann auch bald schon mit dem Jian-Schwert (Ich glaube Jian heißt Schwert) anfangen kann. Immerhin habe ich den Stock schon seit knapp 3 Wochen und eigentlich nur die Stock-Basics und ein paar Bewegungen der Form gelernt. Aber Yuen meinte ja auch, dass die Basis gerade beim Gun sehr wichtig ist. Geschadet hat es mir also nicht. Irgendwann machten wir dann eine Pause im Schatten (ja, heute war tatsächlich die Sonne zu sehen, die einen sogar blendete!) und sprachen ein wenig mit unseren Shifu, der uns erzählte, dass er in ein paar Monaten nach Deutschland reist. Sein Bruder (Er hat einen Bruder!?!?) ist oder war (das konnten wir irgendwie nicht so ganz verstehen) ebenfalls in Deutschland. In meinen Kopf entsteht ein seltsamer Verdacht: Ist der Ocean-Shifu vielleicht der große Bruder unseres Shifus? Schließlich ist er im Moment ebenfalls in Deutschland. Dann ging es auch wieder zurück zur Schule. Ich duschte und das Wasser wurde dabei immer weniger, weswegen ich mich beeilen musste und nachher nicht wieder ohne Wasser dazu stehen. Zum Mittag gab es natürlich wieder Reis. Aber heute hatten wir Ketchup, den wir gestern in Jiaozou gekauft haben! Es war der beste Reis seit langem. Pit und Ulli wollen gegen 15 Uhr hier abreisen und sich Peking abschauen. Ulli fliegt dann nach Thailand weiter, um Muay Thai zu lernen und Pit fliegt nach Schweden oder Finnland (hab's vergessen) um dort Urlaub zu machen. Ich denke Thailand muss ich mir auch noch mal ansehen. Aber nicht auf dieser Reise. Dafür

bleibt leider keine Zeit. Nach dem Essen behandelte ich noch Christophs Handgelenk mit Salbe und einer Bandage (OK es war eine Kompresse aber immerhin besser als nichts) und dann doch noch mit Eisspray. Christopher meint jedenfalls es hat viel geholfen. Nach der Pause gingen wir alleine mit unseren Shifu zur Trainingshalle. Die Kindergruppe hat einen neuen Shifu bekommen und wir haben nun unseren Shifu ganz für uns alleine. Soweit ich das richtig verstanden habe, haben wir jetzt auch Sanda und Tai Chi bei ihm. Hört sich ja lustig an. Wir und vor allem unser Shifu waren deswegen sehr froh. Beim Training liefen wir uns zunächst in der Halle warm. Heute Nachmittag war es wieder sehr, sehr warm. Dafür war die Sonne nun wieder vom Smog bedeckt. Max glaubt immer noch nicht, dass der Dreck in der Luft Smog ist und hält es für Nebel. Jaja, der wird sich noch wundern. Er ist auch felsenfest davon überzeugt, dass das Zirpen Grillen sind und nicht die allgegenwärtigen Strommäste. Nach dem Aufwärmen gingen wir nach draußen vor die Halle und gingen die Kicks durch. Der sandige Boden erschwerte das Ganze ein wenig. Dann folgte unsere Form (ohne Gun) und zwischendurch immer einige Verschnaufpausen. Dann gingen wir rein und es war Pause. In der Pause dehnte ich mich wieder nicht, dafür zeigte mir aber Sebastian, ein kräftiger Schwarzer Franzose wie man sich in den Handstand drückt. Es zwar sehr schwer, doch schaffte ich es ein oder zwei Mal, indem ich seine Tipps befolgte. Ein Tipp war unter anderem, dass ich meine Beine dafür einsetzen müsste umso Kraft zu sparen. Aber ich muss trotzdem noch einiges Üben. Handstandliegestützen sind der Ideale Weg dazu um die nötigte Kraft aufzubauen meint er. Aber das wusste ich ja schon. Grade als ich damit anfangen wollte, ging das Training weiter. Wir fuhren fort mit Tai Chi - bei unseren Shifu natürlich. Wir gingen die Handbewegungen durch, die aber um einiges Anstrengender waren als beim Tai-Chi-Shifu. Das lag daran, dass wir deutlich tiefer stehen sollten. Wir standen quasi die ganze Zeit in einer breiten Reiterstellung und sollten dabei möglichst einen 90° - 100° Winkel in unseren Knien haben. Da schmerzen nicht nur die Knie, sondern auch die Oberschenkel fangen an zu brennen. Als wir uns gerade kurz vom Tai Chi erholten, kam ein Mädchen aus dem Hof gehumpelt und ging zu unseren Shifu. Sie ist wohl umgeknickt, aber ihre Beine, waren übersät von einem Ausschlag. Da ich Christopher mein Eisspray zur Verfügung gestellt habe und er es mit zur Trainingshalle nahm, um regelmäßig nach zu kühlen, kamen wir auf die Idee, dem Mädchen mit dem Eisspray zu helfen. Christopher holte es aus seinem Rucksack und fing an es auf dem Fußknöchel zu sprühen. Es schien zu wirken, denn das Mädchen hörte langsam auf zu weinen. Neugierig schauten die kleinen Chinesen und die Shifus dabei zu. Der Sanda-Shifu war sofort begeistert und nahm sich die Dose in die Hand und sah darauf ein paar Kämpfer abgebildet und fragte, ob das Sanda ist, was die da machen. Der Einfachheit halber sagten wir einfach mal ja, da alles andere Zeitverschwendung gewesen wäre. Der Sanda-Shifu hatte seit ein paar Wochen wohl starke Rückenschmerzen und verdeutlichte uns, dass er das Spray auch gerne mal auf seinen Rücken ausprobieren wollte. Er zog sein T-Shirt hoch und Christopher sprühte kurz etwas auf seinen Rücken. Er zuckte zusammen und meinte nur „Wow, okay“. Christopher sprühte nicht einmal eine Sekunde. Aber der Sanda-Shifu war hellauf begeistert von dem Zeug. Nach dem Abgrüßen vor dem Buddha-Gemälde (3 Minuten später) kam er wieder an und meinte, dass das Spray gut ist und ich bot ihn an, nochmal zu sprühen. Er nahm das Angebot an und ich sprühte ihn wieder kurz auf den Rücken. Wieder zuckte er zusammen und es war nach einer Sekunde wieder gut. Als wir dann gehen wollten, kam er noch zu mir und zeigte mir auf sein Handy die Worte „Nice and Cool“, die er mit dem Übersetzungsprogramm geschrieben hatte. Direkt kamen 3 oder 4 kleine Chinesen an, die alle ihr T-Shirt hochzogen und auch etwas auf den Rücken gesprüht haben wollten. Schnell gingen wir deswegen weiter, da unser Shifu auch schon wartete. Lustig, lustig. Einer der Tiger-Shifus fragte Christopher auch, als er sich gerade sein Handgelenk damit einsprühte, ob er es mal testen kann. Er sprühte sich kurz was auf den Finger und meinte danach nur noch „This is very good medicine“. Da der Tiger-Shifu (der übrigens ziemlich gut Englisch spricht) bald nach

Deutschland fliegt, sagte er, er wollte sich sowas auch kaufen, wenn er dort ist. Hier in China gibt es das nämlich nicht so wirklich bis gar nicht. Aber das habe ich mir schon gedacht. Immerhin halten die Chinesen es nun für ein Wundermittel. Zum Abendessen gab es heute wieder kalte, ölige Nudeln. Eigentlich ganz appetitlich, solange man nicht zu viel davon isst. Beim Essen fragte ich Harry, den Amerikaner aus Los Angeles, ob er mir nach dem Essen die Videoaufnahme von der Kung Fu-Show auf meinen USB-Stick packen kann. So kam es, dass ich Christian (Deutschland) und Harry auf ihrem Zimmer besuchte und er mir die Aufnahmen drauf zog. Christian gab mir noch eine CD mit, die er sich in Shaolin gekauft hatte. Sie enthielt angeblich eine 1 ½ Stündige Kung Fu-Show. Harry konnte Sie nur leider nicht abspielen, da er kein Programm hat, um VCDs abzuspielen. Ich ging wieder zurück aufs Zimmer und dann war wieder Zeit zum Training. Wir liefen ein paar Runden und ich machte während der ganzen Zeit immer wieder zwischendurch Radschläge auf der (dreckigen) Straße. Heute sind wieder einige Touristen in der Stadt (Dorf tritt es eher) und es standen Fernseher auf der Straße und die Leute sangen Karaoke, was sich echt verdammt grausig anhörte. Noch nie zuvor habe ich jemanden so schlecht singen gehört. Dann wurde noch irgendwo ein Stuhlkreis gebildet, in dessen Mitte ein Feuer angezündet wurde. Sehr fesch. Wir gingen die Stellungen kurz durch und übten dann 1 oder 2x unsere Form und dann den Stock. Der Inderjunge hatte seinen neuen Stock verloren. Ich erzählte ihm, dass ich ihn vorhin im Feuer habe brennen sehen. Traurig ging er nachschauen, schien mir aber nicht so hundertprozentig zu glauben. War aber auch gelogen. Das Training ging heute recht flott vorbei, ich duschte schnell und schrieb meine Berichte fertig. Ich fühlte mich ziemlich kaputt und war reif für Urlaub. Aber eine erholsame Nacht täte es auch schon. Gute Nacht!

Donnerstag, 22.07.2010

10 Minuten nach dem Klingeln wache ich gemeinsam mit Christopher auf. Wir haben beide die Klingel überhört und einfach weitergeschlafen. Doch unser Rhythmus machte uns dann schließlich doch wach. Wir beeilten uns (ich zumindest) und gingen runter. Unser Shifu hat aber wohl noch nicht so lange auf uns gewartet, weswegen es auch keinen bösen Blick gab. Der Inderjunge hatte seinen Stock wiedergefunden und nach dem Morgentraining übrigens direkt wieder verloren. Beim Morgentraining haben wir heute nicht viel gemacht. Nach dem Warmlaufen und dem anschließenden Dehnen, wurde nämlich ein großes Gruppenfoto mit allen Schülern (Ausländer und Chinesen) sowie den Shifus und sonstigem Personal gemacht. Grund war die Schweizer „Familie“, die in Wirklichkeit nur zum Teil eine Familie ist. Es ist nämlich eine Familie und ein paar Mitglieder einer Kampfkunstschule aus der Schweiz bei Wattwil. Der Fotograf schoss nachdem wir uns gut eine halbe Stunde lang aufgestellt hatten ein paar Fotos und dann ging es ab aufs Zimmer. Nachdem was Yan Lin gesagt hat, können wir alle das Foto bekommen. Bin ja mal gespannt. Da der Koch auch mit auf dem Foto musste, gab es heute später Frühstück. Zur regulären Frühstückszeit um 7:10 Uhr trafen wir Yuen im Flur, der meinte, dass es heute das Frühstück 20 Minuten später gibt. Also wieder aufs Zimmer und in der Zeit habe ich mir die Shaolin-Performance-CD, die Christian am Montag für 10 Yuan gekauft hat, mit Christophers Unterstützung auf meine SD-Karte gezogen. Das Video hat zwar eine schlechte Qualität, ist aber trotzdem sehenswert. Dann war Zimmerkontrolle. Wir hatten es voll verpennt und räumten schnell das gröbste auf. Auch die Flaschen landeten im Flaschenraum. Ein paar Sekunden vor der Kontrolle mit den andern Shifu schaute unser Shifu in unser Zimmer und sein Gesichtsausdruck war dabei etwas erschrocken. Wir haben zwar nicht das ordentlichste Zimmer, doch unordentlich kann man es auch nicht nennen. Die Shifus gingen kurz durch und bemängelten den Staub, der sich wieder angesammelt hatte, ohne dabei ein Wort zu sagen. Dann war Zeit fürs Training. Total müde und ausgelaugt ging ich runter und setzte mich auf die Stufe vor der Tür und wartete darauf, dass wir losgingen. So müde war ich echt seit langem nicht mehr. Ich war kurz davor mich auf dem dreckigen Boden zu legen. Jedenfalls fühlte ich mich, als hätte ich 3 Tage nicht geschlafen. In der Halle fingen wir dann mir warmlaufen und dehnen an, wie sonst auch. Bei den Grundstellungen habe ich dann aufgehört, weil ich mich vor Müdigkeit nicht mehr auf den Beinen halten konnte. Ich durfte mich hinsetzen, was mir aber sehr schnell zu anstrengend wurde. Also legte ich mich auf den Teppich und machte die Augen zu. Christopher setzte kurz darauf auch aus. Vermutlich wegen seinem kaputten Handgelenk. Nachdem mir mein Shifu auf den Rücken stieg meinte er dann auch „Class over“, also Trainingsende. Das hieß für uns, wir hatten eine gute Stunde Pause, bis es mit der nächsten Einheit weiterging. Genau die Pause brauchte ich. Ich ruhte mich weiter aus und stretchte mich dann mit Christian und Max. Das Dehnen bestand daraus, dass sich jeder ein Bein packt und es runter drückt (Seitspagat). Es tut zwar weh, aber effektiver geht es in der kurzen Zeit nicht. Ich kam erstaunlicherweise weiter runter als ich je gedacht hätte. Ich bin scheinbar doch nicht so ungelenkig in der Hüfte. Dann ging irgendwann das Training weiter. Ich war nicht mehr ganz so ausgebrannt wie zu vor und konnte wieder normal, wenn auch langsam, laufen. Dann ging es an den Stock und wir übten wieder Basics und Form. Das Ganze war etwas langweilig für mich, da ich gerne meine Form erweitern möchte, ich aber nur wiederholen ohne Ende sollte. Dann gab es eine kurze Pause und dann die Shao-Form (ohne Gun). Schließlich folgten noch 200 Sit-Ups und das Training war überstanden. Ich brauchte jetzt mein Bett. Nachdem wir auf dem Zimmer waren, klopfte es an der Tür und der Inderjunge mit Vater stand davor. Sein Vater wollte sich nach Christopfers Handgelenk erkundigen. Er ist Doktor in Biologie und hat ein paar nützliche medizinische Grundkenntnisse. Er empfahl Christopher meine Pferdesalbe und sich das Handgelenk zu bandagieren und fortan nicht mehr zu benutzen, bis eine Besserung in Kraft tritt. Genau das gleiche

habe ich Christopher aber auch schon vorhergesagt. Ich rieb sein Handgelenk mit der Salbe ein und band eine Kompresse drum herum (hatte keine Bandage). Fürs erste sollte es reichen. Im Shop kaufte sich Christopher noch eine Bandage und die Sache war erst mal erledigt. Zum Mittagessen gab‘s wieder Reis (mit Ketchup). Da der Ketchup aber schon fast leer ist, hoffe ich mal, dass wir den morgen in Fangshuan (?) kaufen können. Ich kaufte einen neuen Wasserkanister und ging aufs Zimmer, wo ich endlich meine Ruhe fand. Gegen halb 3 klopfte Max noch an der Tür. Wir wollten meine Treiber für den USB-Anschluss meines Netbooks per Bluetooth von meinen USB-Stick, auf mein Netbook übertragen. Wir gingen dazu in den Computerraum. Max ging vor und machte die Tür hinter sich zu, so dass ich nicht sah in welchen Raum er ging. Alle Türen hatten eine Zimmernummer und da ich nicht so oft im Computerraum bin, wusste ich nicht gleich welche Tür ich nehmen sollte. Ich versuchte eine Tür und war auf einmal im Zimmer von zwei Frauen. Ich hörte nur eine wütende Stimme fragen „Who is coming in?“ und begann mich rasch und leise direkt wieder raus, als ich meinen Fehler bemerkte. Beim zweiten Versuch klappte es dann und ich war im Computerraum. Der Inderjunge und sein Bruder wollten mich mit den Worten „There is no Internet“ raus zerren. Ich riss mich aber los und ging zu Max und wir übertrugen die Treiber erfolgreich auf mein Netbook. Nach der Installation klappte es aber leider trotzdem nicht, so dass ich jetzt mit Gewissheit sagen kann, dass es nicht an den Treibern liegt, sondern an der Hardware. Dann ging ich wieder auf mein Zimmer und ruhte mich noch kurz vor dem Training aus. Beim Meeting erschien unser Shifu heute zur Abwechslung mal nicht und der Shaolin-Shifu meinte, dass er krank sei und wir mit ihm gehen sollten. Gesagt, getan. Nach dem warm laufen gingen wir mit unseren Stöckern nach draußen, um dort unser Können zu verbessern. Keine 10 Minuten später kam unser Shifu mit frommer Miene angerannt und konnte es kaum abwarten uns was beizubringen. Wir gingen die Basics durch und kamen dann zur Form. Ich konnte meine Form wieder um eine neue Technik erweitern und habe damit 25 von 55 Bewegungen (habe in einem Video nachgeguckt). Aber ich denke der Schwierigkeitsgrad erhöht sich mit der Dauer der Form. Aber ich denke auch, dass ich Ende des Monats die Form gelernt haben werde. In einer kurzen Verschnaufpause ging ich zu Christopher, dessen Finger drohte abgeklemmt zu werden, da die neu erworbene Bandage aus dem Shop seinem Finger das Blut abschnitt. Er löste es und musste daraufhin erst mal pausieren. Zumal ein kaputtes Handgelenk und der Stock sich nicht besonders gut vertragen. Mein Shifu sagte mir, dass er Schmerzen in der Daumengegend hat und fragte nach dem „Wundermittel“ (Eisspray). Mit Freude sprühte ich drauf los und seine Reaktion war etwa so: „Wooooooow, goooooood“. Es macht Spaß anderen Leuten zu helfen 😀

Danach zeigte er mir seine mit Schwielen übersäten Hände. Er meint das kommt vom Dao (Säbel), da der Griff sehr scharfkantig ist. Dann war auch kurz darauf Ende und wir gingen mit dem Sanda-Shifu und seiner Gruppe zurück zur Schule. Wie immer meinte er beim Meeting, als wir oben angekommen sind, dass wir zum Chinesisch-Unterricht gehen sollten. Max meinte aus Spaß „Sleep“ und der Sanda-Shifu verdeutlichte uns, dass er nach uns schauen wird… Ohje. Als es dann so weit war, versteckten Christopher und ich uns auf dem Zimmer und hörten ständig den Sanda-Shifu schreien und hin und her laufen. Sehr aufregend, aber es passierte nix weiter. Nicht mal geklopft hat er. Trotzdem verhielten wir uns so still wie möglich. Beim Essen nervte uns der Inderjunge, indem er sich immer zu an unseren Tisch setzen wollte. Sein Gelaber nervt einfach, so dass wir bei erster Gelegenheit seine Schüssel und seine Packung Fertignudelsuppe auf einen anderen Tisch gestellt hatten. Auch sein Stuhl stellten wir beiseite, doch das hielt ihn nicht auf, so dass wir zu härteren Mitteln greifen mussten. Wir versteckten seinen Kram unterm Tisch und er suchte die ganze Zeit danach, bis er es endlich fand. Gott sei Dank holte er sich dann heißes Wasser für seine Suppe und brauchte dafür die

ganze Zeit, in der wir aßen. Das Abendtraining begann und Christopher und ich liefen ein paar schnelle Runden, bevor uns unser Shifu zu sich rief zum Stretchen. Danach ging es ohne zu zögern an den Gun. Ich schwang ein wenig den Stab und übte ein paar Mal meine Form. Dann lies ich das Training mit weiteren Stabgeschwinge ausklingen. Da man um die Uhrzeit eh nichts mehr sieht, macht es auch ohnehin nicht viel Sinn etwas anderes zu machen. Nach dem Duschen war dann auch Schlafenzeit angesagt. Endlich…

Christophers Handgelenk tut immer noch sehr weh. Aber viel kann man da ja nicht machen. Morgen geht es zunächst den Berg rauf und danach in die Stadt Fengshaun (ich werde versuchen morgen nachzuschauen wie es denn nun wirklich heißt). Freu mich irgendwie schon ein wenig (auf beides).

23. Juli 2010 – Schulalltag

Der Alltag kehrt nun wieder ein. Wir haben unseren Shifu wieder für uns alleine, da die kleinen Kinder nun einen neuen, eigenen Shifu haben. Es ist heute recht kühl und ein wenig windig, was mir aber ganz recht ist. Habe genug vom heißen Wetter.

Tobias ist am Dienstag spontan nach Hause geflogen, nachdem sich sein Krankheitsbild weiter verschlimmert hat.

Heute gibt es zur Abwechslung mal die ganzen Gruppenfotos von der Longmen Grotte und so. Ich habe nämlich Yuens Speicherkarte bekommen und konnte so an die Bilder kommen.

Ansonsten gibts nicht viel neues (ich liebe diesen Satz). Das Essen ist ein wenig erträglicher geworden (dank Ketchup aus dem Supermarkt) und mit dem Training gehts nun auch wieder weiter Bergauf.

Bis dann!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/schulalltag/

国际文武学校

千尊意式休闲餐厅
比萨 牛扒 意面

云台山国际文武学

Freitag, 23.07.2010

Wieder hätte ich heute fast verschlafen, wenn Christopher mich nicht geweckt hätte. Heute ging es zunächst zusammen mit den Kindern eine große Runde laufen. Dann gingen wir mit den anderen zum Berg und rennen war angesagt. Ich lief so schnell mich meine Füße trugen den steinigen Weg hinauf, immer auf meine Füße achtend, um nicht auch noch hinzufallen. Kurz vor dem Ziel wurde ich von Harry überholt und ging damit nur als Zweiter ins Ziel. Naja, nicht mein Tag heute. War aber auch schon kurz vor dem Kreislaufkollaps und musste es deshalb ein wenig langsamer angehen als ich den Großteil hinter mir gelassen hatte. Oben angekommen ging ich wieder den Berg runter und dann mit unseren Shifu und den Kindern (die aber scheinbar nicht mit hochgelaufen sind) zurück zum Platz wo wir Ma-Bu / Gum-Bu durchgingen sowie Fauststöße aus der Reiterstellung hinaus. Dann noch schnell einmal die Form und Ende aus. Zum Frühstück gab es heute das gute Brot, dass ich mit dem gekauften Honig genoss. Der Inderjunge saß wieder mit am Tisch und nervte. Aber Montag fliegt er nach Hause. Yippie! Dann machte ich mich fertig für die Stadt indem ich meinen Rucksack packte. Wir nahmen direkt das erste Taxi, gingen in den Supermarkt wo ich mir KETCHUP, Schokolade, Kartoffelchips und eine Cola kaufte. Christopher kaufte fast das gleiche und zusammen kauften wir noch eine Packung Waschpulver für 6 Yuan. Gemeinsam mit der Dänin gingen wir noch an einem Fressstand das warme und runde Fladenbrot kaufen und dann weiter in Richtung Internetcafé. Auf dem Weg kamen wir an einem weiteren Stand vorbei, der frittierte Teigtaschen mit Zucker verkaufte. Ich konnte nicht nein sagen und kaufte mir auch davon ein paar. Mit viel Essen in der Hand ging es dann vorbei an Obstständen (die Dänin kaufte Bananen und Äpfel für sich und andere) zum Internetcafé um die Ecke. Wir bezahlten alle 5 Yuan und setzen uns am PC. Ich beantwortete wie immer meine Emails, stellte meine Artikel online und verbrachte Zeit mit Skype. Als ich gerade am Surfen war, ging dann auch schon mein Rechner aus. Die Zeit war abgelaufen. Christopher und die Dänin bezahlten noch 1 Yuan, um noch eine halbe Stunde länger bleiben zu können. Christopher buchte in der Zeit einen Flug von Peking nach Bangkok, da er vorhat, am 24. August nach Thailand zu fliegen um sich dort ein Motorrad zu liehen und durch die Lande zu heizen. Er hat nämlich gehört, dass man in Thailand keinen Führerschein brauch, um ein Motorrad zu fahren (für Roller allerdings schon. Seltsam, oder?).

Dann ging er noch zur Bank um Geld abzuholen, doch der Automat war außer Betrieb. So fuhren wir mit dem Taxi zurück zur Schule. Das Taxi hatte im Cockpit nicht einmal eine Geschwindigkeitsanzeige, so verschlissen war es. Auf halber Strecke schaltete der Fahrer das Taxameter aus, um uns später abzuziehen. So bezahlten wir 15 statt vermutlich knapp 7 Yuan… naja egal. War ja zu erwarten von den Chinesen. Genau das gleiche Spiel erlebte die Dänin am Obststand. 4 Leute gaben ihr 4 verschiedene Preise an. Ich ging nicht zum Essen, da ich noch ziemlich satt von den Teigtaschen und dem Brot war und nutzte die Zeit lieber, um meine Berichte zu schreiben. Anschließend schlief ich fast wie ein Stein. Also eigentlich ganz gut, da ich auf meiner Bettdecke lag und so die harte Matratze etwas milderte. Beim Nachmittagstraining blieben hatten wir wieder mit den Kindern Training. Es hat über Mittag die ganze Zeit stark geregnet und es hörte auch nicht wirklich auf. Zur Abwechslung trainierten wir heute mal draußen vor der Schule. Mit den Kindern liefen wir ein paar sehr kleine Runden in einer Doppelreihe. Der dicke Chinese neben mir japste dabei was das Zeug hielt während ich nicht mal durch den Mund atmen musste, um genug Luft zu bekommen. Ich hatte gegen Ende des Laufens schon Angst, dass er gleich mit einem Herzinfarkt zusammenbricht. Dann dehnten wir uns gemeinsam und die ersten Touristen kamen mit ihren Reisebussen wieder auf den Platz gefahren und schauten neugierig dem Training zu. Als wir dann die Kicks durchgingen und anschließend Ma-Bu/Gum-Bu-Stellungswechsel liefen Sie sogar zwischen uns her, was uns und unserem Shifu nicht

gefiel. Stört ja auch nur. Dann gingen wir auf Kommando synchron die Form mit den Kindern zusammen durch. Der Regen hatte meine Trainingskleidung inzwischen völlig durchnässt und ich wusste nicht mehr ob ich schwitzte oder nicht. Irgendwann war dann auch Pause. Da wir ja direkt vor der Schule trainierten, konnten wir unsere Pause auf dem Zimmer verbringen. Ich zog meine nassen Sachen aus und aß einen Apfel. Nach nicht mal 20 Minuten war die Pause vorbei, ich zog mir trockene Sachen an und ging wieder herunter. Christopher hing auf der Toilette fest und kam später nach. Draußen sollten wir wieder Laufen. Diesmal liefen wir im „Vorgarten“ der Schule herum. Max und ich machten uns einen Spaß daraus, kreuz und quer zu laufen. Die Kinder folgten uns dabei auch Schritt und Tritt und machten sogar unsere Bewegungen nach, wenn wir z.B. über einen Stein sprangen. Voll die Lemminge. Dann stellten wir uns im Kreis um unseren Shifu auf, der auf einer kleinen Erhöhung (ähnlich einem Bürgersteig) stand und dehnten uns. Dann liefen wir in der Kreisformation unsere Form. Plötzlich zogen sich binnen Sekunden die Wolken zu und unser Shifu schrie nur noch „Run!“ und deutete auf das Schulgebäude. Ohne zu wissen was los war, ging ich langsam Richtung Schule. Plötzlich begann es heftig zu Regnen. War ja irgendwie klar. Unter dem Abdach meinte mein Shifu dann „Go Room, Break“. Da wieder das Wasser abgestellt wurde, konnte ich aber leider nicht duschen und schrieb stattdessen lieber mein Tagesbericht weiter. Zum Abendessen gab es heute was Altes im neuen Gewand. Altes, frittiertes Brot, von dem ich lieber die Finger lies. Zum Glück gab es aber auch normale Brötchen dazu, die man gut mit Schokolade oder Honig essen kann. Leider hatte es aufgehört zu regnen und alle hofften darauf, dass trotzdem kein Training stattfand, weil die Straßen zu rutschig waren. Beim Meeting sah dann zunächst alles danach aus. Doch dann gingen wir doch los und fingen mit dem Training an. Ich ließ es wie alle sehr low angehen und wedelte nur ein wenig mit dem Stock herum während ich mich mit Christopher unterhielt. Dann duschte ich zum 3. Mal heute und schloss meinen Bericht für heute ab. Christopher kopierte mir mit seinem Programm namens „TeraCopy“ noch die Videos von Harry von der Shaolin Performance auf meine SD-Karte, damit ich Sie auch auf meinem Netbook anschauen kann. Seltsamerweise konnte ich im Internetcafé nämlich nichts auf die Speicherkarte kopieren. Mit dem Programm geht’s aber. Ich habe Halsschmerzen, die von Stunde zu Stunde schlimmer werden. Auch Husten ist grade dazu gekommen. So wie es aussieht, werde ich krank…

Samstag, 24.07.2010

Der Tag beginnt mit Husten, Halsschmerzen und einer Nase, die entweder zu sitzt oder ständig läuft. Na super, ich bin krank. Ich ging, ohne meine Trainingsklamotten anzuziehen zum Meeting runter. Die Straßen waren nass, da es die ganze Nacht wohl geregnet hat. Trotzdem fand Training statt. Aber ohne mich. Christopher saß wieder auf der Toilette und machte auch nicht mit. Nur Max und der Inderjunge der in Wirklichkeit von einer Insel, 100km entfernt von Madagaskar stammt, hatten somit bei unseren Shifu Morgentraining. Ich nahm eine Halsschmerztablette und legte mich wieder hin. Zum Frühstück gab es heute das alte Brot von gestern in Form einer Suppe. Mhhh, lecker… (hier spielt man offensichtlich mit dem Feuer). Zum Glück gab es auch normale „Brötchen". Christopher schlief lieber weiter, wenn er nicht gerade auf der Toilette saß. Nach dem Frühstück schaute ich mir ein paar Folgen meiner Serie an und ruhte mich so gut es geht aus. Dazu nahm ich ein paar Vitamine in Form von Pillen zu mir und hoffe auf Besserung. Gegen kurz nach 9 kam unser Shifu aufs Zimmer und holte Christopher ab, um Geld abzuholen. Sie fuhren mit dem Taxi in die Stadt und nahmen dabei 2 kleine Chinesen mit, die zum Krankenhaus mussten/wollten. Christopher wurde bei der Gelegenheit auch mit behandelt. Der Arzt, der ein anderer war als letztes Mal, schaute sich vorsichtig sein Handgelenk an und meinte etwas zu unserem Shifu, dass er besser nicht damit Trainieren sollte. Unser Shifu verheimlichte das aber wohl und übersetzte es so, dass er, wenn es morgen noch weh tut, wiederkommen soll. Einer der Chinesenkinder hatte Kopfschmerzen und sollte deswegen mit ins Krankenhaus. Als er dann aber keine mehr hatte als sie am Krankenhaus ankamen, wurde unser Shifu sauer und schlug ihn in, so dass er jetzt einen Grund hat ins Krankenhaus zu gehen (nur leicht). Christopher durfte nicht draußen warten, sondern sollte mit dabei sein, wenn die Kinder behandelt werden. Auch der Taxifahrer mischte mit und schauten sich die Verletzung eines Mädchens an. Tz, in China geht man damit offenbar ganz anders mit um. Der Taxifahrer machte sogar Vorschläge dazu. Unser Shifu erzählte dem Doktor auch von der Wundermedizin, die ich auch Deutschland mitgebracht hatte (das Eisspray). Auch er war nach Christophers Erzählung sehr begeistert gewesen. Die Zimmer mit dem Betten (ich würd ja Patientenzimmer sagen, aber das trifft offenbar nicht zu) standen dank des Regens in 10cm hohen Wasser. Super, oder? Ich kann nur hoffen das ich nicht auch noch bald ins Krankenhaus geschickt werde. Christopher kam gegen halb 10 wieder, während ich noch meine Serie guckte. Gegen 11 kam unser Shifu aus Zimmer und brachte ein Paket für Christopher, dass seine Eltern vor einer Woche losgeschickt hatten. Es enthielt allerlei Fresskram. Richtiger Kaffee (in Pulverform) war auch dabei. Hier gibt's nämlich nur Ekelkaffee zu kaufen. Es klappt also tatsächlich ein Paket hier hin zu schicken. Hätte ich ja nicht gedacht…

Wir machten uns einen Kaffee, der leider viel zu stark war. Wir taten zu viel von dem Pulver in die Tasse, aber es stand auch nicht drauf wie viel man dafür benötigt. Der Kaffee war schwarz wie die Nacht und stark wie 10 Pferde. Er war eigentlich ungenießbar, aber die Not macht ja schon so einiges möglich. Mir geht es wirklich ziemlich dreckig und ich werde den ganzen Tag nicht trainieren. Ich hoffe morgen geht es mir dann besser. Einer der beiden neuen Engländer, die vorgestern angekommen sind, liegt schon mit Bauchschmerzen im Bett. Ging ja fix. Zu Mittag wurde wieder um das letzte bisschen Reis gekämpft. Zum Glück gab es auf dem Flur noch eine Ladung. Trotzdem war später alles weg und Nachschub war auch nicht in Sicht. Ich hatte aber meine 3 Portionen abgestaubt und war zufrieden. Wir verdünnten den Kaffee noch ein wenig mit heißem Wasser und gingen wieder hoch. Auf dem Zimmer tauschen wir Spiele über die SD-Karte aus, da Christopher nicht länger sein Age of Empires spielen kann. Bis zum Meeting lagen wir beide im Bett und machten nix. Max hatte vormittags offenbar auch nicht trainiert. Vermutlich wegen seinen permanenten Bauchschmerzen. Beim Nachmittagstraining lagen wir, anstatt zu trainieren alle im Bett. In der Zeit ging es mir von

Stunde zu Stunde dreckiger. Ich maß nach, ob ich Fieber hatte, doch das Thermometer sagte nur 37,5 ° C. Also alles noch im grünen Bereich, auch wenn es sich anders anfühlte. Da ich alle Filme auf meiner Festplatte bereits geschaut hatte, schaltete ich vor lauter Langeweile den Fernseher an und zappte durch das chinesische Programm (sehr langweilig). Ich fand eine (öde) Tierdoku und schaute sie bis es Zeit zum Essen wurde. Zum Essen gab es heute die gefüllten Teigtaschen, auch die ich nicht so Bock hatte. Ich aß dennoch eine und begnügte mich dann mit der dünnen Reissuppe. Da Christopher und ich nach dem Essen noch hungrig waren, borgte ich mir Max sein Tauchsieder und wir machten uns eine fast kochende Suppe. Ich nahm eine Packung der Buchstabensuppe, die ich von Max bekommen habe und Christopher bediente sich aus seinem Fresspaket, dass er heute bekommen hat. Dann war es Zeit zum Meeting, die ich damit nutzte, um die Suppe „brodeln“ zu lassen. Max trainierte wieder mit, doch wir beide fühlten uns noch nicht gut genug. Ich denke ich werde Morgen auch eine Zwangspause einnehmen müssen. Hat mich doch schwerer getroffen als zunächst vermutet. Unser Shifu will uns nach dem Training, also um 20:40 Uhr auf dem Zimmer besuchen, um zu gucken wie es uns geht. Deswegen räumten wir schnell ein wenig auf, da unser Zimmer wieder aussah wie sau. Etwas später als erwartet, klopfte es dann tatsächlich an der Tür. Unser Shifu kam herein und erkundigte sich wie es mir geht. Ich lag zu der Zeit im Bett und Christopher las ein Buch. Er guckte auf die Fernbedienung der Klimaanlage, die wir vorher auf 22° C hochgedrückt hatten und er drückte sie erneut weiter hoch auf 24° C. Für uns war das ein wenig zu warm. Dann sagte er „Wait, chinese medicine“ und er ging zur Tür hinaus. 3 Minuten später war er wieder da, mit 2 Pillen in der Hand. Eine sollte ich vor seinen Augen schlucken, die andere Morgen. Da ich der chinesischen Medizin nicht traue, da man nie wissen kann was sie für Nebenwirkungen und Spätfolgen haben können, nahm ich die Pille und den Mund und spülte sie mit Wasser runter. Zumindest dachte er das und auch Christopher war davon überzeugt. Ich hatte die Pille jedoch hinter meinen Backenzähnen versteckt und spuckte Sie nachdem unser Shifu wieder gegangen ist aus. Das war zwar sehr nett gemeint, aber wie gesagt traue ich der Medizin hier nicht. Wäre eine Packungsbeilage auf Englisch dabei gewesen, hätte ich mich ja zumindest etwas drüber informieren können, aber ich wusste ja nicht mal wogegen die Medizin helfen sollte. Christopher war echt überrascht, da der Schluckvorgang wohl sehr realistisch rüberkam. Fürsorglich wurde ich noch vom Shifu zugedeckt und dann war für mich Schlafenszeit.

Sonntag, 25.07.2010

Wie vermutet beginnt der Tag mit Husten, Schnupfen und einem schlechten Gefühl im Kopf. In der Nacht habe ich zwar dafür das ich krank war recht gut geschlafen, doch heute Morgen traf es mich wieder wie ein Hammerschlag. Christopher war nach eigenen Angaben sehr müde und hatte kaum geschlafen. Auch seine Nase läuft ständig. Jedoch nicht so sehr wie meine. Ich hoffe mal nicht, dass ich ihn angesteckt habe. Jedenfalls setzten wir beide das Training aus und schliefen weiter. Beim Frühstück musste ich mich beeilen, da mir ständig die Nase lief und ich meine Papiertücher (Toilettenpapier) vergessen hatte. Vor meinem Bett steht schon ein ganzer Sack voll mit gebrauchtem Papier. Als mein Shifu das gestern Abend gesehen hatte, zeigte er auf mich, ich nickte und dann fing er an zu lachen. Nach dem Frühstück wollte ich mir den Film „Fearless“ mit Jet Li von Max besorgen. Max sagte mir, dass Niko seine DVD-Sammlung hat. Bei Niko meldete sich zunächst keiner. Ich versuchte es 10 Minuten später und er sagte mir, dass Harry die Sammlung hat. Bei Harry fand ich Sie dann schließlich vor und lieh Sie mir aus. Da die DVD Kopiergeschützt war, konnte ich Sie nur auf Christophers Laptop angucken, da mein Netbook ja kein Laufwerk hat und auch der USB-Anschluss für ein optisches Laufwerk nicht brauchbar ist. Während Christopher zum Vormittagstraining ging, schaute ich in der Zeit den Film. Pünktlich zum Trainingsende war ich damit fertig und Christopher kam herein. Ich legte mich dann wieder ins Bett und mir ging’s wieder so schlecht wie nie. Bis zum Mittagessen schlief ich, wenn ich mir nicht gerade die Nase putze oder am Husten war. Christopher musste mich sogar zum Essen aufwecken, da ich sonst verpennt hätte. Er machte sich mit dem Tauchsieder von Max eine seiner Fertiggerichte und ich ging mit Schale, Stäbchen und Ketchup (und diesmal auch mit Papiertüchern bewaffnet) in den Speisesaal. Nach dem ich etwas gegessen hatte, ging ich wieder hoch und schlief direkt weiter bis zum Nachmittagstraining. Beim Meeting ging ich wie immer mit und lies mich Blicken. Ich wurde wieder aufs Zimmer hochgeschickt und ruhte mich weiter im harten Bett aus. So langsam kommt das schlechte Gewissen dazu, da ich nun schon 1 ½ Tage Pause gemacht habe. Heute werde ich auch noch komplett aussetzen und je nach Gesundheitszustand versuchen morgen weiter zu trainieren. Immerhin bin ich nicht hierhergekommen, um krank im Bett zu liegen. Christopher erzählte mir noch, dass die Shifus eine neue Waffe in der Trainingshalle haben: Eine Peitsche, die sich so anhört, wie Gewehrschüsse aus der Ferne. Würde ich gern mal sehen. Die zwei Inder-Brüder, die eigentlich keine sind, haben heute beim Training gespart. Mit Boxhandschuhen droschen die beiden aufeinander los. Der ältere hat den jüngeren immer wieder zwischen die Beine getreten. Max hat das ganze angeblich aufgenommen. An dem Video wäre ich interessiert 😉

Auf dem Rückweg wurde Max von den kleinen Inderjungen (Owen ist sein Name) mit dem Stick geschlagen und auch die Kronjuwelen haben was abbekommen. Das fand Max nach Christophers Erzählungen wohl nicht so witzig und sie meldeten es unseren Shifu, der direkt ziemlich sauer wurde. Auch der Shaolin-Shifu (auch Pan-Shifu genannt), der der Shifu von Owen ist, hat sich ihn am Ohr geschnappt und davon geschliffen. Die beiden sind frech wie sonst was. Aber schon am Donnerstag reisen die beiden mit Ihrem Vater wieder nach einer Insel in der Nähe von Madagaskar ab. Während die anderen Nachmittagstraining hatte, lag ich wie üblich im Bett. Da heute aber Chinesisch-Unterricht ist, kam Christopher und der Rest der Truppe schon nach 1 ½ Stunde wieder. Wie üblich drückte er sich vor dem Unterricht und befürchtete, dass der Sanda-Shifu diesmal gucken kommt, da er es wieder angekündigt hatte. Aber nichts passierte. Zum Abendessen ging es mir wieder kacke. Es gab die Dampfbrötchen, die ich mit Schokolade aß. Bevor ich zum Essen runter ging, brachte ich den Müll raus und traf dabei meinen Shifu, der sich im Vorbeigehen nach meinem Zustand erkundigte. In der Zeit nach dem Essen und vor dem Training, versuchte ich zum 4. Mal heute mein Glück an der

Waschmaschine. Es wurde nämlich höchste Zeit die Wäsche zu waschen, die sich angesammelt hat. Vor allem aber die Trainingskleidung. Sie klebt schon so sehr, dass ich Sie besser nicht auf mein Bett werfe sollte. Anschließend ist mein Bett nämlich klebrig und gelb vom eingetrockneten Schweiß. Ich war jedenfalls leider 1 Minute zu spät an der Maschine. Ben hatte Sie gerade beladen und gestartet. Beim Abendmeeting (das Training fiel heute für den Rest auch aus), bat ich Ben mir Bescheid zu sagen, wenn er runter geht, um die Maschine zu leeren. Christopher öffnete mit meinem Taschenmesser eine Dose Würstchen, die er zugeschickt bekommen hat und warf die Dose, da Sie fürchterlich stank aus dem Fenster in das Reisfeld hinter der Schule. Dazu brachte er den Spruch „Take that, Chinese Farmer!“. Tja, so wird das hier gemacht in China. Müll wirft man nicht selten einfach aus dem Fenster. Eine Stunde, nach dem Ben die Maschine gestartet hatte, klopfte es an der Tür und Ben stand davor und sagte, dass er jetzt runter geht. Ich ging mit ihm runter und nahm dabei meine Wäsche mit. Unten angekommen, war seine Wäsche total nass, da das Wasser nicht richtig abgelaufen war. Ich schmiss meine Klamotten in die übrig gebliebene Suppe, schüttete etwas Waschpulver drüber und steckte 2 Yuan in den Münzeinwurf. Ich fragte mich, ob es diesmal mit rechten Dingen zugehen wird und mir nicht das gleiche Schicksal blüht wie Ben. Um halb 10 ging ich noch mal gucken und stellte fest, dass eine Chinesin meine Wäsche aus der Waschmaschine geladen hatte und in ein Wäschefass gegeben hat. Während ich meine (größtenteils) trockene Wäsche in meine Tüte packte, wusch Sie ein Kleinkind in der Waschschüssel. Sie half mir noch, indem Sie meine Tüte hielt und ich einfach nur mein Zeug rein schütten musste und ging rasch hoch, da eigentlich schon Bett ruhe war. Hätte mich mein Shifu gesehen, hätte er bestimmt etwas wie „No Sleep? Tomorrow Kung Fu!“ gesagt. Aber irgendwann muss ich ja auch mal waschen. Ich hing meine Sachen ans Fenster / an die Wand und schreib meinen Artikel zu Ende. Dann war auch schon Schlafen angesagt.

27. Juli 2010 – Mich hat es erwischt: Ich bin krank

Von den letzten Tagen hier gibt es noch weniger zu berichten als sonst. Grund dafür ist, dass ich krank geworden bin. Mit einer schönen Erkältung lag ich nun 3 Tage überwiegend im Bett und habe nichts Großartiges getan außer zu schlafen und Filme zu gucken. Trotzdem habe ich natürlich meine Berichte weitergeschrieben. Inzwischen geht es mir wieder so einigermaßen und ich werde Mittwoch wieder mit dem Training anfangen.

Haut rein!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/mich-hat-es-erwischt-ich-bin-krank/

连续上装
LIAN XU SHANG ZHUANG

Montag, 26.07.2010

Ich wache mit dem Klingeln auf und geh zusammen mit Christopher runter zum Meeting. Mir geht es zwar schon wieder besser als am Vortag, doch in der Lage zu trainieren fühl ich mich noch nicht. Beim Meeting sagte unser Shifu zu uns, dass er heute mit seiner Kindergruppe (ich dachte echt die hätten Ihren eigenen Shifu bekommen. Aber der ist wohl nicht immer da) zum Shaolin-Tempel fährt. Auf die Frage von Max warum („Why???“) gab er nur grinsend eine Antwort, indem er auf die Kinder deutete. So ist das also… hätte ich ja nicht gedacht. Jedenfalls sollen wir, bzw. meine Gruppe heute zum Tai-Chi-Shifu gehen und mit ihm dem Tag verbringen und schön fleißig den Gun üben. Ich ging darauf wieder hoch in mein Bett und schlief, bis Christopher mich wachklopfte. Dann schlief ich wieder direkt weiter bis zum Frühstück. Wie immer das gleiche. Max wurde von Shifu gefragt, ob er sich seine Kamera für den Trip ausleihen kann. Als Christopher davon Wind bekam, verdrückte er sich schnell aufs Zimmer, da er nicht auch noch gefragt werden wollte, falls Max ablehnt. Man kann ja schlecht Nein sagen. Jedenfalls hat sich Max aufgeopfert und ihm seine Kamera überlassen. Ob er Sie jemals Wiedersehen wird? Schließlich ist die Kamera mehr Wert, als ein Shifu hier im Monat verdient. Aber vielleicht bekommt er ja auch ein paar schöne Fotos mit auf der Kamera. Ich werde auf jeden Fall mal nachhaken, falls er sie wiederbekommt 😉

Bis zum nächsten Meeting bzw. Training (heute ist eine Session freies Training und dann Buddhismus), verbrachte ich die Zeit im Bett mit meiner Serie. Christopher und ich gingen dann runter und sahen draußen schon alle am Basketball, Pingpong oder sonst was spielen. Heimlich verdrückte sich Christopher wieder aufs Zimmer, da er einfach nur noch schlafen wollte. Ich ging einfach mal mit, da ich ja eh ans Bett gebunden bin. Während Christopher ein wenig in seinem Buch las und dann einschlief, guckte ich meine Serie weiter. Irgendwann habe ich mich dann auch wieder aufs Ohr gelegt und eine Runde gepennt. Den Buddhismus habe ich mir heute zum ersten Mal geschenkt. Ich will ja keinen anstecken. Und ständig Husten und die Nase putzen zu müssen, während man eigentlich still im Kreis sitzen soll und meditiert, muss ja auch nicht sein. Pünktlich zum Mittagessen bin ich dann wieder aufgestanden. Heute war es deutlich leerer und vor allem ruhiger im Speisesaal. Die Kinder schreien nämlich immer wie am Spieß und man versteht kaum sein eigenes Wort während man mit Essen beschäftigt ist. Ganz zu schweigen von seinem Tischnachbarn… Naja jedenfalls machte ich ein paar Fotos vom Gedränge am Reis und vom sonstigen Speisesaal. Sonst gehen mir nämlich die Bilder für Dienstag aus. Ist halt nicht viel passiert seit letztem Freitag. Heute ist mein dritter Tag, an dem ich krank bin. Das Ganze entwickelt sich hier zu einer Grippe. Aber ich denke am Mittwoch bin ich wieder beim Training dabei. Ich darf nicht vergessen hier in der Waffenkammer Pratzen zu kaufen bevor ich abreise. Die sind nämlich ziemlich billig. Gerne würde ich auch ein Foto von der Waffenkammer machen. Doch glaube ich, dass die Leute hier das nicht so gerne sehen würden. Bis zum nächsten Training schlief ich. Beim Meeting lies ich mich heute mal nicht Blicken, da es dem Tai-Chi-Shifu ja sowieso egal ist wer zum Meeting kommt oder nicht. Während die anderen trainierten lag ich wieder im Bett und guckte ein paar Folgen meiner Serie. Langeweile kam auf und das Zimmer erwärmte sich wieder, da Sie die Klimaanlage ausgeschaltet hatten. Irgendwie überlebte ich es aber, bei der Hitze im Bett zu liegen und Christopher berichtete mir anschließend vom Training. Sie haben heute nicht viel gemacht. Nach der Pause waren Sie auf einen Hügel und haben gequatscht. Also nicht viel verpasst. Aber: Ein Bulldozer war an der Halle und hat vor der Halle alles dem Erdboden gleich gemacht. Da wo vorher ein wenig Grün war und Pflanzen standen, ist jetzt nur noch Matsch. Jetzt sieht es schlimmer aus als vorher. Bei Regen wird das ein einziges Schlammmeer. Christopher fragte einen Halbchinesen, ob er den Tai-Chi-Shifu sagen kann, dass sie den Platz nun nicht mehr benutzen können. Der Tai-Chi-Shifu meinte darauf nur etwas in

Richtung „Ja, den Platz können wir nicht mehr benutzen“. Bei der Raumknappheit zurzeit ist das aber sehr unpraktisch. Jedenfalls ging es dann zum Essen runter. Es gab nichts Außergewöhnliches. Aber vielleicht auch besser so, bevor Sie uns noch irgendeinen „besonderen“ Fraß vorwerfen…

Beim Abendmeeting fiel das Training dann auch für den Rest aus. Der Tai-Chi-Shifu fragte mich und die anderen, ob wir morgen nach Jiaozou fahren. Alle außer Harry bejahten und dann schickte er uns hoch aufs Zimmer. Christopher war gut glücklich und setzte sich vor seinen Laptop und erzählte mir, was er morgen alles essen werde. Er grinste die ganze Zeit dabei glücklich. Hier ist es echt einfach jemanden eine Freude zu machen. Gib ihn einfach non-Chinese-Food oder Trainingsfrei 😉

Jin Da Bao hatte beim nächsten und letzten Meeting wieder richtig Spaß, indem er den Ausländern die Arme und Finger verdrehte (nur aus Spaß). War lustig wie sich der kleine Fratz dabei freute. Dann war schon bald Schlafenszeit für mich.

Dienstag, 27.07.2010

Müde wie ich war lies ich das Frühstück ausfallen und schlief daher bis um 7:45 Uhr. Halbwegs ausgeschlafen stand ich dann aber doch schließlich auf, um ein paar Bilder rauszusuchen, die ich heute im Internetcafé hochladen werde. Christopher schlief noch ein wenig länger. Ich machte mich danach so schnell wie möglich fertig, indem ich mein Rucksack packte (diesmal nur das nötigste) und mir die Zähne putzte. Dann schnell runter, die 20 Yuan fürs Taxi bezahlt und mein Shifu gesagt, dass ich morgen wahrscheinlich wieder trainieren werde. Heute ging‘s mir nämlich wieder ein bisschen besser als gestern. Außerdem halt ich es nicht mehr länger auf dem Zimmer aus. Soooo langweilig. Dazu kommt, dass ich jetzt richtig Bock aufs Training habe. Wenig später stiegen wir dann in eines der Taxen ein. Max wurde noch vom alten Vater der Inderjungen angemault, da er ihnen wohl irgendwie „Befehle“ erteilt hat, dass Sie sich woanders hinsetzen sollten. Keine Ahnung. Wenn er seine Kinder nicht selber erziehen kann, dann soll es doch jemand anders machen. Große Worte und nichts dahinter. Dann ging es los. Eine halbe Stunde später kamen wir in Jiaozou an und wir (Christopher und ich) fuhren direkt mit dem ersten Taxi weiter Richtung Mc Donalds. Foto sei Dank… das wäre sonst jedes Mal ein Akt zu erklären wo man hin will. So ist es schön einfach; hat bisher doch immer geklappt. Bei Mc Donalds bestellten wir uns erst mal als erste Ausländer heute was und sahen draußen noch die Inderkinder mit Papa vorbeilaufen. Dann gingen wir auf dem Weg zum Internetcafé an einem Mc Donalds-Eisladen an einer Ecke vorbei, wo man nur Eis kaufen konnte. Und zwar nur von der Straße aus. Die Bedienung nahm unsere Bestellung auf, indem Sie laut in das Mikrophon sprach und Ihre Stimme in der ganzen Gegend laut zu hören war. Ich kann mir nicht vorstellen, dass es die anderen Leute hier interessiert was gerade bestellt wird. War schon ein seltsamer Augenblick. Im Gegensatz zum richtigen Mc Donalds, bekam man hier sogar Mc Flurry. Wenn man sich 2 davon bestellte, bezahlt man dafür nur 13,5 Yuan anstatt 9 Yuan für einen. So gab ich Christopher ein Eis aus und wir gingen weiter. Im Internetcafé angekommen bezahlte ich 10 Yuan um mein „Surfkonto“ wiederaufzuladen und setzte mich an einem freien PC nahe der Klimaanlage. Ich lud dann anschließend ein paar Bilder hoch, machte meine Blogeinträge, machte es wie ET (nach Hause telefonieren), checkte Emails und erkundigte mich für Christopher ein wenig über Thailand. Die Informationen des Auswärtigen Amts sollten ihn nicht so erfreuen… muss ja echt schlimm da zugehen. Max, der wenig später nachkam uns sich zwischen uns beide setzte gab mir noch das Video der Inderkinder, wie Sie gegeneinander kämpften und gegen kurz vor 2 verließen Christopher und ich das Café, um Pizza essen zu gehen. Diesmal etwas eher, da wir anschließend noch in Ruhe shoppen wollten. Wir gingen zu Fuß dort hin, da der Weg nicht besonders weit war. Auf dem Weg lag eine Filiale der Bank of China und Christopher holte sein Geld ab, um die Schule für den nächsten Monat bezahlen zu können. Ich probierte bei der Gelegenheit meine normale EC-Karte am Automaten aus, der Sie nicht mehr hergeben wollte. Entweder hatte ich den falschen Pin eingegeben oder der Automat konnte nicht mit meiner Karte umgehen. Ich hoffe und vermute letzteres. Denn als ich nach der ersten falschen Pin-Eingabe meine Karte wiederhaben wollte, verlangte der Kasten von mir den Pin einzugeben. Was anderes gab es nicht zur Auswahl. Auch rumdrücken auf alle möglichen Knöpfe half nicht. So war ich gezwungen den Pin einige Male falsch (oder richtig?) einzugeben und erhielt dann meine Karte mit einem Beleg in Chinesisch wieder. Wehe, die ist jetzt gesperrt… aber eingezogen wurde Sie schon mal nicht. Dann gingen wir weiter zum Pizzaladen. Wie immer wurden wir freundlich Empfangen und hochgebeten. Die Kellerinnen servierten uns Tee (im Preis inklusive) und wir bestellten Pizza. Christopher, das Ekel, bestellte sich dazu noch eine Portion Schnecken. Ich traute meinen Ohren nicht. Er hat Sie bereits zuvor in Frankreich gegessen und meinte Sie schmecken gut und er hoffe, dass Sie hier auch so schmecken würden. Ich hielt das erst für einen Scherz, aber dann wurde mir auch klar, dass er es ernst meinte. Die Kellnerin grinste die ganze Zeit,

als sie mitbekam, dass ich total entsetzt über die Schnecken war. Nach kurzer Wartezeit kam dann auch der „erste Gang“ … die Schnecken. Sie stanken widerlich, aber Christopher ließ sie sich schmecken und versuchte mich die ganze Zeit zu überreden auch eine zu probieren. Als er die Ungetüme dann verschlungen hatte (die in Frankreich waren wohl besser, aber er ließ sie sich trotzdem gut schmecken) kam dann auch schon die Pizza. Diesmal hat man uns endlich richtig verstanden und wir bekamen beide, was wir bestellt hatten. Die 12 Inch Pizza, war schnell weggefuttert und wir bekamen Besuch von 2 anderen Ausländern aus der Schule. Dann bestellten wir noch jeweils eine Pizza zum Mitnehmen (10 Inch) und Christopher ließ sich seine Reste zusätzlich einpacken. Das Ganze war nicht so einfach wie hier beschrieben… aber mit Mühe und Not und viel Fantasie bei der Zeichensprache sowie ein paar Wörtern aus dem Sprachführer gelang es uns dann doch schließlich. Ach ja! Zudem bestellten wir uns eine Cola. Nach 5 Minuten servierte uns dann eine ständig verlegen-grinsende Kellnerin die 2 Colas, die mit Strohhalmen versehen waren und die ganze Zeit drohten aus der Flüssigkeit zu springen. Nett wie wir waren, nahmen wir Ihr die Getränke ab und bedankten uns. Das ist immer ein Abenteuer hier… Wir bezahlten für alles 210 Yuan (zusammen) und gingen mit Pizza im Gepäck weiter und suchten ein Taxi, das uns zum Supermarkt fahren konnte. Nach dem uns bestimmt 15 volle Taxen passiert hatten, fanden wir schließlich ein leeres, dass uns für 5 Yuan zum Supermarkt fuhr. Das Yuan-Symbol sieht übrigens dem japanischen Yen-Symbol seeeeehr ähnlich, ist vielleicht sogar identisch. Die Chinesen sind echt voll die Kopierer. Alles wird kopiert, anstatt selbst zu erfinden. Als wir auf die Uhr schauten, stellten wir fest, dass wir grad mal 15 Minuten zum Einkaufen hatten. Haben wir echt so lange im Pizza-Restaurant gebraucht? Scheinbar schon. Denn wir haben das Internetcafé pünktlich verlassen. Jedenfalls mussten wir uns eigentlich wieder beeilen, da ja um 16 Uhr Abfahrt ist. Aber wir ließen uns ein wenig Zeit, da wir noch andere Ausländer gemütlich beim Durchschlendern des Supermarktes sahen. Unser erster Halt war im 1. Stockwerk, wo wir uns nach einem Tauchsieder (zum Wasser kochen) umsahen. Leider erfolglos. Auch Max, der hier letzte Woche einen gesehen haben soll, fand ihn nicht wieder (wir trafen ihn hier). Aber Christopher kaufte sich auf meinen Wunsch (?) hin einen Haar-Rasierer für 128 Yuan. Auch er will sich bald wieder die Haare abrasieren. So sind wir nicht mit auf den Rasierer von Francois abhängig. Vorbei an Nunchakus aus dem Sportsregal (Schade, dass Sie in Deutschland verboten sind) gingen wir dann ein Stockwerk höher, um uns mit Lebensmitteln einzudecken. Ich kaufte mir 3 Äpfel und TOASTBROT!!! Dann kaufte ich noch einen Beutel mit Brot, das aussah, als sei es das gebackene Brot von den Straßenständen aus der kleinen Stadt. Dann fanden wir noch echte Chips. Nämlich Pringles, die man ja auch aus Deutschland kennt. 14 Yuan die Packung… Wir kauften uns jeder eine und dazu noch 2 billige, chinesische Kopien zum halben Preis. Christopher kaufte sich noch einen 2,5 Liter-Eimer Orangensaft, den ich aber auch mitbenutzen durfte. In der Import-Abteilung des Supermarktes kauften wir uns das einzige, was wirklich importiert wurde (der Rest war 100%ig chinesischen Ursprungs): Mentos. Für mich gab es die bunte Packung und für Christopher die normale Version. Dann gingen wir ins Erdgeschoss, um zu bezahlen. Hier fanden sich wieder ein paar schöne Hemden, die uns angrinsten. Ich zeigte Christopher welche Hemden ich mir beim letzten Mal gekauft hatte und er kaufte sich auch eins. Ich konnte auch nicht widerstehen und kaufte mir diesmal ein einfarbiges nach chinesischem Schnittmuster. Sehr schön. Mit den Hemd-Verkäuferinnen gingen wir zur Kasse, die wohl die Preise übermittelten. Wir legten alles auf nicht vorhandene Band und bezahlten ca. 200 Yuan für alles (mit Ausnahme der Hemden, die waren extra abgerechnet worden). Wir holten schnell unsere Rucksäcke und gingen zum letzten Schultaxi, das schon halb besetzt auf uns wartete. Nach 30 Minuten waren wir wieder an der Schule und packten unsere Taschen aus. Es war fürchterlich warm auf dem Zimmer und wir hofften, dass sie bald die Klimaanlage einschalten würden. Ich brachte den Müll raus und traf meinen Shifu, der mich nur angrinste, als er mich sah.

Christopher unterhielt sich mit der Dänin im Flur und Christian und Harry kamen auch bald dazu. Ich stellte mich auch dazu und erfuhr, dass die beiden Männer heute in Yuntai Shan, dem Gebirge hier waren. So wie ich es erfahren habe, habe ich auf meiner Gebirgstour vor ein paar Wochen noch bei weitem nicht alles gesehen, da man sogar Eintritt bezahlen muss, was wir beim letzten Mal nicht getan haben. Die beiden wollen wahrscheinlich nächste Woche nochmal und ich denke Christopher und ich werden dann wohl mitkommen und einmal aufs Internetcafé und Pizza verzichten. Christian hat oben nämlich wohl ein Huhn mit allem gegessen (in einer Suppe). Mhhhh… da wird man ja richtig neidisch…

Ich setzte mich noch ein wenig runter in die Eingangshalle und hoffe Jin Da Bao beim Spielen filmen zu können, doch leider war Jin Da Bao auf sein Zimmer wie sich später herausstellte. Dafür kam der kleine Chinese mit dem kranken Blick auf mich zu und versuchte mir meine Badelatschen zu klauen. Ein einfaches „Bu Hao“ (=nicht gut) reichte wie sonst nicht aus, um ihn zu stoppen. Dann fing er an mir in den Zeh zu kneifen und guckte mich dabei mit seinen Psycho-Blick an. Dann versuchte er mich die ganze Zeit zu küssen. Nur mit Mühe gelang es mir ihn vom Hals zu halten, da er es echt drauf anlegte mich mit seinen sabbernden Lippen zu berühren. Als er dann scheinbar aufgab, ließ er Spucke aus seinen Lippen hervorquollen, streifte es mit den Fingern ab, und warf es nach mit. Frechheit. Dann reichte es mir und ich rannte ihn ein paar Schritte hinterher und überlegte ihn in den Arsch zu treten für seinen Frevel. Dann hatte ich aber plötzlich keinen Bock mehr und ging einfach aufs Zimmer hoch, wo wenig später 2 kleine, bewaffnete Chinesen (Nunchaku und Teleskop-Schwert) ins Zimmer kamen, um sich die Fernbedienung der Klimaanlage auszuleihen. Der Nunchaku-Chinese brachte Sie anschließend wieder und war ganz verrückt nach Christophers Laptop, der zusammengeklappt auf dem Tisch stand. Diesmal reichte mein „Bu Hao“ aus, um ihn zu vertreiben. Auf dem Weg zur Tür, grabschte er noch unser Toastbrot an und verließ dann endlich das Zimmer. Ne ne ne ne. Zum Abendessen gingen wir runter. Ich hatte mein neues Hemd angezogen und wurde sogleich angesprochen wo ich es gekauft habe. Sieht ja auch schön aus. Ich aß zwei „Shit bread“, wie Christopher es gerne ausdrückt und er nichts. Dann ging es wieder hoch und er aß seine restliche Pizza. Ich war immer noch gesättigt und brauchte nichts. Da fällt mir gerade ein: In Dänemark kennt man keine Apfelschorle. Christopher war von der Idee Wasser in Apfelsaft zu schütten, um ihn dünner zu machen schockiert und angewidert, als ich ihn davon erzählte. Auch Waldmeister-Geschmack scheint man dort nicht zu kennen. Trauriges Dänemark…

Beim Meeting fragte mich (wie vermutet) mein Shifu auf das Hemd an. Er wollte wissen wie viel ich dafür bezahlt hatte (wie vor ein paar Wochen bei Tobias). Die Antwort, dass ich 85 Yuan dafür geblecht hatte, lies ihn nur den Kopf schütteln und er meinte dann, dass es im Shaolin-Tempel nur 40 gekostet hätte. Jaja, das glaub ich nicht. Denn wie es der Zufall so will, habe ich mir solche Hemden auch im Tempel gekauft. FÜR 80 DAS STÜCK. Wenn man kein Chinese ist, zahlt man immer mehr. Möglicherweise hätte er es für 40 kaufen können. Ein Ausländer aber sicher nicht.

Max zeigte unseren Shifu noch ein Bild, von einem toten Krebs, den er im Zimmer gefunden hatte. Wirklich widerlich. Ich will gar nicht wissen wo der her kommt. Christopher erzählte mir später, dass er nach dem Meeting noch mit unserem auf Max sein Zimmer war. Unser Shifu, der übrigens Xie Dong heißt, nahm ihn dort mit ungläubiger Miene in die Hand, begutachtete ihn mit scharfem Blick, brach ihn auf (er war schwarz von innen, also schon länger tot), roch daran und hielt ihn vor Christophers Nase, der ängstlich zurückwich. Das löste natürlich wieder ein komisches Lachen bei unserem Shifu aus und er machte immer wieder die Geste ihn essen zu wollen. Ich hoffe das hat er nicht getan… Oo

Beim letzten Meeting kam unser Shifu zu spät. Er entschuldigte sich und der Inderjunge meinte 10 Stunden Ma-Bu zur Strafe. Die Eltern unseres Shifus, die danebenstanden, fingen laut an zu lachen und dann wurde abgegrüßt. Auf dem Zimmer schrieb ich meinen Tagesbericht und legte mich dann endlich ins Bett. Denn morgen beginnt für mich wieder das Training.

Mittwoch, 28.07.2010

Nach einer unruhigen und warmen Nacht erwache ich 10 Minuten vor dem Klingeln. Ich machte also noch mal kurz die Augen zu und dann waren die schönen 10 Minuten auch schon vorüber und es ertönte die Schulklingel. Ich fühlte mich fit genug zum Trainieren. Auch wenn meine Nase ständig lief und mich der Husten zwischendurch plagte, ging ich alleine runter zum Meeting. Christopher hatte sich auf der Toilette verschanzt. Mit Max und den Inderjungen (Jan oder Joe oder Chewy, wie Chewbacca aus Star Wars), sowie der Kindergruppe (die komischerweise deutlich kleiner geworden ist) liefen wir dann in einer Zweierreihe einige Male um den Block. Nach einer halben Runde gehen, ging es dann weiter mit Laufen. Die Kinder waren schon wieder am Japsen und auch ich musste durch den Mund atmen (liegt aber daran, dass meine Nase ständig lief). Dann hieß es Stretchen. Ich bin aber lieber zu meiner Flasche gegangen und hab mir mit meinem mitgebrachten Toilettenpapier die Nase geputzt. Dann war das Stretchen auch schon vorbei. Ging ja fix, denn so lange habe ich eigentlich nicht gebraucht. Mit den Kindern gingen wir die Dehnübungen und Stellungen durch. Dann folgten Fauststöße und Handflächenschläge. Der Psychojunge mit den verdrehten Augen (ich werde ein Bild nachreichen) nervte mich wieder indem er versuchte meine Hände anzufassen, während wir mit Fauststößen und Handflächenschlägen beschäftigt waren. Da half leider nur noch ein sanfter Push-Kick um ihn loszuwerden. Alle guten Worte versagten und selbst das oft Wirkende „Bu Hao“ hatte keinen Erfolg. Das Kind ist definitiv gestört. Es hört nämlich nicht mal auf die Shifus und läuft ständig weg und spielt im Dreck. Außerdem hat er eine perverse Ader und grapscht immer alles an. Mit Vorliebe Mädchen. Nach dem wir einige Male unsere Form gelaufen sind (die ohne Gun) war dann auch Trainingsende. Mein Shifu fragte, ob mir das Morgentraining gutgetan hat. Ich bejahte seine Frage und ging auf mein Zimmer um zu Duschen. Denn ich kam aus dem Schwitzen gar nicht mehr raus. Hat sich wohl einiges angesammelt die letzten Tage. Dann war Frühstückszeit. Das warme „Shit Bread“ (so nennt Christopher es; also das Nicht-so-gute-Brot-,-dass-es-eigentlich-jeden-Tag-gibt) half dabei meine Schokolade zu schmelzen, die ich reintat, um nicht nur Teigmasse zu essen. Dann ging ich wieder hoch (Christopher klemmte sich das Frühstück) und legte mich bis zum Trainingsbeginn ins Bett. 20 Minuten vor Beginn, klopfte es an der Tür und unser Shifu kam herein, um uns zu sagen, dass Morgen Room inspection ist und wir aufräumen sollen. Dann demonstrierte er mir noch an meinem Bett, wie man die Decke richtig faltet (natürlich nach chinesischer Art) und ging grinsend raus. Christopher meinte nach der „Vorführung“ nur noch „Don‘t open it“ zu mir und deute auf die Decke. Denn ob ich das so wieder hinbekomme ist fraglich. Beim Meeting vor dem Schulgebäude durften die Chinesenkinder dann das tolle Plakat im Fenster lesen. Auf dem Plakat stand in Englisch und Chinesisch (mit Umschrift) der Satz „All you need is just rest“. Die Kinder „durften“ ihn auf Kommando von Yuen und Yan Lin einige Male laut aufsagen. Dann gingen Sie herein und hatten Ihren Unterricht. Leider zu früh gefreut. Denn jetzt waren die Ausländer an der Reihe und „durften“ den chinesischen Satz vorlesen. Der Tai-Chi-Shifu sprach ihn dazu einige Male laut vor und der Haufen murmelte etwas mit. Kein Vergleich zu den Chinesen. Dann ging es los zum Training. Max blieb wegen Bauchschmerzen (?) in der Schule. Wir liefen uns einige Runden warm und dann kam Max doch noch dazu. Nach dem Dehnen (Man bin ich steif geworden) sollten wir zuerst Akrobatik machen. Aber keiner fühlte sich so wirklich in der Lage dazu (No Power und so) und so gingen wir die Kicks im Schnelldurchgang durch. Meine Nase lief die ganze Zeit und ich musste zwischendurch immer unterbrechen und mir die Nase putzen. Das ging so lange, bis mir das Papier dazu ausging. Ich stand vor einem Problem… keine Ahnung wie ich es löste. Nach den Kicks war dann auch schon Pause. Die Zeit ging diesmal schnell um. Ich erfuhr noch von Christian, dass sich die Kasachen heute Morgen geprügelt haben. Als Christian den Berg heruntergelaufen kam, schrien sich 2 der Kasachen (der älteste Bruder und ein jüngerer) an, was dann in Prügel endete. Der Jüngere

rannte davon und der ältere nahm einen dicken Stein in die Hand und wollte ihn nach ihm werfen. In dem Moment kam der neue Neuseeländer (Wortspiel, merkste?) und verpasste ihn einen Bodycheck. Der Sanda-Shifu (die Kasachen machen Sanda, wenn Sie nicht gerade gelangweilt rumstehen und nichts tun) war danach ziemlich sauer, was die ganze Sanda-Gruppe ausbaden durfte. In der Pause des Vormittagstrainings lag ich eigentlich nur rum und dehnte dann doch noch ein wenig meine Hüfte. Dem Sanda-Shifu ging es offenbar besser und er hatte scheinbar keine Rückenschmerzen mehr. Denn er machte Tricks ohne Ende. Nach dem Laufen gingen wir mit unseren Shifu 2x die Form durch und schnappten uns dann unsere Stöcker und gingen auf Wunsch von Christopher unter die Brücke (im Schatten). Draußen war es nämlich noch unerträglicher als in der Halle. Dort gingen wir zunächst die Basics durch (mein Stock fühlte sich irgendwie anders an) und kamen dann zur Stockform. Endlich zeigte mir mein Shifu auf Verlangen ein paar weitere Bewegungen, die ich die ganze Zeit üben konnte. Dann gingen wir nach einer guten Stunde zurück, grüßten vor Buddha ab und gingen zurück zur Schule. Christopher unterhielt sich mit unseren Shifu über Kaffee und erfuhr so, dass auch er Kaffee mag (aber wahrscheinlich anders als Christopher). Irgendwie kam er dann über Kaffee zu den Inderjungen und dessen Hautfarbe. So zeigte er auf seinen Arm und kniff sich selbst in die Haut und meinte dazu „Joe *In die Haut kneif* Coffee“. Er spielte also darauf an, dass er eine dunkle Hautfarbe besaß. Dann sagte er „Me *In die Haut kneif* Yellow“. Sehr interessant. Jetzt wüsste ich gerne noch welche Hautfarbe wir anderen haben 😉

Nach dem Abgrüßen rief er uns noch „Afternoon Training Power“ zu und ich ging mit Christopher aufs Zimmer, duschte mich und aß meine Pizza, die ich gestern gekauft hatte. Christopher aß seine ebenfalls und zockte dann an seinen Laptop weiter, während ich meine Berichte schrieb. Direkt danach schlief ich ein und blieb es auch, bis mich hämmernder Lärm weckte. Das war gegen 20 vor 3. Hörte sich so an, als ob Sie unten irgendwas abreißen oder Nägel in die Wand kloppen (macht man hier ganz gerne). Ich hatte aber ansonsten ausgesprochen gut geschlafen und musste mich erstmal aufrecht hinsetzen, damit mein Kreislauf wieder langsam in Schwung kam. Denn es gibt hier nichts Schlimmeres, als müde und verschlafen zum Training zu gehen. Damit macht man es sich nur selber schwer. Draußen beim Meeting gingen wir dann mit den Kindern in einer Zweierreihe zur Halle hinunter. Nach dem Aufwärmen (durchs Laufen) ging es mit Dehnen an der Stange weiter. Die dicken Kinder „durften“ weiterlaufen, weil Sie eben dick sind. Das Psychokind wurde direkt wieder in den Flaschenraum der Halle eingesperrt und versuchte fortan die ganze Zeit auszubrechen. Das Kind wurde von Zeit zu Zeit immer dreckiger und sah aus, als hätte es eine Woche im Dreck gelegen. Nach dem Dehnen folgte Dehnen. Fast die ganze erste Einheit haben wir mit einem Partner gedehnt. Meine Nase lief wieder ständig, aber diesmal hatte ich vorgesorgt und genug Papier mitgenommen. Leider schwitzten wir alle dazu unaufhörlich, was nicht so angenehm war. Ich habe echt den ganzen Tag geschwitzt. Die einzige Unterbrechung war, die Mittagspause, da Sie da die Klimaanlage angeschmissen haben. Zudem haben wir heute intensiv den Rücken gedehnt, indem wir ständig in die Brücke gehen sollten. Mein Shifu hob mich dann in der Brückenposition hoch und ich fühlte einen Schmerz, der echt nicht ohne war. Mir wurde dabei schwarz vor Augen und ich wurde benommen, bzw. fast ohnmächtig. Den Schrei den ich dabei los lies, hat Christopher echt in Angst und Schrecken versetzt, da ihm danach das gleiche blühte. Aber als mich mein Shifu wieder los lies war alles wieder OK und ich fühlte mich lockerer. Nach dem wir dann doch mit dem Dehnvorgang fertig waren, sollten wir unsere Beine lockern, indem wir sie im Wechsel immer hochschwangen und dabei unterhalb des Beines klatschen sollte. Auf Dauer ganz schön anstrengend. Und wir haben es auf Dauer gemacht, weil man in China alles möglichst oft machen muss. Dann übten wir noch unsere Form und gingen dann mit den Kindern unter die Brücke um mit dem Stock zu trainiere. Dazwischen war noch eine

mehr oder weniger kure Pause, in der die Kinder alle ein Foto mit uns dreien wollten. Auch das Psychokind drängte sich immer wieder dazu. Es versuchte übrigens Christopher zu küssen, wovon ich auch ein Foto hab. Sehr lustig das Ganze. Sind ein paar coole Fotos bei. In einer Doppelreihe standen wir unten, während unser Shifu auf einen Vorsprung stand und Anweisungen gab. Max wollte davon unbedingt ein Foto und ich eilte zur Kamera, um ein paar zu machen. Als wir dann bei einer Stockübung unsere Stöcker mehrmals schnell auf den Boden schlagen sollten, zerfetzte es die Spitze meines Sticks und ich musste von nun an vorsichtiger damit umgehen. Die Spitze ist nämlich gesplittert und nicht mehr sehr stabil. Dann gingen wir unsere Stockform durch (wir dienten dabei als Vorführobjekte für die Kinder). Mein Shifu erzählte mir, dass er uns heute Abend beim Training ein paar neue Bewegungen beibringen will. Kurz vor Schluss, zeigte uns unser Shifu noch einen coolen Qi Gong-Move, indem er seinen Stock mit dem einen Ende gegen die Wand und mit dem anderen Ende unterhalb seines Halses ansetzte und dann mit seinen Hals soweit gegendrückte, dass er sich wirklich heftig dabei verbog. Auf unseren Wunsch hin, machte er es noch einmal und wir nahmen ein Video (ich) sowie ein Foto (Max) davon auf. Dann war auch schon bald Trainingsende und wir gingen in die Halle zurück, verbeugten uns vor Buddha und gingen zurück zur Schule. Das Psychokind rannte von nun an immer Christopher hinterher und nannte ihn Papa. Die ganze Gruppe lachte, aber Christopher fand das gar nicht so lustig ständig von ihm an gegrapscht zu werden. Schließlich war er dreckig für 10. Unser Shifu fand das natürlich überaus komisch und machte dazu immer Anspielung von wegen „You Baby“ oder ähnlich. Christopher musste nach dem Abgrüßen sogar rennen, um ihn loszuwerden. Ich musste dann noch auf Befehl von unserem Shifu den Chinesen den englischen Satz, der im Fenster hang vorlesen, damit Sie ihn nachsprechen mussten. Christopher war schon vorgerannt, um dem Psychokind zu entkommen. Das Psychokind ist übrigens wirklich Psycho. Aber nur ein bisschen. Sagt zumindest unser Shifu. Ich duschte zum 3. Mal heute und dann gingen wir mit 10 Minuten Verspätung runter zum Essen. Die anderen hatten uns schon alles weggefressen (es gab Nudeln) und so gingen wir enttäuscht auf unser Zimmer zurück und aßen das Toastbrot, das wir gestern gekauft hatten. Sehr lecker übrigens. Liegt aber wahrscheinlich daran, dass alles andere einfach scheiße schmeckt (leicht übertrieben). Christopher jedenfalls kann das Essen hier absolut nicht leiden. Wir waren anschließend beide Müde und kaputt und wollten ja eigentlich noch für Morgen aufräumen, da ja Zimmerkontrolle anstand. Aber keiner von uns beiden hatte da jetzt noch die Nerven zu. Ich tapte schnell meinen Stock, der ja zersplittert ist und ging dann mit Christopher zum Abendtraining, in der Hoffnung, dass es heute ausfallen würde. Aber Fehlanzeige. Ich lief 2 langsame Runden, dann 2 mittel-schnelle Runden und zum Schluss noch 2 schnelle Runden. Dann wurde an den Tischtennisplatten gestretcht und nach dem wir die Stellungen durchgegangen sind übten wir wieder mit dem Stock weiter. Unser Shifu zeigte uns allen noch ein paar neue Moves mit dem Stab und dann war auch schon Schluss. Der Inderjunge hatte somit sein letztes Training absolviert, da er morgen in aller Früh die Schule mit Vater und Bruder verlässt. Deswegen gab es noch ein kleines Abschiedsfoto für ihn (uns 3 + unser Shifu), bei dem ich ihn Hasenohren verpasste. Rache ist halt süß… für all das was er mir angetan hat 😉

Wieder duschte ich (4.x heute) und wir räumten dann noch ein klein wenig auf, indem wir ein Beutel Müll rausbrachten und die Kleider von der Wand nahmen, die dort zum Trocknen hangen. Als ich gerade die neu geschossenen Bilder ansah, klopfte der Inderjunge an der Tür und wollte sich noch verabschieden. Wir gaben Ihn noch unsere E-Mail-Adressen und sagten Goodbye. Er schien irgendwie traurig. So wie ich mitbekommen habe, kommt er aber schon nächstes Jahr in Februar wieder. Er fliegt morgen zunächst nach Hongkong und bleibt dort ein Tag in Disneyland mit seinem Vater und Bruder und fliegt dann zurück nach Madagaskar. Gute Reise und damit auch gute Nacht!

Denn ich bin verdammt müde und will endlich schlafen und nicht diese verdammten Berichte schreiben.

Donnerstag, 29.07.2010

Mit der Klingel steh ich auf und machte mich müde bereit für das Training. Christopher war irgendwie schlecht drauf und verschanzte sich auf der Toilette. So ich ging alleine runter und mein Shifu kam mir schon entgegen, um uns aus den Zimmern zu holen. Als er mich sah, drehte er aber wieder um. Dann schickte er mich Max und Christopher holen. Ich klopfte zunächst an Max Tür und dann an meiner eigenen. Wenig später kam dann Max und wir begannen mit den Kindern zu laufen. Mit müden Beinen legten wir los und wurden mit der Zeit immer schneller. Nachdem wir dann fertig waren mit laufen ging es an die Stellungen. Die dicken Kinder durften wieder Extrarunden drehen und wurden, weil Sie zu langsam waren bestraft, indem Sie nun Frog-Jumps (tiefe Sprünge) machen durften. Da Sie das aber auch nicht so toll hinbekamen durften Sie nun eine ganze Weile in der Reiterstellung (Ma-Bu) verharren. Mit Stock auf den Beinen. Als unser Shifu sah, dass sie den Stock festhielten rastete er aus und kickte den ältesten der Jungen gegen die Brust, der daraufhin zurücktaumelte. Das ganze wiederholte sich ein paar Mal, da die Kinder einfach zu schwach waren noch weitere solcher Übungen zu machen. Während die Kinder die Form übten, durften wir dann zum Gun übergehen. Nach ein paar Übungen damit, zeigte uns unser Shifu noch eine neue Bewegung der Stockform, die wir verinnerlichen sollten. Unser Shifu hatte wirklich schlechte Laune auf die Kinder. Zu uns war er aber gewohnt nett. Nach dem Training war wieder eine Dusche nötig. Außerdem war nach dem Frühstück aufräumen angesagt, da Zimmerkontrolle bevorstand. Dazu kaufte ich mir beim Frühstück ein kleines Handtuch für 15 Yuan (TEUER) im Shop, um damit Staub zu wischen. So brachten wir die leeren Flaschen sowie den Müll raus, machten unsere Betten nach der chinesischen Methode und wischten Staub. Dann war unser Zimmer wieder blitzeblank. Also die Shifus dann in unser Zimmer kamen, gab es einen Daumen hoch vom Second Headmaster. Zudem wurde heute eine Flagge mit der Aufschrift „Flow Flag“ an das sauberste Zimmer verteilt. Unser Zimmer war dafür wohl nicht sauber genug. Und das obwohl wir uns so viel Mühe gegeben haben ☹

Die Flagge ging an das Zimmer von Francois und Jochen. Dann stand das Vormittagstraining an. Christopher und ich überlegten uns einen Tag in der Woche frei zu nehmen, um das Yuntai-Gebirge zu sehen. Denn nach dem was Christian, Harry und Roland sagten, gibt es dort tatsächlich Affen, Wasserfälle, Restaurants, Tempel und vieles mehr. Ich habe also noch nicht so viel gesehen, wie ich vermutete. Beim Training war Max nicht dabei. Wie sich später beim Mittagessen rausstellte, ist er nämlich mit der Amerikanerin, der seltsamen Frau aus Bulgarien und seinen Zimmergenossen Ryan in Yuntai Shan unterwegs. Also im Gebirge. Und das den ganzen Tag… der hätte ruhig mal was sagen können. Jedenfalls bestand unser Training hauptsächlich darin, uns intensiv (wie gestern) zu dehnen. Dann gingen wir unter die Brücke, wo die Tai-Chi-Gruppe und ein Teil von Yuans Gruppe gerade eine Pause machte (also die ganze Zeit). Für uns war dann auch erst mal Pause angesagt, aber kurze Zeit später trainierte ich die restliche Zeit mit meinem Stick. Bei den Bewegungen der Stickform habe ich nämlich noch ein wenig Trainingsbedarf. Der Rest der Truppe saß eigentlich nur rum. Somit war ich der einzige, der dort trainierte. Irgendwann ging es dann auch wieder zurück und Christian meinte zu Christopher nur, dass er wohl wieder Pause gemacht hat. Christian war nämlich wie ich klatsch nass geschwitzt. Wir grüßten ab und gingen zurück zur Schule. Duschen war wieder angesagt, dicht gefolgt von Ausruhen und dann Mittagessen. Auf dem Zimmer aß ich dann noch ein wenig Brot mit Schokolade. Christopher wollte sich dann mit meinen Wasserkocher eine Suppe machen. Da das Stromnetz eigentlich zu schwach für meinen Kocher ist, hatten wir die ganze Zeit bedenken, dass der Strom und somit auch die Klimaanlage ausfällt. Dennoch probierten wir es und ich fand dabei mehr Tütensuppen aus Deutschland, die ich im Inneren des Kochers untergebracht hatte. Dann kochten

wir Wasser auf (der Strom blieb da) und machten uns eine Suppe. Den Rest der Zeit schlief ich und träumte vom Training, wie ich immer zu springen musste und so weiter. Die Bewegungen habe ich dann aber auch im Bett ausgeführt, was Christopher komisch gucken lassen hat. Mit der Klingel wurde ich wieder wach und hatte echt scheiße geschlafen. Total fertig machten wir uns zum Training bereit und kurz bevor wir fertig waren, klopfte der Wannabe-Chinese an der Tür und meinte Meeting. Kurz darauf kam unser Shifu ins Zimmer und meinte „Sanda Class Fast“. Wir waren offenbar spät dran, denn die Sanda-Gruppe ging schon los und wir mussten hinterhereilen. Diesmal hatten wir wieder Sanda beim Sanda-Shifu. Komischer Rhythmus…

Nach dem wir uns aufgewärmt hatten, dehnten wir uns und gingen dann schweißgebadet unter die Brücke zum Relaxen und uns das Gesicht zu waschen (war echt nötig). An der Quelle hockte der Sanda-Shifu und deutete aufs Wasser und sagte dazu „Fish“. Das kam irgendwie ganz lustig rüber, so als ob ein Kind gerade ein neues Wort gelernt hatte. In der Quelle schwammen tatsächlich ein paar kleine Fische. Der Sanda-Shifu wiederholte darauf ständig sein „Fish“, was mich echt zum Schmunzeln brachte. Dann hockten wir weiter unter der Brücke und versuchten uns ein wenig zu erholen bei dem heißen Wetter. Irgendwann kam dann unser Shifu mit dem Aushilfs-Shifu (lange nicht mehr gesehen) an und machte mit beim Pause machen. Nach einer gefühlten halben Stunde gingen wir wieder zurück in die Halle und begannen mit dem Training. Es stand wie gehabt Sanda auf dem Programm und so zogen wir ein paar Bahnen mit Faustkombinationen. Nach einer weiteren gefühlten Stunde hieß es dann endlich „Class Over“. Ich war wie die anderen total nass vor Schweiß und wollte einfach nur noch Duschen. Unser Shifu kam mit hoch zur Schule und meinte wir sollten zum Chinesisch-Unterricht gehen. Hm blöd. Natürlich gab es wieder kein Wasser, was mich echt sauer machte. Ich war wie gesagt triefnass und wollte nur noch duschen und dann eventuell (!) zum Unterricht gehen. Christopher ging runter, um im Shop Cola zu kaufen und ich bat ihn jemanden nach Wasser zu fragen, falls er jemanden trifft, der dazu in der Lage ist es einzuschalten. Als er wieder da war, erzählte er mir, dass er unseren Shifu gesagt hat, dass ich Wasser brauche zum Waschen und ich schon sauer wäre (er zog dazu vor unserem Shifu eine böse Grimasse, indem er die Zähne fletschen lies). Tatsächlich wurde wenig später das Wasser eingeschaltet und ich nahm eine Blitzdusche (also schnell). Christopher überwand sich, nachdem er sich mit dem Wasserkocher eine Suppe kochte und aß, doch zum Unterricht zu gehen, da wir sonst eventuell Laufen müssen heute Abend. Er wollte aber sagen, dass ich Bauchschmerzen habe, falls jemand nach mir fragt. Ich blieb auf dem Zimmer und machte mir mit dem verbleibenden Wasser ebenfalls eine Suppe, um meinen Hunger zu besänftigen. Danach hatte ich immer noch Hunger und aß fast das komplette Toastbrot sowie meine ganze Schokolade auf. Ich weiß auch nicht wo der plötzliche Fressdrang her kam. Jedenfalls brauchen wir nun mehr Toastbrot und Schokolade sowie Orangensaft (ist auch leider leer). Bei 30,5°C im Zimmer schrieb ich meine Berichte weiter und dann war der Unterricht auch schon beendet und Christopher kam wieder. Er erzählte mir wir schrecklich der Unterricht bei der alten, fetten Lehrerin war und dass nun alle glauben er sei schwul, weil Christian sich einen Scherz erlaubt hat und den Wannabe-Chinesen erzählt hat, dass Christopfer ja „Gay“ sei. Der Wannebe hat es natürlich geglaubt. Zudem hat der Sanda-Shifu von draußen durch das Fenster geguckt und gesehen, dass Christoper die ganze Zeit an Chips und Snickers essen war und dazu Cola trank. Das ist zwar eigentlich nicht verboten, doch er machte mit seinen Händen eine Push-Up-Geste. Also so wie es aussieht, darf Christopher heute Abend nun auch noch Liegestützen machen. Lustig 😀

Da ich, während die anderen Chinesisch hatten, die ganze Zeit mit Essen beschäftigt war, ging ich nicht zum Abendessen. Christopher erzählte mir, dass es das „Shit-Bread“ gab. Also nix verpasst.

Beim Abendtraining durften wir beide erst mal, aus welchem Grund auch immer, 50 Kniebeugen machen. Wir waren dabei gar nicht zu spät. Als ich Max dabei ins Gesicht schaute (er ist ja wieder da), meinte er nur, er hätte nix gesagt. Naaaaja. Das lass ich ihn gerade mal noch so durchgehen. Dann durften wir laufen. Ich gab wieder Gas und überholte den Großteil der Truppe. Nach 5 rasanten Runden stretchten wir uns kurz und gingen dann zu unseren Shifu, der sich in den Schatten versteckte. Schließlich sah man kaum noch die Hand vor Augen. Wir gingen dann wie sonst nie abends nach den Stellungen (ich gab das Kommando zum Wechsel) ein paar Sachen durch, die vor allem auf die Beine gingen. Ma-Bu / Gum-Bu (der Stellungswechsel), Kniebeugen, Liegestützen, die speziellen Ausfallschritte (die Mörderübung für die Beine), Faustschläge, usw. Christopher fragte Yuen, der gerade in der Nähe war, warum die Chinesen uns immer versuchen zu verarschen, wenn es um den Preis ging (natürlich nicht so ausgedrückt). Die Antwort war etwas in dieser Richtung: „Das würden Chinesen nieeeeeeemals tun…“. Hö hö hö, dass ich nicht lache! Er gab jedenfalls keine klare Antwort und versuchte das zu beschönigen / vertuschen. Dann testete unser Shifu noch, ob wir auch anständig trainiert haben, indem er unsere Kleidung auf Scheißgehalt prüfte. Max war quasi trocken und Christopher auch. Nur ich habe natürlich wieder wie ein Schwein geschwitzt als ich meine Runden gezogen hab. Die Reaktion vom Shifu war etwa so: „Max no good“, „This *fast dabei mein Shirt an* goooooood, look“. Naja, jedenfalls habe ich wieder gut Wasser gelassen. Nach Trainingsende duschte ich mal wieder und schrieb dann meine Texte zu Ende. Morgen ist Freitag und da geht’s wie jeden Freitag wieder den Berg hoch. Oh man…

30. Juli 2010 – Und weiter geht's!

Wie ich mir vorgenommen habe, bin ich am Mittwoch wieder mit dem Training angefangen. Beim Morgentraining durfte ich mich noch ein wenig schonen und es ein wenig langsamer angehen lassen, doch schon beim Training darauf, wurde kaum noch Rücksicht darauf genommen, dass ich vor kurzem noch Krank war. Jedenfalls bin ich jetzt wieder voll dabei und habe nun auch wieder einiges mehr zu berichten. Deswegen gibt es heute auch mal wieder ein paar Fotos. Viel Spaß!

Zur Feier des Tages gibt es heute mal das erste Video!

Das Video zeigt unseren Shifu, wie er bei einer Qi Gong-Übung einen der Stocker verbiegt… seht es euch einfach an. Ich kann euch sagen, der Stock ist nicht so leicht biegsam wie es im Video aussieht.

Download des Videos: Shifu Qi Gong[1]

(Zum Abspielen eignet sich z.B. der VLC-Player)

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/07/und-weiter-gehts/

[1] http://kungfu-china.de/wp-content/uploads/2010/07/P1020864.mov

Sleep
fast!

家电下乡
CHINA MOBILE

last trainin
was
beautiful

Freitag, 30.07.2010

Es klingelt, ich ziehe mich an und gehe mit Christopher runter zum Meeting. Schnell neben den Kindern aufgestellt und dann machten wir uns mit Kniebeugen warm. Unser Shifu schickte uns mit den anderen Gruppen auf den Berg zum Laufen, während er sich wieder um die Kinder kümmert. Also gemächlich zum Fuß des Berges gelaufen und dann schnell hoch (ich zumindest). Wie immer machten sich einige daraus einen Spaziergang. Vorbei an den ganzen Faulpelzen kam ich dann auch schon kurz darauf an der Spitze an und ging wieder langsamen Schrittes abwärts. Jin Da Bao und Max kamen mir entgegen und so wie ich erfuhr, hat sich der kleine Jin Da Bao wieder auf die Fresse gelegt. Das passiert ihm aber auch ständig. Trotzdem läuft er weiter, auch wenn er danach etwas zerknirscht im Gesicht aussieht. So muss das! Daran könnten sich z.B. die Kasachen oder der Wannabe-Chinese ein Beispiel nehmen. Denn Sie fangen ja nicht mal an zu laufen. Als ich unten ankam (der Rest meiner Gruppe rannte runter, was ich meinen Sprunggelenken nicht mehr antue), hatte es Max und Christopher nicht für nötig gehalten zu warten, wie eigentlich üblich und sind schon vor gegangen. Ich kam dann etwas später bei der Gruppe an, während Sie schon mit dem Stick am Rumhantieren waren. Danke, ihr Arschlöcher. Ich werde in Zukunft auch keine Rücksicht mehr auf euch nehmen. Ich schnappte mir meinen Stick und übte meine Form weiter. Meinen Ärger konnte man scheinbar nicht spüren, aber ich war ziemlich sauer und dementsprechend sah auch meine Form aus. Ich scheute nicht alle Techniken mit Power durchzuziehen, doch ständig stand mir jemand im Weg, wenn ein weiter Schwung mit dem Stab anstand. Bei einem Manöver, bei dem man den Stick mit voller Wucht auf den Boden schlägt, traf ich versehentlich meinen entzündeten Zeh. Der Schmerz machte mich nur noch aggressiver und ich machte einfach wie gehabt weiter. Mein Shifu zeigte mir noch eine neue Bewegung (1 ½ gesprungene Drehung mit Stockhieb), die ich weiter üben konnte. Nach dem das Training beendet war und mein Shirt wieder schweißgetränkt war (immerhin hatte ich im Gegensatz zum Rest unter voller Belastung trainiert), zeigte mein Shifu auf mein Shirt, dass sich die Kinder ansehen sollten. Dann rief er zum Applaus auf und alle Kinder applaudierten, während Max und Christopher nur lachten. Lacht ihr nur… Ihr werdet so nie drankommen.

Dann duschte ich, packte meinen Rucksack und ging zum Frühstück. Es gab das „gute“ Brot, was aber nicht gut war und Honig hatte ich auch nicht, da Max nicht zum Frühstück erschienen ist. Jedenfalls ging es nach dem Meeting und dem Text lesen, der heute im Fenster ausgestellt war mit dem Taxi zur Stadt. Während der Fahrt erzählte mir „der Polizist“ (weiß seinen Namen grad nicht), dass wir Deutschen und eventuell die Holländer und Engländer uns nächstes Jahr in Deutschland treffen wollen, um uns wiederzusehen und auszutauschen. Ich bin jedenfalls dafür. In der Stadt ging es zuerst in den Supermarkt und ich kaufte mir mit Christopher 10 Liter Orangensaft. Dann kaufte ich mir noch Schokolade und eine Packung Chips. Am Brotstand an der Straße kaufte ich mir noch 6 der kleinen, runden Fladenbrote und ich ging mit Christopher weiter zur Bank, da Max noch Geld brauchte. Ich werde nächste Woche auch wieder das Schulgeld bezahlen müssen (3100 Yuan) und hob deswegen insgesamt 8000 Yuan ab. Die Chinesen staunten nicht schlecht und ich versteckte das Geld lieber sicher in meinem Rucksack. Dann ging es ins Internetcafé. Kurz nach der Ankunft, kam Max hinein und ich gab ihn sein Geld. Dann surfte ich wie gewöhnlich und machte meine Einträge und lud dazu Fotos und das erste Mal ein kurzes Video hoch. Gegen kurz vor 12 gingen wir hinaus und zum Taxistand. Aber es war nur ein Taxi da und der Fahrer konnte unsere Visitenkarte nicht lesen, wo die Adresse der Schule draufstand. Oder, was wahrscheinlicher ist, er hatte kein Bok uns zu fahren. Bei der Affenhitze heute (nach 5 Minuten, die wir draußen herumgingen, schwitzen wir beide wieder wie sau), gingen wir die Straße runter und ich hoffte ein Taxi zu finden. Kurz darauf kam uns

das Schultaxi entgegen. Der Second Headmaster saß drin und nahm uns mit. Nachdem der Fahrer den Second Headmaster an einer Tanke abgeliefert hat, fuhr er uns zurück zur Schule, wir bezahlten 15 Yuan und gingen direkt zum Essen, das schon angefangen hatte. Dann war ausruhen angesagt. Ich war aber die ganze Zeit mit Schreiben und Serie gucken beschäftigt und fühlte mich gar nicht so müde. Deswegen schlief ich nur eine halbe Stunde und bereute danach, so wenig geschlafen zu haben. Zum Training gingen nur Max und ich (sowie die Kinder natürlich). Christopher war es heute zu warm zum Trainieren. Es war aber wirklich sehr heiß heute. So gingen nach dem wir Buddha in der Trainingshalle begrüßt hatten direkt weiter unter die Brücke, wo schon der Rest (fast alle) Pause machte. Das erzeugte natürlich einen gewissen Platzmangel. Die Kinder hatten Pause und wir (Max und ich) „Free Practise). Wir kletterten den steilen Abhang runter und trainierten als einzige. Wir schwangen unsere Stocker (meiner zerfällt so langsam) und übten unsere Formen. Dann unterbrachen wir das Geschehen und benutzten unsere Stöcker als Speere und warfen Sie uns einander zu und versuchten Sie zu fangen. Max „verletzte“ sich bei einem Fangversuch den Daumen und ich musste einen Wurf knapp ausweichen, da er sonst meinen Kopf getroffen hätte. Die Kinder schauten uns dabei gespannt von oben zu. Ich übte irgendwann auch noch die Schraube mit dem Stock (die 1 ½-fache Drehung), was mir auch halbwegs gelang. Nur an der Ladung muss ich noch arbeiten, da ich mich dabei immer fast auf die Fresse gelegt hätte. Der Trick war, dass der Stock so geschwungen wird, dass er den Oberkörper mitreißt. Dann muss man nur noch hoch genug springen. Pünktlich zur Pause gingen wir mit den Kindern zur Schule zurück und hatten dann 20 Minuten Pause, die wir auf unseren Zimmern verbringen konnten. Max kam noch mit rein und zapfte sich ein wenig Wasser ab. Ich füllte meine 1,5 Liter-Flasche wieder auf. 1,5 Liter in 1 ½ Stunden ist fast schon neuer Rekord bei mir. Im ganzen Nachmittagstraining habe ich fast 3 Liter Wasser verbraucht. Das ist heftig. Aber es war auch so warm die schon lange nicht mehr und ich habe pausenlos geschwitzt. Nach der Pause liefen wir erst einmal mit den Kindern ein paar Runden. Nach kurzer Zeit waren diese wieder außer Atem und riefen uns beiden zu, dass wir doch langsamer laufen sollten. Wir erfüllten ihnen den Wunsch solange, bis unser Shifu zu uns sagte, dass wir schneller laufen sollten. Bald schon war ich wieder der einzige weit und breit und dann war auch dehnen angesagt. An den Tischtennisplatten. Dann übten wir Shao-Form mit den Kindern zusammen und durften dann weiter mit dem Stick üben. Xie Dong (mein Shifu) zeigte mir noch ein paar neue Bewegungen und ich merkte, dass das Ziel (die Form vollenden) in greifbarer Nähe rückt. Nachdem meine Hände so nass waren (vor Schweiß), dass ich meinen Stock nicht mehr halten konnte (abtrocknen ging auch nicht, da meine ganzen Klamotten ebenso nass waren), war auch schon bald Ende. Die letzten Worte unseres Shifus waren dann nur noch „Evening Kung Fu Power, ok?“. Ha ha, was mach ich denn schon den ganzen Tag? Irgendwann muss ich es auch mal „slow“ angehen lassen. Nach dem Duschen fing ich bei 31.5 °C im Zimmer direkt wieder an zu schwitzen und dann war auch Essenszeit. Ich schwitzte genauso weiter und schnappte mir schnell ein paar Brötchen und ging wieder hoch und aß Sie vor der Klimaanlage. Anders war es nicht auszuhalten. Beim Essen saß ein neuer Typ bei uns am Tisch. Er heißt Peter, ist 14 (ich traute erst meinen Ohren nicht), ist etwas schüchtern und kommt aus Deutschland und macht halbtags Chinesisch und Kung Fu. Ach ja! Und er bleibt 1 Monat hier. Ja und dann war WIEDER Trainingszeit. Mit Gun und Wasserflasche bewaffnet ging es runter und wir liefen direkt ein paar lockere Runden. Dann hieß es doch auf einmal „slow“ und bloß nichts überstürzten, da wir ja sonst morgen krank werden und nicht mehr weiter trainieren können. Also hatten wir freies Training, das darin bestand, dass wir mit unseren Stöckern unsere Form üben sollten. Irgendwann, als ich mich sicher vor den Augen unseres Shifus fühlte, übte ich lieber ein paar Taekwondo-Formen, um Sie nicht völlig zu vergessen. Das wurde natürlich entdeckt und mein Shifu meinte zu mir, ich solle den Stick üben. Dann schaute er sich meine Form mal etwas genauer an und korrigierte einige

meiner Stellungen (waren natürlich nicht tief genug). Wieder war ich nass und das Training vorbei. Mein Körper fühlte sich wieder so müde wie noch nie an. Ich duschte wieder zum 4. Mal heute (das geht mir ganz schön auf die Nerven, weil es die schöne Freizeit frisst, die man besser zum Schlafen gebrauchen kann), schrieb meine Berichte und ging direkt und ohne zu zögern pennen. Ich glaube ich bekomme wieder Muskelkater in den Schultern, Armen und Händen (!) und zwar vom vielen Stocktraining. Auch meine Beine fühlen sich wieder an wie Blei. Morgen wird bestimmt lustig den ganzen Tag zu Trainieren (Morgen stehen 8 Stunden an). Ich hoffe das Kreatin von Christopher hilft den Muskelkater ein wenig zu mildern.

Samstag, 31.07.2010

Die Nacht war der Horror. Als ich gegen halb 12 aufstand, um zur Toilette zu gehen, erschrak ich erst einmal als ich das Bad betrat. Eine GIGANTISCHE Spinne schien an der Wand auf mich zu warten. Schockiert rannte ich erst einmal raus, da ich total überrascht war. Ich holte die Fliegenklatsche vom Regal runter und betrat erneut das Bad. Ein Hieb mit der Klatsche überlebte die Spinne, ohne auch nur zu zucken. Dafür fiel Sie auf den Boden und wurde rasend schnell und rannte dabei auf mich zu und wich dabei weiteren Schlägen mit der Fliegenklatsche geschickt aus. Da ich nur Badelatschen an hatte rannte ich erneut raus, da mich das Biest anekelte. Den Lärm, den ich dabei machte, riss Christopher aus dem Schlaf (er hat eine Spinnenphobie). Zunächst wollte ich nicht erzählen, was ich gerade eben im Bad entdeckt hatte, um ihn nicht unnötig zu beunruhigen. Problem war allerdings, dass mich das Tier ebenfalls beunruhigte, so groß wie es war. Es war eine pechschwarze Spinne von der Größe einer halben Vogelspinne. Ich fragte mich echt, wie das Geschöpf ins Bad gelangt ist. Ich zog mir feste Schuhe an und zog mir ein T-Shirt über und schaute erneut nach. Problem war jetzt allerdings, dass das Tier nicht mehr an Ort und Stelle war. Es war verschwunden. Eine geschlagene viertel Stunde suchten Christopher und ich mit der Taschenlampe alle Ritzen im Bad und Umgebung ab und fanden dabei nicht die kleinste Spinne. Lediglich ein Spinnennetz unter dem Waschbecken entdeckten wir. Christopher konnte schon gar nicht mehr schlafen, da er befürchtete die Spinne könnte unter der Tür (die Lücke ist wirklich groß genug dafür) aus dem Badezimmer entkommen und auf ihn krabbeln während er schläft. Ich war von der Idee auch nicht gerade begeistert. Vielleicht war es sogar eine giftige Spinne… wer weiß. Da wir nach einer langen und intensiven Suche keinen Erfolg aufwiesen, dichtete ich die Ritze unter der Badezimmertür mit einem Handtuch ab und wir gingen wieder schlafen. Morgens erzählte mir Christopher, dass er einen Alptraum von riesigen Spinnen hatte, die in sein Bett krabbeln. Ich hingegen hatte eigentlich ganz gut geschlafen. Nur halt zu wenig. Wir gingen also zum Morgentraining und Christopher erzählte direkt Christian und Harry von dem Monstrum aus dem Badezimmer. Ich berichtete Max davon. Wir liefen uns mit den Kindern warm und übersprangen das Dehnen an den Tischtennisplatten. Wir gingen das übliche Grundprogramm durch und nachdem wir jeder einmal unsere Form gelaufen sind, durften wir mit dem Stock weiterüben. Es war schon wieder ziemlich heiß draußen. Und das in den frühen Morgenstunden um kurz vor 6. Heute Nacht hat es die Klimaanlage auch nicht geschafft die Raumtemperatur unter 25°C zu bringen. Sehr traurig. Nach dem Training (na gut, auch schon davor) hatte ich riesigen Kohldampf und freute mich aufs Frühstück. Es gab das Shit-Bread und ich löste meinen ersten Eistee-Deckel seit langem ein (Es gibt da so ein Gewinnspiel, bei dem man einen weiteren, kostenlosen Eistee gewinnen kann, wenn man das richtige Zeichen im Deckel erwischt) und bekam somit einen weiteren. Dann schnell hoch aufs Zimmer und ausgeruht (war echt mal nötig). Das schlimme hier ist, dass man nie wirklich Pause hat. Man hat zwar Dienstag komplett frei und freitags fällt das Vormittagstraining aus, aber das war es dann auch. Sehr erholsam sind die Ausflüge in die Stadt wirklich nicht. Deswegen bin ich ja auch am überlegen, ob ich nicht mal einen Tag im Bett bleibe, anstatt in die Stadt zu fahren. Problem ist dann nur, dass ich mir dann nichts Feines zu Essen kaufen kann. Internetcafé fällt damit auch weg. Also eher nicht, außer es wird dringend. Aber andererseits habe ich ja nur noch einen Monat vor mir. Egal. Als ich zum Vormittagstraining nach draußen ging, wurde ich wieder von der Hitze erschlagen. Nach dem Vorlesen des Spruch des Tages, der im Fenster hang (irgendwas mit guter Reise oder so) gingen wir in die Halle, grüßten an und verpissten uns dann unter die Brücke zum freien Training. Bei der Hitze ist auch echt nichts anderes möglich. Während fast alle wieder Pause machten, anstatt zu trainieren, schwang ich meinen Stock und schulte meine Koordination und übte mich in ein paar neuen Moves mit dem Stock. Eigentlich ganz lustig, wenn es nicht so verdammt heiß wäre. Ich bekam Kopfschmerzen und wurde leicht benommen, trainierte aber dennoch langsam

weiter. Ich habe einfach keinen Bok wie der Rest immer nur rumzusitzen. Dann brach unser Shifu das freie Training ab und wir übten weiter mit den Stöckern. Für mich änderte sich eigentlich nichts, da ich ja sowieso die ganze Zeit trainierte. Christopher und Max waren damit auch gezwungen weiter zu üben. Nach einiger Zeit pendelte sich es aber wieder ins freie Training ein und wir verzogen uns auch kurz darauf wieder in die Halle. Heute habe ich von Jochen erfahren, dass am 15. August eine große Show der Schule stattfindet. Alle Gruppen und alle Shifus müssen dann zeigen was Sie draufhaben. Die Show findet wahrscheinlich unter großem Publikum statt, so wie ich es verstanden habe. Vielleicht stimmt das aber auch nicht mit dem Publikum. Jedenfalls sollen wir jetzt noch mehr üben damit wir am Ende gut dastehen. Nach ein paar Minuten in der Halle, in der wir auf das Ende durch die Klingel warteten, zogen die Shifus wieder ihre Akrobatik ab, die ich teilweise mit filmte. Dann rannten wir mit unseren Shifu zur Schule hoch, um endlich duschen zu können. Selbst unsrem Shifu war es heute zu heiß und er konnte es selbst kaum abwarten die Stunde zu beenden. So rannte ich hoch aufs Zimmer, duschte kalt (Hmm, war eigentlich gar nicht so kalt) und schrieb meine Berichte, damit ich nach dem Mittagessen mehr Zeit zum Schlafen habe. Bis zum Klingeln war dann schlafen angesagt. Aber dann ging es schon weiter im Programm. Nachmittagstraining stand an. Draußen war es noch wärmer als vormittags. Die Hitze war unerträglich, doch man sprach von Regen, der heute kommen würde und uns damit auch von der Hitze befreien könnte. Unser Shifu wollte wieder vor der Schule trainieren. Wir stimmen einfach mal ahnungslos zu. Die Kinder waren auch wieder mit dabei. Wir begannen mit Laufen (in Reih und Glied). Die Luft stand und lies einem kaum atmen. Ich war für jedes laue Lüftchen dankbar. Davon gab es aber leider nicht so viele. Das Laufen wurde somit zur Qual und als wir dann noch schneller rennen sollten, war es dann ganz vorbei. Ich kühlte mich, indem ich mich anschließend mit meinem Wasser übergoss. Das tat gut, denn es fühlte sich so an, als ob sich meine Körpertemperatur von 40 auf 35°C senkte… und das innerhalb von einer Sekunde. Viel länger hielt die Erfrischung aber auch nicht. Zu Schade. Danach übten wir sehr ausführlich die erste Form mit den Kindern zusammen in einer Gruppe. Jeder musste Sie vor der Gruppe (und den Touristen, ist ja wieder Wochenende) vorführen und die Chinesen bekamen anschließend was mit dem Stock auf dem Arsch oder in die Kniekehle (Man konnte den Schmerz förmlich hören, wenn unser Shifu in die Kniekehlen schlug), weil Sie nicht gut genug waren. Stimmt aber auch. Ein wenig mehr könnte man sich schon zusammenreißen. Die dicken Kinder wurden wieder extra bestraft, indem Sie noch etwas mehr laufen durften (wenn Sie Glück hatten) oder ansonsten standen wieder Frog-Jumps an. Wir gingen dann jeden einzelnen Part der Form 2 bis 4x in Zweiergruppen durch und danach war wieder Power angesagt. Die Kinder verstanden teilweise nicht, dass er erklärte, dass wir auf Kommando nur noch wirklich eine Sequenz durchgehen sollten anstatt wie üblich mehrere zusammenhängende. Also zog sich das ganze völlig in die Länge und unser Shifu rastete zwischendurch immer wieder aus und schrie dabei rum oder bestrafte die Kinder. Noch was fällt mir gerade ein: Zu Beginn, tropfte es ein wenig (gaaanz wenig) und darauf meinte unser Shifu wir sollen jetzt POWER geben, da wir wahrscheinlich gleich abbrechen müssen, wenn es wie aus Kübeln anfängt zu schütten. Tja. Leider kam es dazu nicht, so dass wir die ganze Zeit „Power“ geben mussten. In der Pause gingen wir wieder auf unsere Zimmer (20 Minuten), ich zog mir trockene Sachen an (bei der Hitze verlor ich bestimmt an die 3 Liter Flüssigkeit), füllte meine Flasche auf (war schon leer) und aß einen Apfel. Dann ging es quasi schon weiter und Christopher und ich hatten einfach keine Lust mehr. Wieder hieß es laufen mit den Kindern. Unser Shifu scheuchte uns wieder, indem er uns hinterherrannte und drohte mit dem Stock zu schlagen. Das tat er aber nur bei den Chinesen, da die Shifus sich sowas bei den Ausländern nicht erlauben dürfen. Dann wieder die Form. Aber dann durften wir mit dem Stock weiterüben. Also zunächst ein paar Mal den Stock geschwungen und dann weiter mit der Stockform. Neue Bewegungen wollte er uns heute Abend zeigen. Unsere Hände waren

schon ganz schrumpelig, da Sie permanent Nass vom Schweiß waren, was es erschwerte den Stock festzuhalten. Nachdem wir dann alle ein paar Mal unsere Form gelaufen sind (u.a. mit den Kindern zusammen auf Kommando; ausrasten inklusive) hieß es wieder Shao-Form anstatt Stick. Und zwar so lange, bis die ganze Gruppe es richtig machte. Bei dem Haufen Kinder kann das schon mal 'ne Weile dauern. Danach waren wir fix und fertig, ich duschte mich und dann war Abendessen. Es gab das gefüllte Brot, das ich echt nicht mehr sehen kann. Der Hunger trieb es aber rein und ich beeilte mich damit sogar, damit ich mehr Zeit zum Ausruhen habe bevor das Abendtraining begann. Nach 20 Minuten Pause auf dem Zimmer (Echt zum Heulen, man wartet nur auf das nächste Training) ging es dann wieder weiter. Ich nahm mir vor NICHT mehr zu rennen. Das hatte ich heute nämlich schon zu genüge getan, so dass die Füße qualmten. Meine Füße waren wie die von Max plattgelaufen. Christopher beschwerte sich auch schon die ganze Zeit pausenlos über das Training. Aber man geht ja trotzdem immer wieder hin, obwohl man nicht mehr will. Da Max wahrscheinlich sein Handy verloren hat, als er auf dem Rückweg von Fangshouang im Taxi saß, erzählte er es unserem Shifu und er wollte gleich überall rumtelefonieren lassen. Christopher und ich wurden darauf zum Sanda-Team geschickt, um uns mit ihnen zusammen warm zu machen. Nach dem wir die Stellungen mit der Sanda-Gruppe durchgegangen sind, kam Max wieder dazu und dann war laufen angesagt. Aber nicht mit uns! Wir liefen nur bis um die Ecke und wandelten den Rest der Runde dann zu einem Spaziergang um. Ich beschwer mich ja sonst immer über die ganzen Spaziergänger, aber heute Abend bin ich auch mal einer. Nach ein paar gefakten Runden sollten wir dann stretchen. Nachdem das dann erledigt war, fragte unser Shifu bei uns nach, ob wir nicht Tai Chi machen wollten. Irgendwie stimmten wir dem zu und begannen mit ein paar Übungen. Die Übungen waren mir bereits gut bekannt und wir führten Sie in der Dunkelheit (die Straßenlaternen fielen ständig aus) mitten zwischen den Touristen auf. Dann zeigte uns unser Shifu noch eine Tai-Chi-Form. Sie ging gefühlte 5 Minuten lang und war sehr eindrucksvoll, so dass ich echt mit dem Gedanken spiele nicht auch mal Tai Chi zu machen. Problem bei der Geschichte ist, dass so eine lange Form sicherlich viel Zeit in Anspruch nimmt, wenn man Sie lernen möchte. Harry aus der Tai-Chi-Gruppe meinte, dass er 2 Wochen gebraucht hat, um 1/5 seiner Form zu lernen. Das ist natürlich viel. Jedenfalls führte unser Shifu die Form wunderbar durch und war danach klatsch nass geschwitzt, atmete aber die ganze Zeit sehr ruhig; so wie man es beim Tai Chi auch soll. Die Stellungen, die er dabei machte, hätten sicherlich jedem die Oberschenkel zum Krampfen gebracht. Sie waren wirklich verdammt tief und eigentlich war er permanent in einer solch tiefen Position. Der größte Unterschied zwischen dem Tai-Chi-Training bei unserem Shifu und dem Tai Chi-Shifu ist, dass unser Shifu uns beibringt viel tiefer zu stehen. Das macht beim Training nicht so viel Spaß, ist aber deutlich cooler. Zudem gibt das dicke Oberschenkel. Soll mir also recht sein. Dann übten wir den Anfang der Form und dann hieß es „Class Over“. Erinnert mich immer irgendwie an „Game Over“. Nochmal geduscht und dann ab ins Bett. Die Spinne ist nicht mehr aufgetaucht… das ist bedenklich. UND: Ich bin übrigens MÜDE FÜR 10!!!

Sonntag, 01.08.2010

Ich wache auf, bin eigentlich recht gut erholt, aber dabei verdammt müde und will eigentlich lieber weiterschlafen. Aber es heißt ja auch „No pain, no gain“ und somit stand ich auf und zog meine Trainingsklamotten an. Christopher hatte kein Bock und ging nur mit zum Meeting. Nach ein paar Kniebeugen war laufen mit den Kindern angesagt. Nach einer halben Runde konnte Max nicht mehr weiterlaufen, da sein Sprunggelenk schmerzte. Ich lief einfach weiter und nach einer weiteren Runde konnten die Kinder nicht mehr mithalten und waren weit und breit nicht mehr zu sehen. Als ich an meinen Shifu vorbeilief, fragte er nur „Chinese students?“ und als ich dann mit den Schultern zuckte, lachte er nur. Nach ein paar weiteren Runden sollte ich dann zu den Platten gehen und mich stretchen. Nach kurzer Zeit des Dehnens, rief mich mein Shifu zu sich und wir gingen die Stellungen durch. Max dehnte sich stattdessen die ganze Zeit auf der Tischtennisplatte. Es folgten Faustschläge und die Form. Streng prüfte Xie Dong die Formen der Kinder und bestrafte wieder, wenn ihm was nicht passte. Irgendwann war es dann aber auch gut mit der Form und wir konnten unsere Sticks holen und damit trainieren. Während ich die Stickform lief, kackte ein Kleinkind mitten auf die Straße. Das war so appetitlich, dass ich mich mit dem Kotzen echt zurückhalten musste. Der Kot war übrigens GELB. Also so richtig gelb. So gelb wie Orangensaft. Der Vater hockte die ganze Zeit daneben und beobachtete das Geschehen. Wie gesagt… mitten auf der Straße, wie Busse fuhren, wir trainierten und Touristen herliefen. Wenn sie schon ihr Geschäft verrichten müssen, können Sie es dann nicht in einer Ecke machen? Scheinbar ist das hier in China Gang und gebe, denn es schien keinem außer mir zu stören. Die Mutter kam anschließend mit einem Ziegelstein und zerstampfte ihn auf den Haufen. Wenn ich überlege, dass ich auf dem Boden Liegestützen und so machen muss, widert es mich an. Mein Shifu zeigte mir dann noch das komplette Ende der Stickform (6 Bewegungen) und dann doch nur noch 3, da es wohl ein wenig zu viel auf einmal war. Beim Vormittagstraining wollte er mir dann die restlichen 3 nochmal genauer zeigen. Nach einigen Üben klappten die neuen Bewegungen ohne Probleme und waren schon fast wieder langweilig. Dann war das Training wieder zu Ende und ich ging hoch aufs Zimmer. Christopher zockte natürlich wieder. Die Kopfschmerzen, die er hat, kommen definitiv vom ganzen Zocken. Denn so viel wie er in letzter Zeit spielt, ist schon nicht mehr normal. Dazu die krumme Haltung und Tada: die Kopfschmerzen sind da. Ich duschte mich kurz ab (heute war es draußen DEUTLICH kühler als gestern) und ging zum Frühstück. Frühstück soweit wie gehabt, nur dass sich Max auch mal wieder hat blicken lassen. Sonst sieht man ihn nämlich nie beim Frühstück. Nach einer kurzen Pause ging es für mich weiter mit Training. Christopher schwänzte immer noch und Max konnte auch noch nicht weitertrainieren. Also war ich heute mal ganz alleine mit unserem Shifu. Nach dem Vorlesen des Spruchs (heute mal sehr kurz: „No Problem“ und dazu das chinesische Äquivalent) sollte ich dann mit dem Pan-Shifu (ehemals Shaolin-Shifu) und seiner Gruppe runter zur Halle und solange bei ihm das Training mitmachen, bis mein Shifu nachkommen wollte. Nach ein paar Runden laufen und selbstständigem dehnen hieß es dann nochmal dehnen. Aber auch wieder selbstständig, nur das der Shifu hin und wieder Kommando gab, eine neue Dehnposition einzunehmen. Als er sich dann in der „Wippe“, bei der man auf dem Boden sitzt und die Fußsohlen sich berühren, auf meine Beine stellte sagte er nur noch „Beautiful“, da das ja meine Spezialität ist beim Dehnen. Dann sollte ich anders weiterdehnen (Beine ausstrecken und greifen). Dann sagte er „Legs open“, also Beine öffnen und in die Grätsche. Dann war das Dehnen beendet und wir gingen die Kicks in Zweierreihe durch (bei 5 Leuten irgendwie unnötig). Ich gab mir Mühe, da kurz darauf mein Shifu auftauchte und gespannt zuschaute. Da die anderen Leute aus der Gruppe des Pan-Shifus alle noch recht neu oder einfach schlecht sind, war es nicht schwer der Gruppenbeste zu sein. Das fiel meinem Shifu auf und er zeigte mir immerzu den Daumen nach oben. Trotzdem war es intensiver als zunächst gedacht, da eine Zweierreihe zur Folge hat, dass man

schneller durch ist und dementsprechend kürzere Pausen zwischen den Übungen hat. In der Pause unterhielt ich mich mit Peter (?), dem neuen Jungen (14) und erfuhr, dass er seit 7 Jahre Karate macht. Wir tauschten uns ein bisschen auf und dann war die Pause auch schon vorbei. Training bei meinem Shifu stand wieder an. Warmlaufen, Dehnen und dann sollte ich nach draußen vor die Halle kommen. Dort zeigte mir mein Shifu nach dem ich die Basics durchgegangen bin die letzten 3 Bewegungen der Stockform. Ich muss dazu sagen, dass die letzten 3 die wohl seit langem schwierigsten für mich waren. Trotzdem konnte ich die Bewegungen nach ein paar Mal zeigen lassen und wiederholen ohne Probleme ausführen. Form ist damit beendet. Ein neuer Shifu (glaub ich zumindest), der schon seit ein paar Tagen hier rumlungert und zuschaut, zeigte mir noch seine Stickform, die er durchraste wie ein Bekloppter. Schnell war Sie ja, aber nicht sehr schön. Ich unterhielt mich noch mit meinen Shifu, der mich auf die Vorführung am 15. August hinwies und fragte mich, wann ich denn abreise und vor allem, wann ich denn wiederkomm. Ich sagte einfach mal in 2 Jahren, aber dabei weiß ich noch gar nicht wann ich das nächste Mal die Gelegenheit dazu habe (bzw. das Geld). Er meinte jedenfalls, dass er dann hier sein wird und sich freut, wenn er mich wiedersieht. Ich könnte mir aber schon vorstellen wiederzukommen. Dann aber wahrscheinlich für kürzer. Dann war die Einheit beendet und wir gingen hoch. Und zwar in einer Reihe… HAHAHA. Ich war schließlich allein. Wie vermutet, zockte Christopher immer noch. Ich duschte erneut, brachte den Müll raus und rasierte mir die Haare mit Christophers neuen Haartrimmer nach (bzw. ab). Klappte ganz gut, wird mir wahrscheinlich auch einen kaufen bevor ich abreise. Ist schließlich billiger als in Deutschland. Dann war Essenszeit. Wie immer gab es Reis. Heute aber mal wieder nicht genug und so gab es als Nachschub die Dampfbrötchen. Dazu kaufte ich mir einen Eistee und gewann einen weiteren. Ich brachte nach dem Essen mein Zeug hoch, und ging wieder runter, um einen neuen Wasserkanister zu kaufen. Im Flur kam mir Max entgegen… und das Psychokind, dass Max versuchte in die Eier zu greifen und er daraufhin seine Ketchup-Flasche fallen ließ. Natürlich ging Sie dabei kaputt. Das Psychokind lief einfach weiter als sei nichts gewesen. Max war sauer und schon bald standen ein Haufen Shifus und anderes Personal im Flur. Der Junge bekam später wieder Anschiss und vielleicht noch mehr, wie ich auf dem Rückweg zum Zimmer bemerkte. Ich machte mir noch eine Suppe und schreib den ersten Teil meines Tagesberichtes, bevor ich mich dann endlich für das nächste Training ausruhen konnte. Christopher zockte weiter, anstatt wie vorgenommen zu schlafen. Mit der Klingel wurde ich aus meinen Träumen gerissen und machte mich schnell bereits für das Training, da ich irgendwie länger als geplant geschlafen habe. Christopher pausierte. Ich gab ihn noch eine Aspirin und dann ging es los. Max machte wieder mit und mit den Kindern gingen wir zusammen runter zur Halle. Nach dem Aufwärmvorgang in der Halle dehnten wir uns zunächst an der Stange und dann noch mal auf dem Teppich. In Partnerarbeit halfen wir ein wenig beim Dehnen nach und dann machten wir von allem etwas. Sprich Ma-Bu/Gum-Bu, Form, Faustschläge, usw. Der ältere, dicke Chinese, der in letzter Zeit immer mit in der Halle ist und für sich trainiert, spielte wieder mit seinem Nunchaku rum. Das Ding war aus Metall und es klimperte die ganze Zeit lang was mir und Max ganz schön auf die Nerven ging. Dann holte er sich noch ein zweites dazu und das Drama war perfekt. Von nun an nenn ich ihn den Rasselmann. Beim Formenlauf war es ganz schön eng, da wir mit den Kindern in einer Doppelreihe standen und nur den halben Teppich zur Verfügung hatten. Ende vom Lied war, dass ich ständig den Metallpfosten ausweichen musste, während ich meine Form lief. Auch durfte ich dabei Stufen steigen und aufpassen, dass ich das Kind neben mir nicht um trat. Als wir dann mit unseren Stöckern begannen, sah auch unser Shifu ein, dass es zu eng war und schickte uns beide (Max + Ich) nach draußen. Dort war genug Platz und es wehte ein kühler Wind. Sehr angenehm. Trotzdem war es nicht so kühl wie heute Vormittag. Ich lief 2x meine Stockform vor Max und dann das es schon so weit: Class Over-Zeit. Mit dem Sanda-Team gingen wir wieder hoch.

Ich „unterhielt“ mich noch ein bisschen mit dem Sanda-Shifu und ich erfuhr, dass wir offenbar derselben Meinung sind, dass es heute Nachmittag wieder zu heiß ist. Außerdem weiß der Sanda-Shifu nun, dass ich nur ein wenig Müde bin. Die Gespräche mit den Shifus fallen immer besonders lustig aus, da man oft an einander vorbeiredet. Ist aber auch immer wieder witzig, wie Sie sich die Mühe machen ein verständliches Englisch zu sprechen. Ich glaub der Sanda-Shifu mag mich. Wenn es eine Shifu-Reihenfolge geben würde, käme der Sanda-Shifu bei mir auf Platz 2. Gleich nach meinem Shifu aber noch vor dem Pan-Shifu. Der ist auch ganz cool. Nur Yuen kann ich nicht leiden. Der Tai-Chi-Shifu ist zwar nett und ganz cool drauf, aber das war es dann auch. Mit den anderen (Neben-)Shifus habe ich praktisch nichts zu tun. Da wären die beiden Tiger-Shifus, der Boygroup-Shifu, der Aushilfs-Shifu, der neue seltsame Shifu, ein halbwegs neuer Kindertraining-Shifu und alle die ich eventuell vergessen hab. Der Aushilfs-Shifu scheint auch ganz gut drauf zu sein und der Boygroup-Shifu ist einfach witzig anzusehen. Nach dem Training drohte uns der Sanda-Shifu wieder Laufen an, wen wir nicht zum Chinesisch-Unterricht gehen. Auf dem Zimmer wollte ich duschen, doch kam viel zu wenig Wasser aus dem Kran. Ich ging runter und sagte unsern Shifus Vater Bescheid, der aber irgendwie kein Bock hatte und seine Frau losschickte. Dann nahm ich eine Dusche und aß eine Kleinigkeit. Der permanente Hunger hier bringt mich noch mal ins Grab. Seit ich hier bin, habe ich einfach immer Hunger und immer gibt es nix vernünftiges zum Essen. Schrecklich. Den Rest der Zeit, nutzte ich, indem ich mein Tagesbericht erweiterte. Jetzt ratet mal womit Christopher beschäftigt war…? Chinesisch stand somit für uns beide nicht an. Der Sanda-Shifu kam wieder nicht gucken und somit mussten wir auch nicht laufen. Beim Abendessen langte ich ordentlich zu und verschluckte mich immer fast an den trockenen Dampfbrötchen. Hasse das, wenn man Hunger hat, aber nicht schnell essen kann, weil man sonst erstickt. Nach dem Essen war wieder etwas Zeit für Pause. Danach ging es dann weiter… allerdings ausnahmsweise nicht mit Training, sondern mit Film gucken. Draußen vor der Schule wurde ein Fernseher mit DVD-Player aufgestellt und alle Ausländer und Kinder mussten sich davor hocken und den Film gucken. Der Film war eine Shaolin-Show und sehr lang. Viel interessanter fand ich allerdings die kurzen Ausschnitte, die davor gezeigt wurden. Es waren Ausschnitte aus dem Schulvideo, das von dem Kamerateam vor ein paar Wochen gedreht wurde. Ich würde sogar Geld bezahlen, eine Kopie des Videos zu bekommen 😉

Während wir da im Dunkeln hockten und den Film guckten, wurde die Sache langsam lustig, da das Psychokind in unserer Nähe „saß“. Da es nie stillsitzen kann, kam es natürlich wieder zu seinem „Papa“; nämlich Christopher, der schon mit den Augen rollte. Das Kind wurde er nicht mehr los und es grapschte ihn ständig an und sagte dabei ständig „Papa“ und so etwas in Richtung „I am your Baby“. Ich kam aus dem Kichern nicht mehr raus. Als Christopher dann aufgab sich dagegen zu wehren, ging es erst richtig los. Es legte seinen Kopf in Christophers Schoss und fing irgendwann dann an Ihn abzuknutschen. Sehr zu seinem Bedauern, denn erst war er nur schockiert und dann wurde es nervig. Christopher zeigte deswegen auf Max und sagte zum Psychokind „Mama“. Dann kroch es zu Max, der sichtlich genervt war. Er versuchte auch ich abzuknutschen und nach einigen Versuchen gelang es ihm auch und es erwischte Max am Arm. Dann irgendwann kroch es zu mir und als ich es am wenigsten Erwartete, überfiel es mich und knutschte mich im Nacken ab. W-I-D-E-R-L-I-C-H. Es war so dreckig und roch dazu auch noch streng, da es den ganzen Tag im Dreck liegt. Die ganze restliche Zeit wechselte das Kind immer zu zwischen Christopher, Max und mir, bis Max irgendwann im Dunkeln verschwand. Immer wieder griffen sich die älteren Kinder aus unserer Gruppe das seltsame Kind und hielten es fest. Christopher fütterte es noch mit Kaugummi, dass es tatsächlich aufaß und nicht nur kaute. Wenn mich das Kind nicht gerade belagerte (Christopher hatte nicht so viel Glück), unterhielt ich mich mit den Chinesen aus der Gruppe in Chinglisch (Englisch-Chinesisch).

Viel ist nicht dabei rumgekommen, außer dass ich auf Fragen wie „What is your name?“ oder „Where are your from?“ oder „How old?“ bzw. die Kurzform „Age?“ geantwortet habe. Im Gegenzug hab ich auch erfahren, wie einige der Kinder heißen und wie alt sie so sind. Bei einigen war ich echt überrascht, da ich Sie jünger oder älter eingeschätzt hätte. Ein Mädchen hieß mit englischen Namen Louis (den chinesischen konnte ich mir nur schlecht merken), welches 12 Jahre alt war. Ich hätte es älter eingeschätzt. Sie hat einen kleinen Bruder der 6 ist (der saß neben mir und fragte mich auch nach meinen Namen… und dass etwa 5 Mal…). Ein anderes Mädchen ist 16 und heißt Yang Ui (oder so). Das Mädchen „zwang“ mir noch eine Freundschaft auf (mit Hände schütteln und so), als es fragte, ob Christopher und ich Freunde sind. Ich bejahte die Frage einfach mal und dann wollte Sie auch mit mir befreundet sein. So geht das in China also. Gegen Ende des Films griff das Psychokind spontan Christopher in die Kronjuwelen, was bei mir ein großes Gelächter auslöste. Der Film ging jedenfalls bis 21:15 Uhr und damit war dann auch eigentlich Schlafenszeit. Wir grüßten mit den Kindern ab und gingen auf unsere Zimmer. Ich wusch mir zunächst die Stellen ab, die das Psychokind berührt hatte und sah dann auf Christophers Rücken ein großes Insekt hocken. Ich sagte leise zu ihm, er soll langsam seinen Rücken zu mir bewegen, damit ich das Biest mit meinen Schuh töten konnte. Christopher brach langsam in Panik aus, befolgte aber meine Befehle. Nach einem Schlag mit dem Schuh auf seinem Rücken meinte ich nur, dass es immer noch da sei und dann rannte er hysterisch durch das ganze Zimmer und schrie dann irgendwann „Hit me, hit me!!!“. Ich tat ihm den Gefallen und schlug noch 2 weitere Male zu, bis ich bemerkte, dass es kein Käfer, sondern bloß Kaugummi war. Erleichtert, nahm sich Christopher das Kaugummi ab und atmete tief durch. Er meinte dann zu mir, dass er dachte, ich hätte eine Spinne auf seinen Rücken gesehen. Noch nie habe ich jemanden so panisch durch den Raum rennen sehen wegen eines möglichen Käfers auf dem Rücken. Ich fand es witzig und musste wieder lachen. Christopher war dann so erleichtert, dass es keine Spinne war, dass er auch nicht anders konnte und mit lachte. Ich schrieb dann meinen Tagesbericht zu Ende und ging schlafen. War ja ein lustiger Abend.

Montag, 02.08.2010

Wie so oft beginnt der Morgen mit dem Klingeln, dass mich aus dem Schlaf reißt. Mit müden Beinen machte ich mich bereit zum Training. Sogar Christopher rappelte sich auf und kam mit runter. Nach dem wir uns mit den Kindern kurz gelockert haben und 20 Kniebeugen absolvierten, packten wir unser Wasser und unsere Stöcker bei Seite und gingen alleine Richtung Berg. Christopher übergab Max noch 2 Yuan, die er aus seinem Socken zog, um sich damit später in einem der Läden, an denen wir vorbeikamen, etwas zu trinken zu kaufen. Den Berg rannte ich zunächst langsam hoch, doch dann konnte ich die ewigen Nordic Walker vor mir nicht mehr ertragen und zog mit Maximaltempo vorbei. Nach ein paar hundert Metern, drosselte ich wieder runter, da ich nun endlich freie Bahn hatte. Kurz vor Ende gab ich noch mal kurz Gas, da Christopher aufholte. Noch vor Christopher ging ich ins Ziel und dann ohne zu zögern wieder runter. Diesmal lief rannte ich wieder runter, statt zu gehen. Über Stein und Stein stolperte ich den Weg schnell herab und ging dann wieder in Richtung unseres Shifus, der vor der Schule die Kinder quälte. Nachdem wir uns auf Anfrage dehnten, anstatt die Form zu laufen, gingen wir dann doch einmal die Form durch und wechselten dann über zum Stick. Zunächst sollten wir drei unsere Form vor den Kindern vorführen. Als einziger, der neuerdings die ganze Form beherrscht, war ich wohl Vorführobjekt Nummer 1. Dann hatten wir noch Gelegenheit selbstständig die Form zu üben und dann war das Morgentraining zu Ende. Das Frühstück fiel gewöhnlich aus. Sprich das normale Brot und den üblichen Kram. Die ersten 4 Brötchen schmeckten nicht trocken wie sonst, danach jedoch schon. Ich löste meinen Eistee-Deckel ein bekam somit einen neuen Eistee. Leider nicht wieder einen dazu gewonnen. Naja, was soll‘s, man kann halt nicht alles haben was man begehrt. Nach einer kurzen Pause war freies Training angesagt. Nach dem Vorlesen des Satzes aus dem Fenster (Heute war es „I have a good idea“) ging ich zu den Tischtennisplatten und machte mit dem seltsamen neuen Shifu ein paar Fotos in den Posen, die er mir vorschlug. Niko kam auch dazu und wir beide gingen anschließend ein Stückchen weg von den anderen, um weitere Fotos zu machen. Die ganze restliche Zeit verbrachten wir damit Fotos zu machen und rumzuposen. Kletterten unter anderem auf ein Dach in der Nähe der Reisfelder und posten dort weiter. Pünktlich zum Abschlussmeeting waren wir wieder vor der Schule und grüßten in unseren Gruppen ab. Ich duschte mich wieder und schaute die Fotos kurz durch. Dann kam unser Shifu ins Zimmer und fragte Christopher ob er geduscht hat. Warum auch immer. Jedenfalls meinte er dann noch Buddha-Class in 5 Minuten und wir sollten uns fertig machen. Eigentlich wollten wir uns drücken aber wenig später kam Max dann noch rein und sagte Bescheid, dass unser Shifu heute die Buddha-Class leitet. Drücken ging also nix. Als wir uns draußen vor dem Raum aufstellten, erklärte Harry und Yuen noch wie Meditieren funktioniert und dass man doch nicht einfach stattdessen schlafen soll. Dann folgte der Buddhismus. Ansonsten passierte aber nichts Außergewöhnliches. Wir gingen dann wieder auf unsere Zimmer, ich schaute die Bilder weiter durch und fing meinen Tagesbericht an zu schreiben. Dann war Mittagessen. Der Reist war wieder schnell alle und es gab alternativ das Brot von heute Morgen. In der Mittagspause habe ich Christopher ein paar Ratschläge zu dem Spiel was er gerade spielte (Advance Wars 2) und haute mich dann anschließend aufs Ohr. Dann war wieder Nachmittagstraining angesagt. Unten warteten wie immer schon die Kinder. Wieder durften wie den Spruch vorlesen. Erst die Kinder und dann wir, die Ausländer. In der Trainingshalle begannen wir zunächst mir laufen. Unser Shifu verlangte von uns unsere Runden in einer Zweierreihe zu laufen. Ohne mich! Ich lief wie es mir passte, aber schon bald lösten sich die Reihen sowieso auf. Das klappt nämlich in der engen Halle einfach nicht. Dann dehnten wir uns zunächst wieder an der Stange. Meine Oberschenkel fühlten sich irgendwie komprimiert an, denn das Dehnen tat ungewohnt weh. Nach dem Dehnen an der Stange dehnten wir uns noch auf dem Teppich weiter (Spagat und so). Dann gingen wir in einer Doppelreihe die Kicks durch. Erst locker zum Lockern und dann nicht mehr

so locker (also mit Power). Irgendwann fragte ich unseren Shifu zwischendurch, ob wir nicht Radschläge und sowas machen könnten anstelle der Kicks. Erst überlegte er kurz und dann stimmte er doch zu. Die Kinder durften allerdings weiter ihre Kicks machen. Zwischen den Reihen hatten Max und ich (Christopher wollte vorerst lieber keine Radschläge mehr machen) Platz unsere Räder zu schlagen. Wir fingen mit normalen Rädern an und gingen über einhändige zum Aerial (dem Rad ohne Hände) über. Heute klappte es bei mir einfach nicht so wie ich wollte, während Max passable Erfolge erzielte. Zudem tat mir dann auch irgendwann man linker Oberschenkel weh. Fühlte sich wieder an wie gezerrt. Das geht mir echt auf den Keks, dass ständig irgendwas weh tun muss. Dann war Pause. Max und ich machten Videos vom Aerial und später auch den Butterfly-Kick, der mir etwas besser gelang. Doch Max machte bei meinen guten Versuchen immer zu früh die Kamera aus. Grrr. Unser Shifu ließ es sich dann auch nicht nehmen und machte ein paar Tricks vor. Die Kinder rannten und tobten wieder rum und quatschten einem voll. Vor allem waren Sie auf die Kamera in meiner Hand fixiert und wollten immer, dass ich ein Foto von ihnen mache. Das Psychokind hat einen anderen kleinen Jungen irgendwie verletzt, der darauf anfing zu weinen und zu unserem Shifu ging, um das zu petzen. Unser Shifu meinte dann wohl, er solle sich wehren und ihn verprügeln, was er dann auch tat. Es brach ein kam zwischen den beiden aus. Das Psychokind lachte die ganze Zeit dreckig, während Sie kämpften und das andere Kind war stink sauer und wurde richtig wild dabei. Ich nahm das ganze natürlich mit meiner Kamera auf, während der Rest drum herumsaß und anfeuerte. Seltsame Art Probleme aus dem Weg zu schaffen. Nach der Pause wurde die Halle ausgefegt. Also mussten alle raus und unser Shifu und ein paar der Kinder fegten einmal gründlich durch. Wir waren währenddessen draußen und wirbelten unsere Stöcker herum oder unterhielten uns gezwungenermaßen mit den Kindern, die sich nun völlig aufdrängten. Das Psychokind nervte wieder rum und meinte die ganze Zeit „Mama, Papa“ und rannte dann zu einem von uns. Das angegrapsche nervte uns tierisch und der Kleine lies einfach nicht locker. Als ich ihn dann immer bei Seite stoß, wenn er wieder ankam, um mich anzutatschen merkte er wohl endlich, dass ich so langsam genervt von ihm war. Plötzlich griff er mir in die Eier, um es mir wohl heim zu zahlen. Das ließ ich mir nicht gefallen und setzte einen Push-Kick an… zwei Mal. Dann war endlich Ruhe. Das war die einzige Möglichkeit ihn los zu werden. Dann stellten wir uns wieder in einer Doppelreihe auf und übten mit dem Gun. Wir drei hatten dann irgendwann kurz „Free Practise“ und gingen kurz darauf in die leere Halle. Ich schlug einfach ein paar Mal mit dem Stick auf den Boden, so dass es richtig schön knallte und übte dann ein paar Sequenzen aus der Form (mit Vorliebe welche, bei dem ich es richtig knallen lassen konnte). Dann führte jeder einmal seine Stockform vor der Gruppe vor, die sich auf dem Boden setzte und zuschaute. Ich verpatzte meine Form direkt zwei Mal und war danach sichtlich angepisst und sauer auf mich selbst. Dann war das Training zu Ende, wir gingen hoch und grüßten ab. Ich erfuhr beim Abgrüßen nebenbei, dass die Kinder heute oder Morgen schon abreisen. Damit hatte ich eigentlich so schnell nicht gerechnet. Auf dem Zimmer duschte ich schnell und ging dann mit Christopher zum Abendessen. Christopher aß den Teller mit Nudeln, der in der Tischmitte stand leer, sowie dem vom Nachbartisch, nachdem ich für ihn gefragt habe (er scheute sich davor). Als ich gerade hoch gehen wollte, meinte er, er wollte sich nur noch ein Eis kaufen. Er an dem Tisch unseres Shifus vorbei und sah, dass der Teller mit Nudeln nicht angerührt wurde. Er setzte sich dazu und aß zusammen mit unserem Shifu und später den Rest unseres Tisches den Teller auf. Da war ich aber schon längst auf dem Zimmer und lies meiner Wut freien Lauf, indem ich Mücken jagte. Das Abendtraining fiel wie von Niko prophezeit ins Wasser. Während Max und Christopher mit den verbliebenden Chinesen-Kindern Fußball spielten (Sie sind wohl tatsächlich abgereist, denn beim Abendessen war es ziemlich leer und ruhig), ging ich mit Niko einmal um den Block und wir versuchten Fotos zu machen, die allerdings nichts wurden, weil es einfach zu dunkel war. Ich ging auf

mein Zimmer zurück und schaute mir die Videos von heute Nachmittag an, um meine Fehler bei den Sprüngen zu finden. Beim letzten Meeting für heute, kam aus dem Schatten ein alter Bekannter dazu. Der Australier ist wieder da und will für 2 weitere Wochen bleiben. Von mir aus kann er bleiben wo der Pfeffer wächst. Die Kindern quatschten mich wieder zu (verstand natürlich kaum ein Wort) und dann war Ende für heute. Kurz nach dem Meeting kam Niko auf unser Zimmer und wollte die Bilder haben, die ich ihn natürlich angeboten hatte. Eine geschlagene halbe Stunde sortierte er sich die passenden Bilder an Christophers Laptop heraus (mein USB-Anschluss ist ja defekt) und packte Sie sich auf den USB-Stick. Christopher war da wohl nicht so von begeistert. Er wollte wohl weiter zocken so wie ich das sehe 😉

Dann schrieb ich meinen Bericht zu Ende und suchte schon mal ein paar Fotos für Morgen heraus, die ich im Internetcafé hochladen konnte.

3. August 2010 – Der letzte Monat hat begonnen

Dies ist mein letzter ganzer Monat in China… am 15. August steht eine große Vorführung der Schule an. Alle Schüler und selbst die Shifus müssen etwas, vor noch unbekanntem Publikum, vorführen. Deswegen wurden wir dazu angehalten, unsere Formen intensiver zu üben. Meine Stockform habe ich letzte Tage endlich fertig gelernt und werde in den nächsten Tagen mit dem Schwert anfangen. Morgen werde ich mit Christopher nicht trainieren und dafür den Yuntai Mountain erklimmen (frei übersetzt heißt es etwa sowas wie Nebengebirge oder Nebenberg). Dafür werden wir den ganzen Tag oder mehr brauchen und hoffentlich wilde Affen sehen. Kann eigentlich nur lustig werden und die zusätzliche Trainingspause kann ich auch gut gebrauchen. Der Großteil der Kinder ist gestern Abend abgereist. Wird jetzt bestimmt etwas ruhiger zugehen beim Training und vor allem auch beim Essen. Heute gibt es wieder ein paar mehr Fotos als sonst. Warum weiß ich auch nicht.

Bis dann!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/der-letzte-monat-hat-begonnen/

Dienstag, 03.08.2010

Erst mal war wieder ausschlafen angesagt. Also bis halb 7 geschlafen und dann ein wenig Aufgeräumt und zum Frühstück runter. Danach ruhte ich mich noch ein bisschen aus und zog per Bluetooth ein paar neue Lieder aufs Handy, die ich während der Taxifahrt hörte. Nach dem wir die 20 Yuan bei unserem Shifu bezahlt hatten ging es dann auch schon bald los. Rasch stiegen wir wieder in eins der Taxen und fuhren als erstes los. Für Peter (war doch sein Name, oder?), dem 14-jährigen, war es der erste Ausflug in die Stadt und man merkte ihm seine Aufregung richtig an. In Jiaozou angekommen gingen Christopher und ich wie vorgenommen zuerst in den Supermarkt und ließen uns Zeit beim Stöbern durch die Regale, da wir sonst immer in Eile sind. Morgens ist hier jedenfalls ein Riesen Trubel bei den Früchten, wovon ich unbedingt ein Foto machen musste. Im Supermarkt Fotos zu schießen wird allerdings nicht so gerne gesehen. Aber erwischt wurde ich nicht. Wir gingen zunächst durch die Haushaltswaren-Abteilung und dann ein Stockwerk höher zur Lebensmittelabteilung. Dort schauten wir uns genauer um und packten unter anderem schon mal 10 Liter Orangensaft, 4 Packungen Toastbrot, Ketchup, Erdnussbutter, Chips und Teebeutel (die gibt's ja doch hier). Als wir beim Tee standen, rempelte mich versehentlich (wobei ich mir da nicht so sicher bin) ein Chinese an. Er entschuldigte sich und dann quatschte er uns auf Englisch zu (mittelprächtiges Englisch) und fragte wo wir herkommen und erzählte irgendwas davon, dass er in Shanghai studiert hat und dort auch viele Ausländer seien. Allerdings überwiegend Schwarze. Dann fragte er uns noch nach unseren E-Mail-Adressen. Zunächst wollten wir Sie ihm nicht geben (wozu auch?), doch dann überlegte ich ein wenig und kam auf den Trichter, dass es eventuell ganz witzig sein könnte Emails von ihm zu bekommen. Als er das erste Mal nach unserer E-Mail-Adresse fragte, tat ich so als hätte ich keine und machte dabei einen auf „Ich-hab-das-Wort-nicht-verstanden". Aber als ich zum Schluss gekommen bin, dass ich ihm Sie doch geben wollte, machte ich einen auf „Ach du meinst E-M-A-I-L… ja das habe ich natürlich". Ich gab ihm meine Adresse und wir zogen weiter. Christopher war das zu seltsam. Wir gingen wieder indem wir wieder Richtung Erdgeschoss fuhren (Rolltreppe ohne Stufen), schauten uns nach Klamotten um (alles nicht mehr meine Größe oder einfach zu schäbig). Die Verkäuferinnen versuchen einem dabei immer irgendwelche Sachen aufzudrängen die man gar nicht haben will. Das kann irgendwann ganz schön nerven. Dann bezahlten wir und holten unsere Rucksäcke wieder (man muss die hier abgeben, bevor man den Markt betritt. Vermutlich, damit man nicht so einfach klauen kann) und nahmen ein Taxi zum Mc Donalds. Ich zeigte einem der Fahrer, der uns zu sich wank draußen ein Bild vom Mc Donalds-Logo und er rief einen Fahrer zu sich, der gerade aus dem Supermarkt angelaufen kam. Dieser fuhr uns dann wie versprochen zu Mäcces und wir schlugen uns dort erst mal den Bauch voll. Mit der englischen Bedienung keine große Schwierigkeit. Im Mc Donalds-Restaurant kam dann ein Teil der Tiger-Gruppe mit ein paar anderen Ausländern hinein. Sogar mit Shifus! Als ich mir nach dem Essen die Hände waschen ging traf ich am Waschbecken sogar den Tai-Chi-Shifu. Seltsamer Zufall und ein seltenes Bild die Shifus hier in Jiaozuo zu treffen. Deswegen war es wieder Zeit für ein Foto. Dann gingen wir am Mc Donalds-Eisstand vorbei, ich kaufte mir einen Mc Flurry (übrigens eine Spezialsorte mit einem zerkrümelten, chinesischen Keks drin… naja immerhin Mc Flurry) und gingen weiter ins Internetcafé. Erst funktionierte mein USB-Anschluss wieder nicht, bis ich herausfand, dass ich meine Kamera und USB-Stick an den falschen Rechner anschloss (nämlich den von Christopher). Dann war wieder alles OK und ich erledigte meinen Kram. Recht früh verließen Christopher und ich wieder das Café und wollten uns ein Taxi zum Pizzaladen nehmen. Am Straßenrand machten wieder 2 Fahrer Pause. Wir zeigten ihn das Bild vom Pizzaladen, dass ich letztens geschossen hab und Sie schauten nur komisch und taten wieder so als ob Sie nicht wüssten wo es ist. Sicher waren Sie aber einfach nur zu faul uns da jetzt hin zu fahren. Jedenfalls wiesen Sie uns auf einen der Suicide- Bomber (die alten Motorroller mit Anhänger, die

deswegen so heißen, weil die Überlebenschancen gleich Null sind, wenn man einen Unfall baut), der wenige Meter entfernt stand. Bedenklich stiegen wir ein. Wir fuhren zwar die ganze auf der falschen Spur und wir hatten somit permanent Gegenverkehr (gibt ein Video davon). Wir kamen aber halbwegs sicher an (er fuhr uns sogar direkt vor die Tür) und bezahlten die 3 Yuan. Ich denke er hat uns abgezogen, denn mit einem Taxi hätten wir auch grade mal 2 Yuan mehr bezahlt. Wir gingen in unserem Stamm-Pizzaladen und bestellten erst mal was. Christopher bestellte sich wieder Schnecken und dazu irgendwas Seltsames, was aussah wie Meerestiere am Spieß, sowie eine Pizza. Ich bestellte mir nur eine große Pizza. Als das Essen dann kam, sahen die Wesen auf dem Spieß, den Christopher bestellte eher nach Käfern aus. Christopher aß Sie trotzdem und meinte sie schmeckten nicht so toll. Waren somit vermutlich wirklich Käfer (?). Als ich meine Pizza aß, entdeckte ich unten, am Boden der Pizza eine Fliege kleben (tot natürlich). Angewidert schaute ich Christopher an und zeigte ihm das Stück mit der Fliege. Er sprang direkt auf und weckte eine der Bedienungen, die immer hinter einer Ecke schliefen, wenn es nichts zu tun gab. Zunächst schaute Sie uns fragend an, als wir ihr das Stück zeigten. Dann wiesen wir Sie auf die Fliege hin und dann entschuldigte Sie sich und wir fragten nach, ob Sie nun die Pizza austauschen würden. Tatsächlich bekam ich eine neue, die sogar Fliegenfrei war. Christopher ließ sich wieder den Rest einpacken (checkte aber vorher nach Fliegen ab) und wir bezahlten. Wir rechneten schon damit die erste Pizza noch mit bezahlen zu dürfen, doch das war nicht der Fall. Als wir dann gingen, sagte man zum Abschied noch etwas wie, dass man hoffte uns bald wiederzusehen (das machen Sie sonst nicht). Vermutlich wegen dem Vorfall mit der Fliege. Draußen nahmen wir aus Jux wieder einen der Suicide-Bomber anstatt eines Taxis und fuhren damit zum Supermarkt. Die Fahrer der Bomber, sind etwas schwerer von Begriff, wenn man ihn das Bild zeigt wo man hinwill und man aufpassen, dass er einen nicht in die falsche Richtung fährt. Am Supermarkt angekommen stiegen wir direkt in ein fast volles Tai (war mit uns voll) und fuhren Heim. Während der Fahrt hörte ich wieder Musik. In der Schule angekommen packten wir erst mal unsere Taschen aus und hatten dann noch genug Zeit bis zum Abendessen. In der Pause klopfte es an der Tür und unser Shifu kam mit guter Laune hinein und fragte ob er eine Kopie meiner Bilder haben kann. Es ging um die Posen von vor über einen Monat, wie er mich dabei korrigiert und von den Posen im Yuntai-Gebirge am Wasserfall. Ich zog die Bilder großzügig auf meine SD-Karte und dann auf Christophers Laptop, wo unser Shifu seinen USB-Stick anschließen konnte. Während wir kopierten, wollte er Bilder von meinem Zuhause sehen. Ich zeigte ihm ein paar Bilder von Zuhause und er schaute interessiert zu und gab zwischendurch Kommentare von sich wie „Beautiful“, „Cool“ oder „Taekwondo?“ (als ich ihn ein paar Bilder davon zeigte). War jedenfalls ganz witzig. Dann bedankte er sich und fragte nach dem Schulgeld, das bald anfiel. Ich holte die 3100 Yuan aus meinem Schuh heraus, gab Sie ihn in die Hand und wir gingen zusammen runter wegen der Quittung. Ich hatte mich verzählt und ihn 100 Yuan zu viel gegeben. Er gab Sie mir zurück (DAS würde nicht jeder Chinese tun) und meinte dann „Break“. Ich ging wieder aufs Zimmer und wenig später war Essen angesagt. Wir gingen runter und ich erfuhr, dass die Kinder, von denen ich glaubte Sie seinen Abgereist, wiederkommen, da Sie lediglich ihren freien Tag bei Ihrer Familie verbringen. Und ich hatte mich schon auf ein wenig Normalität gefreut. Nach dem Meeting kam noch ein kleiner Chinese aus unserer Gruppe aufs Zimmer und wollte irgendwas. Aber dann schaute er nur noch Fernsehen (hatte ich eigentlich eingeschaltet, weil zuvor ein Sanda-Kampf lief). Es lief eine blöde, chinesische Game-Show, in der ein Bulle geritten wurde. Dann wollte er doch noch irgendwas und schrieb es auf einen Zettel. Mit meinem Wörterbuch versuchte ich zu entziffern was er meinte, doch das war nicht möglich. Alles was ich entschlüsseln konnte bedeutete „Ich eins … spielen“. Dann sollte ich runter kommen zu meinem Shifu (ein Kind wurde geschickte und versuchte mir es deutlich zu machen). Er gab mir Geld wieder (800 Yuan), da ich ja nur 3 Wochen bleibe. Max hat sich drum gekümmert, da

wir ja eine Woche eher Abreisen und ich somit weniger bezahlen muss. Ich hatte echt nicht dran gedacht. Dann war wieder Meeting (das Kind hockte bis zu dem Zeitpunkt immer noch auf unserem Zimmer). Unser Shifu kam zu spät und wir mussten auf ihn warten. Nach dem Meeting zeigte mir Christopher noch seine Musik, die er auf seinem Laptop hatte und bot mir an mir welche zu nehmen. Ich schaute seine ganze Musik durch (viel) und kopierte etwa 8 GB Musik auf meine SD- Karte und dann auf meinem Netbook. Der Vorgang dauerte knapp 2 Stunden und ich wurde immer müder und müder. Danach war dann direkt Schlafenszeit. Morgen geht es in die Yuntai-Berge (alles schon abgeklärt). Ich schaffte es übrigens nicht mehr meinen Tagesbericht zu schreiben. Ich nahm mir vor ihn morgen früh nachzuholen, während die anderen Morgentraining haben.

Mittwoch, 04.08.2010

Der Tag beginnt und wieder habe ich die Klingel nicht gehört. Ich weckte Christopher und wir gingen aber noch pünktlich runter. Unser Shifu erinnerte sich, dass wir in die Berge wollten und schickte uns auf unser Zimmer zurück. Ich schrieb wie vorgenommen meinen Tagesbericht von gestern zu Ende bzw. fing ihn an und dann war Frühstück. Beim Frühstück holte ich mir die letzten Informationen von Max und Christian über die Yuntai Berge und was man alles sehen kann und vor allem wo und dann packten wir unsere Sachen (unter anderem Verpflegung und natürlich unsere Kameras) zusammen und gingen los. Unser Shifu nahm uns nach dem Frühstück mit zum Empfang, wo wir uns in die Check-Out-Liste eintragen mussten (wie jedes Mal, wenn es in die Stadt geht). Gerade als wir die Tür hinter uns zu machten fiel uns auf, dass wir den Schlüssel im Zimmer haben liegen lassen. In der Eingangshalle fanden wir Yuen und berichteten Ihn von unserem Problem mit dem Schlüssel. Er sagte dann irgendwas auf Chinesisch zur Empfangsdame und dann warteten wir, ohne zu wissen, ob nun was passiert oder nicht. Wenig später kam aber der Dad unseres Shifus und machte und deutlich, dass wir ihn folgen sollten. Er holte den Schlüsselbund aus einem Zimmer und drückte ihn mir in die Hand. Ich öffnete die Tür, holte unseren Schlüssel heraus und Christopher nahm seine Kontaktlinsen mit. Als ich den Schlüssel wieder abgeben wollte, war er aber nicht mehr da. Ich gab den Schlüssel dann Yuen. Kurz darauf, während ich auf Christopher in der Eingangshalle wartete, kam er wieder und fragte nach dem Schlüsselbund. Ich zeigte auf Yuen und alles war klar. Während ich noch auf Christopher wartete, kam unser Shifu wieder in die Halle und ich spendierte ihn meinen letzten Mentos, den er zunächst musterte, bevor er ihn in den Mund steckte. Ich denke er kennt sowas nicht. Er bedankte sich großzügig und begleitete uns noch zur Tür. Wir gingen zu den Bushaltestellen und warteten neben ein paar Chinesen auf den Bus. Dann fiel uns auf, dass wir gar nicht wussten, welchen Bus wir nehmen sollten oder besser gesagt, an welche Haltestelle wir eigentlich stehen sollten. Die Chinesen, die ebenfalls auf den Bus warteten, waren keine große Hilfe, so dass wir wieder zurück zur Schule gingen und Yuen fragten. Er sagte uns mit einen seltsamen lächeln (er fand das wohl witzig), dass wir die Bushaltestellte auf der rechten Seite nehmen müssten. Wir gingen dann wieder zur Bushaltestellte, warteten ein paar Sekunden auf den Bus und stiegen neben reichlich anderen(chinesischen) Touristen in den gut klimatisierten Bus ein. Nach ein paar Minuten Fahrt stiegen wir aus und merkten, dass wir hätten weiterfahren sollen. Wir warteten kurz auf den nächsten Bus und fuhren weiter. Die Busse hier sind übrigens in einen recht guten Zustand und dazu noch kostenlos. Der Yuntai-Geopark wurde von der UNESCO ausgezeichnet, weswegen alle Busse das Logo tragen. Wir landeten wieder an einen Ort, an den wir nicht sein wollten, da wir zu früh ausgestiegen sind, nutzten jedoch die Gelegenheit und schossen ein paar Fotos von der Aussicht hier. Dann gingen wir wieder zurück zur Haltestellte und warteten kurz auf den nächsten Bus. Dann fuhren wir vorbei an den von mir bereits bekannten See, den ich mir mit ein paar Leuten und den Shifus in meiner zweiten Woche hier angeschaut habe, bis zum Eingang des ganzen Parks vor. Im Gegensatz zu den Chinesen, hatten wir aber keine Eintrittskarte. Man konnte Sie auch scheinbar nirgends kaufen. Ratlos standen wir erst mal da und überlegten ob wir nicht wieder runterfahren sollten und dort nach einen Ticketschalter zu suchen. Als wir in einen Bus einsteigen wollten, verwies uns der Busfahrer auf einen anderen Fahrer hin, der gerade Pause machte. Wir gingen zu ihm und er holte Hilfe, da er kein Wort Englisch sprach (wie so oft). Den Chinesen in Uniform, der zumindest die wichtigsten 50 Wörter beherrschte, verdeutlichten wir, dass wir keine Eintrittskarten hatten. Erstaunlicherweise verstand er uns, denn nach dem er kurz verschwunden war, sollten wir ihn zu seinem Kabuff folgen, wo wir nach dem wir 360 Yuan bezahlt hatten zwei Chipkarten bekamen, die wohl die Eintrittskarten waren. Der Einzelpreis betrug somit 180 Yuan und ist damit teurer als der Shaolin-Tempel. Hoffentlich bekommt man dann wenigstens was für sein Geld zu sehen. Wir gingen

rein und mussten an der Eingangskontrolle erst mal Fingerabdrücke abgeben, die in der Chipkarte gespeichert wurden, um angeblich Diebstahl zu verhindern. Aber wer weiß wozu das noch alles gut ist…

Ein paar Meter nach dem Eingang folgte erste Wegweiser, denen wir folgten. Wir kamen an ein Art Teich, der aus mehreren Ebenen bestand. War ganz schön anzusehen und lud damit zu den ersten wirklichen Fotos ein. Dann kam ein See mit Brücke, die wir überquerten. Hinter der Brücke war der erste Wasserfall zu sehen. Ich sprang über die Steine, die aus dem Wasser ragten, hinüber und Christopher durfte ein paar Fotos von mir machen. War ganz schön rutschig und ich musste aufpassen nicht hinzufallen. Wir folgten den Wegweisern zu den „Affenbereich“ und kamen an den ersten Warnschildern vorbei, die davor warnten, nicht die wilden Affen zu füttern. Das machte uns neugierig. Schon bald hörten wir erste Affenschreie aus der Ferne und wir eilten den Wegen entlang der Richtung, aus der wir das Gekreische hörten. Dann kam die Ernüchterung: Wir fanden zwar Affen, die waren aber in Käfigen eingesperrt. Es war eine kleine Art, dessen Name ich vergessen habe. Nach einem weiteren Fotoshooting auf einer Brücke gingen wir vorbei an wunderschönen Wasserfällen weiter Richtung Affen (sagten zumindest die Schilder). Immer mehr chinesische Touristen bekamen wir zu Gesicht. Die meisten von ihnen haben offenbar noch nie einen Ausländer gesehen, denn wir wurden wie die Affen angestarrt. War schon ein seltsames Gefühl. Nach vielen Fotos mit coolen Posen auf irgendwelchen dicken Felsen in irgendeinem Bach und viel Fußmarsch kamen wir auf einen Pausenplatz ein. Christopher meinte direkt, dass hier wohl die angepriesene Affen-Show stattfinden wird, die jede Stunde anfällt. Ich war nicht so davon überzeugt. Aber es war eh noch genug Zeit bis zur nächsten Show. Wir gingen also weiter und entdeckten einen größeren Käfig voller Affen. Wir machten Fotos und Videos vom Geschehen der Affen und gingen weiter zu einer Art Aussichtsplattform. Von dort aus hatte man ein schönes Panorama vor Augen, das aus Bergen, Schluchten, Wasserfällen und Pflanzen bestand. Dann irgendwann hörten wir eine Trillerpfeife und Gejubel aus der Ferne. Mir war sofort klar: das muss die Affenshow sein. Wir rannten los und folgten den Ruf der Trillerpfeife zurück zum Rastplatz. Tatsächlich fand dort in einem Pavillon eine Show mit Affen statt. Ein alter Chinese stand dort mit seinen drei Affen, die zusammengebunden waren. Drum herum saßen und standen reichlich Chinesen, die sich ebenfalls die Show anguckten. Die Affen machten Kunststückchen wie Salti und gehorchten dem Mann wie aufs Wort. Mit seiner Trillerpfeife, einer Peitsche (mit der er die Affen aber nicht schlug) und seiner (komischen) Stimme gab er den Tieren Befehle, die Sie meist, ohne zu zögern ausführen. Die Show war ganz witzig gemacht, fast so wie Comedy, denn er ließ es so aussehen, als seien die Affen frech und würden ihn ständig seinen Hut klauen oder so. Man konnte seine Erfahrung förmlich sehen, denn er hatte das sicher schon ein paar Jahre lang macht - keine Frage. Als die Show zu Ende ging, holte er mich sogar noch auf die „Bühne“ (also unter den Pavillon) und ich sollte meine Hände ausstrecken und übereinanderlegen. Dann sprang einer der Affen auf meine Hand und ich konnte ich eine Weile halten. Ich war überrascht, fasziniert, glücklich und angewidert zugleich. Ich hoffe der Affe musste in dem Moment keinen Kot oder so loslassen. Hätte mich nämlich nicht so sehr gewundert. Der Affe miefte ganz schön, warum die 5 Kg schwer und naja… ziemlich affig. Christopher hat glücklicherweise auf die Schnelle ein Video davon machen können, denn das ganze ging recht spontan und schnell. Ich wusste zunächst nämlich nicht was der Dompteur von mir wollte (wie so oft). Dann war die Show zu Ende und wir gingen viele hundert Stufen runter und kamen dann schließlich an der Brücke raus, an der wir vorher Fotos geschossen haben. Wirklich wilde Affen haben wir nämlich nicht gesehen. Dann folgten wir einen Wegweiser zu irgendeinem Wasserfall in etwa 2 KM Entfernung. Der Weg war wunderbar, denn wir passierten viele schöne Orte und sahen viele Wasserfälle, schöne

Steinformationen, schön gebaute Brücken, Seen und natürlich Flussläufe (wenn man das so bezeichnen kann). Das kann man alles schwer beschreiben, man muss es einfach gesehen haben. Kein Wort der Welt kann das ausdrücken, was man dort sehen und erleben kann. Auf einer Art Rastplatz mit ein paar Shops machten wir Pause und kauften uns Melone am Stiel. Auf der Straße saß ein Mann, der lebendige Küken in Käfigen verkaufte. In einer Box hatte er noch ungefähr 100 weitere, die kaum Platz hatten sich zu bewegen. Wenn das die Tierschutzbehörde in Deutschland sehen würde… das ist echt Tierquälerei. In einem der Shops hatten sie Wasserschildkröten in einem kleinen Glas verstaut. Ein wunder das Sie da drin überleben können. Christopher und ich waten durchs Wasser in dem u.a. kleinere Fische schwammen und posierten auf hohen Felsen, die wir mit Mühe und Not erklommen. Die chinesischen Touristen, staunten schon nicht schlecht, wie wir da hochgekommen sind und viel machten auch Fotos von uns, vom Anstarren die ganze Zeit mal abgesehen. Einer der Chinesen meinte nur etwas wie „American…“. Jaja, wenn der wüsste, dass wir nicht aus Amerika kommen. Die Chinesen kennen meist nämlich nur China und Amerika. Alle anderen Länder sind ihnen nicht selten unbekannt. Klingt lustig, ist aber eigentlich sehr traurig. Nach ein paar waghalsigen Posen auf hohen Felsen, die mitten im Wasser standen, ging es dann mit nassen Füßen weiter. Zwischendurch wollten einige Touristen immer wieder Fotos mit uns machen. Sagt eigentlich alles, oder? Wir wollten mal nicht so sein und machten immer ein paar Bilder mit ihnen, damit Sie endlich glücklich und zufrieden sind. Wir trafen so z.B. einen jüngeren Chinesen (vermutlich unser Alter) mit verdammt langen Fingernägeln. Scheint wohl Mode in China zu sein sich die Fingernägel lang wachsen zu lassen. Sah jedenfalls grausig aus. Bei einer Kletteraktion auf einem der Felsen verletzte sich Christopher den Zeh leicht und beschwerte sich die ganze Zeit über die Schmerzen, die er manchmal hat. Die Wasserfälle hörten gar nicht mehr auf und wurden sogar immer schöner, eindrucksvoller und vor allem größer. Über eine schiefe Treppe ging es dann in Richtung „Dragon and Phoenix Stone Wall“. Der Name versprach ja so einiges. Auf einmal schauten wir nach oben in den Himmel und sahen, dass wir mitten in einer tiefen Schlucht standen. Sehr ehrfürchtig. Lud natürlich zu coolen Fotos ein. Dann fanden wir noch die ach so tollen Butterfly-Felsen. Die waren so langweilig, dass man Sie leicht übersieht. Es waren 2 etwa gleich große Felsen in gaaaaaanz grobe Form eines Schmetterlings, die im Wasser standen. Schmetterlinge flogen hier übrigens viele rum. Auch verdammt große, die Christopher immer versuchte zu fotografieren. Die großen Schmetterlinge waren gut 10 bis 12cm groß. Dann fanden wir nebenan auch die „Dragon and Phoenix Stone Wall“. Eine wirklich schöne Felswand, aus der Wasser herauskam. Davor war demnach ein See, in den ich bis zu den Knien hineinging, um wieder für Fotos zu posieren. Christophers Kamera hatte danach den Geist aufgegeben (Akku leer). Dann kamen wir eine ganze Weile an nix besonderem vorbei, außer Chinesen, die ihre Gurken am Wegesrand verkauften. Nein, danke! In einer Toilette, die wir nutzten, war eine Behinderten-Toilette, die aussah, wie eine normale westliche Toilette. Christopher freute sich. Aber das fragwürdige ist: Wie zum Teufel sollen Leute im Rollstuhl hier hinkommen? ES IST UNMÖGLICH MIT DEM ROLLSTUHL. Das Gelände bis hier war wirklich teilweise echt zäh und Stufen gab es reichlich. Nicht nur erbaute, sondern auch natürliche in Form von Felsvorsprüngen und allem Drum und Dran. Das gab natürlich zu denken, welchen Sinn die Toilette dann hier erfüllen soll. Wir gingen den Rundweg zu Ende und kamen noch an ein Schild vorbei, das eine über 3 KM lange Route zu einem Tempel und noch was versprach. Es war aber schon halb 3 und für die Route hätten wir sicherlich mehr als ein paar Stunden gebraucht. Zudem waren unsere Kameras auch schon gut erschöpft und wir nahmen uns deswegen vor, morgen nochmal hier hinzukommen, um den Rest zu sehen. Nach dem wir vorbei an einem Brautpaar gegangen sind, die gerade Hochzeitfotos machten, kamen wir auch schon zum Eingangsbereich zurück. Da ich all mein Wasser aufgebraucht hatte, klapperte ich 4 Shops ab, und versuchte möglichst billig einen Liter

Wasser zu kaufen. Leichter gesagt als getan, denn die Chinesen kennen kein Pardon, wenn es ums Abzocken geht. So verlangte man 3 Yuan für einen halben Liter. Das ist das Dreifache des Normalpreises. Ich konnte dann endlich mein Wasser für 4 Yuan kaufen (teuer, aber immerhin nicht ganz so teuer wie sonst hier). Vorbei an anderen Ständen, fand ich tatsächlich Postkarten!!! Die Verkäuferin verstand zunächst nicht, dass ich wirklich so viele wollte und nahm Sie mir immer wieder weg, weil Sie vermutlich dachte ich wollte welche mit anderem Motiv. Dann durfte ich um den Preis verhandeln, was sich echt als Akt herausstellte. 80 Yuan waren angeschlagen. Wieder mehr als das 3 bis 4 fache des Normalkurses. Ich war nach der Wasser-Kauf-Aktion sauer und angewidert von der Abzock-Mentalität der Chinesen. Ich handelte immer wieder runter, doch Sie zeigten sich zäh. Das Problem war, ich brauchte diese Karten einfach… naja ich WOLLTE sie. Irgendwann kam dann eine kleine Gruppe junger Chinesen dazu. Einer davon sprach recht gut Englisch (für einen Chinesen). Er übersetzte ein bisschen und wir fragten ihn, ob der Preis zu hoch war. Die Antwort war eindeutig und machte mich und Christopher sauer auf die ganze Abzocke hier. Wir fragten den Chinesen, warum man versucht immer die Ausländer abzuzocken. Das grenzt ja schon an Rassismus. Mal ehrlich: Sobald man nicht so aussieht wie ein Chinese, zahlt man hier „Spezialpreise“. In Deutschland kann man das nicht abziehen. Mit der Hilfe von dem englischsprechenden Chinesen, der übrigens irgendwo an einer Universität studiert und deswegen so „gut“ Englisch spricht (zumindest hat er uns verstanden), konnte ich den Preis der ganzen Postkarten von 80 auf 60 Yuan drücken. Immer noch viel zu teuer, aber ich war es leid mit den Abzockern weiter zu verhandeln. Irgendwann raste ich mal richtig aus und hau ordentlich auf den Tisch, wenn ich wieder verarscht werde. Wir machten eine Pause und aßen erst mal was, sahen dabei noch Boote (Floß trifft es eher) aus Bambus auf den Seen schwimmen. Wir nahmen uns vor morgen auch einem über den See zu tuckern. Alle Touristen, die vorbeizogen starrten uns wie verrückt an. Aber sobald man ihnen in die Augen guckt, schauen sie sofort weg. War lustig, dass die ganze Zeit zu machen. Aber schon bald war das langweilig und ich winkte den Leuten die uns anstarrten, zu. Manche lachten, manche schauten schnell weg und gingen einen Schritt schneller an uns vorbei und mache wanken zurück. Es fing langsam an zu regnen und wir machten uns auf dem Rückweg. Wir gingen noch kurz in ein Restaurant und dann direkt wieder raus, da wir nicht mehr hungrig waren. Die Neugier trieb uns hinein. Es sah aber edel aus mit rotem Teppich und Bedienungen in Uniformen, die uns sogar in halbwegs verständlichem Englisch begrüßten. Wir gingen aus dem Park und nahmen den Bus zurück. Der Regen wurde heftiger. Wir stiegen auf halber Strecke aus, da wir noch einen anderen Teil des Gebirges sehen wollten (da wo ich letztes Mal war). Aber kaum als wir aus dem Bus ausstiegen, ging ein Platzregen los und wir stellten uns eng an den Chinesen gedrückt unter. Als es etwas besser wurde war uns der Regen egal und wir gingen zu dem Ort, wo ich in meiner zweiten Woche hier mit dem Shifus und ein paar anderen Ausländern war. Die Steine waren aber zu glatt durch die Nässe und wir kehrten wieder um, da der Regen wieder heftiger wurde. Inzwischen kam uns ein wahrer Wasserfall von den Treppen, die vor zuvor runtergingen, entgegen und erschwerte den Aufstieg deutlich. Hätten wir länger gewartet und hätte es mehr bzw. länger geregnet, wäre es vielleicht unmöglich geworden wieder hoch zu kommen. Dann nahmen wir rasch den nächsten Bus runter und stiegen an der Bushaltestelle an der Schule aus. Auf dem Zimmer war erstmal Sachen trocknen und Bilder austauschen angesagt. Der Regen verwandelte sich in einen heftigen Sturm mit viel Wind, Blitz und Donner (und natürlich Regen). Ich filmte das Spektakel draußen und wir gingen auf dem Dach der Schule nachgucken. War ein kurzer, aber heftiger Sturm, denn kurz darauf war alles schon vorbei. Als wir wieder auf dem Zimmer saßen, blitzte und donnerte es aber noch weiter. Ich schaute gerade aus dem Fenster und saß den größten Blitz, den ich je gesehen habe, direkt vor mir (aber trotzdem einige Kilometer entfernt). Ich ihn gefühlte 2 Sekunden vor mir. Kurz darauf folgte der lauteste Donner, den ich je

gehört hatte. Ich glaube da wurde was schwer getroffen, denn im Anschluss hörte es sich an wie eine laute Explosion. Ein paar Minuten später war aber alles vorbei. Ich fing an meine Berichte zu schreiben. Dann war Essenszeit und ich erfuhr, dass es aber tatsächlich wilde Affen geben soll. Man muss halt Glück habe und Sie finden. Vielleicht morgen…

Christopher hat wieder ein Paket von seinen Eltern bekommen, dass unser Shifu ihm direkt vor dem Essen überreichte. Er war gut überrascht. Harry und Christian waren am Überlegen morgen auch wieder in die Yuntai-Berge zu gehen, da Sie ja ebenfalls ein 2-Tages-Ticket haben (Minimum ist 2 Tage). Die Frage ist, ob die Eintrittskarte auch noch nach Tagen gültig ist oder ob Sie wirklich nach 2 Tagen abläuft. Vielleicht werde ich das morgen sehen. Dann kommen die beiden nämlich mit uns mit. Dann war Abendtraining angesagt… auch für uns. Wie erwartet erkundigte sich unser Shifu nach unserem Trip und wir erzählten ihm von den Wasserfällen, den Affen und wie schön es dort ist. Außerdem wiesen wir ihn drauf hin, morgen wieder gehen zu wollen. Er war einverstanden und wollte wohl auch bald ein paar Bilder sehen. Wir fragten ihn noch nach einer coolen Pose für das Posen morgen, da uns irgendwie die Posen ausgegangen sind. Max trainierte nicht mit, da er sich wohl wie ich was gezerrt hat. Morgen hat er jedenfalls bis zum Nachmittagstraining Pause, so wie ich das erfahren habe. Gerade jetzt, wo er doch Einzelunterricht haben könnte 😉 Christopher und ich trainierten mit unseren Sticks (freies Training) und dann war Schlafenszeit. Allerdings erst, nachdem ich diesen Bericht hier fertig geschrieben hatte. Schon blöd, wenn man alles an einem Stück schreiben muss, anstatt es wie sonst auf mittags und abends aufzuteilen. Jetzt ist 22:39 Uhr und ich bin damit 39 Minuten über meiner eigentlichen Deadline. Mein Shifu würde jetzt sicher folgendes sagen: Sleep fast, ah!

Donnerstag, 05.08.2010

Erstmals vor weg: Ich kann nicht alles erzählen, was heute passiert ist, denn es bleibt keine Zeit um alles im Detail zu beschrieben.

Nach dem Aufstehen um 5:40 Uhr ging es zum Meeting. Keiner aus unserer Gruppe trainierte heute. Christopher und ich brauchen mehr Schlaf für den harten Tag der bevorstand und Max brauchte Pause für sein Sprunggelenk. Wir schliefen also weiter und die Kinder hatten somit unseren Shifu für sich. Nach dem Frühstück packten wir dann unsere Sachen zusammen, für Tag Nummer 2 in den Yuntai-Bergen. Als ich gerade aus der „Dining hall" kam, hörte ich meinen Shifu schon meinen Namen rufen. Er wartete seit 10 Minuten auf mich, damit ich mich in die Liste eintragen kann, da ich ja die Schule für den Trip verlassen muss. Diesmal packten wir Badelatschen ein, um damit besser durch das Wasser waten zu können (haben wir aber nie gebraucht). Auch Brot war wieder mit im Gepäck. Ich zog mein rotes Trainings-Shirt an (ist besser bei dem ganzen geschwitzte, da es aus Polyester ist und sich nicht so vollsaugt) und nahm vorsichtshalber noch ein normales T-Shirt mit, falls uns die Touristen noch komischer angucken sollten als gestern. Dann ging es mit dem gleichen Bus wieder hoch zum gleichen Eingang. Bei der Ticketkontrolle gab es ein Problem und unsere Karten wurden irgendwie nicht erkannt. Man lotste uns dann aber durch den Mitarbeitereingang und die Sache wurde so unkompliziert gelöst. Wir gingen den Weg Richtung „Großer Wasserfall" entlang und sahen, dass die Mitarbeiter hier unter Polizeiaufsicht irgendwas Festliches aufbauten. Es gab roten Teppich, goldene Statuen (allerdings waren Sie mit Luft aufgepumpt), bunten Blumen und so weiter. Wir gingen aber weiter, da wir uns für heute viel vorgenommen hatten. Wir kauften uns Tickets für das Elektroauto, das und ein paar Meter weiter hochbringen sollte (5 Yuan pro Person für eine Strecke von vielleicht 1 bis 2 KM) und stiegen als einzige Passagiere ein. Christopher bemerkte, dass wir 3 statt 2 Tickets bekamen. Ich meinte zu ihm, er soll lieber Stillschweigen bewahren, da wir eh noch selbst genug abgezockt werden würden. Leider fiel der Irrtum kurz darauf auf und man nahm uns unter großem „Sorry" die 3. Karte ab. Zu schade… aber eigentlich egal. Als wir weiter oben ankamen, stiegen wir aus und liefen den Weg entlang von Flüssen, in den Felsen wie Felsen standen. Wir nutzten wieder ein paar gute Gelegenheiten und posierten auf den Felsen, während die Green Guards (Chinesen in grünen „Uniformen", die den ganzen Tag nichts machen außer zu schlafen und ab und zu mal sagen, dass man da und da nicht lang gehen darf) nichts sehen konnten. Die Landschaft war wieder sehr, sehr schön. Es gab viele Seen, Berge, Felsen, Stege, Wasserfälle und was da so halt dazu gehört. Das Wasser war glasklar und sogar Fische schwammen drin herum. Kann also gar nicht so schlecht sein. Als wir den großen Wasserfall näherkamen und die Stunden vergingen, kreuzten auch immer mehr Touristen unsere Wege. Natürlich wurden wir wieder gut angestarrt und man machte ständig heimlich Fotos von uns. Immer gaaaaaanz unauffällig. So zum Beispiel machte einer erst ein Foto von seiner Freundin (mit uns im Hintergrund) und schwenkte dann die Kamera ein klein wenig mehr zur Seite und schoss erneut ein Foto, auf dem wir vermutlich voll zu sehen waren. Das Ganze geschah mehr als einmal. Wir haben irgendwann aufgehört zu zählen. Man zeigte mit den Fingern auf uns, während wir eine Pause machten und aßen und tuschelte und kicherte in unserer Nähe. Christopher gefiel das gar nicht und er regte sich darüber ganz schön auf und nahm sich vor Sie irgendwann alle zu verprügeln, aber mir war das eigentlich ziemlich egal. Als wir an einer Felswand vorbeigingen, entdeckten wir einen Haufen toter Rieseninsekten, vor denen wir uns beide ekelten. Deswegen ging es auch schnell weiter. Dann kamen wir zu einer Wasserquelle mit den Namen „Longevity Spring". Es handelte sich dabei um Trinkwasser aus den Bergen. Da wir durstig waren und dem Wasser ach so magische Kräfte versprochen wurden, tranken wir etwas und hielten unsere Häupter unter den Tropfstrahl aus der Felsspalte. Als wir den großen Wasserfall immer näherkamen,

waren wir zunächst erstaunt kein Rauschen zu hören. Es ergab sich, dass der Wasserfall ausgetrocknet ist und vermutlich erst wieder im Frühjahr Wasser führen wird. Trotzdem fotografierten wir die Felswand, aus der aus 90 Metern Höhe normalerweise das Wasser kommen würde. Der Weg dahin war abgesperrt, da es eigentlich eh nichts zu sehen gab ohne Wasserfall. Wir schlichen uns deswegen unter der Absperrung her und schauten trotzdem neugierig nach, was es dort zu sehen gab. Zumindest so lange, bis wir auf einen Green Guard trafen, den wir gerade beim „ausruhen“ störten. Er schickte uns auf Chinesisch zurück und wir suchten einen anderen Weg. Nachdem wir auf einer Aussichtsplattform waren, gingen wir durch einen Dschungel-ähnlichen Wald wieder über eine Absperrung weiter zu einer anderen Quelle. Diesmal wurden wir nicht erwischt, denn weit und breit war keine Menschenseele. Wir fanden einen wunderbaren Felsen, aus dem das Wasser nur so sprudelte und wir nutzten die Chance zum Posen. Ich stellte mich unter das Kalte Wasser und nahm so eine kalte Dusche. Sehr angenehm, aber auch kälter als gedacht. Wir folgten einen Wegweiser auf einen anderen Weg hinter der Absperrung zum großen Wasserfall und fanden ihn dann schließlich. Wie bereits erwähnt war trocken und wir hatten lediglich das ganze drum herum abfotografiert. Wir spielten dann noch kurz mit einem seltsamen Insekt (Tausendfüßler-artig), die hier so rumstreiften und gingen den Weg wieder zurück und betraten wieder „legales“ Gelände. Durch ein Gebiet, in dem es angeblich wilde Affen geben sollte, gingen wir den Weg zurück in Richtung Ausgang. Auf einer Steinbrücke machten wir wieder Pause und hielten unsere Füße in das kalte Wasser des Flusses. Ich schätzte das Wasser hatte eine Temperatur von ca. 5° C, denn schon nach kurzer Zeit wurden meine Füße taub vor Kälte. Wir hatten somit 90% dieses Parks gesehen und gingen wieder zum Ausgang. Dann nahmen wir den Bus zurück zum See. Der Busfahrer war sehr hilfsbereit und vergewisserte sich, ob wir wirklich zurückwollte, indem er uns mit einer Karte ankam, auf der wir zeigten sollten wo wir hin wollten. Wir fuhren somit zurück zum See und stiegen an der Haltestellte dort aus. Durch die Touristenmassen gingen wir erst mal etwas essen. Christopher bestellte sich einen skurrilen Mix aus Nudeln, Gurken und anderes Gemüse und ich blieb lieber bei dem Brot, dass wir mitgenommen hatten. Dann gingen wir runter zum See, wo Schnellboote mit Touristen auf den See fuhren. Die Fahrkarten gab es aber ein paar Meter entfernt und wir gingen somit erst wieder hoch und kaufen 2 Karten für 40 Yuan. Dann stiegen wir rasch in eines der Boote und fingen an, um unsere Kameras zu bangen. Die Schwimmwesten, die wir trugen, sahen zudem nicht sehr nützlich aus. Ich habe gehört der Großteil der chinesischen Bevölkerung kann nicht schwimmen. Das wäre beim Kentern des Bootes natürlich nicht so praktisch. Trotz aller Ängste die Kamera zu verlieren, machte ich vom Bootstrip ein Video, während Christopher Bilder schoss. Das Boot ging ab wie Pommes und fuhr uns in Windeseile über den ganzen See. Das war cool. Die Kameras blieben heile und die Füße trocken und dazu hatten wir eine ganze Menge Spaß. So muss das Laufen. Wir gingen wieder weiter zu den Bushaltestellen und suchten einen Bus, der uns zum Wanshan-Tempel fuhr. Mit freundlicher Unterstützung in „Chinese only“ fanden wir dann aber doch den richtigen Bus und kamen an einem weiteren Eingang ein, an denen wir unsere Eintrittskarten vorzeigen mussten. Diesmal klappte es aber ohne Probleme, was mich irgendwie verwunderte. Jedenfalls gingen wir die paar Stufen zum Tempel hoch und fanden eine Art Kopie des Shaolin-Tempels in klein. Hier brannten Räucherstäbchen, liefen Mönche rum, waren Souvenirstände und bunte Pagoden. In den Pagoden konnte man niederknien und irgendwelche vergoldete Gottheiten anbeten. Wie in jeden Tempel hier, war das Fotografieren innerhalb der Pagoden aber verboten. Wirklich schade, denn die Statuen und Skulpturen waren wirklich schön. In diesem Tempel lebten die Mönche sogar tatsächlich, denn wir verliefen uns in einer der Gassen und kamen an den Unterkünften der Mönche an. In Gefängnissen in Deutschland hat man deutlich mehr als die Mönche hier. Das Bett, was ich sah, würde man nicht mal einem Schwerverbrecher zumuten. Es waren alte

Backsteine mit einem Brett drauf. Bestimmt sehr bequem. Wir verließen den Tempel wieder und fanden ein Schild, dass auf einen groß angepriesenen Pavillon in 3 KM Entfernung wies, sowie einen Kaiserpalast in 6 KM Entfernung in gleicher Richtung. Wir nahmen den Weg und fanden eine lange Treppe. Diesen Part kann ich kaum in Wort fassen. Das muss ich einfach erzählen. Aber dennoch werde ich es versuchen…

Die Treppe war die längste Treppe, die ich je gesehen habe. Der Weg führte nämlich in 3 KM Luftlinie die ganze Zeit den Berg hoch. Es war einfach kein Ende zu sehen und nach jeder Ecke wurden es immer mehr Stufen. Irgendwann kam mir dann in den Kopf, dass es wohl die ganze Zeit so weitergehen wird. Es war schwer abzuschätzen wie weit es noch war, denn man sah nur Berge, Bäume und die auch so tolle Treppe. Als uns dann nach einer halben Stunde Treppensteigen (und wir haben nicht getrödelt) das Wasser ausging, hörte das witzig sein auf und es ging eigentlich fast schon ums Überleben. Denn weit und breit war absolut nichts. Kein Tourist ist nämlich so doof und nimmt den Weg auf zum Pavillon oder um Kaiserpalast. Die Kurzfassung ist, dass wir nach über 1 ½ Stunden Treppensteigen mit weit über 10.000 Stufen am Pavillon (also die 3 KM Hürde) ankamen. Wir waren nun über den Wolken bzw. mitten drin. Wolken flogen in unsere Richtung und es war wirklich sehr schön anzusehen. Der beschwerliche Weg hatte sich also doch gelohnt. Hier oben waren auch so gut wie keine Touristen und man schaute auch nicht komisch nach uns. Wir stiegen die Pagode hoch und hatten eine wunderbare Aussicht auf die Wolke. Der Boden war nicht mehr zu sehen, denn er wurde von nebligen Wolken bedeckt. Wir hatten fast die höchste Spitze des Berges erklommen und machten uns dann auch auf, um etwas zu trinken aufzutreiben. Hier oben gab es nur einen Shop und der wurde von seltsamen alten Leuten geführt, die irgendeinen seltsamen roten Tee verkauften. Dazu gab es dann noch Skorpione zu kaufen (vermutlich zum Essen), sowie Ginseng und anderes Gestrüpp. Aber der Kassenschlager war wieder dabei: die chinesische Gurke. Die gabs hier echt überall zu kaufen. Nur habe ich niemanden gesehen, der sowas kauft bzw. isst.

Am Pavillon gab es noch einen sehr kleinen Tempel, in den wir gingen. Hier gab es aber neben den üblichen Gebetsräumen und Räucherwerk, sowie einen einzelnen Mönch (war wohl kein Normaler Mönch, denn er sah irgendwie anders aus als die anderen) nicht viel zu sehen und wir gingen weiter Richtung Kaiserpalast (so hieß es zumindest auf dem Schild). Der Witz war, auf dem Schild stand auf etwas von Parkplatz… innerlich fing ich schon wahnsinnig an zu lachen. Wie sollen Autos denn hier hoch kommen…? Dann kam mir eine Idee. Gibt es vielleicht eine befestigte Straße auf der anderen Seite des Berges? Wir folgten den Weg Richtung Parkplatz, da die Zeit drängte und wir eigentlich um 17 Uhr zurück an der Schule sein mussten. Durch einen europäischen Wald mit allen bekannten Pflanzen und Bäumen gelangten wir nach einer halben Stunde tatsächlich zu einem großen Busparkplatz mit Haltestellen, Shops und alles Drum und Dran. Wir hatten also den langen, schweren Weg anstelle des schnellen und einfachen Weges gewählt. Schon blöd gelaufen, aber im Nachhinein hat es ja auch Spaß gemacht sich so die Stufen hoch zu quälen. Wir kauften uns erst mal nach langer Zeit was zu trinken und Christopher gönnte sich noch ein seltsames Eis. Dann machten wir Pause und aßen nochmal Eis (diesmal normales mit Stiel). Dann wurde es aber auch Zeit für die Heimreise. Wir stiegen wahllos in einen Bus, da uns in dem Moment alles egal war. Wir bemerkten vorher aber noch, dass hier noch ein anderer Weg zum Kaiserpalast führte. Scheint ja deutlich bequemer zu sein mit dem Bus hochzufahren als die ganzen Stufen auf sich zu nehmen. Haben uns auch schon gewundert, als wir an Pavillon waren, wie so zierliche Mädchen oder dicke Chinesen die ganzen Treppen hochgekommen sind und dabei nicht mal total verschwitzt waren so wie wir. Jetzt war es natürlich klar. Wir fuhren also mit dem Bus runter (der Busfahrer fragte wieder mit Karte nach wo wir denn hinwollten. Im Bus filmte uns ein Chinese gaaaaaaaaanz unauffällig. Er drehte den Rücken zu uns (er

saß quasi neben uns) machte seine Kamera an und filmte uns so heimlich. Dachte er zumindest, denn als mir das seltsame Geschehen auffiel schaute ich einfach mal direkt in die Kamera und schon wurde Sie ausgemacht. Die weitere Fahrt über, mied er unseren Blick. Die Fahrt hinunter dauerte eine gute halbe Stunde (und das mit dem Bus!!!) und führte durch zahlreiche lange Tunnel. Wir stiegen direkt in unserem Dorf aus, in dem sich auch die Schule befindet und gingen vorbei an den Vater unseres Shifus, der uns freundlich grüßte auf unser Zimmer. Unsere Oberschenkel waren genauso platt wie unsere Füße und es war erst mal Zeit für Tasche auspacken und die verschwitzen Sachen wechseln. Wir tauschen wieder unsere Bilder aus und ruhten uns bis zum Abendessen aus. Wir erzählten den anderen von unserem Tag und den vielen Stufen und dann war schon das Abendtraining. Mit platten Füßen und müden Oberschenkeln liefen wir ein paar Runde. Der Pan-Shifu lief heute sogar mit. Das sieht man selten. Jedenfalls drehte er mit Kopfhörern in den Ohren seine Runden. Nach kurzem dehnen liefen wir einmal die Shao-Form und konnten dann weiter mit dem Stick üben. Schwerpunkt war die Form, denn man will ja nicht aus der Übung kommen. Bald schon werde ich mit dem Schwert anfangen. Wir erzählten unseren Shifu ein paar Geschehnisse vom Tag (insbesondere die vielen Stufen) und er fragte uns noch, was wir denn nach der Chinareise machen und wann wir denn wiederkommen werden. Dann machten wir vorzeitig Schluss, da Christopher und ich ziemlich müde waren und Max immer noch nicht richtig trainieren kann. Dann war Bericht schreiben für mich angesagt… blöd. Währen Christopher schon schlief und ich noch mit Schreiben beschäftigt war, entdeckte ich einen dicken Käfer auf seinen Arm. Ich weckte ihn sanft und sagte ihn mit der Fliegenklatsche in der Hand, er soll eine bestimmte Position einnehmen, damit ich das Vieh killen konnte. Er war total schockiert und müde, aber schlief nach dem Vorfall weiter. Bald schon war ich fertig mit dem Schreiben und durfte endlich schlafen gehen. Vielleicht, aber nur vielleicht, sehen wir uns bald noch mal den Kaiserpalast an.

6. August 2010 – Aus den blauen Bergen kommen wir...

Die letzten beiden Tage war ich mit Christopher in den Yuntai-Bergen. Der Geopark wurde von der UNESCO ausgezeichnet und war wirklich schön. Anstatt also zu trainieren, gingen wir früh morgens los und kamen am späten Nachmittag wieder. Im Park passierten so allerlei Sachen, die ihr am besten den Berichten entnehmt. Ich kann leider nicht alles festhalten, was ich dort erlebt habe, da es einfach zu viel war. Wir sahen Affen, eine Affenshow, sehr viele Berge, Felsen, Wasserfälle, Insekten, Fische, Seen, Flüsse und vor allem chinesische Touristen, die ständig Fotos von uns machten. Das wurde mit der Zeit echt nervig. Wir wurden behandelt wie Filmstars. Von Händen schütteln bis zum Foto posieren mit den Chinesen war alles dabei. Es gab so viel zu sehen, dass wir 2 Tage einplanen mussten. Gestern war der härteste Tag, da wir über 10.000 Stufen den höchsten Gipfel des Berges hochgelaufen sind. Wir brauchten dafür über 1 1/2 Stunden und ich kann euch sagen: wir waren nicht langsam. Es war verdammt hart aber der Weg hat sich gelohnt, als wir am Pavillon ankamen und Wolken direkt an uns vorbeizogen. Wir befanden uns teilweise über eine der ersten Wolkendecken. Wir entdeckten dann, dass auf der anderen Seite des Berges Busse hochfuhren. Hätten uns den langen und beschwerlichen Weg also auch sparen können. War aber vielleicht gut das wir es nicht wussten, denn so hatten wir ein gutes Training und waren um einige Erfahrungen reicher. Wir fuhren noch mit einem Schnellboot über einen blauen See und hatten viel Kontakt zu den chinesischen Touristen, für die wir die wohl bessere Touristenattraktion waren.

Heute gibt es deswegen wieder mehr Bilder. Insgesamt haben Christopher und ich knapp 1500 Bilder und Videos an den zwei Tagen gemacht. Auf jeden Fall sehenswert.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/aus-den-blauen-bergen-kommen-wir/

Freitag, 06.08.2010

Beim Morgentraining ging es heute mal nicht den Berg hoch für uns. Stattdessen liefen wir unsere Runden um den Block. Außer Max, der wieder Pause machte und sich auf dem Zimmer ausruhte. Nach dem wir die Formen übten (Stick und Faust) war das Training auch wieder beendet. Als ich meinen Stick bei der Form etwas zu Feste auf den Boden donnerte, zersprang er nun völlig und mir war klar, dass ich einen neuen brauchte. Nach dem gewöhnlichen Frühstück suchte ich ein paar Bilder raus, die ich die letzten 3 Tage geschossen hatte und packte Sie auf meine Kamera, um Sie später hochzuladen. Nach dem Vorlesen des Spruchs (Heute: „What's up?" oder, wie viele Ausländer es machten: „WAAAAAAAAZAAAAAAAAAAAP?") fuhren wir mit dem Taxi nach Fangshuang, der kleinen Stadt. Der Weg führte mich und Christopher in den Supermarkt. Vor dem Supermarkt wurde wieder wie gestern im Yuntai-Mountain mit goldenen Riesenlöwen (aufgepumpt) und roten Torbögen dekoriert. Der Supermarkt wurde wieder ein wenig erweitert und kann sich nun echt sehen lassen. Es gibt nun eine kleine Elektroabteilung und frisches Gemüse und Obst zu kaufen. Wenn ich bedenke, dass der Supermarkt vor einen Monat total gammelig aussah, hat sich deutlich was getan. Man kann ihn mit einem normalen Supermarkt in Deutschland vergleichen. Ich kaufte mir Schokolade und eine Cola und wir gingen weiter zum Internetcafé. Wir kauften uns auf dem Weg noch das frische Fladenbrot. Im Café passierte nix besonderes. Christopher hatte nur Probleme mit seinem Mikro und musste den PC wechseln. Die Chinesen spucken hier immer ganz gerne auf den Boden. Eigentlich allgemein in China. Ist ganz schön widerlich. Als es 12 Uhr wurde, nahmen wir uns einen Suicide-Bomber (Christophers Idee) nach Hause, in der Hoffnung lebendig anzukommen und dabei vielleicht noch etwas Geld zu sparen. Die Fahrt war ganz schön aufregend, denn ein kleiner Unfall hätte genügt, um uns zu töten. Dennoch kamen wir sicher an, mussten aber wie beim Taxi 15 Yuan bezahlen. Das Essen schenkten wir uns und stattdessen war schlafen angesagt. Bis kurz vor Trainingsbeginn lag ich im Bett. Dann aß ich noch eine Kleinigkeit und machte mich zum Training fertig. Dabei fiel mir ein, dass ich ja einen neuen Stock brauchte. War ein bisschen knapp jetzt noch einen zu kaufen. Zum Glück stand noch der alte Stick vom alten Room Mate meines alten Room Mates (Patrick) in der Ecke. Ich nahm ihn einfach, da er schon seit über 2 Monaten da herumstand und wir gingen los. Heute war es sehr klar draußen. Und warm. Komischerweise musste ich kaum schwitzen. Christopher bemerkte das gleiche Phänomen bei sich. In der Halle gingen wir zunächst die Kicks durch. Mein Shifu lobte mich auf seiner Art und dann gingen wir noch die Form durch. Kurz vor der eigentlichen Pause hatten wir Pause und ich nahm eines der „Public-Schwerter", die immer so in der Halle rumliegen und fing an ein paar Bewegungen damit zu üben. Mein Shifu bemerkte das und zeigte mir 3 Basisübungen, die ich die ganze Pause lang übte. Bald werde ich damit auch anfangen. Dann gingen wir unter die Brücke und trainierten mit unseren Guns. Christopher und Max blieben noch ein wenig länger in der Halle und ich ging mit unseren Shifu und den Kindern vor und begann schon mal. Ich musste mich erst mal wieder an meinen neuen Stick gewöhnen, da er deutlich schwerer und ein Stück länger war als mein Alter. Deswegen verbrauchte ich fast die gesamte Zeit mit den Basics. Dann war noch Stick-Form vorführen angesagt und wir erfuhren, dass morgen Nachmittag wieder eine Performance ist, wo alle Schüler zeigen müssen was Sie die letzten Wochen gelernt hatten. Es ging zurück zur Schule und in der Halle waren wieder 3 neue Personen (2 Mädchen und 1 Junge im Alter von vielleicht 18 Jahren). Beim Essen erfuhr ich, dass Sie aus Deutschland kommen und dementsprechend Deutsch sprechen. Nach dem Essen kürzte ich noch meinen neu-alten Stock um das dicke Ende (Die chinesischen Langstöcke, also Guns, sind nämlich leicht zylinderförmig). Dann tapte ich noch das Ende des Stocks ab und los ging's. Nach ein paar Runden laufen mit anschließendem Dehnen hatten wir freies Training. Nach ein paar Basics und ein paar Mal die Stockform laufen (unter Aufsicht), war das Training rasch beendet. Ich duschte und Christopher

spendierte mir eine kleine Packung Kakao aus seinem Paket und ich fing an meine Berichte zu schreiben. Dann war wieder Bettzeit.

Samstag, 07.08.2010

Aufstehen war angesagt. Wieder bin ich erst mit der Klingel aufgewacht und musste mich deswegen ein wenig beeilen. Unten angekommen, ist unsere Gruppe (nur die Kinder) bereits vorgegangen und stand auf den Parkplatz. Wir kamen dazu und wärmten uns ein wenig auf. Dann war laufen mit den Kindern angesagt. Nach 5 oder 6 Runden dehnten wir uns an den Tischtennisplatten. Wir übten Ma-Bu / Gum-Bu und dann die Shao-Form. Im Anschluss die Stickform. Heute Nachmittag steht wieder der monatliche Test an, bei dem jeder zeigen muss, was er die letzten Wochen gelernt hat. Deswegen lag der Schwerpunkt heute auf den Formen. Nach dem Morgentraining duschte ich und ging dann mit Christopher zum Frühstück runter. Dann ging es weiter im Programm: Vormittagstraining. Vorher war noch kurz ausruhen angesagt und ich fing an meine Postkarten vorzubereiten, indem ich die Adress-Sticker raussuchte und ausschnitt. Nach dem Vorlesen des Spruchs des Tages gingen wir runter zur Halle und fingen nach dem Dehnen mit den Kicks an. Heute war Power angesagt, da unser Shifu sehen wollte, ob wir auch alles können, so wie es aussehen soll. Ich gab mir Mühe, aber irgendwann ging mir die Energie aus. Wir gingen eigentlich alles durch, was wir so bisher gemacht haben. Kicks, Sprungkicks, Fußfeger, gedrehte Kicks. In der Pause dehnte ich mich endlich mal wieder und merkte dabei, dass ich heute nicht sehr beweglich war. Das ist aber hin und wieder normal und deshalb brauch ich mir auch keine Sorgen zu machen, dass ich Rückschritte gemacht hab oder so (hoff ich zumindest). Nach der Pause übten die die Shao-Form, so wie die Stickform. Wenn ich meinen neuen Stick auf den Boden donnere, gibt er aber leider nicht so einen schönen Knall von sich wie mein Alter. Ich verbog meinen Stick ein wenig, so dass er ein wenig mehr knallt und war halbwegs zufrieden. Denn bei der Performance heute muss ich es knallen lassen 😉

Nach 250 Sit-Ups grüßten wir ab und gingen wieder hoch. Nach dem Duschen war irgendwie total müde und ruhte mich erst mal bis zum Mittagessen aus. Zuvor schüttelte ich aber die Filter der Klimaanlage aus, die voll mit Staub saßen. Da ich nicht alles rausbekommen habe, lies ich den Filter einfach weg und testete die Anlange. Es wurde nun deutlich schneller kühler. Also war der Grund, warum unsere Klimaanlage nicht mehr so powerte wie sonst gefunden und ausgemerzt. Tatsächlich wurde es wieder unter 25°C im Zimmer. Lang, lang ist es her. Zum Mittagessen gab es wieder Reis, zumindest solange bis keiner mehr da war. Abhilfe schafften nur die Brötchen von heute Morgen, die serviert wurden. Nein danke! Gut, dass ich nicht so hungrig war. Nach dem Essen war wieder schlafen angesagt. Um kurz vor Trainingsbeginn wachte ich wieder auf und brauchte schon mal mein Kreislauf wieder in Schwung, indem ich mich aufrecht hinsetzte und meine Trainingsklamotten zusammensuchte. Ich tapte mir noch den die Stellte zwischen Daumen und Zeigefinger, da die Haut seit dem neuen Stock wieder sehr dünn bzw. ganz wund geworden ist. Gemeinsam mit allen gingen wir in die Halle, machten uns warm, dehnten uns und gingen die Formen einmal durch. Dann kamen alle zusammen und stellten sich auf und die Performance ging los. Zu mein Bedauern, waren wir mit den Kindern die erste Gruppe, die am Start war. Wir stellten uns vor dem Rest auf, grüßten an und begannen mit den Stellungen und kurzes Dehnen. Dann kamen die Kicks dran: Gerader Kick, Inside-Outside, Outside-Inside, sowie Sidekick. Wir stellten uns dann mit den Kindern in einer 3er Reihe auf und begannen mit der Form. Es gab wie vermutet Platzmangel und die Form endete bei mir mit einem Bein auf der Stufe und einem Bein auf festen Boden. Dann ging es dennoch weiter mit der Stockform. Diesmal standen nur Christopher, Max und ich vorne… in einer Reihe. Einfach zu eng! Wir alle mussten aufpassen, dass wir uns nicht die Stöcker über die Rübe hauen, während wir die Form liefen. Demensprechend liefen wir sie vorsichtig und dementsprechend schlecht. Dafür wurde aber keiner dabei verletzt. So ein Stock hat nämlich eine mächtige Reichweite. Unzufrieden schauten wir den Kindern bei Ihrer Form zu und grüßten wieder ab. Dann setzten wir uns hin und schauten den

anderen Gruppen bei ihrer Performance zu. Zunächst kamen alle Kindergruppen dran. Praktisch das gleich wie bei uns. Dann kam Yuans Gruppe, die wie immer am meisten machte. Warum weiß keiner. Vielleicht wollen Sie einfach zeigen was sie alles können. Zieht sich jedenfalls immer ewig hin mit denen. Dann war erst mal eine kurze Pause und danach kam die Gruppe vom Pan-Shifu an die Reihe. Sie liefen ebenfalls ihre Formen durch (neben den ganzen Rest, den wir auch machten). Der kleine Jin Da Bao war auch dabei. Dann kam die Sanda-Gruppe dran, die in der Luft boxte und trat und dann noch ein paar Würfe demonstrierten. Christian sagte mir später beim Essen, dass sie darauf völlig unvorbereitet waren. Hat man aber als Zuschauer gar nicht so wahrgenommen. Dann kam die letzte Gruppe dran: Tai Chi. In Gegensatz zu den anderen Gruppen, war es hier sehr still. Sie zeigten neben den Basics noch einen Teil ihrer Form. Die ganze Form war nicht möglich, da die Tai-Chi-Formen echt ewig lang sind. Ewig lang meint etwa 10 bis 20 Minuten. Zudem konnte Sie noch keiner ganz soweit ich weiß. Dann war die Performance zu Ende und es war wieder Pause, während die Shifus Meeting hatten. Die ganze Vorführung filmten Christopher und ich natürlich. Auf dem Rückweg war unser Shifu ziemlich sauer auf die Kinder, da Sie wohl bei der Form versagt hatten und er dementsprechend Anschiss bekommen hat. Jedenfalls schrie er Sie wieder an. Als wir dann auf dem Zimmer waren, schaute ich auf die Uhr und bemerkte, dass wir eine knappe halbe Stunde überzogen hatten. Essen war offiziell schon seit über 20 Minuten im Gange. Wir flitzten deswegen runter in die Dining hall und fanden Sie fast leer vor. Es hatte also noch nicht angefangen. Wir nahmen Platz und kurz darauf wurden die gefüllten Brötchen mit Bohnenzeug serviert. Nicht gerade mein Lieblingsessen hier. Aber der Hunger trieb es rein. Als ich nach dem Essen aufs Zimmer hoch ging, begegnete ich noch dem Sanda-Shifu der mich mit „Hello, full *zeigt auf seinen Bauch*“ grüßte. Der Sanda-Shifu ist ein wirklich sehr weiser Mann… schon witzig. 5 Minuten später war wieder Training. Unser Shifu war gar nicht mehr sauer und er meinte, wir haben heute Abend freies Training und wir sollten nicht so schnell rennen, da wir ja gerade erst gegessen haben und wir sonst „Pain“ haben. Christopher und ich gingen dann mit unserem Shifu 2 Runden spazieren und sprachen dabei miteinander in Engrisch (Chinesisch-Englisch). Er erzählte uns so allerlei Sachen: Er fragte, was Christopher denn macht, wenn er nach Hause fliegt. Er wusste es nicht, aber er erklärte unserem Shifu irgendwie, dass er vorher ein Farmer war. Ich half ihm beim Erklären, indem ich eine Kuh nachahmte. Hat jedenfalls funktioniert. Dann erzählte er uns noch, dass er Geld bezahlen muss, weil Max eher geht und Christopher ebenso. Insgesamt 200 Yuan. Er erzählte uns auch, als Tobias uns so spontan verlassen hat, wollte Tobias ihn noch 100 Yuan geben, da er auch für Tobias eine Strafgebühr bezahlen muss. Er lehnte aber ab. Christopher will ihn einem Kuvert mit 100 Yuan hinterlassen, den er erst öffnen darf, wenn er abgereist ist. Dazu dann ein Zettel mit den Worten „No speak Yuen“. Weil ich eine Woche eher gehe, muss er aber keine Strafe bezahlen. Warum weiß ich auch nicht. Wir sollen aber Yuen nichts davon erzählen. Dann fragte er mich noch, ob ich ihm meine E-Mail-Adresse gebe, bevor ich nach Hause fliege. Er sagte auch, dass er an uns denken wird, wenn wir wieder nach Hause aufbrechen. Das sagte er ungefähr so: „You go home, me think“. Das hat er lieb gesagt. Aber ich werde ihn auch vermissen. Er sagte auch, dass er die Emails dann mit dem Computer von Englisch nach Chinesisch und umgekehrt „changen“ wird. Also übersetzen. Das habe ich mir fast gedacht 😉 Dann fragte er noch wann Christopher denn wieder kommt. Zudem erzählte er uns, dass er in 2 Jahren für 10 Monate in Deutschland ist und dort Kung Fu unterrichten wird sowie seinen großen Bruder wiedersieht, der seit einiger Zeit in Deutschland ist (macht ebenfalls Kung Fu). Er will mir dann Bescheid sagen (per Mail), damit wir uns wiedersehen können und er mein Zimmer prüfen kann, ob auch alles ordentlich ist. So wie bei der Room Inspection halt. Dann fing er an zu lachen 😀

Die Unterhaltung war sehr witzig und cool und ich habe meinen Shifu mal von einer ganz anderen Seite kennengelernt. Zudem habe ich abgeklärt, dass ich Übermorgen mit dem Schwert (Jian) anfangen kann. Dann liefen wir noch eine Runde richtig, dehnten uns und trainierten mit dem Stick, während Max wieder nur plauderte. Nenene, so geht das nicht. Kurz vor Schluss hörte ich noch, wie 4 Shifus hitzig über etwas diskutierten. Dann holten Sie mich dazu und ich raffte, worüber Sie so eifrig sprachen. Es ging um das englische Wort „Wasser“, also „Water“. Jeder der Chinesen meinte etwas anderes. Der Pan-Shifu zog mich in die Runde und fragte mich „What?“. Ich raffte erst gar nix, bis ich verstand, dass er „Water“ meinte. War schon irgendwie lustig. Nach dem Training duschte ich zunächst wieder und Christopher und ich tauschten unsere Bilder aus. Nachdem ich meinen Tagesbericht geschrieben hatte war dann auch für mich schlafen angesagt.

Sonntag, 08.08.2010

Heute Nacht gegen 4 Uhr wurde ich wach, weil Christopher „Oh Fuck!“ gerufen hat und dann aber weitergeschlafen hat. Morgens fragte ich ihn, was denn los gewesen sei und er erzählte mir, dass er geträumt hat, von einer Schlange in den Arm gebissen worden zu sein. Als er dann nachts aufwachte, war sein Arm ganz taub, weil er drauf gelegen hatte. Schon ein lustiger Zufall. Beim Morgentraining liefen Christopher und ich wieder mit den Kindern in der Runde. Meine Beine waren zwar schwer, aber irgendwie geht es ja doch immer. Max dehnte sich die ganze Zeit nur, da er nicht laufen kann und auch zu nichts anderem in der Lage ist (Irgendwas mit dem Fuß). Das Gebrüll war wieder groß heute Morgen, denn es stand eine kleine, aber gravierende Änderung bevor. Es ging darum, dass wenn wir die Shao-Form mit Kommando laufen, nicht mehr pro Kommando eine Bewegung machen, sondern 1 bis 3 (je nach Stelle). Das rafften die Kinder natürlich wieder nicht und unser Shifu verteilte wieder böse Blicke sowie Schläge mit dem Stock an die Kinder. Militärische Disziplin ist hier angesagt. Wer aus der Reihe tanzt wird bestraft (Ausnahme ist, man ist Ausländer). Ich glaub so langsam, man bezahlt das ganze Geld hier nur, damit man nicht geschlagen wird. Sozusagen Schmerzfrei-Aufschlag.

Für mich war das mit der verschiedenen Anzahl an Bewegungen nach 2 Durchläufen klar. Heute Morgen war mal kein Stick angesagt. Dann war Frühstück und ich langte gut zu, da ich eigentlich gestern Nacht noch was essen wollte, es aber nicht tat. Die „Chinese Students“, also die Kinder gehen Morgen übrigens wieder nur für einen Tag nach Hause. Endgültige Abreise ist nämlich am 15. August nach der Show. Nach dem Essen klebte ich meine Postkarten fertig (Man verbinde Postkarte mit Adresssticker). Ich brachte Christopher noch einen lustigen Satz auf Deutsch bei, damit er sich gegen Christian wehren kann, wen er ihn wieder einen „Gaylord“ nennt (Wer sich erinnert: Christian hat Christopher während Chinesisch Gay genannt und es den anderen Chinesen beigebracht. Seitdem wird er von allen möglichen Leuten gefragt ob er „Gay“ sei. Seitdem reitet Christian immer wieder drauf rum). Der Satz lautete wie folgt: „Christian, du bist ein Stinkstiefel“. Die erste Hälfte des Vormittagstrainings bestand für Christopher und mich aus Kicks sowie Ma-Bu / Gum-Bu. Während wir uns warm machten, kam für Christopher die passende Gelegenheit seine geheimste Geheimwaffe einzusetzen: den Satz. Die Reaktion von Christian war äußert verblüfft. Er meinte, sein Deutsch wird von Tag zu Tag besser und er lerne nur die wichtigsten Begriffe. Tja, er hat ja auch einen guten Lehrer…

Während des Trainings dehnte sich Max wieder nur und spielte mit einem Säbel herum, da er vor hat bald den Säbel zu lernen. Nach der Pause gingen wir unter die Brücke und hatten Freies Training mit dem Stick, die Christopher und ich nutzten. Dann ging es wieder zurück. Nach dem wir vor der Buddha-Malerei vor dem Tor abgegrüßt hatten, lachte er und meinte Tai-Chi-Shifu. Dann ging er zum Tai-Chi-Shifu, spannte sein T-Shirt vor den Bauch und deutete darauf. Anspielung auf den dicken Buddha. Der Tai-Chi-Shifu lachte zwar trocken, aber er fand das bestimmt nicht so witzig wie unserer Shifu. Dick zu sein ist in China sicher deutlich härter als sonst wo. Unser Shifu hat übrigens noch einen kleinen Bruder, der hier manchmal rumläuft. Oder es ist das Kind von Yan Lin und er sagt nur, dass es sein kleiner Bruder ist. Wer weiß, wer weiß. Mittagessen. Vorher aß ich noch ein paar Brote, da das Brot ja auch wegmuss und ich zudem recht hungrig war und nicht mehr aufs Essen warten konnte. Beim Essen sprach ich noch mit Max ab, dass wir uns nach dem Essen direkt Waffen kaufen wollten aus der Waffenkammer. Ich holte mein Geld und schaute nach Max und wir gingen in die Waffenkammer, die zufällig gerade geöffnet war, weil ein Kasache sich wieder mit irgendwas eindeckte. Ich wollte mir ein anderes Schwert (Jian) kaufen, da die Schule eine neue Fuhre mit neuen Waffen bekommen hat. Bei der Gelegenheit kaufte ich mir auch gleich 2 Kettenpeitschen mit 3

Rollen Tapeband und den Fetzen Stoff dazu, den man am Ende der Peitsche befestigt. Ein relativer neuer Ausländer, dessen Name mir nicht einfällt (er hat eine Art Palme auf dem Kopf), der seit er 14 ist jedes Jahr nach China fliegt und dort in einer Schule Kung Fu trainiert (ist auch dementsprechend gut), gab uns beim Kauf noch Ratschläge. So guckte er sich die Kettenpeitschen an, ob sie denn was taugen. Zudem sagte er mir, wie man die Stofffetzen befestigen muss, damit Sie so richtig schön in der Luft knallt. Ich suchte mir dann noch ein Schwert aus und dazu einen Pommel, den man unten dran befestigt. Dann sah ich noch die Taekwondo-Pratzen, die ich eh noch kaufen wollte und nahm mir direkt 2 Stück mit. Endpreis für alles: Knapp 13 Euro, also quasi nichts. Max kaufte sich ebenfalls 2 Kettenpeitschen und ein Säbel (Dao). Ich ging wieder aufs Zimmer und befestigte die Stofffetzen wie gezeigt mit Tape an der Kette. Zudem umwickelte ich den Griff mit Tape, da ich mir vorstellen kann, dass er ohne nicht sehr griffig ist und schnell aus der Hand rutscht. Ich nutzte das Tape zudem, um mein neues Schwert zu fixieren (Griff, Klinge, Pommel). Ist einfach angenehmer für die Hände später und verleiht mehr halt. Während der ganzen Aktion klopfte es an die Tür und ich hörte einen kleinen Chinesen meinen Namen rufen. Christopher öffnete die Tür und es standen 3 kleine Chinesen vor der Tür. Einer davon aus unserer Gruppe, der schon mal in unserem Zimmer war. Einer ist schon seit Jahren hier und in der Gruppe vom Pan-Shifu. Der andere war glaub ich aus einer anderen Kindergruppe. Vor der Tür lungerten noch 2 weitere kleine Kinder rum. Einer davon war Jin Da Bao, der aber nicht mit hinein kaum. Was Sie wollten wusste keiner von uns beiden. Sie schauten sich erst neugierig um und fröstelten dabei, weil unsere Klimaanlage powerte. Dann entdeckten Sie mein Handy… ☹

Natürlich griffen Sie es sich, aber Sie konnten die Tastensperre nicht raus machen. Sie gaben es Christopher in die Hand, der sie „versehentlich“ rausbekam und dann wurde es ihm direkt von den Kindern aus der Hand gerissen. Obwohl mein Interface komplett in Deutsch ist, war es für die kleinen Chinesen ein leichtes die Spiele zu finden. Fasziniert hockten Sie alle vor dem kleinen Display und spielten alle meine Spiele an. Der „Anführer“ der Kinder, der auch der älteste hier ist, durfte die ganze Zeit spielen, während die anderen nur zugucken durften. Das langte ihnen aber auch schon wie es schien. Nach einer Weile versuchte ich die Kinder loszuwerden und ging mit ihnen zu Max sein Zimmer, um sie dort abzuladen. Auf dem Flur standen noch die anderen beiden Kinder rum. Als ich vor Max Zimmer stand und den Chinesen klar machte, Sie sollen klopfen, ging die Tür auf und Jin Da Bao erwischte mich mit seiner Wasserflasche von der Seite und machte mich nass. Wie frech! Und das sogar 2x hintereinander. Jedenfalls schrie eines der Kinder „Buchao“ (übersetzt bedeutet es so viel wie „Nicht gut“) und stürzte sich auf den kleinen Jin Da Bao um mich zu verteidigen. Jaaa, so muss das sein. Die Kinder waren aber nur wenig fasziniert von Max Zimmer und gingen schnell wieder heraus. Plan misslungen. Ich rannte, während 2 Kinder Jin Da Bao auf den Boden fixierten in mein Zimmer zurück und schloss die Tür. Leider saß noch der „Anführer“ auf meinem Bett und spielte mit meinem Handy. Der Rest der Truppe kam anschließend auch hinein und Sie guckten den Anführer beim Spielen zu. Christopher filmte das ganze Spektakel und ich kam auf die Idee, dass, wenn Sie schon mal hier sind sich auch nützlich machen konnte. Ich begann damit, Ihnen Müll in die Hand zu geben und Sie zu bitten (mit zeigen) es in den Mülleimer zu werfen. Kein Problem. Ich weitete das ganze wie folgt aus: Ich gab einen den Deckel der Pringles-Packung den wir zum Säubern des Teppichs benutzten und deutete auf den dreckigen Teppich und machte ihn einmal vor, wie man ihn sauber macht. Tatsächlich fing der Kleine ohne zu zögern an auf dem Boden rumzukratzen und entsorgte den Dreck sogar in die Mülltonne. Dann kam mir Idee, dass Sie ja eigentlich auch den Müll runterbringen könnten, wenn Sie schon unser Zimmer belagerten. Ich deutete auf den Mülleimer und drückte ihn einen der beiden in die Hand. Wieder eilte einer der Drei los und entleerte beide

Mülltonnen für uns. Hihi. Dann bemerkte ich, dass unser Wasserkanister wieder fast leer war. Ich drückte einen der Drei 7 Yuan in die Hand und zeigte auf das Wasser. Schnell bemerkten Sie, was zu tun war und gingen zu zweit los. Der Anführer grinste dazu nur. Er dachte wohl das gleiche wie Christopher und ich (Christopher lag übrigens die ganze Zeit im Bett und kriegte sich nicht mehr ein vor Lachen, weil ich die Kinder so rumkommandierte). Leider kamen Sie mit leeren Händen zurück und meinten es gäbe kein Wasser mehr. Schade… aber um das wieder gut zu machten drückte ich einen ein feuchtes Tuch in die Hand und zeigte ihn, er solle Staubwischen. Tatsächlich machte er auch das. Zwar nicht besonders rein, aber es war schon gleich sauberer als vorher. Christopher rollte nur mit den Augen als er das sah (und hörte gar nicht mehr auf zu lachen). Das Ganze filmte ich mit Christophers und meiner Kamera. Irgendwann packte Christopher sein Laptop aus und zack wechselten alle von meinem Handy zu Christopher ins Bett und wollten dort was spielen. Christopher machte verschiedene Spiele an und sie zockten, bis es zum Meeting klingelte. Wir hatten beide nicht geschlafen… dafür war‘s aber verdammt lustig. Nachmittag-Training war angesagt. Wir gingen alleine zur Halle runter und sollten uns dort an den Pan-Shifu halten, da unser Shifu noch irgendwas mit den Kindern klären musste. Wir liefen uns dort warm (außer Max), dehnten uns und dann kam unser Shifu. Wir dehnten noch etwas weiter und gingen dann die Kicks durch. Diesmal merkte man, dass für die große Show am 15. August trainiert wurde, denn wir übten das Aufstellen und das Reagieren auf Kommandos sowie die Form (mit dem neuen Kommando). Die Sanda-Gruppe hatte Training bei dem älteren, dickeren Chinesen (der Rasselmann), der immer mit den Nunchakus trainiert. Sah jedenfalls ziemlich anstrengend aus. Als ich Christian später beim Essen fragte wie es war gab er mir nur einen Daumen hoch und meinte „Super“. Wir grüßten ab und gingen alleine wieder hoch, da die Sanda-Gruppe noch beschäftigt war. Ich duschte erst mal und Christopher ging aus Angst vor dem Sanda-Shifu zum Chinesisch-Unterricht. Denn wenn der Sanda-Shifu einem erwischt, darf man abends 100 Runden laufen (angeblich, denn noch wurde keiner erwischt). Ich nutzte die Zeit, um meinen Tagesbericht zu beginnen, da ich ja während der Mittagspause keine Zeit dafür hatte, weil die Kinder ja unser Zimmer belagerten. Christopher erzählte mir anschließend, dass die alte Lehrerin dem Sanda-Shifu gesagt hat, dass ich seit langer Zeit nicht mehr beim Unterricht war. Oh je… kann dem Sanda-Shifu aber auch eigentlich egal sein. Nur unser Shifu sollte das vielleicht besser nicht erfahren, denn auch er drohte schon mal laufen an. Beim Essen lief ich dem Sanda-Shifu aber über den Weg und er sagte nichts. Denke ich habe noch mal Glück gehabt ... Ich schrieb meinen Bericht soweit weiter und dann ging es weiter im Programm: Meeting. Wie eigentlich erwartet viel das Training aus und wir guckten stattdessen die Videoaufnahme von der letzten Performance. Unsere Gruppe wurde zuerst gezeigt, da wir auch zuerst dran waren. Danach war es für mich langweilig. Ich weiß jetzt aber, dass ich tiefer Stehen muss, weil das sonst einfach nicht gut genug aussieht. Bei den Kicks muss ich teilweise etwas schneller werden. Sonst konnte man aber auch nicht viel erkennen. Ich wurde wieder von den Chinesen aus unserer Gruppe angesprochen und die Unterhaltungen waren auf Grund meiner hervorragenden Sprachkenntnisse in Chinesisch, sowie Ihrer ebenso hervorragenden Sprachkenntnisse in Englisch wirklich sehr stupide. Trotzdem war es irgendwie ganz witzig und ich wurde nach meiner QQ-Nummer gefragt, die ich nicht besaß, da ich dieses QQ nicht kannte (vorher). QQ ist ein Instant Messenger, der hier sehr populär ist. Stattdessen wollten Sie denn meine E-Mail-Adresse haben. Werden Sie noch… ganz bestimmt (kein Witz). Nach dem Film gucken tauschten Christopher und ich wieder unsere Videos von heute Nachmittag aus und ich ging schlafen.

Unser Shifu meinte beim Abgrüßen noch „No Kids“. Wir waren erst mal ratlos und wussten nicht was er meinte. Es stellte sich heraus das er „No Games“ meinte, da er Christopher mal beim Zocken „erwischt“ hat. Schließlich sollen wir ja auch immer „fast“ schlafen, damit wir morgen Power haben.

Montag, 09.08.2010

In letzter Zeit wache ich immer erst mit der Klingel auf (oder später). So wie heute… mit 5 Minuten Verspätung beeilte ich mich doppelt und kam tatsächlich noch pünktlich, nein sogar als erster aus unserer Gruppe unten an. Kurz darauf kamen Christopher, der ständig rumtrödelt und noch später Max, auf den wir ein paar Minuten warten mussten. Unser Shifu fragte uns, ob wir den Berg hochlaufen wollten. Christopher und ich nickten, während Max wieder nicht mitmachen konnte. Wir gingen also alleine Richtung Berg und sahen heute ausnahmsweise mal Yuans Gruppe, die sonst nie den Berg hochlaufen, die sich ebenfalls auf dem Weg machten. Da sich einige aus Yuans Gruppe ziemlich toll fühlen, haben wir ihnen beim Laufen mal gezeigt, wie toll sie sind. Nach dem wir alle überholt hatten, ging es noch weiter und wir holten sogar fast die Sanda-Gruppe auf, die einige Minuten vor uns gestartet ist. Viele aus Yuans Gruppe gaben schon nach ein paar Metern auf und fingen an zu gehen oder kehrten sogar direkt um. Das kommt davon, wenn man jeden Abend nur 2 Runden laufen will. Als wir dann wieder runtergingen und dann den Weg Richtung Schule einschlugen, fanden wir unseren Shifu mit der Kindergruppe in den Straßen auf aus wartend. Zusammen gingen wir wieder zur Schule zurück und übten die Form weiter. Dann noch kurz die Stockform und dann war endlich Ende. Während der ganzen Aktion vor der Schule konnte ich einen Blick in die Schulküche werfen, da die Seiteneingangstür offenstand. Das gibt mir wieder zu denken… zumal das Frühstück nahte. Nichts desto trotz ging es dann zum Frühstück runter und lies es mir so wie immer schmecken. Das Frühstück ist glaub ich die beste Mahlzeit des Tages hier. Denn die Brötchen sind meistens sogar warm. Mittags kann ich den Reis schon nicht mehr sehen. Noch nicht mal der Ketchup kann das verhindern. Und abends gibt's meist kaltes Essen. Niko lieh sich den Haartrimmer von Christopher aus und dann war wieder Training. Ich nahm mein Jian mit (wie mit meinen Shifu abgesprochen) und das freie Training begann. Mein Shifu zeigte mir die Basics mit dem Jian, die ich die ganze Zeit übte. Die Basics waren unter anderem eine vorwärts und eine rückwärts Kreisbewegung mit dem Schwert, bei der man einen Schritt vor bzw. Zurück macht und die zweite Hand dabei passend zur Bewegung hin und her Bewegen muss. Dann gab‘s noch einen Wirbel, den ich schon vom Gun auskannte und einem Stoß, bei dem die Klinge flatterte. Nach kurzer Zeit waren meine Hände wund und ich lies Sie von Max tapen, der gerade damit beschäftigt war seine Kettenpeitschen zu tapen. Dann ging es weiter mit den Übungen. Nach dem Training stand normalerweise Buddha Class an. Aber ich war einfach zu müde und ich schlief die ganze Zeit, während Christopher zockte. Nach einer guten Stunde wurde ich von lauten, kleinen Chinesen, die auf den Gang rumrannten und rumschrien aus dem Schlaf gerissen und schrieb darauf den ersten Teil meines Tagesberichtes fertig. Bis zum Essen war dann noch mal ausruhen angesagt. Beim Essen versuchte ich eine neue 20 Liter Flasche Wasser zu kaufen (für den Boiler). Leider ausverkauft. Heute Nachmittag soll es wieder neue geben. Nach dem Essen half ich Niko beim Haare schneiden. Auf 8mm durften Sie runter und wir erledigten diese Aufgabe innerhalb von 10 Minuten auf dem Dach. Christopher hatte sich Yuens UMTS-Stick ausgeliehen, um irgendwas mit den Steuern nachzuschauen, da er noch immer von seinem ehemaligen Arbeitgeber bezahlt wurde. Er wollte so verhindern, die ganzen Steuern bezahlen zu müssen. In Dänemark kann man das alles über das Internet abwickeln. Man hat nämlich eine spezielle Identifikationsnummer, die jedem Computer zugeordnet ist, so dass nur man selber Zugriff darauf hat. Ich wollte gerade schlafen, da klopfte es an der Tür. Christopher meinte, es könnte Yuen sein, der seinen UMTS-Stick wiederhaben wollte. Als ich jedoch die Tür öffnete, gab es eine böse Überraschung. 2 kleine Chinesen standen davor und kamen direkt rein und belagerten wieder unser Zimmer und wollen an Christophers Laptop spielen. Er war aber noch lange nicht fertig und wollte Sie nicht so recht spielen lassen. Ich natürlich auch nicht und versuchte mein Handy zu verstecken. Zu spät, denn Sie hatten es bereits entdeckt und versuchten die

Tastensperre raus zumachen. Ratlos gaben Sie es an mir weiter und ich sollte es machen. Ich stellte mich dumm und tat so, als ob es kaputt wäre. Irgendwann gaben Sie dann auf und belagerten weiterhin Christopher. Wir beide versuchten den beiden Kleinen dann 1 ½ Stunden zu erklären, dass Sie später wiederkommen können, um zu spielen. Das klingt einfacher als gesagt, denn Sie sprechen nur ein paar Brocken Englisch und wir nur ein paar Brocken Chinesisch. Zumal wollte sich einer der beiden (der Anführer) nicht so leicht abwimmeln lassen. Der andere war schon drauf und dran zu gehen, wurde aber vom Anführer zurückgehalten. Mist! Auch der Versuch von Christopher Sie im Zimmer von Harry und Christian abzugeben schlug fehl. Das Ganze fand ich irgendwie wieder witzig, aber irgendwie auch nicht, da ich wirklich schlafen wollte. Aber die Chinesen waren harte Brocken und man wurde Sie einfach nicht los. Christopher war schon richtig sauer, lies sich es aber vor den Kindern nicht anmerken. Selbst mit Hilfe des Übersetzungsprogramms auf seinem Computer rafften es die Kleinen nicht. Aber irgendwann (wie gesagt nach 1 ½ Stunden) haben Sie es dann doch gecheckt und verließen das Zimmer. In 20 Minuten sollten Sie wiederkommen, wie vor 1 ½ Stunden von uns beschlossen. Jedoch haben wir da noch nicht erwartet, dass es so lange dauern würde die Kleinen los zu werden. Grrrr. Ich legte mich hin und kurze Zeit später klopfte es wieder und die Kinder kamen wieder rein. Dann lies Christopher Sie auch bald spielen und Sie blieben wie erwartet wieder bis zum Trainingsbeginn. Während die beiden Spielten (eigentlich durfte nur der Anführer wieder spielen) hauten wir uns noch eine halbe Stunde aufs Ohr und genossen die Spielgeräusche…

Dann ging es runter. Mit Jian (Schwert) und Gun (Stock) bewaffnet gingen wir nicht zur Trainingshalle, sondern trainierten wieder vor der Schule. Zunächst liefen wir ein paar langsame Runden und dehnten uns dann eine ganze Weile. Unser Shifu hatte ganz offensichtlich gute Laune, denn er unterhielt sich mit uns und den Kindern an der Tischtennisplatte, während wir uns alle dehnten. Die Kinder quatschten uns wieder zu und es entwickelte sich ein sehr witziges Gespräch. Max, der von einem der Kinder beobachtet wurde, wie er ständig mit einer neuen Französin flirtet, wurde dann zum Hauptgesprächsthema. Denn der Kleine hat unseren Shifu davon berichtet und nun sagen alle immer „Hodie (Max sein chinesischer Name; weiß leider nicht wie man das schreibt) buhao“. Also „Max nicht gut“, weil er sich mit Mädchen abgibt. Als ich dann Kuss-Geräusche machte, ging das Gelächter endgültig los und alle ritten auf ihn rum damit. Wir blödelten noch ein wenig (oder auch ein bisschen mehr) rum und dann meinte unser Shifu, dass wir ja auch ein Gruppenfoto machen könnten, da die Kinder ja in ein paar Tagen abhauen. Ich holte also meine Kamera aus dem Zimmer und wir machten ein paar coole Fotos. Dazu posten wir in den verschiedensten Posen und unser Shifu war natürlich auch mit dabei. Dann sollte Max noch Taekwondo vorführen und gegen eins der Kinder kämpfen. Der Kampf war natürlich nicht ernst, aber trotzdem witzig anzusehen. Dann war „Break“ angesagt. Statt aufs Zimmer zu gehen blieben wir mit dem Rest unten. Mir kam die Idee doch die Pratzen einzuweihen, die ich gekauft hatte und holte Sie schnell aus dem Zimmer. Nach ein paar Mal gegentreten war es aber auch schon langweilig und wir fragten unseren Shifu lieber nach Formen und Posen. Dann posten wir mit verschiedenen Waffen (Dao, Jian, Gun) und schossen Fotos dazu. Und wir klärten ab, dass wir, bevor wir nach Hause fliegen noch mit unseren Shifus Fotos in den Bergen machen wollen. Unser Shifu war einverstanden, aber wollte das wir dazu Shaolin-Kleidung tragen. Na, kein Problem! Gibt’s ja hier im Shop. Er zeigte uns noch ein paar Schwert- und Dao-Formen und rang dann mit Max. Max unterlag übrigens 😉

Wir hatten „Free Practise“ und unser Shifu ging mit den Kindern die Formen durch. Der Dad unseres Shifus war die ganze Zeit auch anwesend und machte zwischendurch ein paar Fotos oder Videos, die aber leider nicht besonders gut wurden. Dann machten wir kurz Tai Chi mit der gesamten Truppe. Im

Anschluss zeigte uns unser Shifu noch die Tai-Chi-Form. Leider filmte sein Vater das Spektakel nicht. Ne ne ne, sehr schade. Aber wir kriegen ihn bestimmt nochmal dazu, uns die Form zu zeigen, damit wir Sie aufnehmen können. Jeder durfte dann einmal vor versammelter Gruppe die Shao-Form aufführen und am Schluss zeigte lief unser Shifu sie sogar (ich filmte dabei). Dann war schon Ende und wir hatten nicht viel gemacht. Aber es war ganz bestimmt das witzigste „Training“ seit langem oder besser gesagt seit überhaupt. Zudem habe ich was Interessantes erfahren: Die sogenannte Pommesgabel, bekannt aus Metal und Co. (das Handzeichen), bedeutet in China „Ich liebe dich“. Und das ist so: Wenn man die Finger zählt, so zählt man den vom kleinen Finger an rückwärts. Jeder Finger, der dabei ausgestreckt ist, wird ausgesprochen. Also 5, 2, 1. Wu, Er, Yi. Wenn man jetzt ein bisschen mit der Sprache schlabbert heißt es „Wu Ai Ni“, also „ich liebe dich“. Und! Wenn man Shifu etwas anders ausspricht heißt es Hochzeit. Neues Wortspiel deswegen: Shifu Sifu (=Shifu Hochzeit). Löst immer einen Lacher unter den Shifus und Chinesen aus. Nach dem Training musste ich mich dennoch duschen, da man es nicht verhindern kann nicht zu schwitzen. Dann gab es Essen und tatsächlich gab es auch wieder neues Wasser. Das Training fiel wie erwartet aus. Dafür hockten wieder die kleinen Chinesen auf unserem Zimmer und belagerten Christophers Laptop bis zum Meeting. Danach wurde Christopher zum Fußball spielen mit den Kleinen genötigt, während ich aufs Zimmer flüchtete. Ich schrieb meine Berichte zu Ende und dann klopfte es an der Tür. Wieder ein Chinese! Ich hatte eigentlich Christopher erwartet. Er spielte einfach an Christophers Laptop, während ich weiterschrieb. Dann war das letzte Meeting für heute. Abgrüßen, fertig schreiben und schlafen. Morgen wieder frei!

10. August 2010 – Neuigkeiten aus China

Die Überschrift ist ein Witz, denn so viel ist nicht passiert. Die kleinen Chinesen aus unserer Gruppe belagern seit neustem immer unser Zimmer, wenn wir schlafen wollen… ☹ Grund dafür: Sie wollen zocken!!!

Naja am besten lest ihr meine Tagesberichte, denn heute habe ich nicht so viel Bock zu schreiben.

Und Bilder sagen schließlich mehr als tausend Worte…

UND!

Es gibt wieder ein Video zum Download. Diesmal ein Video vom kleinen Jin Da Bao (6 Jahre alt), wie er wieder Krieg spielt… schaut es euch an.

Download des Videos: Jin Da Bao in Action[2]

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/neuigkeiten-aus-china/

[2] http://kungfu-china.de/wp-content/uploads/2010/08/P1010190.mov

Dienstag, 10. August 2010

Erst mal war ausschlafen angesagt. Das heißt konkret bis 7 Uhr im Bett liegen bleiben. Um 10 nach 7 klingelte es zum Frühstück, aber ich schlief beinahe wieder ein. Um 7:17 Uhr raffte ich mich dann aber auf und ging zum Frühstück runter (ohne Christopher). Max, Harry, Christian und die beiden Engländer saßen mit am Tisch. Die beiden „English Boys“ hatten heute ihren letzten Tag hier und werden direkt in Jiaozou bleiben und den Zug Richtung Peking nehmen. Und zwar „Hartsitzer“-Plätze. Das ist die unterste Preisklasse, wo man unter anderem Tieren wie Ziegen mitfahren darf. Also alles andere als Luxus. Dann machte ich mich fertig für die Stadt. Wieder klopfte es an der Tür und ein kleiner Chinese stand davor und wollte wieder spielen. Aber ich konnte ihn abwimmeln, indem sich Christopher schlafend stellte und ich sagte, dass Christopher noch am Schlafen sei und er sonst aufwachen würde. Das hatte er sogar erstaunlich schnell gerafft und verließ das Zimmer. Christopher war ganz schön froh. Dann ging es in die Stadt. Vorher schrieb ich noch eine SMS an meine Schwester, die heute Geburtstag hatte. Die Fahrt war so wie immer. In Jiaozou angekommen gingen Christopher und ich erst mal wieder in den Supermarkt und ich schaute mich primär nach einer neuen Geldbörse um. Doch die Exemplare im Supermarkt waren nicht der Renner. So gingen wir ein Stockwerk höher und kauften stattdessen Schokolade (um die Dampfbrötchen schmackhafter zu machen) und Christopher kaufte einen 2,5 Liter Kanister Orangensaft, der sich aber als Flop rausstellte, da es ganze Orangen waren (also mit Schale). Es schmeckte seiner Meinung nach grausam. Wir fuhren mit dem Taxi weiter zum Mc Donalds. Wir wurden auf der anderen Straßenseite herausgelassen und mussten erst mal eine Brücke über die Straße nehmen. Vor dem Mc Donalds war eine Art Straßenfußballfeld aufgebaut und ein paar Chinesen spielten Fußball. Scheinbar gab es wohl Autos zu gewinnen, denn es standen viele neue Kleinwagen drum herum (chinesische Marken). Dazu stand dann noch ein Kaufpreis dran. Ein chinesischer Kleinwagen kostet umgerechnet grad mal 3000 - 4000 EUR. Lachhaft billig. Wir fraßen uns voll und gingen in das nahegelegene Shopping-Center, um weiter Ausschau nach einem neuen Portemonnaie für mich zu halten. Wir durchquerten alle 6 Stockwerke aber fanden außer seltsamen Marken und noch viel seltsameren Kopien von Weltmarken (z.B. gab es so feine Marken wie „Dancing Wolf“ oder Boss Unwen anstatt Hugo Boss). Sehr fragwürdig. Nur hier findet man so seltsame Bekleidungsläden. Leider war das Fotografieren hier verboten, sonst hätte ich Fotos geschossen. Da wir aber nix passendes für mich fanden (wir fanden aber Geldbörsen mit dem Logo einer Katze und einen hässlichen tropischen Vogel drauf), gingen wir weiter und entdeckten ein Kellergeschoss in dem Einkaufszentrum. Dort war ein gewöhnlicher Supermarkt, der normale Preise anbot. Denn die Preise im restlichen Einkaufszentrum waren westlich angesiedelt. Wir gingen durch und ich wurde irgendwann auch fündig und kaufte mir ein cooles Portemonnaie der Marke „North Wolf“ mit einem Wolf drauf. Sehr fesch. Wir gingen noch ein wenig durch den Supermarkt und entdeckten die Fisch-Food-Abteilung. Neben lebendigen Fischen wurden hier auch Schildkröten verkauft. Lebendig… Man fühlte sich ein wenig wie in einer Zoohandlung aber all diese Tiere waren zum Essen gedacht ☹ Nebenan gab es noch tote Tiere zu kaufen. Langgezogene Hühner (glaub ich zumindest), Tintenfische, riesige Shrimps und anderes Getier. Schnell gingen wir auf meinem Wunsch weiter und gingen durch den Mc Donalds, um uns ein Eis auf die Hand zu kaufen. Mc Flurry mit den chinesischen Keksen war wieder angesagt. Dann gingen wir zum Internetcafé. Ich lud meine Bilder und Artikel hoch und dann telefonierte ich noch mit Freunden und Familie. Gegen halb 4 war es dann höchste Zeit zu gehen, denn wir wollten bevor wir abreisen noch was essen gehen bei Mc Donalds. Wir eilten hin und bestellten uns ein paar Kleinigkeiten, die wir runterschlangen. Wir schnappten uns dann in Windeseile ein Taxi und kamen mit 20 Minuten Verspätung am Supermarkt an. Zu unserer Überraschung warteten nicht irgendwelche Ausländer auf uns, sondern Yuen, der Sanda-Shifu, der Second-Headmaster mit

Freundin und die Frau von der Rezeption. Yuen war ein wenig angepisst und meinte nur, ob wir wissen, dass wir spät dran sind. Natürlich wussten wir das, aber Christopher hatte die perfekte Ausrede: Er sagte er musste noch dringend auf die Toilette. Yuen wollte das nicht akzeptieren und moserte ein wenig rum, bis Christopher sagte, was er denn sonst machen soll; in einer Tüte kacken während er im Taxi sitzt? Dann war Yuen ruhig und sagte kein Wort mehr. Wir sollten einstiegen und fuhren wortlos zurück. Er war baff. Hoffentlich gibt das keinen Ärger. Der Second-Headmaster fuhr zurück und wir kamen über die Bergroute sicher an der Schule an. Wieder stiegen wir Wortlos aus dem Schultaxi und gingen auf unser Zimmer hoch. Im Empfang erwartete uns schon das Psychokind und versuchte uns anzugrapschen. Wir entkamen aber und hatten endlich unsere Ruhe. Ich stopfte mein neues Portemonnaie voll und zeigte dabei Christopher ein paar alte Passfotos von mir. Er glaubte mir nicht, dass ich es bin, wenn ich es ihn nicht gesagt hätte. Zum Essen gingen wir dann runter und tauschten mit Christian und Harry aus wo wir denn waren. Harry, Christian und die beiden Engländer waren heute in einen Massagesalon und hatten für 40 Yuan eine dreiviertelstündige Massage bekommen. Zu ihrem Bedauern aber nicht von Mädchen, sondern von männlichen Zeitgenossen. Nur einer der Engländer bekam eine Chinesin ab. Jedenfalls ging es nach dem Essen hoch und Christopher und ich schauten ein wenig chinesisches TV-Programm. Neben einen seltsamen und langweiligen „Wushu-Kampf“ schalteten wir auf einen verdammt seltsamen Film um (natürlich chinesischer Produktion). Der Film war so seltsam und billig gemacht, dass wir es schon bald nicht mehr ertragen konnten. Zum Glück läutete die Glocke und wir mussten zum Meeting runter. Unser Shifu war nicht da und der Second-Headmaster grüßte mit uns ab. Wir erfuhren irgendwie, dass unser Shifu in Fangshuang ist und irgendwas mit seinem Knie los ist. Vermutlich ist er im Krankenhaus. Irritiert gingen wir wieder aufs Zimmer und wir schauten zusammen „Brunö“, den Nachfolger von „Borat“. Ein sehr seltsamer Film kann ich nur sagen. Während wir den Film gucken klopfte es an die Tür. Diesmal machten wir nicht auf und hörten nach einer Weile nur eines der Kinder nach uns schreien. Doch wir taten so als würden wir es nicht hören, da die Lautstärke des Films auch sehr laut eigestellt war. Wir verpassten aber das anschließende Meeting, da wir beide die Klingel nicht hören. Ein Chinese wurde geschickt, um uns zu holen und wir eilten runter. Unser Shifu war wieder da und grüßte mit uns ab. Wir hatten aber vergessen zu fragen was los gewesen ist. Wir guckten den Film zu Ende und ich find dann endlich meinen Tagesbericht an, den ich auch direkt zu Ende schrieb. Dann war Schlafen angesagt. Die Zimmertemperatur beträgt nun 19,5 °C und ich bin ziemlich am Frieren. Klimaanlage klappt also wieder hervorragend. So kalt war es hier noch nie seit ich hier bin.

Mittwoch, 11.08.2010

Der Tag beginnt mit einem Regenschauer. Ich wachte gegen 4 Uhr das erste Mal auf und schaue aus dem Fenster. Es regnete. Mein erster Gedanke war „Yes, no training!“. Das war wirklich mein Gedanke. Ich erwische mich nämlich schon immer wie ich in Englisch denke. Ganz zu schweigen vom Zählen. Ich bin wohl schon zu lange von der deutschen Heimat entfernt. Jedenfalls legte ich mich noch gut 1 ½ Stunden ins Bett und es geschah das, was kommen musste. Pünktlich zum Trainingsbeginn hörte es auf zu regnen. Ich hoffte dennoch auf ein paar Stunden mehr schlaf, da die Straßen immerhin patsch nass waren. Aber alle Hoffnung war vergeblich. Es hieß wieder RUNNING. Nach dem wir ein paar Runden den Pfützen ausgewichen sind, gingen wir wie immer zunächst die Stellungen durch und dehnten uns ein ganz bisschen. Wir fuhren fort mit Basics. Fauststöße, Handflächenschläge, Ma-Bu / Gum-Bu mit Stellungswechsel und dann die Form. Nach der Ma-Bu / Gum-Bu-Übung war aber keine Power mehr in den Beinen, so dass die Form wahrscheinlich beschissen aussah. Unser Shifu schrie die Kinder wieder gut an, weil Sie nicht so „gut“ wie die von dem Boygroup-Shifu waren. Allerdings hatte der auch nicht so viele Kleinkinder in der Gruppe. Der Altersschnitt war sichtbar höher. Trotzdem bekommen es einige der Kinder immer noch nicht auf die Reihe die Techniken sauber auszuführen. Statt sich einmal zusammen zu reißen und so der Prügelstrafe zu entgehen wird immer wieder geschlabbert. Kein Wunder das unser Shifu dabei immer so ausrastet. Wir Ausländer durften dann mit dem Stick weiterüben. Zwischendurch fing es wieder an zu regnen und meine Klamotten waren ruck zuck durchnässt. Mit schweren Beinen gingen wir die Form durch, die wahrscheinlich so schlecht wie noch nie war. Unser Shifu sagte nur „Bu Hao“ zu uns. Ich habe vorher immer „Buchhao“ geschrieben. Das ist übrigens falsch. Denn es heißt „Bu Hao“. Denn „Bu“ bedeutet „Nein“ oder „Nicht“ und „Hao“ heißt „Gut“. Also „nicht gut“. Eigentlich logisch. Wusste ich sogar vorher schon, aber hab es irgendwie immer verdrängt. Jedenfalls übten wir unsere Stockform im Regen und dann war irgendwann auch Ende. Beim Abgrüßen des Morgentrainings meinte unser Shifu zu uns, dass er uns die Säbelform (Max) bzw. die Schwertform (ich) erst beibringen will, wenn die Kinder in 4 Tagen nach Hause fahren. Das passte mir nicht und das merkte mein Shifu wohl. Denn nach dem Frühstück kam er auf mein Zimmer und wollte es mir erklären warum. Es ist nämlich so, dass die Kinder ja am Sonntag die Schule verlassen. Nur sehr wenige Kinder bleiben noch für ein Jahr. Und an diesem Tag findet deswegen auch die große Show statt, bei der alle Eltern dabei sehen werden und zusehen. Wir müssen daher Glanzleistungen zeigen, damit wir die Eltern überzeugen können, dass Ihre Kinder hier durchaus richtiges Kung Fu lernen können. In den paar Wochen Sommerferien ist das nämlich nicht möglich. Das war mir schon klar, aber ich versteh meinem Shifu ja auch, denn unsere Stockformen sind echt noch nicht das Gelbe vom Ei. Zudem steht sein Shifu-Ruf auf dem Spiel. Problem ist nur, dass mir somit nur noch 2 Wochen für die ganze Schwertform bleiben. Das ist verdammt knapp bemessen und ärgert mich ein wenig. 3 Wochen wären zwar auch nicht viel länger, aber immerhin besser als 2 Wochen. Beim Frühstück erzählten wir an unserem Tisch von dem Gespräch mit Yuan, wo wir zu spät zum Taxi kamen und Christopher dann zu ihm meinte, ob er denn während der Fahrt zurück in eine Plastiktüte machen sollte, anstatt zur Toilette zu gehen. Irgendwie mag keiner Yuen leiden. Besonders Christopher nicht. So hat Christopher ihn am Tisch ein Arschloch genannt und gesagt, dass er ihn am liebsten den Fraß, der auf den Tischen serviert wird, ins Gesicht werfen möchte. Als wir vom Tisch aufstanden, sah ich, dass Yuen die ganze Zeit am Tisch hinter uns saß und aß. Ui ui ui. Hoffen wir mal, dass er das nicht mitbekommen hat. Denn Yuen spricht fließend Englisch. Weiter ging es dann mit dem Vormittagstraining. Nur mit Stick bewaffnet (anstatt Schwert) gingen wir zur Trainingshalle. Während der Pause regnete es übrigens wieder, aber hörte wie immer pünktlich auf, wenn das Training begann. Gerade in der Halle angekommen fing es wieder an zu schütten. Christopher rollte nur die

Augen. Da der Tai-Chi-Shifu Bauchschmerzen hat und nicht unterrichten kann, kam Harry (aus der Tai Chi-Gruppe) zu uns in die Gruppe und durfte mit Kung Fu machen. Unserem Shifu gefiel das und er zeigte Harry die ganzen Moves, die wir auch machen müssen. Wir begannen mit den Kicks und übten unsere Faustform. Zum Schluss der ersten Einheit dehnten wir uns nochmal gründlich und unser Shifu war uns dabei behilflich, indem er uns runter drückte oder dergleichen. Die Pause bestand ebenfalls aus Dehnen. Max, Christopher, Harry, Christian und ich dehnten uns gegenseitig indem einer ein Bein festhielt und ein anderer das andere Bein soweit hoch- oder runter drückt, bis man vor Schmerzen schreit. Das Ganze nennt man dann Power-Stretching. Wenn man es übertreibt, kann man daraus auch „Split in 1 Day“ machen. Nicht zu empfehlen. Während wir Harry (aus Amerika übrigens) dehnten und er somit hilflos am Boden lag, kam da seltsame Psychokind wieder angekrochen und beugte seinen Kopf ständig über Harrys, der schon schlimme Befürchtungen hatte. Irgendwann war es dann so weit und das Psychokind verpasste Harry einen Schmatzer auf die Stirn. Seine Reaktion: Ähhhh Ihhhhh. Nach der Pause machten wir mit der Stockform weiter. Die ersten male waren noch OK, aber dann waren meine Hände so schwitzig, dass mir ständig der Stock entglitt. Gefährlich wurde es, als ich bei der Form beinahe der Stick aus den Händen geflutscht wär und eventuell jemanden in der Halle getroffen hätte. Ich machte von da an langsamer, aber es wurde auch nicht besser. Wir dehnten uns auf Harrys wusch wieder ein wenig und ich machte zum Schluss noch ein paar Push-Ups, bevor das Training beendet war. Wir gingen wieder hoch und grüßten ab. Max wollte noch auf Yuen warten, um mit ihm abzuklären, ob er nicht mit Fabian (der Deutsche mit der Palme auf dem Kopf) auf ein Zimmer ziehen kann. Max sagte noch unseren Shifu vorher Bescheid, dass er auf Yuen wartet. Ich sagte dann auf dem Weg ins Gebäude zu unserem Shifu „Woman“ zu Max und er fing nur an zu lachen und verstand, dass er auf die Französin wartet, mit der er immer flirtet. Naja, war mir auch recht. War jedenfalls wieder witzig. Dann schrieb ich wieder ein paar Postkarten fertig und aß ein Brot. Es stellte sich heraus, dass all unser verbliebendes Brot am Schimmeln war. Na lecker. Hatte ich doch tatsächlich verschimmeltes Brot gegessen, ohne es zu merken. Den Rest schmiss ich aber weg und schrieb lieber meine Postkarten weiter. Dann war Mittagessen und ratet mal wer neu an unserem Tisch sitzt? Die Französin. Ein Blick genügte und Max verstand, was ich sagen wollte. Haha. So ist das also. Wenn das unser Shifu erfährt! Er würde sicher folgendes sagen: „Max bu hao!“

Nach dem Essen schrieb ich meine Postkarten weiter und vernahm ein Klopfen an der Tür. Da keiner Antwortete, beschlossen wir nicht aufzumachen. Wenig später hörte ich chinesische Kinderstimmen auf dem Gang. Unsere Vermutung war also richtig. Gut, dass wir die Tür zu gelassen haben. Jetzt können wir vielleicht endlich wieder in Ruhe schlafen, anstatt mit den Kindern zu spielen. Ich fing meinen Tagesbericht an und legte mich aufs Ohr. Tatsächlich konnte ich schlafen. Bis kurz vor Trainingsbeginn lag ich im Bett. Dann packte mich der Hunger und ich war genötigt meine letzten chinesischen Chips zu essen, da ich das Schimmelbrot ja weggeschmissen hatte. Sonst hatte ich auch nichts Essbares mehr. Dann gingen wir mit der Tai-Chi-Gruppe und den Kindern zum Training. Der Tai-Chi-Shifu liegt nämlich immer noch flach. Wie ich dann von Harry erfahren habe, steht heute Nachmittag ein Probelauf an, bei denen auch die Shifus zeigen was sie so können. An der Halle angekommen sah es dann tatsächlich danach aus, denn man schleppte große Boxen und ein Mikro heran. Wir setzten uns hin und Christopher eilte zurück zum Zimmer, um unsere Kameras zu holen, die wir blöderweise auf dem Zimmer gelassen haben, weil wir dachten es steht normales Training an. Bevor es losging kam Christopher schwer atmend wieder. Er hat sich tatsächlich beeilt und war sogar verschwitzt, da er gerannt ist. Dann ging es los. Die Kinder begannen mit ein der Lehrerinnen eine Schulaufführung vorzuführen, in der es darum ging, zu zeigen wie toll man hier Englisch lernt. Das

Ganze erinnerte mich stark an meine Schulzeit. Die Kinder sangen englische Lieder, tanzten herum und machten einfache Rollenspiele (auf Englisch natürlich). War ganz witzig anzusehen wie die Kleinen da ihre Vorführung machten. Vor allem als Jin Da Bao dazu kam und freudig in die Hände klatschte. Das Programm ging weiter, indem Yuens Gruppe mit einigen der Shifus ein paar Kunststückchen machten. Die Ausländer waren im Vergleich zu den Shifus echt schlecht. Die Shifus machten irgendwelche spektakulären Flips, Salti und Schrauben und dann kam ein Ausländer dran, der irgendwelche hässlichen Räder schlug. Sah irgendwie seltsam aus. Die Shifus führen anschließend alle ein paar Formen vor (teilweise mehr oder weniger synchron). Auch unser Shifu war dabei. Das Ganze war aber eher relaxt und man sah, dass sich die Shifus nicht verausgaben wollten. Das kommt dann wohl erst bei der Premiere am Sonntag. Trotzdem war das cool anzusehen und ich habe reichlich Videos gemacht. Dann ging es los und unsere Gruppe musste auf einmal unsere Formen vorführen. Völlig überrascht hatten wir noch kurz Zeit, um uns draußen vorzubereiten und dann ging es nach ca. 3 Minuten los. Wir fingen an uns aufzustellen. Dann ging es mit der Shao-Form los, die wir mit den Kindern in einer Dreierreihe liefen. Ganz schön eng, aber es ging noch. Dann waren wir drei an der Reihe mit der Stockform. Eine Zweierreihe wurde angegeben. Max wollte Platz für sich alleine, der alte Ego. Ich stand mit Christopher in der vorderen Reihe und dann ging es los. Der Anfang lieg gut, aber dann ging es los mit dem Platzmangel. Zunächst musste ich aufpassen, dass ich die Kinder, die am Rand standen, nicht eins mit dem Stock überbrate und dann stand mit Christopher mitten in der Form in den Weg, weil er nicht mehr weiterwusste. Ärgerlich… aber was soll's. Mein Flow war unterbrochen und so schlichen sich zwei kleine Fehler ein, die mir zwar schnell auffielen, aber das Gesamtbild zunichtemachten. Im Anschluss waren die Kinder dran. Unser Shifu war danach ziemlich sauer (auf die Kinder) … so wie immer eigentlich. Dann waren noch ein paar andere Kindergruppen dran, die aber definitiv nicht besser waren. Deren Shifus rasteten aber nicht so aus. Dann war die Show auch beendet und unser Shifu bestrafte wieder die Kinder (als einziger Shifu), indem Sie in der Liegestützposition verharren durften, während die Shifus ihr Abschlussgespräch führten. Während der ganzen Aktion gab es auch eine Pause und ich schaffte mehrmals in den Handstand zu drücken. War zwar etwas gefaked, aber es sah trotzdem nicht schlecht auf. Ich bin jetzt ein bisschen stolz auf mich. Mit 20 Minuten Verspätung kamen wir in der Schule an. Essen wäre normal schon begonnen, aber da eh keiner da gewesen wäre, passte dann doch alles. Ich duschte mich schnell ab und ging runter zum Essen. Ich traute meinen Augen nicht: REIS. Was für eine Frechheit. Reis gibt es doch schon zum Mittag immer. Ich kann ihn nicht mehr sehen. 1x am Tag Reis ist echt genug. Ich nahm mir wütend eine Schüssel und ging auf mein Zimmer, um den Ketchup zu holen. Als ich halb fertig war mit dem Reis, servierten Sie dann doch noch die Brötchen. Ich weiß gar nicht warum ich mich immer so sehr auf die Brötchen freu. Viel besser als der Reis sind sie nämlich nicht. Aber mit Schokolade kann man es gut ertragen. Beim Reis hilft aber nicht einmal mehr der Ketchup. 10 Minuten Pause verblieben nach dem Essen noch. Trotz Verspätung durch die Shifus wurde das Training aber wie gewohnt nicht verschoben. Also wieder runter vor die Schule und dann war laufen angesagt. Christopher und ich liefen wie üblich unsere 5 Runden. Max begnügte sich mit 2. Das ist doch kein Training… ☹

Schwer atmend kam ich an den Tischtennisplatten an und dehnte mich. Max war wieder im Gespräch mit irgendwem. Ich griff mir dann irgendwann mein Schwert und übte ein bisschen die Basics. Max kam auch irgendwann dazu und wir übten gemeinsam. Mein Shifu kam später noch zu mir und sagte, dass die Schwertform nicht „beautiful" sein wird innerhalb von 2 Wochen. Ich sollte doch 'ne Woche länger bleiben. Würde ich ja gerne, aber das ist leider nur schwer möglich. Vor allem jetzt, da der Flug umgebucht wurde. Wenn ich Pech habe lerne ich sogar nicht einmal die ganze Form. Das werde

ich aber zu verhindern wissen. Halbe Sachen gehen mal gar nicht. Ich werde die Form dann halt zu Hause üben müssen. Beim Abgrüßen fragte unser Shifu, ob wir müde sind. Max meinte nur „Nein“. Kein Wunder, wenn man auch nicht richtig mitläuft. Christopher und ich waren ziemlich sauer auf ihn, da das nicht das erste Mal ist, dass er sowas sagt. Immer nur Pause machen und die anderen trainieren lassen und dazu behaupten das Training sei bei anderen Shifus härter. Ich versteht das nicht, wirklich. Während ich wieder mal duschte, klopfte es an der Tür. Christopher hörte aber nix, weil er einen Film schaute (mit Kopfhörer). Ich vermutete Peter (aus Kanada), da ich ihn auf unser Zimmer eingeladen hatte, um ihn die Videos von der Performance zu geben. Da keiner die Tür aufmachen konnte und wir auch nicht wussten wer es wirklich war. Hoffte ich auf ein weiteres Mal Klopfen. Tatsächlich klopfte es ein weiteres Mal als ich fertig war und es war tatsächlich Peter gewesen. Er reist morgen Nachmittag ab. Wir gaben ihn die Videos auf seinen USB-Stick und er fragte uns nach unseren E-Mail-Adressen. Wir tauschten Sie aus und dann konnte ich endlich meinen Bericht zu Ende schreiben. Zudem schaute ich mir noch einige Videos von der Performance heute an. Unsere Stockform war gar nicht so schlecht wie ich dachte. Geht natürlich noch schöner, aber auch bei weitem schlimmer. Auch die Kinder waren nicht so schlecht wie unser Shifu vielleicht dachte. Viel Ärger um nichts also.

Schlafenszeit…

Donnerstag, 12.08.2010

Wie in letzter Zeit immer reißt mich die Schulglocke aus dem Schlaf. In der Nacht wurde ich wieder reichlich von Mücken genötigt und dabei total zerstochen. Wir gingen jedenfalls rasch runter zum Training. Die Shifus hatten noch ihr Meeting und 2 oder 3 Shifus kamen sogar zu spät, weil Sie verschlafen hatten. In der Nacht hatte es offensichtlich wieder ordentlich geschüttet, denn die Straßen waren nass. Wir stellten uns wieder mit den Kindern in einer Dreierreihe auf (sonst Zweier) und zogen unsere Runden. Nach ein paar Runden war wieder keiner hinter uns beiden (Christopher und mir). Zu zweit zogen wir unsere 5 Runden zu Ende und dehnten uns an den Platten. Unser Shifu schickte dann eines der Kinder, um uns zu holen und dann begannen wir mit den Stellungen. Dann gingen wir einmal die Shao-Form durch. Diesmal wieder mit neu gewürfelten Bewegungen pro Kommando. Die Verwirrung war uns anzumerken und wir fragten unseren Shifu warum das ständig geändert wird. Die Antwort war simpel: Es sieht nicht gut aus (er benutzte das Wort „beautiful“ dafür). Aber es wird jetzt auch garantiert nicht mehr geändert. Na dann…

Während wir mit dem Stock weitermachen durften, hatten die Kinder weiter die Form zu lernen. Zwischendurch sollten wir dann jeder einzeln die Stockform vor unserem Shifu durchführen. Wir hatten dann mehr oder weniger freies Training und standen vor der Seiteneingangstür der Schulküche. Christopher bemerkte eine Maus oder Ratte, die an der Tür vorbeihuschte, während gerade das Frühstück vorbereitet wurde. Wir hatten gerade davon gesprochen, dass es uns nicht wundern würde, wenn wir in der Küche eine tote Ratte auf dem Boden finden würden. Hätten wir das mal lieber nicht so laut gesagt… Dann war das Training zu Ende und nach einer Turbodusche gingen wir zum Frühstück. Während ich duschte, räumte Christopher schon mal ein bisschen für die Zimmerkontrolle heute auf. Frühstück war soweit okay, denn die Dampfbrötchen waren warm und ich habe nirgends eine Ratte gesehen. Nach dem Frühstück waren wir die ganze Zeit damit beschäftigt unser Zimmer tipptopp herzurichten, um vielleicht die Flow Flag zu ergattern und damit den Strebern Jochen und Francois eins auszuwischen 😉

Wir räumten allen Krempel der so rumflog in die Schubladen und Schränke, die wir normalerweise nicht benutzten, brachten den Müll raus, wischten überall Staub, säuberten den Boden so gut wie möglich mit den Mitteln die wir hatten (der Pringles-Deckel, mit dem man so toll über den Boden kratzen kann) und machten unsere Betten so schön wie möglich. Wir hingen sogar unsere Klamotten von den Fenstern und kurz bevor die ganzen Shifus unseren Raum betraten, benutzten wir das Kältespray (gegen Sportbedingte Erwärmungen) als Raumspray um den Raum einen Hauch von Minze zu geben (das Kältespray roch nämlich nach Minze). Als dann alle reinkamen, lachten Sie nur und zeigten auf unsere Betten. Die sahen eigentlich Tip Top aus, aber ihnen war die Decke wohl nicht schön genug gefaltet, denn Sie war zu flach. Die Chinesen (und natürlich die Streber) hatten es dann wohl doch schöner. Wir bekamen aber nicht einmal einen Daumen hoch oder ein „Gooooooood“. Sehr traurig. Beim nächsten Mal haben wir uns vorgenommen nicht aufzuräumen und stattdessen zu schlafen aber dafür das Bett sehr schön zu machen. Mal gucken was sie dann sagen. Christopher erzählte mir noch, dass er bis halb 1 „The Last Samurai“ geguckt hat. Ganz schön heftig, wenn man bedenkt, dass man um 5:40 Uhr aufstehen muss, um Sport zu treiben. Wir gingen dann zum Training runter und nach dem Vorlesen („keep in touch“ stand heute auf dem Schild) ging es los. Es war recht nebelig und man konnte nicht weit sehen. Normal verhindert es der Smog, aber heute war es eindeutig Nebel. In der Halle machten wir uns zunächst wie immer warm und unsere Gruppe und die Gruppe vom Pan-Shifu machten zusammen Akrobatik, da nicht genug Platz in der Halle war. Wir begannen mit verschiedenen Sprüngen und Lockerungsübungen und kamen dann zum Cartwheel.

Erst mit, dann mit einer und dann ohne Hände. Ohne Hände klappte bei mir einfach nicht und ich blieb beim Einhändigen. Danach war Pause, die ich mit Christian und Christopher damit verbrachte, uns zu dehnen. Christian hat heute seinen letzten Tag. Er kommt nun schon fast in den Spagat, aber man muss sagen, dass er schon vorher sehr flexibel war. Ich bot ihn noch das „Split in one Day"-Programm an, aber er lehnte dann doch lieber ab… 😉 Der Frontsplit geht bei mir schon in die Richtige Richtung. Aber ob ich es in der verbleibenden Zeit hier noch schaff ist fraglich. Nach der Pause dehnten sich Christopher und ich noch ein wenig mit der Unterstützung unseres Shifus weiter und beobachteten, wie Max wieder mit der Französin flirtete. Unser Shifu wies mich drauf hin und gab das Kommando „Yi – Er- San – Hodie (Max) Bu Hao!" Dann liefen Christopher und ich wieder in der Runde während Max irgendwas mit Yuen besprach. Ich drehte es so, dass ich unserem Shifu sagte, der gerade nach Max suchte, dass er draußen was mit der Französin hat. Das fand unser Shifu wieder lustig „Max Bu Hao!". Wir kickten uns danach mit der Pan-Shifu-Gruppe warm und gingen zu Drehkicks über. Klappte heute hervorragend bei mir. Wir fuhren mit dem Butterfly-Kick fort und fuhren mit dem Butterfly-Twist fort. Ich blieb dann aber lieber beim B-Kick, denn der B-Twist war noch 'ne Nummer zu groß für mich. Irgendwann schickte mich mein Shifu nach Draußen, um mit dem Gun zu trainieren. Christopher schenkte sich den B-Kick und begann schon vorher mit dem Stick. Max blieb in der Halle und übte vermutlich weiter den B-Twist oder so. Aber wer weiß…

Draußen übte ich die Basics weiter (kann nie schaden) und führte dann einmal die Form vor meinem Shifu vor. Dann hieß es „Class Over". Auf dem Rückweg machten Christopher, unser Shifu und ich uns noch auf Max Kosten lustig. Wir zogen ihn mit der „Woman", wie unser Shifu so schön sagt auf. „Max Woman, no tired". Da er gestern gesagt hat, dass er nach dem Abendtraining nicht müde sei, versucht er also der Französin zu imponieren. Unser Shifu fand klasse und lobte uns beide (scherzhaft), dass wir uns nicht von den Frauen ablenken lassen. „No Speak Hodie" meinte er. Schon ganz witzig. Als wir vor der Schule angekommen sind, gab ich unseren Shifu noch dem Tipp mal in der Pause in Max Zimmer zu schauen. Er lachte nur und meinte er wird ein paar der Kinder losschicken, um nachzuschauen. Hihi. Als wir in unser Zimmer kamen, waren wir erst einmal überrascht, wie sauber es doch war. Wir duschten und gingen zum Essen. Zum Essen sag ich jetzt mal nichts. Anschließend schrieb ich meinen Tagesbericht, während Christopher einen Film schaute, den er sich von Harry ausgeliehen hat. Als Christopher wieder ins Zimmer wollte (die Tür hat er ins Schloss fallen lassen), fragte ich nach dem „Zeichen", dass wir ausgemacht hatten, damit keine kleinen Kinder hineinkommen. Im fiel es aber nicht mehr ein und ich überlegte erst ob es eine gute Idee wäre, jetzt die Tür aufzumachen. Ich entschied dann aber doch, die Tür zu öffnen und er eilte hinein, denn ein Kind war in Anmarsch. Ein paar Minuten war es dann still und dann klopften wieder kleine Kinder an die Tür. Wir machten aber nicht auf und irgendwann gaben Sie dann auf gegen die Tür zu bollern. Nach dem Mittagsschlaf gingen wir dann wieder runter zum Meeting. Für unsere Gruppe fand das Training heute vor der Schule statt. Immer noch war es sehr nebelig. Grund für das Training vor der Schule war, dass die Kinder heute wieder Unkraut jährten durften. Nicht nur unsere Kindergruppe, sondern auch die anderen Kindergruppen. Wir liefen alleine 5 bzw. 5 ½ Runden um den Block, stretchten uns und dann gingen wir die Shao-Form durch. Unser Shifu überwachte das Geschehen und korrigierte uns. Vor allem den Kampfschrei bemängelte er. Max schreie wie eine Frau („like a woman"). Max bekam auch extra einen Trainingsplatz, damit er die Französin gut im Blick hatte, die in der Schule gerade Chinesisch hatte. War jedenfalls wieder lustig, aber ich glaub Max hat sich ganz schön gedisst gefühlt. Unser Shifu zeigte uns nachdem wir die Shao-Form geübt hatten einen neuen Move. Eine Technikabfolge, die schnell ausgeführt verdammt cool aussieht. Er zeigte Sie uns, damit

wir wen wir zu Hause sind, mal was Cooles zeigen können, anstatt immer nur die Formen. Sehr nett, Herr Shifu 😉

Die Technikabfolge enthielt mehrere Armwirbel, einen Beinschwung, Rumanda, tiefe Stellungen, Stampfer und alles andere, um es richtig knallen zu lassen. Das schwierigste an der Bewegungsabfolge war die Koordination. Am Ende der Stunde bekam ich es aber auf die Reihe. Jetzt fehlt nur noch die Geschwindigkeit. Wir hatten danach Chinesisch und unser Shifu meinte, dass er gucken geht, ob wir auch da sind. Da er quasi nur wenige Meter von den großen Fenstern zu den Klassenräumen entfernt war, beschloss ich diesmal mit Christopher hinzugehen. Ich nahm meine Postkarten mit und beschäftigte mich überwiegend mit dem Schreiben der Postkarten. Der Unterricht hat sich seit ich das letzte Mal da gewesen bin, ein wenig verbessert. Es gibt mehr Zusammenhänge zwischen den Wörtern und die alte Lehrerin schreib nun auch die englische Übersetzung dazu. Sogar ein simpler Lückentext wurde uns angeschrieben. Sonst ist aber alles noch beim Alten. Während des Unterrichts stand unser Shifu auf einmal auf der anderen Seite des Fensters und grinste uns an. Vom innen konnten wir den Kindern beim Unkraut jährten zusehen. Nach dem Unterricht gab‘s dann erst mal Abendessen. Christopher warf sich zunächst aber einfach nur noch ins Bett und meinte nur „nie wieder!“ Sein Gestöhne war herrlich anzuhören. Er wollte was vernünftiges Essen und einfach nur noch schlafen. Vor dem Essen trank ich noch einen kräftigen Schluck Orangensaft und bemerkte dann, dass er sauer war. Den Geschmack kriegte ich nicht mehr so einfach aus dem Mund. Beim Essen gab es nicht, wie von allen vermutet Nudeln, sondern das „Shit-Bread“. Mir war es aber in dem Moment lieber. Danach ging es dann mit dem Abendtraining weiter. Unser Shifu war irgendwie nicht da und wir begannen das Laufen mit Yuens Gruppe. Im Gegensatz zu den Leuten von Yuen, die äußert gemächlich liefen und nur 2 Runden zogen, liefen Christopher und ich wieder mehr (und schneller) bevor wir uns dehnten. Während des Abendtrainings hantierte ich dann mit meinem Schwert herum und ging nochmal gründlich alle Basics durch. So langsam sitzen sie. Ich übte noch zwischendurch die neue Bewegung vom Nachmittagstraining und bekam mit jedem Mal ein wenig besser hin. Mein Shifu zeigte mir dann noch einen neuen Basis-Move mit dem Schwert, der verdammt gut aussah. Allerdings auch verdammt kompliziert. Es stellte sich heraus, dass er schwerer aussah, als er war und nach 10 Minuten üben habe ich ihn schon ganz gut hinbekommen. Der Rest ist Feintuning. Dann war das Training zu Ende und wir verabschiedeten uns noch von Christian, der uns diese Nacht verlässt. Auf dem Zimmer schauten Christopher und ich uns noch die erste Hälfte den Film „Ip Man“ auf seinen Laptop an und gingen dann schlafen. Der Film enthielt viele Kampfszenen und war an sich ganz cool. Morgen schauen wir ihn dann zu Ende. Aber zunächst laufen wir morgen früh wieder den Berg hinauf. Yeah!

13. August 2010 – Der große Tag rückt immer näher…

Bald ist es soweit… der Tag der großen Performance der Schule rückt in greifbarer Nähe. Am 15. August wird es soweit sein und jeder darf zeigen was er kann. Wie groß die Show angesetzt ist kann ich noch nicht genau beurteilen, aber es wird auf jeden Fall interessant werden. Am Mittwoch hatten wir noch spontan (zumindest für die Ausländer, da uns wieder nichts gesagt wurde) einen Probelauf. Sogar die Shifus hatten einiges vorzuführen. Allerdings kommt das richtige Spektakel erst am Sonntag. Meine Kamera und ich werden jedenfalls dabei sein. Unsere Gruppe muss mit den Kindern zusammen die Shao-Form vorführen und dann sind wir Ausländer noch alleine mit unserer Stockform dran.

Ansonsten gibt es eigentlich nicht viel neues… deswegen auch so wenig Bilder heute.

Grüße aus China!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/der-grosse-tag-rueckt-immer-naeher/

China

百貨大樓 熊乐

Freitag, 13.08.2010

Oh mein Gott! Heute ist Freitag der 13. Hoffentlich passiert nichts Schlimmes… 😉

Zu spät, denn heute ging es wieder den Berg rauf. Komischerweise fühlte sich mein rechtes Bein schwerer an als mein linkes. Das macht es nicht gerade einfach. Harry war wieder bei uns mit in der Gruppe, da der Tai-Chi-Shifu wieder Krankheitsbedingt aussetzt. Wenn es selbst die Chinesen erwischt, muss echt was mit dem Essen nicht stimmen. Einen anderen Grund als das Essen kann es wohl kaum geben. Jedenfalls rannten wir wieder den Berg rauf. Heute erklomm ich ihn mal lieber etwas langsamer, denn für mehr war ich nicht zu begeistern. Oben angekommen ging ich wieder runter. Christopher und Harry rannten den Weg noch weiter (wie weit weiß ich nicht). Max kam etwas später auch oben an und wir gingen zusammen runter. Als wir unten waren schauten wir uns den Berg an und wir hatten beide das Gefühl, dass er sich von uns wegbewegt. Grund war vermutlich der Nebel, der immer noch nicht verschwunden war. Wir gingen durch die Straßen in Richtung der Schule und als wir uns umdrehten kamen Harry und Christopher an. Wir entschlossen noch auf Sie zu warten, damit wir gemeinsam zurück zu unseren Shifu gehen konnten. Als Sie uns gerade eingeholt hatten, flüsterte mir Christopher zu, ich soll mich mal umdrehen. Am anderen Ende der Straße stand unser Shifu in einer ziemlich miesen Laune. Sein Blick war zwar nicht böse, aber seine Haltung sagte alles. Wir waren wohl spät dran… Die Kinder waren schon fleißig am Stock schwingen. Wir dehnten uns zunächst (war absolut notwendig, denn ich war steif wie ein Brett) und dann war es schon so weit und es klingelte und das Training war damit beendet. Unser Shifu kam während wir uns dehnten noch zu uns und wir erzählten uns irgendwas. Er war doch nicht schlecht gelaunt. Nur die Kinder gingen ihn wieder auf die Nerven. Das betont er immer und immer wieder. Er gab uns noch die Checkout-Liste, in der wir uns für Fangshuang eintrugen und dann gingen wir hoch aus unserem Zimmer. Nach einer kalten Dusche ging ich zum Frühstück runter. Ein Tisch wurde aufgelöst und alle Beteiligten setzten sich zu uns am Tisch (inzwischen relativ leeren Tisch). Es wurde nämlich für einen Tisch weniger das Gammelgemüse serviert. Eigentlich kein Problem, da das eh so gut wie keiner frisst. Nach dem Frühstück suchte ich schnell ein paar Fotos raus und packte Sie auf meine Speicherkarte, packte meinen Rucksack und wartete auf das Meeting. Als ich aus dem Fenster schaute, waren die Kinder aus unserer Gruppe damit beschäftigt das Dach zu reinigen. Voll die Sklavenarbeit. Wenig später fand sich auch mein Shifu auf dem Dach ein und rief nach mir. Ich öffnete das Fenster und er grinste mich gewohnt an und meinte ich soll rüber zu ihm aufs Dach springen. Haha. Ich bot ihn an zu mir ins Zimmer zu springen, aber dann wollte er dann doch nicht mehr 😉 Dann ging es nach Fangshuang. Anstatt das Taxi mit 7 Personen (wie sonst auch) zu besetzen, durften auf einmal nur noch 5 Leute hinein. Am Ende mussten wir deswegen auch jeder 3 Yuan anstatt den üblichen 2 bezahlen. Den Sinn dahinter versteh ich nicht. Vermutlich hatten Sie ein Taxi zu viel bestellt und wollten es nicht wieder zurückschicken. Schnurstraks ging ich zum Supermarkt und deckte mich mit einer Flasche Ketchup, einer Flasche Cola und 2 kleinen Tafeln Schokolade ein. Nach einem kurzen Halt am Backbrotstand ging ich dann weiter zum Internetcafé (mit Christopher im Schlepptau). Nach den gewohnten Aufgaben im Internet fuhr ich dann gegen halb 11 alleine mit einem Taxi zurück, da ich schon fertig war und einfach nur noch schlafen wollte. Ich fand sofort ein Taxi, dessen Fahrer sogar von der Ferne erkennen konnte wo ich hinwollte. Er sagte mir auch direkt einen Preis. 10 Yuan. Das ist billig. Sonst bezahl ich immer 15 für die Strecke. Ich stieg ein und dann war ich mir nicht mehr so sicher, ob er nicht doch 30 meinte, da er das Handzeichen für 10 (sieht in China anders aus als in Europa; man kreuzt beide Zeigefinger) dreimal hintereinander zeigte. Ich zeigte ihm während der Fahrt einen 10-Yuan-Schein und tatsächlich wollte er nicht mehr haben. Glück gehabt… An der Schule angekommen ging ich erst mal direkt aus Zimmer

und packte meinen Rucksack aus. Ich war nicht mehr so müde wie zuvor und beschloss auf dem Dach eine meiner Kettenpeitschen auszuprobieren. Nach 5 Minuten ging ich aber schon wieder aufs Zimmer und haute mich bis zum Mittagessen aufs Ohr. Allerdings wurde ich dabei von einem lauten klopfen an der Tür gestört. Ich dachte zunächst es sei Christopher, doch als ich die Tür öffnete, kam direkt ein kleiner Chinese herein (vielleicht 5 Jahre alt) und schaute sich im Zimmer um. Dann fragte er nach irgendwas mit „Hodie“, also Max. ich sagte ihn die Zimmernummer von Max auf Chinesisch (2030 = Er Ling San Ling) und er war zufrieden und ging zu seinem Zimmer. Ich wusste aber, dass er noch in der Stadt im Resteraunt essen war. Naja, was soll’s. Ich hatte jedenfalls danach meine Ruhe. Beim Essen war es wie jeden Freitag recht leer. Ich aß eine Portion Reis und kaufte mir dann eine Cola und ging wieder aufs Zimmer, um mein Tagesbericht anzufangen. Christopher kam gegen 2 Uhr wieder und war erst mal hungrig, so dass wir uns eine Suppe machten. Im Zimmer waren es angenehme 18.5 °C und ich fror wie am Spieß. Ich will gar nicht wissen wie ich friere, wenn ich wieder in Deutschland bin. Wir schauten den Film von gestern Nacht zu Ende (Ip Man). Sehr cool übrigens, aber die Story ist ein bisschen dünn. Dann war wieder Training. Als wir aus unserem kalten Zimmer nach draußen gingen, wurden wir förmlich von der Hitze erschlagen. Mit den Kindern ging es wieder runter zur Halle und wir begannen nach dem Laufen mit gründlichem Stretchen. Heute übten wir wieder die Brücke. Nur Christopher kann Sie. Ich fall dabei immer fast auf meinen Kopf. Aber es wird langsam etwas besser. Mit ein bisschen Übung krieg ich sie bestimmt auch bald hin. Dann gingen wir die Kicks und Ma-Bu / Gum-Bu durch. Christopher und ich schwitzen wie die bekloppten und ich glaub ich habe noch nie so viel Wasser in so kurzer Zeit verloren. Mein Energieverbrauch war mindestens doppelt so hoch wie normal und mich Verliesen nach und nach die Kräfte. Max kam übrigens später nach, da er noch was zu erledigen hatte und dehnte sich lediglich. In der Pause schmiss ich mich einfach nur noch auf dem Teppich und machte gar nix mehr. Die Kinder aus unserer Gruppe kamen dann wieder zu uns und quatschen uns zu. Wir legten uns auf den Bauch und Christopher und ich ließen uns eine sogenannte „Shifu-Massage“ geben, indem die Kinder auf unseren Rücken herumliefen. Das Ganze entwickelte sich sogar zu einer richtigen Massage, da die beiden kleinen Chinesen, die die Aufgabe übernahmen, freiwillig nachlegten und dabei sogar richtig Freude hatten. Das ging die ganze Pause so (20 Minuten) und danach fühlte ich mich wie neu geboren. Wenn Sie beim nächsten Mal an der Tür klopfen, werde ich Sie garantiert rein lassen, damit Sie uns wieder massieren können. Warum bin ich da nicht eher draufgekommen. Bezahlung erfolgt dann in Form von Computerspielen (falls überhaupt nötig). Nach der Pause gingen wir unter die Brücke und hatten freies Training. Die Kinder ebenso. Ich machte zwischendurch einen Handstand auf den mit Steinen übersäten Boden und riss mir dabei die linke Hand an einen scharfen Stein auf. Es blutete stark und als Christopher das sah, erzählte ich ihn, dass ich von einer Schlange gebissen worden sei. Er glaubte es mir und meinte ich soll besser ins Krankenhaus, da Sie ja giftig gewesen sein könnte. Ich zeigte meine tropfende Hand lieber nicht meinen Shifu, da er sich sonst nur wieder Sorgen macht. Ich wusch mir das Blut an der Wasserquelle ganz in der Nähe ab und klärte dabei Christopher über die Entstehung der Wunde auf. Nach dem wir weiter unter der Brücke unsere Stöcker schwangen, zeigte ich einen der Kleinen die folgenden Teile der Stockform und dann zog innerhalb von 5 Minuten ein übles Unwetter auf. Unser Shifu rief nur noch „Go Room“, als er die dunklen Wolken in Windeseile auf uns zukommen sah und wir gingen zurück zur Halle, um Max dort vom Stretchen abzuholen. Auf dem Rückweg fing es heftig an zu Regnen und zu Gewittern. Der Himmel sah seltsam, aber schön aus. Rechtzeitig zum Unwetter waren wir wieder in der Schule und wie vermutet war der Strom natürlich weg. Ich sah kaum etwas in den Gängen oder im Zimmer, denn der Himmel war so dunkel wie nachts. Ich nah meine Taschenlampe und duschte kurz. Das Gewitter wurde immer heftiger und auch der Regen hörte gar nicht mehr auf. Schnell waren die Straßen

komplett überschwemmt und es war klar, dass das Abendtraining ausfallen würde. Vor der Schule stand über 30cm hoch Wasser und ein Ende war noch nicht in Sicht. Dann war aber erst mal Essen, das wie gewohnt stattfand. Das Gewitter wurde milder und zog vorbei und auch der Himmel klarte auf. Der Regen blieb jedoch bestehen. Nach dem ich fertig gegessen hatte, fragte ich unseren Shifu nach dem Abendtraining. Er lachte nur und meinte „Nein“. Yan Lin, der direkt danebenstand (hatte ihn gar nicht bemerkt), lachte nur. Kurz darauf holte ich meine Kamera und machte ein paar Fotos von den überfluteten Straßen. Draußen spielten die Kleinen im Regen und hatten ihren Spaß. Jin Da Bao war auch dabei, sowie der kleine dicke Junge aus unserer Gruppe. Später kam sogar das Psychokind dazu, das sich aber ungewohnt zurückhielt. Beim Meeting anschließend erfuhren wir dann, dass wir schlafen gehen konnten und kein Meeting mehr stattfindet. Der Strom war immer noch weg und alles war stock duster. Ohne Taschenlampe konnte man nichts mehr auf den Fluren erkennen. Trotzdem irrten reichlich Leute herum. Unser Shifu kam uns aufs Zimmer besuchen und sagte nochmal, dass wir schlafen können da kein Meeting mehr ist. Er konnte aber Max nicht Bescheid sagen, da er nicht die Tür öffnete. Ich sagte scherzhaft, dass er bei der Französin auf dem Zimmer ist und dann wollte er wissen wo ihr Zimmer ist. Das wusste ich jedoch nicht und ich ging auf seinen Wunsch hin mit suchen. Ich klopfte an seiner Tür und niemand öffnete. Dann trafen wir im Dunkeln noch 3 Ausländer, die ich nach dem Zimmer der Französin fragte. Keiner wusste aber Bescheid. Kurz darauf öffnete sich gegenüber von Max Zimmer die Tür und Max und die Französin kommen raus. Ich sagte nur noch „Bu Hao“ und unser Shifu war schockiert und wendete sich direkt ab und konnte nicht mehr sprechen. Ich musste Max dann erklären, dass kein Meeting mehr ist und er schlafen gehen. Die Reaktion unseres Shifus war aber sehr schockiert und er zog dann schnell von dannen, nachdem er sich bei mir bedankt hatte ihm beim Suchen zu helfe. Wieder auf dem Zimmer liehen Christopher und ich uns noch Kung Fu Panda von Harry aus und schauten die ersten 20 Minuten. Dann war nämlich der Akku von Christophers Laptop leer und wir saßen im Dunkeln dar. Ohne Klimaanlage (wurde wieder wärmer), Wasser (auch abgestellt) und Strom war es ziemlich öde und außer schlafen war nicht viel mehr möglich. Ich schrieb mit meiner verbleibenden Akkulaufzeit noch meinen Bericht zu Ende und hoffte auf Strom während ich im Halbschlaf im Bett lag.

Samstag, 14.08.2010

Die Nacht war grausam. Kurz vor dem Schlafen gehen, entdeckte ich wieder ein ekeliges und großes Insekt im Bad, das es zu töten galt. Das der Strom schon die ganze Zeit weg war, machte es uns nicht leicht. Mit einer fast leeren Taschenlampe bewaffnet jagte ich das Tier. Als Christopher mir dabei Unterstützung gab indem er mir leuchtete, fanden wir das das Kriechtier direkt neben uns am Türrahmen hocken. Christopher schrie nur noch auf und rannte voller Panik Richtung Bett, sprang hinein und strampelte mit den Beinen wie ein Baby, während er sich unter der Decke versteckte. Unser Shifu, der zu der Zeit noch auf den Gängen herumlief, hörte wohl den Schrei und klopfte bei uns an die Tür. Wir zeigten ihn das Getier im Bad und drückten ihn dazu die Fliegenklatsche in die Hand. Seine Neugier erlosch, als er das Tier entdeckte. Ein Einfaches „Ahha“ und zack; es flüchtete über den Boden zur Zimmertür. Ich konnte es jedoch noch mit einem Stampfer erwischen und erledigte das ekelige Geschöpf somit. Dann wünschte unser Shifu uns noch eine gute Nacht und wir legten uns hin, da man in der Dunkelheit und ohne Wasser oder geschweige denn der Klimaanlage eh nichts machen konnte. Es war trotz des frischen Regens viel zu warm, um zu schlafen. Zudem kamen dann die Mücken dazu, die uns bei Laune hielten. Ich weiß nur, dass ich mitten in der Nacht mehrmals aufgewacht bin und es überall juckte. Gegen 5:40 Uhr wachte ich jedoch endlich aus diesem Alptraum auf und ich vernahm die Trillerpfeife, die normal zur Erdbebenwarnung genutzt wird. Da es aber keinen Strom gab, funktionierte auch die Schulglocke nicht. Welch Schande. Ohne überhaupt richtig geschlafen zu haben zogen wir uns an und gingen runter zum Meeting. Auf dem Flur sah ich noch, wie Yuen-Shifu aus dem Zimmer eilte. Er hatte offensichtlich ebenfalls nicht gut geschlafen, denn normal müsste er schon längst beim Shifu-Meeting sein. Wir stellten uns auf und gingen anschließend zu unserer gewohnten Trainingsposition und begannen uns dann zu lockern. Währen unser Shifu sich mit den Kindern beschäftigte, durften wir laufen. Christopher hatte kein Bock und machte sich daraus einen Spaziergang. Er war sauer, weil er nicht richtig schlafen konnte. Max wollte zunächst eine Runde gehen und dann laufen. Ich lief meine 5 Runden also alleine durch und stretchte mich dann kurz an den Platten. Max blieb anschließend dabei während Christopher und ich die Stellungen durchgingen. Dann folgte Grundschule (Faust, Handfläche, usw.) und im Anschluss die geliebte Form. Während wir dann frei mit unserem Stick übten konnte, hatte unser Shifu damit zu tun, den Kindern den letzten Schliff bei der Stockform beizubringen. Dann war Trainingsende. Auf dem Zimmer gab es wie erwartet immer noch kein Strom. Aber das schlimmste war: auch kein Wasser. Das pisste mich echt an, denn ich hätte mich gerne geduscht oder zumindest die dreckigen Hände gewaschen. Stattdessen hockte ich auf dem Stuhl und wartete vergeblich auf Wasser. Ungewaschen ging ich dann wie der Rest zum Frühstück. Da es keinen Strom gab, konnten Sie scheinbar auch nicht die Brötchen auftauen und es gab stattdessen (vermutlich mit Gas) gekochte Nudeln. Eigentlich kein schlechtes Essen, aber zum Frühstück echt unpassend. Ich wollte gefälligst meine verdammten Brötchen!!! Nach dem Frühstück und somit kurz vor dem Training ging zunächst der Strom wieder an. Sogar die Klimaanlage wurde eingeschaltet (unnormal). Natürlich direkt erst mal eingeschaltet. Dazu noch unsere Computer ans Kabel geklemmt und aufgeladen. Dann kam etwas später auch Wasser dazu und ich konnte sogar meine Schüssel und meine Stäbchen abspülen. Welch ein Luxus… nein ehrlich, es wurde echt Zeit. Ich habe nämlich von Niko erfahren, dass es im Februar / März 3 Tage lang kein Strom und kein Wasser gab. Das ist ja mal echt nicht witzig. Wir gingen dann zum Training in die Halle runter. Der Regen, hatte die Halle förmlich geflutet und der ganze Boden war nass. Unter den Matten stand das dreckige Schlammwasser und quoll hervor, wenn man drauftrat. Die Teppiche wurden gestern glücklicherweise noch zusammengerollt. Wir taten was getan werden musste und nahmen den ganzen Teppich von den Matten und bauten dazu noch das gesamte Matten-Geflecht auseinander, um es zu trocknen. Unter den Matten fanden sich tatsächlich

große, dreckige Pfützen die mit dem Besen (chinesischer Bauart; also Bambusstil mit irgendwelchen dünnen Ästchen dran) weggekehrt wurden. Unser Shifu meinte dann, dass es wohl kein Training geben wird und wir hatten stattdessen „Free Practise“. Ich schwang die ganze Zeit meinen Gun und übte die Basics. Max zeigte mir noch einen simplen Trick, den ich ein wenig üben konnte. Das nächste Mal als wir unseren Shifu sahen (wir übten vor der Halle), kam er mit ALLEN Ferienkindern (also die Chinesenkinder) von der Schule. Alle waren Sie mit Waschschüsseln bewaffnet und ich ahnte was anstand. Die Matten und der Hallenboden sollten gesäubert werden. Die Kinder gingen mit unserem Shifu und ein paar anderen Shifus unter die Brücke und holten Wasser. Einige nahmen direkt ein paar Matten mit, um Sie dort abzuwaschen. Unsere Gruppe hatte freies Training (Befehl unseres Shifus). Einige aus der ach so fleißigen Gruppe von Yuen meinte darauf, dass wir faul wären und nicht helfen würden. Ich sagte dazu nur so viel: Wer hat denn die letzten 3x Unkraut jährten dürfen? Unsere Gruppe. Und wo war die Gruppe von Yuen? Unter der Brücke, am Pause machen. Es ist nur mehr als fair, dass Sie jetzt mal an der Reihe sind. Vor allem der Hippie-Australier Pip moserte rum. Ist schon blöd, wenn man sich nicht immer drücken kann, ne? In Gegensatz zu Yuens Team hatten wir zudem Training und nicht Pause. Nach ein paar Stunden war das Geschehen vorbei und wir gingen wieder zurück. Wieder kein Wasser… aber nach 30 Minuten warten wurde es dann doch wieder angestellt. Ich konnte endlich duschen und dann ging es zum Essen. Mit einer größeren Schale bewaffnet machte ich mich an den Reis. In meiner normalen passt nämlich nicht viel rein und es ist auch schwieriger draus zu essen, ohne alles daneben zu werfen. Nach dem Essen schauten Christopher und ich noch Kung Fu Panda von gestern zu Ende. Ich zog schlafen dem Bericht schreiben vor und holte es aber nach einer guten Stunde Schlaf nach. Während wir den Film guckten klopften übrigens wieder die Kinder an der Tür und riefen dazu unsere Namen. Diesmal unermüdlich und laut. Dennoch machten wir nicht auf, da wir sie sonst bis zum Training nicht mehr losbekommen hätten. Meine aufgeschlitzte Hand sieht im Moment schlimmer aus als es wahrscheinlich ist. Nach einem Schläfchen klopfte es noch einmal an der Tür. Da es eh nur noch 20 Minuten bis zum Training waren und wir beide bereits geschlafen hatten, machten wir auf. Sofort kam ein kleiner Chinese (ca. 5 Jahre) hinein, schaute sich um und entdeckte das Cover von Kung Fu Panda, dass er ganz gebannt anstarrte und irgendwas in Chinesisch sagte, was wir nicht verstanden. Als ich nach der offenen Tür schaute, sah ich einen noch kleineren Chinesen (3 bis 4 Jahre alt). Die kleinste Kleidergröße der Trainingskleidung war ihm zu groß und hing nur so an ihn herab. Der andere kleine Junge zog ihn hinein, da er zu schüchtern war das Zimmer von selbst zu betreten. Die beiden standen da und schauten sich zu zweit das Cover an. Als ich Fotos machte, bekam die Kamera das gesamte Interesse. Ich erlaubte ihn ein paar Fotos zu machen und dann klingelte es zum Meeting. Sofort stürmten die beiden aus dem Zimmer und wir folgten ein paar Minuten später, nachdem wir uns umgezogen hatten. Gemeinsam gingen wir zur Trainingshalle. Wir warteten vor der Halle und hatten dann sozusagen wieder „Free Practise“, denn die Halle wurde von den Shifus, und vor allem den Kindern, wiederhergerichtet (also Matten aufbauen, Teppich drüber und sowas). Nach einer guten Stunde und vielen Stockschwingen und rumalbern mit Christopher, Max und ein paar der Kinder (Stockwerfen z.B.) ging es dann los. Alle fanden sich in der Halle ein und setzten sich hin. Eine Generalprobe der Performance stand an. Es wurden Tische aufgebaut, Lautsprechersysteme und allerhand mehr. Es ging zunächst damit los, dass einige etwas auf Chinesisch / Englisch vorlasen. Dann folgte die Schulaufführung der ganz Kleinen (sehr süß) und gefolgt von den ersten Gruppen (Yuen), die Formen aufführten. Nach der Tai-Chi-Gruppe (bestehend nur noch aus Harry), die eine Form aufführte, ging unsere Gruppe mit unseren Shifu vor die Tür und wärmten uns 1 Minute auf, während die Fortgeschrittenen Kinder (unter anderem Jin Da Bao) eine Form vorführten. Das Aufwärmen bestand aus dem Rausgehen aus der Halle. Dann war es nämlich schon so weit und wir stellten uns auf. Unerwartet begannen wir mit

Fauststößen und Handflächenschlägen, die ebenso unerwartet gut klappten (verdammt schnell). Dann liefen wir mit den Kindern die Shao-Form durch. Dann waren die Kinder mit ihrer Stockform dran. Anschließend wir Drei mit unserer Stockform. Bis auf die Tatsache, dass ich etwas hinterher hing, da ich den Startschuss verpasst habe, lief alles super. Christopher meinte am Ende jedoch, dass er total versagt hat und sogar den Stock verloren hat. Er klang sichtlich unzufrieden und hatte schon die Befürchtung, dass unser Shifu ihn nicht mehr ins Gesicht schauen kann nach dieser Schmach. Aber alles halb so wild 😉 Nachdem die anderen Kindergruppen ihre Formen gezeigt hatten, ging es richtig zur Sache. Die Shifus zeigten was sie drauf hatten und das war einiges. Eine solche Show hatte ich noch nie zuvor gesehen. Diesmal zogen Sie all ihre Techniken und Akrobatik durch, was wunderbar anzuschauen war. Der Deutschland-Trikot-Shifu ging auch Mega ab. Hätte ich nicht gedacht, dass er doch so akrobatisch ist. Auch die anderen Shifus waren super. Ich erfuhr von Soltan, einen Engländer mit Iranischen / irakischen Wurzeln, dass er sich beim Sanda (Rolle machen) die Schulter, den Arm oder das Schlüsselbein gebrochen hat und er im Krankenhaus war deswegen. Im Krankenhaus von Fangshouan, wo er zunächst war, sagten Sie ihm, dass es tatsächlich gebrochen ist, er aber seinen Arm ohne Probleme weiterbenutzen kann. Im zweiten Krankenhaus in Jiaozou, sagten Sie aber, dass er auf keinen Fall seinen Arm benutzen soll. Ich glaube Vorschlag Nummer 2 ist deutlich gesünder. Soltan nahm es aber mit Humor. Ein ganz netter Kerl. Er sagte auch, dass er sich freut unsere Formen morgen zu sehen. Naaaja, so toll sind Sie ja auch nicht. Jedenfalls war danach die Show zu Ende und wir brachen wieder zur Schule auf, grüßten ab und dann ging es nach einer Dusche zum Essen. Wieder gab es Nudeln. Diesmal fand ich es nicht so schlimm. Anschließend gab es sogar im Anschluss Brötchen. Da bleibt man doch gerne länger. Als ich mir eine Cola kaufen wollte, kam ich mit der Freundin des Second-Headmasters ins „Gespräch“ (Sie kassiert das Geld, wenn man was kauft). Sie heißt Fiona und es gibt im Moment keine Räucherstäbchen gegen die lästigen Mücken mehr. Dafür aber später. Aber nicht morgen. Also entweder heute Abend oder ab Übermorgen. Das war mir dann doch nicht ganz klar. War aber schon lustig. Dann war Abendtraining. Unser Shifu war diesmal nicht da (warum auch immer) und wir gingen mit Yuen und seiner Gruppe los und fingen an zu laufen. Heute schenkte ich mir das Laufen mal, da ich ja morgen Frisch für die Performance sein muss. Stattdessen machten Christopher, Harry und ich einen Spaziergang und unterhielten uns. Wir nahmen uns vor, am Dienstag zur Massage in Jiaozou zu gehen, wo Harry, Christian und die beiden Engländer beim letzten Mal waren. Nach dem Dehnen hantierte ich mit meinem Schwert rum und gesellte mich dazu zu Christopher der an seiner Stockform feilte (nach der unendlichen Schmach heute). Im Anschluss spielte ich noch mit Jin Da Bao ein bisschen Metzeln (er schnetzelte alles mit meinem Schwert nieder, dass sogar schießen kann 😉). Sehr lustig der Kleine. Immerzu spielt er mit Waffen. Dann war das Training zu Ende und wir hörten unseren Shifu vom Eingang der Schule rufen. Wir grüßten ab und sollten uns davor noch bei einigen der Kinder mit Umarmung verabschieden, da Sie morgen die Schule verlassen. Einige Kinder meint hier ca. 5 oder 6. Der Rest (ursprünglich waren es nur 2, die länger bleiben wollten), also etwa 10, bleiben jetzt doch für 1 Jahr. Verrückt!

Wir nahmen die Kinder in den Arm (bzw. Sie uns, denn Sie nutzen die Chance und sprangen uns an wie die Hunde) und sagten „Good Bye“. Schon ein bisschen traurig. Wir waren keine 5 Minuten auf dem Zimmer und schon klopfte es wieder. Einer der Kleinen stand vor der Tür und wollte hinein. Wir ließen ihn rein, aber wussten nicht, ob es eines der Kinder war, die Morgen abreisen oder eines das für 1 Jahr hierbleibt. Es faselte wieder irgendwas auf Chinesisch, dass wir nicht verstanden und dann guckten wir zusammen mit dem Kind „Avatar“, den sich Christopher von Harry ausgeliehen hat. Während ich duschte und mich Bettfertig machte und meinen Tagesbericht schrieb, schlief der Kleine in Christophers Bett ein. Gegen 22 Uhr entschlossen wir ihn dann aber zu wecken. Tja… Fehlanzeige.

Der Kleine schlief wie ein Stein. Alles rütteln und schütteln half nichts und so entschlossen wir ihn rauszutragen. Wir überlegten noch, wie das wohl aussehen mag, wenn wir mitten in der Nacht ein Kind auf dem Armen durch die Halle schleppen würden. Zunächst versuchte Christopher sich. Beim Heben hat er sich jedoch überschätzt und er war ihn zu schwer. Nach kurzem rätseln, was man denn noch machen konnte, entschied ich ihn zu tragen und hievte ihn auf meine Arme. Also soo schwer war er jetzt nicht. Ich vermute so um die 20 bis 25 KG. Als ich gerade aus der Tür hinaus ging, wachte er langsam auf und war total benommen. Auf halben Weg zur Treppe meinte er dann nur noch „Ok, Ok, ok…“ und ich ließ ihn runter. In dem Moment kam Yan Lin die Treppe hoch und schaute ganz komisch rüber. Ich ging so als ob nichts wäre zurück ins Zimmer und sah noch, dass Yan Lin den Mini etwas fragte. Vermutlich sowas wie „Warum bist du noch nicht im Bett?“. Christopher und ich kamen aus dem Lachen nicht mehr raus und mussten erst einmal tief durchatmen. Warum muss das immer uns passieren. Jedenfalls schrieb ich denn in Ruhe meinen Bericht zu Ende und ging schlafen. Wie gesagt steht morgen die große Performance an. Bin ja mal gespannt.

Sonntag, 15.08.2010

Der Tag beginnt gespannt mit dem Morgentraining. Noch war alles recht normal. Unser Shifu hatte recht gute Laune und man merkte, dass die Kinder sehr bald gehen würden, denn er schrie die Kinder nicht mehr so an wie zuvor. Er scherzte noch mit den Kindern, indem er mit dem Knie vorwärts auf einen der älteren, dicken Jungen zusprang und dabei lachte. Ich glaub er wollte damit auf seine Art sagen, dass er Sie vermissen wird. Wer aber alles geht wird sich erst später raustellen, da gestern Abend ja auf einmal nur noch 6 Stück gehen wollten. Wir marschierten erst eine halbe Runde mit den Kindern zusammen und begannen dann das Laufen. Die vielen Touristen und Busse machten es schwer einen Weg zu finden, ohne einen Touristen umzurempeln oder vor einem Bus zu laufen. Christopher kam übrigens später dazu, da er seit langem mal wieder einen Durchfall-Angriff bekam. Als er nach dem Dehnen dazu kam, entschuldigte er sich nur noch bei unseren Shifu, der darauf nur sagte „I know, Thomas speak". Es folgte ein Lachen. Wir gingen die Stellungen durch und unser Shifu sagte uns dann, was wir heute machen müssen: Faustschläge, Handflächenschläge, Ma-Bu mit Faustschlägen, Shao-Form mit den Kindern zusammen und die Stickform alleine. Die Kinder sollten Sie dann separat laufen. Wir übten also alles, was wir uns vorgenommen hatten mit Ausnahme der Stockform. Denn ein paar Minuten vor Ende sammelten sich alle und alle Schüler sollten sich auf dem Platz verteilt aufstellen. Nachdem ein bisschen herum justiert wurde, wurden ein paar Fotos gemacht (wir sollten unter anderem alle in Ma-Bu gehen) und dann war das Training zu Ende. Was ich vergessen habe zu erwähnen ist, dass als ich heute Morgen zum Meeting runterkam, trugen alle Shifus ein einheitliches, gelbes Polo-Shirt mit der Aufschrift „Shao Lin Kung Fu". Sehr schön. Dann war erst mal wieder Frühstück. Nach meinen 5 Brötchen ging ich wieder aufs Zimmer hoch und Christopher beschloss, dass er einen Haarschnitt brauchte. Also schnell den Haartrimmer geschnappt und aufs Dach gespurtet. Denn viel Zeit blieb uns ja nicht mehr. Christopher hockte sich auf einen Stein und ich begann. Nach nicht einmal der Hälfte, versagte aber der Akku, da wir ihn nicht aufgeladen hatten. Also wieder aufs Zimmer runtergegangen und aufgeladen. Machte jedoch keinen Sinn, da er einfach nicht genug Power bekam. Ich bin dann bei Francois fragen gegangen, aber sein Rasierer ist kaputt. Ich ging dann runter in die Eingangshalle und fand unseren Shifu und gab ihn Bescheid, dass uns der Akku beim Rasieren ausgegangen ist. Er ging mit mir zu Yuen Zimmer und borgte sich Yuens Haartrimmer. Die ganzen Chinesen haben heute nämlich auch alle einen neuen Haarschnitt (Glatze) bekommen. Als er Christopher mit halber Frisur sah, musste er aber zunächst einmal laut lachen. Er schloss den Rasierer ans Stromnetz an und rasierte Christopher den Kopf, der sich über den Mülleimer beugte. Dann wurde es langsam Zeit. Unser Shifu verlies das Zimmer und ich versuchte mein Haar auch noch etwas mit Christophers leeren Rasierer nachzuschneiden. Nach 30 Sekunden war der Akku aber sowas von erschöpft, dass ich es aufgab. Zum Glück sah man das Unglück bei mir nicht so, da meine Haare eh sehr kurz sind. Dann war es auch schon Zeit, denn es klingelte. Wir zogen uns an und packten unsere Kameras ein. Beim Meeting war alles noch wie gewohnt. Wir gingen gemeinsam zur Trainingshalle und die Kinder aus unserer Gruppe durften wieder Stühle schleppen. Vor der Halle angekommen, sah man dann die ersten Eltern, die sich wie ganz normale Chinesen verhielten. Irgendwie langweilig. Ich habe irgendwie was anderes erwartet. Jedenfalls setzten wir uns dann hin, während die Shifus und das andere Personal alles soweit aufbauten. Die Lehrerinnen waren auch in der Halle anwesend und trugen wie die Shifus ein einheitliches Shirt in rosa. Nach und nach trudelten immer mehr Eltern ein, die auf den mitgebrachten Stühlen platznahmen. Dann begann die Show auch und alles verlief soweit nach Plan. Das meiste kannten wir ja schon, da es wie gestern bei der Generalprobe ablief. Zunächst waren wieder die Kinder dran mit ihrer Englischvorführung. Zuvor wurden noch ein paar Reden gehalten, die man kaum verstand, wenn man Sie denn überhaupt verstand. Nach der Kindershow begann

Yuens Gruppe mit ein paar Formen. Dann kam Harry mit Tai Chi dran und kurz darauf wir. Ich übergab die Kamera an Ben, der freundlicherweise für mich weiterfilmte, während wir uns draußen vorbereiten sollten. Nach 2 Minuten Vorbereitungszeit stellten wir uns auf und gingen in Reih und Glied in die Halle. Wir begannen mit Fauststößen und fuhren mit den Handflächenschlägen fort. Dann kam Ma-Bu mit Faust dran. Dann unsere Shao-Form, die wir mit den Kindern zusammen auf Kommando liefen. Alles soweit ganz gut. Dann waren die Kinder mit ihrer Stockform dran. Anschließend wir… jedoch nicht Christopher. Er hat zuvor mit unseren Shifu gesprochen, dass er lieber nicht laufen möchte. Als unser Shifu fragte warum, sagte er nur „My Stickform bu hao“. Als unser Shifu dann noch mal kurz vor unserer Vorführung nachhakte, und Christopher bestätigte, dass er nicht laufen möchte und dabei sagte, dass seine Stockform schlecht ist, klopfte unser Shifu Christopher nur auf die Schulter und meinte „I know“. Hihi. Lustig war’s aber. Max und ich liefen unsere Stockform. Bis auf die Tatsache, dass Max kein Platz hatte, war alles ganz okay soweit. Er meinte ich rückte ihn zu sehr auf die Pelle, da ich ja weiter links hätte stehen müssen. Das hätte aber nichts an der Tatsache geändert, dass ER auf seiner Seite mehr Platz gehabt hätte. Denn zu seiner rechten war kein Platz und nicht zu seiner linken. Er war sichtlich angepisst und gab mir die Schuld für seine angeblich verhunzte Form. Bleib mal locker auf dem Hocker, Max. Die Restliche Show wurde durchgezogen und ganz zum Schluss legten die Shifus los. Kung Fu vom feinsten war zu sehen. Von allem habe ich ein Video gemacht. Erst Akrobatik (Salti, Schrauben, Kicks, Sprünge, …), dann zwischendurch immer wieder Kung-Fu oder Tai-Chi-Formen (solo und mit mehreren Shifus synchron) und dann ging es mit Qi Gong weiter. Ein Shifu zeigte, wie er 2 Eisenstangen an seiner Stirn zertrümmert und ein anderer Shifu zerlegte drei Backsteine mit der Handkante. Respekt. Backsteine sind ein ganz anderes Kaliber als Holzbretter. Dann war unser Shifu an der Reihe. Er sammelte sein Chi, zog sein Shirt aus und wurde von den anderen Shifus hochgehoben und auf 4 Speeren gehievt. Ein Speer verrutschte dabei und man sah an seinem Gesichtsausdruck, dass es ziemlich weh getan haben musst. Aber dann ging doch alles glatt und unser Shifu landete sicher auf dem Boden. Nach einigen Formen war die Performance vorbei und die Kinder erhielten eine Art Zeugnis. Leider war alles in Chinesisch und ich konnte nichts lesen. Es waren übrigens nicht so viele Eltern gekommen, wie ich erwartet hatte. Wenn man bedenkt, dass hier nahezu 70 - 80 Kinder waren sind verhältnismäßig wenige Eltern erschienen. Würde sagen um die 30 – 40. Liegt vielleicht daran, dass die meisten jetzt doch für 1 Jahr bleiben. Wir gingen dann wieder zur Schule hoch und hatten bis zum Mittagessen Pause. Nach einer kurzen, kalten Powerdusche (Dusche mit Druck in der Wasserleitung; ist hier nämlich meist nicht der Fall) schaute ich die Videoaufnahmen an und begutachtete unter anderem meine Formen. Gar nicht so schlecht wie ich gedacht habe. Zum Mittag gab es wieder Reis und ansonsten passierte eigentlich nichts Besonderes. Nach dem Essen schauten Christopher und ich dann Avatar weiter und ich schlief dabei ein. Irgendwann machte Christopher dann auf Pause und schlief ebenfalls. Ich stellte mir sogar den Wecker, um meinen Tagesbericht noch schreiben zu können, bemerkte aber später, dass mein Handywecker auf Deutsche Zeit eingestellt war, ich aber die chinesische Zeit angab. Ich wunderte mich also, warum es nicht klingelte. Trotzdem wachte ich rechtzeitig auf und schrieb los. Leider wurde ich nicht rechtzeitig bis zum Training. Ich bewaffnete mich nur mit dem Schwert, da unser Shifu uns ja versprochen hatte uns die Formen zu zeigen, wenn die Kinder nach Hause fahren. Zum Trainingsbeginn waren tatsächlich keine bzw. kaum noch welche da. Es war richtig leer. Lediglich 2 kleine Kinder waren noch da. Am Dienstag kommen noch zwei weitere, die für ein Jahr bleiben. Als wir zur Halle aufbrachten, fragte uns unser Shifu ob wir zum Yuntai Mountain wollten. Jetzt. Der Pan-Shifu mit seinem chinesischen Schüler ging nämlich und fragte unseren Shifu wohl, ob er mitwollte. Wir stimmten zu und eilten zur Schule zurück, um unsere Waffen abzulegen und unsere Kameras zu holen. Wir gingen zur Bushaltestelle und ich filmte Jin Da

Bao, wie er wieder Abschießen spielte. Demnach waren wir alle schon dreißig Mal tot. Wir stiegen in den Bus ein und fuhren los. Wir waren eine kleine Truppe. Nur Max, Christopher, unser Shifu, die zwei verbliebenden Kinder aus unserer Gruppe, der Pan-Shifu, der Aerial-Chinese, Jin Da Bao, der kleine Uhren-Chinese und natürlich ich. Wir stiegen wieder oben am See aus, wo man nicht bezahlen musste und gingen über dem Damm. Wir setzen uns auf die Mauer und machten Fotos. Ich musste dabei auf Jin Da Bao aufpassen, der Angst hatte runterzufallen. Dann spielte er mit meiner Kamera und machte etwa jede Sekunde ein Foto. Auch die Touristen blieben nicht verschont. Die fanden es aber süß, wie der Kleine wie besessen Fotos von ihnen schoss. Dann gingen wir zurück zur Bushaltestelle und machten noch ein paar Fotos. Leider mussten wir dann schon mit den Pan-Shifu aufbrechen, da wir ja noch Chinese-Class hatten ☹ Unser Shifu blieb mit dem Rest noch da. Zudem trafen wir auch noch 3 andere Shifus (Deutschland-Trikot-Shifu, Bad Boy-Shifu [weil er so aussieht wie ein Bad Boy in einem Kung Fu Film] und Boygroup-Shifu). Das Psychokind (alias Strange Kid) war auch dabei. Sie blieben noch ein Weilchen da und schossen Fotos. Mein Shifu fragte mich, ob ich ihn meine Kamera ausleihen konnte. Ich überließ ihm meine Kamera und wir fuhren mit den Pan-Shifu zurück zur Schule. Max quatsche ein bisschen mit dem Pan-Shifu und wir erfuhren, dass er 19 ist und dass die meisten Shifus zusammen im Shaolin-Tempel Kung Fu trainiert haben. Als wir ankamen hatten wir erst mal noch eine halbe Stunde Zeit bis zum Unterrichtsbeginn. Christopher und ich aßen Eis und schauten Avatar weiter. Dann waren wir zu faul, um zum Unterricht zu gehen und blieben einfach da und guckten zu Ende. Kurz vor Unterrichtsende klopfte es an die Tür und unser Shifu stand davor mit meiner Kamera in der Hand. Er fragte mich aber zunächst „No Chinese Class?“. Mir fehlten die Worte. Ich sprach spontan „Sleeeeeep“ und deutete auf Christopher, der wie angewurzelt im Bett lag. Unser Shifu kam herein und fragte Christopher das ganze nochmal. Er meinte dann, er wäre die ganze Zeit auf Toilette gewesen. Er verpasste Christopher einen Klaps auf dem Hintern und kniff ihn wie ein Baby in die Wangen und lachte dabei. Dann war das Übel vorbei und ich blieb verschont 😉

Wir klärten noch ab, dass wir morgen Nachmittag in die Berge gehen mit der Shaolin-Kleidung, die wir uns noch besorgen mussten. Zum Essen berichteten wir Harry und Max davon, die nur blöd lachten. Nach dem Essen kauften wir uns jeder noch zwei Eis, die es erst mal zu essen galt. Dann war Training. Unten erfuhren wir, dass kein Training stattfindet und stattdessen der Film von heute geguckt wird. Wir harkten bei unseren Shifu noch wegen der Mönchskleidung nach, die es zu kaufen galt und er schickte uns schnell auf unsere Zimmer hoch, um Geld zu holen. Wir spurteten (wirklich!) los und holten Geld. In der Waffenkammer suchte uns unser Shifu die passenden Größen heraus und gab uns zu der orangenen Kleidung ein Paar gelbe Überziehstrümpfe, einen Gürtel und ein langes Band für die Füße. Ich kaufte mir bei der Gelegenheit eine Peitsche dazu und wir bezahlten beim Finanzmeister. Wir brachten unser Zeug uns Zimmer und gingen runter in den Speisesaal wo der Fernseher aufgebaut war und alle schon gespannt zuguckten. Wir setzten uns dazu und schauten uns die Videoaufnahme an. Christopher verpasste Mao, der auf allen 10-Yuan-Geldscheinen (Naja, eigentlich auf ALLEN Scheinen) abgebildet ist eine Schönheits-OP, indem er ihn so faltete, dass man seine dicken Backen nicht sah. Sehr schön. Dann war der Film zu Ende und wir grüßten ab. Auf dem Zimmer probierte ich erst mal die Peitsche auf und schwang Sie herum. Der Knall, der dabei erzeugt wurde, war laut genug, um das Licht im Badezimmer anzumachen. Man muss nämlich immer laute Geräusche von sich geben, um das Licht einzuschalten und anzubehalten. Ich schwang die Peitsche aber außerhalb des Bads. Es knallte also ordentlich. Dann probierten wir unsere Mönchskleidung an. Es dauerte eine Weile, bis wir das System verstanden und dann gingen wir auf den Flur, um Max zu besuchen. Problem war, dass wir uns nicht sehen lassen wollten, da es irgendwie bestimmt lächerlich ausgesehen hätte. Wir versuchten den Flur entlang zu schleichen, wurden dabei aber immer wieder

gestört, da die Shifus wohl eine Art Party feierten. Zumindest hörte man laut Musik von einem Ende des Ganges und ständig Shifus hin und her rennen. Nach ein paar Minuten gaben wir es auf, da wir es wirklich nicht riskieren wollten damit gesehen zu werden. Morgen wird es sich aber nicht vermeiden lassen…

Wir waren bei der ganzen Aktion nicht sehr leise, da wir uns immer wieder auf den Gang schubsten und die Tür schlossen, um uns gegenseitig erwischt werden zu lassen. Mit lauten lachen in Verbindung, klopfte es dann an unserer Tür, als wir grade aufhörten. Unser Shifu stand davor mit einem der Kinder aus unserer Gruppe. Er kam herein und wir erzählten uns fast eine ganze Stunde 6was. Hier ein paar Ausschnitte:

Sein Bruder ist tatsächlich der „berühmte“ Ocean-Shifu.

Er kommt ursprünglich aus einer anderen Provinz und sein Vater hat dort ein Haus (gebaut?).

Unser Shifu fragt seine Eltern immer, wenn er Geld brauch, da er selbst kaum was hat.

Er ist sehr traurig, wenn wir die Schule verlassen und nach Hause fliegen. Wir sollen ihn unbedingt Emails schreiben und bald wiederkommen. Er ist aber froh, dass die ganzen kleinen Kinder endlich nach Hause gefahren sind.

Er ist mit einem der Kinder aus unserer Gruppe auf einem Zimmer. Er hat den Kleinen übrigens mitgebracht und er kann schön Flöte spielen. Der Kleine meint aber, dass er nicht gut spielt, was meiner Meinung aber nicht stimmt. Unser Shifu schickte ihn seine Flöte holen und wir bekamen sogar ein kleines Konzert.

Er hakte nach, ob es uns hier gefällt und ob wir wirklich wiederkommen wollen.

Er meinte auch, dass man im Kindesalter am schnellsten Flexibel wird und es auch bleibt, wenn man nicht aufhört sich zu dehnen. Das stimmt auch. Nach 3 Jahren Kung Fu, sieht es zudem „beautiful“ aus.

Morgen begleitet er uns wohin wir wollen, um Fotos zu schießen. Wir sollen aber unsere Waffen mitnehmen. Übrigens: er korrigierte noch unsere Kleidung, die wir teilweise falsch bzw. unschön angelegt hatten.

Wir sprachen noch über Geld und Essen: In China gibt es viel einfaches Essen für wenig Geld und in Deutschland (das wusste er von seinem großen Bruder, der offenbar gerne Steak isst) ist es umgekehrt.

Yuen ist übrigens 24. Und unser Shifu hat am 01.09.1990 Geburtstag. Einen Tag später reisen Max und ich ja schon ab.

Leider fällt mir grade nicht mehr ein aus dem Gespräch. Es war aber sehr lange und ich hätte nicht gedacht, dass er so lange auf unserem Zimmer bleiben würde. Der Kleine ist schon vorher abgedampft, da er müde war. Gegen 20 nach 10 verließ uns auch unser Shifu.

Er mag uns wirklich sehr und wir (ich zumindest) ihn auch. Ich werde ihn sicher sehr vermissen, wenn ich wieder nach Hause fliege. Schon irgendwie traurig. Ich spielte für einen Moment mit dem Gedanken mein Studium um 1 Jahr aufzuschieben und einfach hier zu bleiben. Aber das ist glaub ich

keine so gute Idee. Ich denke ich werde einfach so bald wie möglich wiederkommen. Immerhin möchte ich schon gerne nach Hause. Andererseits würde ich auch gerne hierbleiben. Als unser Shifu unser Zimmer verließ, machte ich mich an meinen Tagesartikel, der immer noch nicht fertig war. Ich hing gut nach und hatte einiges von heute aufzuholen. Christopher und ich alberten noch ein bisschen mit unserer Mönchskleidung herum, versuchten Brücken und allerhand. War auf jedenfalls sehr lustig. Als ich nichts ahnend im Bett lag und meine Texte weiterschrieb, zeigte mir Christopher die verdammt dreckige Unterseite des Pümpels und mir kam fast die Kotze hoch. Ich verkroch mich unter der Decke und als ich nach ein paar Sekunden wieder schaute, hielt er ihn mir immer noch vor die Augen. Ich schrie und verkroch mich wieder. So gemein mir sowas fieses anzutun. Aber kurz darauf rächte ich mich als ich zur Toilette ging kam ich mit dem Pümpel in der Hand zurück und hielt ihm die appetitliche Unterseite vor die Augen. Rache ist süß. Dann schrieb ich endlich zu Ende und legte mich schlafen. Es war kurz vor 12 und ich war müde. Heute war ein toller Tag und morgen wird vielleicht noch besser.

Montag, 16.08.2010

Nach nur 5 ½ Stunden Schlafenszeit klingelte mich die Schulglocke wach. Schnell gingen wir zum Meeting und ich war ein wenig überrascht, denn es war ganz schön leer geworden. Neben uns drei waren noch 2 Kinder dabei. Ein anderer Kinder-Shifu hatte fast seine ganze Gruppe behalten. Wir machten uns warm und gingen dann alle zusammen zum Berg, den es hoch zu rennen galt. Das hatte ich ganz vergessen… Zudem war die Luft heute sehr kühl. Ich fror beinahe schon. Unser Shifu trug sogar einen Pullover. Wir rannten den Berg hoch und ich habe Vollgas. Oben angekommen, tat mir dann aber mein Hals weh von der ganzen kalten Luft, die ich eingeatmet hatte. Es fühlte sich an, als ob meine Luftröhre angeschwollen war. Es schmerzte die ganze Zeit, aber als ich wieder mit den beiden Kindern aus unserer Gruppe unten ankam, war es wieder besser. Nach 20 Kniebeugen und 20x Rumanda gingen wir zur Schule zurück und trainierten Ma-Bu / Gum-Bu in allen Variationen. Unser Shifu war nicht wie sonst so aggressiv drauf. Selbst mit den verliebenden zwei Kindern ging er freundlich um. Sie waren nun Bestandteil unserer Gruppe und bekamen kein gesondertes Training mehr. Wir ergänzten Ma-Bu und Gum-Bu um eine mir neue Technik wobei man in den Pu-Bu geht. Dann war das Training beendet und wir gingen zum Frühstück. Ben und Niko (teilen sich seit über 5 Monaten ein Zimmer) saßen mit am Tisch. Ben verlässt die Schule in 2 Tagen und ist froh, dass er Niko dann endlich los ist. Er wird nämlich schnell nervig und rafft so einiges nicht auf Anhieb. Nach dem Frühstück aß ich noch ein Wassereis (die Verpackung ist wirklich gut, denn man isst es wie aus einer Tube Zahnpasta. Cooles Gefühl; fast wie Slush-Eis) und Christopher 3. Christopher ist echt süchtig nach dem Zeug. Unser Shifu bemängelte das gestern Abend auch und hat ihn eigentlich verboten das zu essen, weil er meint, dass das der Grund für seine vielen Stuhlgänge sind. Deswegen musste ich es vorbei an unseren Shifu ins Zimmer schmuggeln. Ich stutzte mir dann den inzwischen recht langen Bart auf 6mm und war damit bereit für das Fotoshooting heute Nachmittag. Dann begann das (freie) Training. Ich tapte mir wieder die Finger und die Wunde zu und schnappte mir mein Jian (Schwert). Unser Shifu zeigte mir dann nochmal gründlich die Basics, die ich üben sollte. Christopher zeigte er neue Bewegungen der Stockform und Max durfte ebenfalls die Basics mit dem Säbel üben. Ein Basic move war der Stich, bei dem die Klinge einen Knall in der Luft erzeugen soll. Die Details, wie die Stellung, die Position der zweiten Hand und das zurückziehen der Klinge waren wichtig und wurden genau kontrolliert. Auch den Wirbel übte ich. Mir fiel dann dank Max auf, dass ich einen anderen Wirbel machte als unser Shifu. Ich haute nämlich noch eine weitere Umdrehung hinein. Das ist schneller, sieht aber nicht perfekt flüssig aus. Ich eignete mir darum den flüssigen Wirbel an und war froh, nun beide zu können. Nach 1 ½ Stunden war das Training zu Ende und wir gingen aus Zimmer. Unser Shifu besuchte uns wieder und wir zeigten ihn die Fotos, wo Christopher und ich in den Yuntai-Bergen waren. Zudem fragte er nach einer Kopie der Bilder von gestern, die wir ihn natürlich überließen. Dann war Buddha-Class und wir mussten quasi hin, da unser Shifu uns dazu aufgefordert hatte. Als wir uns aufstellten, sahen wir aber nirgendwo Max. Die Französin wurde von Yuen herbeigerufen und Sie meinte dann, dass Sie nicht zur Buddha-Class geht. Christopher und ich vermuteten dasselbe: Max ist bestimmt bei der Französin im Zimmer. Wenn das unser Shifu erfährt… Max Bu Hao. Wir zogen die Buddha-Class durch und ich fing anschließend meinen Tagesbericht an. Bei der Buddha-Class war heute nicht viel los. Gut so, denn so war eher Ende, weil sich nicht so viele Verbeugen mussten. Christopher lieh sich „Der Herr der Ringe“ von Harry aus und wir legten los mit Teil 1. Ich schlief dabei wieder ein und wachte gegen halb. Um 3 machten wir uns dann fertig und zogen unsere orangene Mönchskleidung an. Christopher kaufte sich noch ein neues Paar Schuhe von Feivue und mit 15 Minuten Verspätung war er dann so weit angezogen. Max kam noch kurz vorbei und fragte, ob wir und schon umziehen. Als ich die Tür öffnete, hatte ich mich bereits passend umgezogen und das beantwortete seine Frage. Als alle anderen schon zur Trainingshalle

aufgebrochen sind, konnten wir uns endlich raus wagen und kassierten nicht so viele seltsame Blicke. Nur ein paar Chinesen in der Eingangshalle sahen uns. Unser Shifu schickte eines der Kinder los, um seine Kleidung aus dem Zimmer zu holen. Dann gingen wir mit 2 Kindern, dem Bad-Boy-Shifu, der die ganze Zeit grinste unserem Shifu sowie 2 Chinesinnen zur Bushaltestelle. Wenige Minuten später, als wir auf den Bus warteten, kam ein Chinese von der Bushaltestelle gegenüber zu uns und wollte ein Foto mit uns machen. Christopher und ich, die als Mönche „verkleidet“ waren (Max hatte sich doch noch nicht umgezogen, sondern nur die Hose unter seiner Hose an und unser Shifu trug seine Tracht in einer Plastiktüte mit sich) mussten als für ein Foto mit dem Tourist herhalten. Dann kam auch schon der Bus und wir stiegen mit all unseren Waffen ein. Die Touristen gucken uns die ganze Zeit blöd an, aber das waren wir ja schon gewohnt. Einmal weil wir Ausländer waren und einmal, weil wir aussahen wie Shaolin-Mönche. Auf der Busfahrt durch die Berge erzählte mir mein Shifu, dass die Frauen, die mitgekommen waren (sie saßen übrigens einfach bei uns in der Eingangshalle) hier sind, weil Sie Ausländer mögen. Klingt etwas skurril aber nun gut. Dann erzählte er uns noch, dass er nicht schwimmen kann. Ha! Ich wusste es! Meine Vermutung, dass der Großteil der Chinesen nicht schwimmen kann, hat sich somit bestätigt. Denn der Pan-Shifu kann auch nicht schwimmen. Wir stiegen an einer Bushaltestellte mitten auf der Strecke zum Eingangsbereich des Parks aus und liefen an einem Fluss entlang. Wir kletterten darauf eine Felswand hinunter und machten vor einer Schlucht mit dem Fluss im Hintergrund Fotos in verschiedenen Posen. Max und unser Shifu zogen sich um dazu um, während der Bad-Boy-Shifu die Fotos schoss. Die Chinesinnen blieben mit den Kindern oben und beobachteten das Geschehen. Die steile Felswand runter und wieder rauf zu klettern, wäre ihnen nicht zumutbar gewesen. Zumal trugen Sie auch kurze Röcke, was die ganze Sache in gewisser Weise erschwerte. Nach einiger Zeit kamen Touristen zu den Chinesinnen und Kindern dazu und schauten neugierig wie wir für die Fotos posten. Nach einigen Fotos und zwischendurch ein paar Klettereinlagen auf andere Felsen, ging es dann weiter zum nächsten Ort, um weitere Fotos zu machen. Wir fanden ein neues Örtchen an einem Fluss mit vielen dicken Felsen im Wasser, auf die es zu klettern galt. Man musste dazu etwa 2 bis 3 Meter tief Springen, was ein wenig Überwindung kostete. Der Bad-Boy-Shifu sprang aber einfach runter, als ob es gerade mal ein paar Zentimeter wären. Es folgte unser Shifu und Max. Dann dachte ich mir, dass kannst du auch und sprang. Nur Christopher war noch etwas unsicher und brauchte ein wenig länger. Wir krakelten auf die Felsen und posten nacheinander bzw. zusammen mit unserem Shifu oder dem Bad-Boy-Shifu. Sehr geil. Etwas später schafften es auch die Kinder und sogar die Chinesinnen hinunter (fragt mich nicht wie), die dann das Fotoschießen übernahmen. Als wir gerade alle am Posen waren, überlies ich meine Kamera den Bad-Boy-Shifu der die Fotos schoss. Danach legte er Sie auf dem felsigen Boden und spielte mit seinem Handy herum. Die Kinder sprangen neugierig zu ihm, um auf sein Handydisplay zu schauen. Eines der beiden Kinder stieß dabei versehentlich meine Kamera um, die auf einen Felsen fiel und anschließend ins 1-Meter tiefe Wasser fiel… ☹

Mein Gedanke, als ich die Kamera fallen sah, war: Ich hoffe nicht, dass es meine Kamera war? … Leider erkannte ich sehr schnell, dass es meine war und mir blieb erst mal die Sprache weg. Mit der Kinnlade unten und großen Augen auf das Wasser gerichtet, war erst mal Funkstille. Mein Shifu meinte nur „Bu hao“. Ja, das trifft es wohl. Er schimpfte danach kurz mit dem Kind und dann wurde erst mal überlegt was gemacht werden sollte. Meine SD-Karte schwamm oben auf dem Wasser, während mein Akku und die Kamera auf dem Grund lagen. Das Wasser war sehr klar und man sah Sie eindeutig auf dem Boden unter Wasser liegen. Mein Entsetzen war groß und ich war zu geschockt, um etwas zu unternehmen. Ich wollte schreien und heulen und hinterher springen, doch ich tat nichts davon und saß nur auf dem Felsen und schaute blöd. Christopher sah dann mein entsetztes

Gesicht und entschloss die Kamera raus zu fischen. Es klappte allerdings nicht so einfach und der Bad-Boy-Shifu stützte sich im Spagat zwischen zwei Felsen, um Sie zu erreichen. Dann sank die SD-Karte allerdings zu Boden und Christopher hatte sich gerade die Schuhe ausgezogen und stieg ins Wasser und fischte erfolgreich alle Teiler heraus. Bevor die Shifus die Kamera wieder anmachen konnten, schrie Max von oben, der gerade eine andere Kamera holte, um damit die Fotos zu machen „STOOOOOOOOOOOP“, da sonst wahrscheinlich ein Kurzschluss entstanden wäre und Sie völlig hinüber gewesen wäre. Ich ließ Sie erst mal aus und verstaute Sie in der Tragetasche. Ich war ganz schön traurig. Ich probierte die SD-Karte in Christophers Kamera aus, der das Nachfolgermodell meiner Kamera besaß und die Bauart demnach sehr ähnlich ist. Alle Bilder waren noch da. Immerhin… Nichts desto trotz machten wir weiter. Das Kind entschuldigte sich auf seiner Weise, aber das machte die Kamera auch nicht wieder heile. Wir machten noch ein paar weitere Fotos, aber es war schwer wieder fröhlich zu gucken. Dann sprangen Christopher, Max und ich noch ins Wasser und „schwammen“ eine Runde. Das Wasser war nicht gerade tief und die Steine sehr glitschig. Zudem waren einige Insekten auf dem Wasser. Die Temperatur war OK. Es war zunächst sehr kalt, aber dann ging es. Wir spritzen uns nämlich vorher mit dem kalten Wasser nass und dann war es eh egal. Die Kinder haben auch ordentlich was abbekommen. Sie spielten eine Etage höher auf einem kleinen Wasserfall und waren danach pitschnass und kamen zu uns ins Hüfthohe Wasser. Wir posten kurz auf einen Stein im Wasser und dann mussten wir wieder zurück zur Schule. Also wieder die Klamotten angezogen und zurück zur Bushaltestellte gegangen. Die Chinesinnen schossen die ganze Zeit Fotos mit Christophers Kamera, die ich mir übrigens morgen für das Internetcafé ausleihen muss, da ich ja nun keine mehr habe, um meine Fotos und Artikel zu transportieren. Mein Shifu wollte morgen den Taxifahrer nach Jiaozou aber sagen, dass er mich bzw. uns jemanden fahren soll, der das für wenig Geld reparieren kann. Roland, der vor ein paar Wochen hier noch trainiert hat, hat sein Handy für ein paar Yuan reparieren lassen. Aber mit etwas Glück funktioniert es morgen auch so. Ich werde es erst mal über Nacht trocknen lassen und es morgen früh dann ausprobieren. Mit nassen Hosen fuhren wir mit dem Bus zurück zur Schule. Die Touristen in den Bussen staunten wieder nicht schlecht als Sie uns sahen. Irgendwie ganz lustig so angestarrt zu werden. Jeder, wirklich jeder im Bus schaute uns an. Total seltsames Gefühl. In der Schule angekommen, gingen wir auf unser Zimmer. Yuen, der mit Ben in der Eingangshalle sprach, klappte die Kinnlade hinunter als er uns in der Mönchskleidung sah. Yan Lin, der danebenstand, war unbeeindruckt. So als ob er es Tagtäglich sieht. Aber nun war es uns egal, was die anderen dachten. Vor allem mir… nach dem ganzen Desaster. Trotzdem war es ein sehr lustiger Tag und unser Shifu hat mal wieder bewiesen wie cool er doch ist. Kein anderer Shifu würde das so ohne weiteres mit seinen Schülern machen. Ich würde schon behaupten, dass uns nun etwas wie Freundschaft verbindet. Ich bin schon ganz traurig, wenn ich dran denke, dass ich bald hier wegmuss. Beim Essen erzählten wir von unseren Erlebnissen und das tragische Schicksal meiner Kamera und gingen aufs Zimmer. Ich trauerte meiner Kamera nach und räumte vor lauter Verzweiflung das Zimmer auf. Dann war Meeting. Nach dem Meeting wusch ich meine Wäsche, da meine Mönchskleidung schon dreckig geworden war und sich ein erstaunlicher Haufen Wäsche angesammelt hatte. Ich zog dann noch die Fotos auf mein Netbook und schaute die Bilder durch. Christopher schaute währenddessen „Der Herr der Ringe“ weiter und legte dazu Teil 2 ein. Beim Meeting half ich einer Deutschen ein wenig beim Pandae-Dollyo-Chagi, die ihn gerade versucht zu lernen. Sie macht offenbar ebenfalls Taekwondo. Vielmehr habe ich aber nicht erfahren, da wir die ganze Zeit mit dem Kick beschäftigt waren und dann mein Shifu mich zu sich rief. Nach dem letzten Meeting holte ich meine Wäsche aus der Maschine und kaufte Christopher noch Eis. Er hat nämlich Eis-Verbot von unserem Shifu bekommen, weil er ja sonst eventuell wieder Bauchschmerzen bekommt. Deswegen muss ich das nun immer für ihn kaufen. Und Sein Eis-Konsum ist wirklich

erstaunlich. Ich musste dazu an die Tür klopfen, da der Shop normalerweise geschlossen hat um diese Uhrzeit. Der Second-Headmaster, bediente mich diesmal, anstatt Fiona (seine Freundin) oder die andere Frau. Er dachte zunächst, dass ich Geld wechselt wollte (man braucht Münzen für die Wäsche), da ich mit meiner Wäschetüte in der Hand rumrannte. Ich bemerkte auf dem Zimmer dann, dass ein paar Wäschestücke ein paar üble Flecken aufwiesen, die vorher definitiv nicht da waren. Auf manchen Kleidungsstücken ließen Sie sich einfach abreiben und auf anderen (wie z.B. meinen Trainingshosen) war rein gar nix zu machen. Ich sortierte die nicht ganz so saubere Kleidung raus und entscheid Sie nochmal per Hand zu waschen. Ich bereitete das Wäschefass mit Wasser vor und als es nicht mal halb voll war, stellten Sie wieder das Wasser ab. Grrrr. Ich mischte ein bisschen Handwaschmittel dazu und stopfte die 2 Hosen hinein und wollte dann bis Morgen warten. Denn ohne Wasser macht es irgendwie wenig Sinn das Zeug zu waschen. Christopher schaute noch Herr der Ringe weiter und ich fing an meinen Tagesbericht zu Ende zu schreiben. Max kam noch aufs Zimmer und wollte sich die Fotos abholen. Aber irgendwie klappte das nicht so ganz und wir entscheiden das morgen zu machen. Dann schrieb ich noch die restlichen Postkarten und war erst mal fertig für heute. Müde und ein bisschen traurig war es dann auch Zeit zum Schlafen. Morgen werde ich vermutlich zunächst meine Kamera in die Reparatur bringen, dann mit Christopher zu Mc Donalds fahren und dann zur Massage und anschließend ins Internetcafé gehen. Meine Kamera habe ich übrigens in ein Tuch eingewickelt und mit Trockentütchen (kennt man vielleicht aus Schuhkartons) bestückt, so dass es morgen hoffentlich komplett ausgetrocknet ist.

17. August 2010 – Ein trauriger Tag…

Gestern war ein trauriger Tag… meine Kamera ist ins Wasser gefallen. Beim Fotoshooting in den Bergen mit Shaolin-Kleidung mit unserem Shifu, haben die Kinder einen unvorsichtigen Schritt gewagt und dabei meine Kamera, die von dem Shifu auf den Boden abgestellte wurde angestoßen. Die Kamera fiel zunächst auf grausamste Weise auf einem Felsen und dann ins Wasser. Ich war ziemlich traurig.

Ansonsten war das Fotoshooting super und mein Shifu hat wieder mal bewiesen wie cool er ist.

Die Postkarten habe ich heute abgeschickt. Hoffe mal, dass Sie auch alle ankommen.

Wie immer gibts ein paar Fotos. Schaut selbst!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/ein-trauriger-tag/

Dienstag, 17.08.2010

Erstmals musste ich bis zum Frühstück schlafen, da ich so spät ins Bett gegangen bin, da ich noch meinen Tagesbericht schreiben musste. Beim Frühstück gab es heute überraschenderweise wieder das „gute“ Brot. Ich hätte das normale Brot allerdings bevorzugt. Danach ging ich wieder aufs Zimmer zurück und packte meine Tasche soweit fertig. Unser Shifu kam noch auf unser Zimmer und wollte die Fotos von gestern abholen und auf seinen USB-Stick kopiert haben. Dann sagte er noch wegen der Kamera und das er mit Yuen sprechen wird, der mir erklären soll, wo ich Sie reparieren lassen kann. Nach dem ich mich fertig gemacht hatte klingelte es auch schon und wir gingen zum Meeting, bezahlten 20 Yuan und tatsächlich sprach mich Yuen auf meine Kamera an. Er sagte mir, dass in der Nähe von Mc Donalds ein Elektronikladen sei, der sowas wahrscheinlich reparieren kann. Oder ich sollte die Leute fragen. Witzig mit meinem Chinesisch. Wir fuhren dann mit dem Taxi nach Jiaozou und ließen auf dem Weg Ben, der heute seinen letzten Tag hat, in Fangshuang raus. Als wir dann später in der Stadt angekommen waren, ging ich mit Christopher in den Supermarkt und ich kaufte mir neuen Ketchup und neue Schokolade und dazu ein neues Toastbrot. Nebenbei suchte ich noch erfolglos nach einer Münzbörse, da mein neues Portemonnaie kein Münzfach hat. Weiter gingen wir dann zur China Post und ich gab meine Postkarten auf. 2,4 Yuan das Stück. Beim letzten Mal habe ich genau 3 bezahlt. Ich erkundigte mich zudem auch nach den Paketpreisen für ein Päckchen nach Deutschland. Man gab mir den Grundpreis und den Preis pro zusätzliches Kilo an. Grundpreis betrug um 140 Yuan für das erste Kilo und für jedes weitere 19 Yuan. Also deutlich, deutlich billiger als bei EMS. Das Paket würde dann per Zug verschickt werden und wäre in 4 bis 8 Wochen da. Luftpost geht natürlich schneller, ist aber auch deutlich teurer. Das alles zu erfahren, war nur mit meinem Sprachführer möglich und selbst damit schwer genug. Aber inzwischen habe ich ja genug Übung in solchen Sachen. Mit dem Taxi fuhren wir zum Mc Donalds und frühstückten erst mal ausgiebig. Dann suchten wir den Elektronikladen von dem Yuen sprach. Max gab mir vorher noch eine Wegbeschreibung, die aber nicht so ganz hinhaute. Fakt war, dass wir es nicht fanden und stattdessen nach einer kurzen Suchaktion in einen anderen Elektronikladen ging, der überwiegend Handys verkaufte. Ich fragte nach einer Reparatur und irgendwann verstand man mich auch (Sprachführer sei Dank). Man erzählte mir wieder irgendwas auf Chinesisch und ich verstand nur Bahnhof. Die Frau hinter den Tresen rief darauf mit ihrem Handy eine Freundin oder so an, die eigentlich ganz gut Englisch sprach. Problem war allerdings, dass ich kaum was verstand, da die Umgebung so laut war und das Handy dazu noch so leise. Aber ich erklärte der Frauenstimme, dass ich meine Kamera reparieren wollte. Anschließend erklärte man mir, dass man es hier nicht kann und ich frage darauf irgendwie, wo man es Sie denn reparieren lassen kann. Nach einem weiteren Gespräch mit dem Telefon und der englischen Stimme, gab man mir eine Adresse durch, die von der Frau hinter den Tresen in chinesischen Schriftzeichen aufgeschrieben wurde. Ich war mir aber nicht sicher, ob sich der Ort überhaupt in Jiaozou befand, da ich beim Gespräch der Frauen untereinander immer wieder was von Zhengzhou raus hörte. Wir gaben dann auf und gingen zum Internetcafé. Ich beschloss meine Kamera in einem der kleinen Elektroläden auf dem Weg abzugeben. Auf der Brücke trafen wir Max und die Französin. Ich fragte nochmal nach dem Laden, den wir suchten und wir sind offenbar 2x dran vorbeigelaufen, ohne es bemerkt zu haben. Wir gingen dann zusammen mit Max und der Französin zu einer Art „Apple-Shop“, der keiner war. Aber man konnte immerhin ein iPhone dort kaufen. Der Laden war nicht weit entfernt und somit war es auch kein großer Zeitverlust. Ich fragte die Französin, die mehr oder weniger Chinesisch sprich, ob Sie für mich nach der Adresse fragen kann, die ich aus dem anderen Elektronikladen bekommen habe. Der Typ im Laden meinte jedenfalls, dass der Ort ganz in der Nähe ist und man nur etwa 500m die Straße entlanglaufen müsse. Das schenkte ich mir aber, denn ich wollte es zunächst bei einem der kleinen Läden versuchen. Wir

gingen dann weiter zum Internetcafé und ich ging kurz davor noch in den Elektronikladen hinein und konnte da meine Kamera tatsächlich abgeben. Die Französin half mir wieder beim übersetzten und nach gefühlten 15 Minuten klappte es auch und ich bekam eine Art Bestätigungsschreiben. Die Kamera sprang wieder an, was Sie heute Morgen nicht getan hat, allerdings war die Linse ganz verschwommen und man konnte kaum was erkennen. Die Reparatur sollte 3 Tage dauern und 180 Yuan kosten. Die Frau des Elektroladens wollte zudem eine Telefonnummer haben. Ich gab ihr die Telefonnummer der Schule und Sie rief an und quatschte dann irgendwas in Chinesisch ins Telefon. Dann war alles geklärt und ich ging mit der Französin zusammen zum Internetcafé. Max und Christopher sind nämlich schon vorgegangen, weil Sie nicht länger warten konnten. Ich lieh mir Christophers Kamera aus, um so meine Berichte und Bilder von meiner SD-Karte auf den PC zu ziehen. Nach den üblichen Aufgaben am PC gingen Christopher, Max und ich dann zu einem Waffenladen, der eine Straße weiter sein soll. Nach einen 5-minütigen Fußmarsch fanden wir tatsächlich einen kleinen Waffenladen (Kung Fu-Waffen wohlbemerkt) und ich schaute mich um. Ein paar andere Ausländer haben auch bereits hier hingefunden und stöberten schon fleißig. Der Laden war wirklich sehr klein und schmal und man konnte kaum den Gang passieren. Hier gab es reichlich Schwerter, Säbel, Stöcker, Peitschen und vor allem Klamotten. Die Kleidung war aber teilweise nicht speziell für Kampfsportler, sondern teilweise auch ganz normales Zeug. Ich probierte eines der Schwerter aus und war kurz am überlegen, ob ich mir nicht eins kaufen sollte. Aber dann legte ich es wieder zur Seite und Max, Christopher und ich fuhren mit dem Bus die Straße zurück (1 Yuan pro Person). Dann gingen wir zum Mc Donalds und aßen noch einmal nach, damit wir später nicht Hunger bekommen. Dann wollten wir endlich zur Massage. Wir gingen aus dem Mc Donalds hinaus und gingen Richtung „Taxistation“ (da wo die Taxen meist standen). Auf einmal rannte Max los und ich wusste gar nicht was los war. Er nahm den Bus zurück. Christopher und ich waren verwirrt, da er so plötzlich losgerannt war, um den Bus zu erwischen, der gerade angekommen war. Wir nahmen jedoch ein Taxi zurück zum Supermarkt. Von dort aus folgten wir Harrys Wegbeschreibung zum Massagesalon, der nur ein paar Meter vom Supermarkt entfernt sein sollte. Nachdem wir 15 Minuten umhergeirrt sind und nicht eine Spur vom Salon gefunden haben, entschlossen wir die Straßen systematisch zu durchkämmen. Das dauerte allerdings länger als gedacht und uns war klar, dass wir heute keine Massage mehr bekommen würden. Von Max fehlte auch jede Spur. Wir gingen schließlich eine Straße weiter entlang und kamen an einem künstlichen Fluss vorbei und folgten darauf einer Seitenstraße mehrere Kilometer lang. Von Meter zu Meter wurde die Gegend immer hässlich und irgendwann fühlte ich mich wie in einem Slum. Ganz schön trist hier. Man soll nicht meinen, dass man hier in einer Großstadt ist. Alles war kaputt und ich hätte nie im Traum dran gedacht, dass hier jemand wohnt, hätte ich es nicht gesehen. Alle Leute, die auf den Straßen waren, starrten uns an. Zu Recht, denn wir sind vermutlich die ersten Ausländer, die diese gammelige Straße entlangliefen. Wir folgten weiter der Straße und hofften, dass Sie uns zurück zum Markt führen würde, was Sie aber auch tat. Wir kamen ein paar hundert Meter vom Supermarkt entfernt an der Straße heraus und gingen zurück zu den Taxen. Es war nun kurz vor 4 und wir fanden Max, den Palm-tree-Guy und Niko im Taxi vor. Kurze Zeit später kam noch der Police man und dann waren wir voll und fuhren zurück. Ich habe auf der Fahrt erfahren, dass Jiaozou für eine bestimmte Tai-Chi-Stilrichtung bekannt ist und der Tai-Chi-Shifu hier gelernt hat. Die Stadt ist nämlich voll mit Kung Fu bzw. Tai-Chi-Schulen. Zurück an der Schule angekommen wurde erst mal ausgepackt und aufs Bett gelegt. Ich war gut kaputt und wir guckten Herr der Ringe Teil 3 weiter bzw. von vorne, da wir beide gestern Abend nicht viel von mitbekommen hatten. Nach dem Film war es ziemlich genau Essenszeit und gingen dazu runter. Ben hatte heute Abend sein letztes Abendmahl, was er sich aber schenkte und stattdessen nur mit am Tisch saß und nicht viel sagte. Nach 5 ½ Monaten heißt es heute Nacht

Abschied nehmen für ihn. Nach dem Essen guckten wir den Film zu Ende und dann war Meeting. Ich gab meinem Shifu die Neuigkeiten über meine Kamera bekannt und fing danach an meine verbliebene Wäsche per Hand zu waschen. Eine Hose hatte ich nämlich gestern übersehen und eine andere war nach der Wäsche dreckiger als vorher. Das nahm fast die gesamte Zeit in Anspruch. Es gab nämlich wieder kein Wasser und deswegen musste ich mit meinem Kram in den Waschraum gehen, wo das Wasser noch angestellt war. Als ich dort meine Wäsche wusch, kam das seltsame Psychokind vorbei und machte wieder auf Psycho. Gott sei Dank verschwand es aber kurz darauf wieder und lies mich mit meiner Wäsche alleine. Dann hing ich meine saubere Wäsche im Zimmer auf und ging anschließend zum Meeting. Ben ist nun übrigens abgereist und hat zum Abschied noch einen Shaolin-Anzug bekommen. Ein Zertifikat gab es aber nicht. Niko, sein ehemaliger Zimmernachbar möchte aber eins haben. Dafür muss er aber eine Prüfung ablegen und ich kann mir nicht vorstellen, dass er Sie normalerweise bestehen wird. Denn die 6 Monate Kung Fu merkt man ihm nicht so wirklich an. Er bot mir noch ein paar Sachen von Ben an, für die er keine Verwendung mehr hatte, aber ich konnte mit Regenschirmen, Wasserbehältern und einem Föhn nicht viel anfangen. Nach dem letzten Meeting fing ich an meinen Tagesartikel fortzusetzen, während Christopher sich dabei Blade 2 anschaute, den er sich von Harry ausgeliehen hatte. Irgendwann war ich dann zu müde und schaute mit und schlief kurz darauf auch ein. Ich nahm mir vor morgen zu Ende zu schreiben.

Mittwoch, 18.08.2010

Die Glocke läutet und scheucht mich aus dem Bett. Wie jeden Morgen musste ich wieder auf Christopher warten, der wie immer wieder rumtrödelte. Ich statte meine Hände noch mit Tape aus, um zu verhindern, dass mein Schwert meine Haut durchscheuert und wir gingen runter. Heute Morgen war ein weiteres Mitglied in unserer Gruppe. Eines der Kinder ist nämlich wieder da und bleibt für ein Jahr. Er schaute ganz fröhlich und schien sich zu freuen hier sein zu können. Er ist übrigens 15 und war sozusagen der Aushilfs-Shifu oder der Kommandogeber unserer ehemaligen Kindergruppe. Eigentlich sollte heute aber noch das 16-jährige Mädchen hier sein, das neulich nach meiner nicht vorhandenen QQ-Nummer gefragt hat. Kommt vielleicht später. Jedenfalls ging es dann mit dem Training los. Zunächst 5 Runden warmlaufen. Irgendwie fühlten sich meine Beine nicht richtig an. Liegt vielleicht daran, dass wir wieder eine etwas längere Pause hatten (mehr oder weniger jedenfalls). Nach 2 Runden ging es aber dann doch wie gewohnt. Nach dem stretchen begannen wir kurz mit den Basisstellungen und übten dann mit unseren Waffen. Mein Shifu zeigte mir die ersten paar Bewegungen der Schwertform. Max zeigte er auch die ersten Bewegungen der Säbelform und Christopher durfte die Stockform weiterlernen. Ich muss sagen, der Anfang der Schwertform ist ganz schön fies, da man direkt mit einer Art tiefen Kniebeuge beginnt. Da man beim Üben der Form den Anfang jedoch immer am meisten machen wird, habe ich bald viele Kniebeugen vor mir. Da hat Max es mit seinen Handbewegungen einfacher. Nach ein paar Versuchen sah mein bisschen Form wohl schon ganz gut aus, denn mein Shifu meinte „beautiful“. Nach dem Trainingsende gingen wir zum Frühstück. Christopher und ich hatten uns gestern im Supermarkt zudem Haferflocken gekauft und nahmen uns eine Schüssel voll zum Frühstück mit runter. Ich gab heißes Wasser und Schokoladenstücken dazu und hatte damit eine vollwertige Mahlzeit. Zudem gab es ja auch noch die Brötchen. Ich muss aber schon sagen, dass ich Haferflocken mit kalter Milch doch dem Wasser bevorzuge. Aber möglich ist es. Nach dem Frühstück holte ich wie vorgenommen meinen Bericht nach und dann war wieder Trainingszeit. Ohne die 3 Kinder gingen wir zur Trainingshalle und begannen das Training. Die meisten der Shifus hatten übrigens nie eine Trainingshalle, in der sie hätten trainieren können. Outdoor-Training war angesagt. Das macht hart. Wir begannen mit intensivem Stretching und ich kam dem Frontspagat schon sehr nahe. Das hat mich echt verwundert. Dafür hapert es aber umso mehr am Seitspagat. Dafür geht aber die Grätsche wunderbar gut. Denke mal die Trainingspause hat meinen Muskeln genug Zeit gelassen, um zu entspannen. Es folgten alle möglichen Kicks. Erst die Basis-Kicks, dann gesprungene. Ganz schön kraftraubend das Ganze. Deswegen schenkte uns unser Shifu eine ganze Minute Pause!!! Danach ging es mit Ma-Bu / Gum-Bu weiter. Danach war auch die letzte Kraft aus den Beinen gezogen. Glücklicherweise folgte dann die Pause. Unser Shifu meinte er gehe zurück zur Schule, um die Schuhe zu wechseln, da er schmerze hatte. Wenn er nicht rechtzeitig wiederkomm sollen wir beim Pan-Shifu mitmachen. Nach der Pause war unser Shifu tatsächlich noch nicht wieder da und wir wärmten uns mit dem Pan-Shifu auf. Dann hatten wir freies Training mit den Waffen. Ich übte die Basics und das Förmchen. 4 Bewegungen kann man ja noch nicht Form nennen. Unser Shifu kam aber einfach nicht wieder. Ich weitete das Training mit etwas Akrobatik aus und begann mit Radschlägen, Headflips und so ein Kram halt. Mit Max Hilfe übte ich auch die Radwende, die ich immer noch nicht kann. Das Training beendete ich mit ein wenig Powertraining (Bankdrücken), weil es schon so lange her ist. Mit dem Pan-Shifu und seiner Gruppe ging es dann zurück. Christopher sprach Yuen noch auf den Ausflug an. Wir erfuhren, dass er Ausflug tatsächlich 2 Tage lang ist, 700 Yuan kostet, wir nicht schlafen werden die ganze Zeit, weil wir nachts den Berg hochklettern werden, um den Sonnenaufgang zu sehen. Zudem besuchen wir noch 3 andere Orte. Unter anderem der Konfuzius-Tempel und seine Ruhestätte (?). Ich besuchte Max auf dem Zimmer und schaute in meinem Reiseführer nach, den er

noch bei sich hatte und erfuhr daraus, dass man angeblich 11 Stunden brauch, um den Berg zu Fuß hochzugehen. Und ich denke das werden wir. Heftig. Hört sich eher nach verdammt hartem Training an. Zumindest, wenn es die ganze Zeit Stufen sind so wie in Yuntai Shan. Nach dem Essen schrieb ich meinen Bericht weiter und Christopher lieh sich einen neuen Film von Harry aus. Zudem sah ich auch das Mädchen, was ich heute Morgen vermisst hatte auf den Flur rumlaufen. Auch sie schaute ganz glücklich. Die restliche Mittagspause schlief ich und packte kurz vor Trainingsbeginn die Kleidung, die bei der Wäsche nicht sauber geworden ist, nochmal in die Waschmaschine. Beim Training war nun auch das Mädchen dabei. Jedenfalls begannen wir nach dem (intensiveren) dehnen mit Akrobatik. Wir fingen mit einfachen Lockerung- und Aufwärmübungen an und starteten anschließend mit den typischen Kung Fu-Kicks. Ich hatte das halbe Training lang Herzrasen. Warum weiß ich auch nicht. Es folgten Räder. Heute klappten Sie erstaunlich gut. Ich probierte noch ein paar Mal den Aerial, aber ließ es dann doch, aus Liebe zu meinen Beine, sein. Die Kinder durften den Kip-up üben, der ihnen jedoch nur mäßig gut gelang (wenn überhaupt). In der Pause übte ich Rollen, Windmill, Handstand und ein paar andere Moves. Alles wozu ich gerade Bock hatte. Die zweite Runde hatten wir mehr oder weniger freies Training. Unser Shifu zeigte uns unsere Formen weiter und half den Kindern mit ihrer Stickform. Die Schwertform hat es ganz schön in sich, da man ständig in einer sehr tiefen Position geht. Da ist es eine echte Erleichterung, wenn man in den Ma-Bu geht. Form klappt soweit gut und morgen geht es weiter. Am Ende durften wir dann noch vor unserer Gruppe unsere Form vorführen und dann ging es ab zurück. Beim Essen gab es heute Nudeln. Direkt im Anschluss holte ich meine halbnassen Sachen aus der Waschmaschine und hing Sie auf. Dann eilte ich in die Eingangshalle, wo mein Shifu rumstand und zeigte ihn den Zettel von gestern, wo ich meine Kamera abgegeben habe. Denn er drängte mich schon den ganzen Tag dazu ihm die Telefonnummer vom Laden zu geben, damit er da anrufen kann, um zu sagen, dass die Kamera bis Morgen fertig sein muss. Schließlich geht es am Freitag wieder auf einen 2 tätigen Ausflug. Ohne Kamera ist er nur halb so viel wert. Er rief an und erkundigte sich. Er solle morgen nochmal anrufen und dann können Sie sagen, ob Sie die Kamera repariert bekommen haben oder nicht. Ansonsten muss ich mir wohl eine neue kaufen…

Währenddessen begann es übrigens zu Regnen und ich hoffte schon wieder auf Trainingsfrei. Beim Meeting war es dann soweit und es fiel tatsächlich aus. Ich schrieb meine Berichte und lag ansonsten nur so im Bett rum und mir war dabei zu warm. Der Regen wurde heftiger und die Klimaanlage war nicht eingeschaltet, da ein Gewitter aufzog. Folge wäre wieder ein schöner Stromausfall gewesen. Soltan, der freundliche Engländer ist nun bei Niko eingezogen. Wir schauten einen Film, den uns Niko empfohlen hatte im Fernsehen (englischer Untertitel) und ich schrieb derweilen meine Berichte zu Ende. Beim zweiten Meeting hatten wir (also unsere Gruppe) kein Meeting. Trotzdem gingen wir runter, um auf Nummer sicher zu gehen. Es war tatsächlich keins und ich ging aufs Zimmer zurück. Unser Shifu klopfte wieder und wollte, dass ich Soltan und Harry frage, ob Sie mit zum Ausflug kommen, da sein Englisch ja nicht so gut ist. Soltan nicht aber dafür Harry. Christopher wird wahrscheinlich nicht mitkommen, da er es sich nicht leisten kann. Er braucht sein verbliebenes Geld für Thailand. Das Gewitter zog vorbei und die Klimaanlage wurde eingeschaltet… zum Glück. Es war nämlich viel zu warm auf dem Zimmern. Während Christopher den seltsamen Film weiterguckte, beendete ich meinen Tagesbericht und legte mich aufs Ohr. Ich denke morgen muss ich mal Yuen oder Yan Lin wegen mein Visum fragen. Ich brauch nämlich 2 oder 3 weitere Tage und weiß nicht wie man es am besten verlängern lassen kann. Max hat übrigens mit dem Schreiben seiner Berichte aufgehört und will nun nur noch Wochenberichte veröffentlichen. Grund ist der große Aufwand. Ich

werde es aber weiterhin durchhalten, auch wenn es mich echt ankotzt. Man hat einfach weniger Zeit zum Erholen, da man seine Schlafenszeit dafür opfert.

Donnerstag, 19.08.2010

Ich wache auf und habe gut geschlafen. Draußen ist es ungewöhnlich dunkel. Christopher und ich gehen zusammen runter in die Eingangshalle und ich bemerkte, dass sich alle in der Halle anstatt draußen aufhielten. Das konnte nur eins bedeuten: Es regnete. Als ich nach draußen schaute regnete es tatsächlich und die Straßen waren nass. Wir stellten uns zu unseren Shifu in den Gang und es hieß „Break“. Ich ging wieder aufs Zimmer und hatte erst mal gut Rücken- und Nackenschmerzen und konnte deswegen nicht mehr liegen. Ich schaute deswegen seit langem meine Serie weiter und bald schon klopfte es an der Tür. Mein Shifu kam herein und wollte uns die Betten machen, damit es für die Zimmerkontrolle top aussieht. Aber als er Christopher noch im Bett schlafen sah, meinte er, er kommt später wieder. Bis zum Frühstück passierte nichts außergewöhnliches mehr. Selbst das Frühstück war wie immer. Jedoch war unser Tisch heute sehr leer. Harry ist seit 2 Tagen krank und liegt die meiste Zeit im Bett, Max kam nur kurz gucken und ging dann wohl wieder aufs Zimmer. Nach dem Frühstück lagen wir erst mal wieder in den Betten und machten nichts. Kurz nach 8 klopfte es wieder. Diesmal war es nicht unser Shifu, sondern 2 Kinder aus unserer Gruppe. Der 15-jährige Kommandogeber war auch dabei. Unser Shifu schickte Sie, um uns die Betten zu machen. Ich lies Sie mein Bett machen, was Sie wirklich sorgfältig hinbekommen haben. Christopher lag immer noch im Bett und lehnte die Großzügigkeit unseres Shifus ab und wollte es stattdessen selber machen. Da die Zeit bis zur Room inspection knapp wurde, fingen wir nun auch an unser Zimmer aufzuräumen, das schon wieder wie ein Saustall aussah. Diesmal zwar nicht so ordentlich wie beim letzten Mal, aber ich denke es war gut genug. Kurz nach dem klingeln, aber noch vor der Kontrolle kam unser Shifu kurz mit den Kindern zusammen gucken und bemängelte die eigentlich sehr sauber gefaltete Bettdecke von mir. Er gab ihnen einen Arschtritt und er sollte es nochmal machen. Da die Bettdecke in sich zusammenfiel, fragte der 15-jährige nach einem Buch zum Darunterlegen, damit es eben aussieht. Christopher gab sein einziges Buch dafür her, aber es reichte nicht. Sie gingen in Ihre Zimmer und holten 3 Schulbücher. Danach sah es besser aus. Wir machten weiter mit dem Aufräumen und dann kamen die Shifus herein. Alles soweit ordentlich. Bei der Staubkontrolle wurden Sie auch nicht fündig, da ich vorher schnell trocken drüber gewischt hatte. Einzig und allein den vollen Mülleimer haben Sie bemängelt. Den haben wir in der Zeit nicht mehr rausbringen können. Dann ging’s zum Meeting runter. Nach dem Vorlesen („Help yourself“) gingen wir dann zur Trainingshalle. Einer der vier Teppiche war durch den vielen Regen nass geworden und wurde umgeklappt, da auch der Boden da drunter nass war. Mit der Gruppe vom Pan-Shifu sind wir zusammen mit den Kindern dann 2 große Runden laufen gegangen. Der Weg führte durch ein Mini-Kaff und vorbei an der Straße zur Schule. Ich vermute eine Runde war etwas mehr als 3 KM lang. Teilweise war der Weg sehr matschig. Leichte Steigungen waren auch vorhanden. Ich hatte richtig Spaß am Laufen und ging sogar als einer der ersten ins Ziel. Nach dem Laufen sollten wir dann in die Halle gehen und uns dehnen. Nach dem kurzen Dehnen an der Dehnstange ging es dann auf dem Teppich weiter mit Power-Stretching. Ich wurde auserkoren die armen Kinder mit einem Bein am Boden festzuhalten, während unser Shifu das andere Bein soweit streckte bis man die Schmerzensschreie vernahm. Max und ich blieben dann auch nicht verschont und wurden gequält. Christopher ging es irgendwie nicht so gut und ging darauf zurück aufs Zimmer. Wir dehnten uns noch dann selbstständig weiter. Die 16-jährige Chinesin Yang Uih (oder so) wollte dann sehen, wie tief ich bei einer bestimmten Übung hinunter komm. Sie selbst konnte die Übung ohne Probleme und kam auch sonst ziemlich tief runter. Sie half mir dann beim Dehnen, indem Sie mich weiter runter drückte und dergleichen und ich bemerkte, dass ich wirklich sehr flexibel geworden bin. Beim Frontspagat fehlt nicht mehr viel. Wir wechselten uns dann mit dem Dehnen ab und irgendwann waren wir dann fertig. Unserem Shifu ging es offenbar auch nicht so gut, denn er lag die ganze Zeit nur regungslos auf dem Teppich rum. Auch die anderen Gruppen machten

nicht viel mehr als wir. Nur die Gruppe vom Pan-Shifu hatte reguläres Training. Nach dem Dehnen passierte nicht mehr viel und wir konnten quasi machen was wir wollten. Ich stieg Max darauf auf den Rücken und massierte ihn mit einem Stock. Eines der Kinder machte das gleiche mit mir. Ich verpasste jedem der Kinder aus unserer Gruppe dann auch eine der Spezialmassagen und erhielt zum Ausgleich gleich mehrere zurück. Die beste und längste Massage bekam ich von dem Mädchen aus unserer Gruppe. Danach war ich wieder fit wie ein Turnschuh. Ich massierte Sie dann auch noch und dann war das Training auch schon zu Ende. Viel gemacht haben wir heute nicht, aber viel mehr hätte ich auch nicht gekonnt. Während ich duschte kam unser Shifu aufs Zimmer und wollte wissen ob ich nach Fangshuang muss, um Geld für den Trip morgen abzuholen. Ich war mir nicht sicher und konnte auch nicht nachgucken, da ich wie gesagt unter der Dusche stand. Ich finishte also fast und schaute nach wie viel Geld ich noch besaß. Es reichte für den Trip, aber ich ging wirklich out of Money. In der Eingangshalle suchte ich meinen Shifu und sagte ihn Bescheid, dass ich noch genug Geld habe. Er wollte aber nach dem Essen noch mal beim Elektroladen anrufen und dann mit mir nach Jiaozou fahren, um die Kamera abzuholen. Ich beeilte mich also mit meinen Berichten schreiben und dann war es schon Essenszeit. Ich aß so schnell ich konnte und schrieb den ersten Teil meines Berichtes zu Ende. Dann war es Zeit aufzubrechen. Auf dem Weg runter traf ich meinen Shifu, der mich gerade holen wollte. Wir warteten unten auf das Taxi, dass etwa 15 Minuten auf sich warten ließ. Ich zeigte meinen Shifu noch mein Visa, dass bald abläuft und er klärte ihn, dass ich 3 Tage mehr brauch. Der Second-Headmaster sagte mir, dass der Preis für 3 Tage und 1 Monat der gleiche ist. Nämlich 300 Yuan. Dann ging es los. Zusammen mit meinem Shifu, dem Taxifahrer und den 15-jährigen Chinesen aus unserer Gruppe fuhren wir nach Jiaozou. Der Taxifahrer fuhr uns direkt an die Straße wo der Elektroladen war. Er kannte sich scheinbar gut aus, denn ich zeigte ihn nur den Wisch, den ich bekommen hatte. Zu dritt gingen wir in den Elektroladen und mein Shifu klärte das mit der Verkäuferin. Tatsächlich war die Kamera repariert worden und funktionierte wieder tadellos. Sogar den Preis konnte mein Shifu noch senken. Von den angeschlagenen 180 Yuan musste ich „nur“ 170 bezahlen. Yeah. Wir gingen wieder nach draußen zu der Stelle, wo uns das Taxi raus lies. Mein Shifu musste noch Medizin für seine Mutter besorgen und ging in die Apotheke. Er schickte den Jungen los zu einem Fast Food Restaurant und er sollte einen Burger kaufen. Dann fuhren wir zurück. Auf dem Rückweg machten wir noch Halt bei einer Bank, da ich Geld brauchte. Der Bankautomat in Jiaozou funktionierte nicht. Deswegen hielten wir in Fangshuang und ich hob mein Geld ab. Mein Shifu schlief auf dem Rückweg sogar ein. Für mich unmöglich, da das Taxi rappelte wie verrückt. Straßenzustand sei Dank. Nach meiner Ankunft in der Schule hatte ich genau 1 Minute Zeit bis zum Meeting. Ich zog mich schnell um und wir gingen anschließend los zur Trainingshalle. Wir begannen nach dem Aufwärmen mit dem Dehnen auf dem Teppich. Dann fuhren wir mit den Kicks fort und ließen schließlich noch einmal die Shao-Form bevor wir mit unseren Waffenformen fortfuhren. Mein Shifu zeigte mir wieder den nächsten Teil der Form. Problem dabei war, dass ich das Schwert zum Flattern bringen musste, während ich einen Hieb damit ausführte. Das gelang mir erst nachdem die Stunde beendet war und wir uns auf dem Rückweg machten. Unser Shifu drängte uns dann noch zum Chinesisch-Unterricht. Wir sagten ihn, dass die Lehrerin doof ist und wir kein Bock darauf haben und lieber schlafen würden. Er wollte mit ihr drüber reden. Als dann der Unterricht anstand, redeten sich Max und Christopher irgendwie raus. Nur ich durfte darauf hin noch gehen. Während Max und Christopher schlafen durften, wurde ich genötigt hinzugehen. Mit Musik und Wörterbuch ging ich los und traf meinen Shifu auf dem Flur, der mir ganz hysterisch applaudierte, weil ich tatsächlich zum Unterricht ging. Hatte er wohl nicht erwartet. „Hao hao hao…“ hieß es darauf (also „gut“). Während der Stunden hörte ich Musik und blätterte in meinen Büchlein herum. Es fing an zu Gewittern und zu regnen. Zwischendurch fiel der Strom immer wieder aus. Nach der Stunde ging ich aufs Zimmer und

ärgerte mich über den fehlenden Strom. Denn für morgen wollte ich gerne noch meine Kamera aufladen, die halb leer gezogen wurde. Beim Essen gab es dann doch warme Brötchen. Hätte ich nicht erwartet, denn ohne Strom ist es für gewöhnlich nicht möglich Sie aufzutauen bzw. zu erwärmen. Nach dem Essen gab es dann auch wieder Strom und ich konnte endlich meine Geräte aufladen. Beim Meeting stand dann fest, dass kein Training ist. Es regnete nämlich immer noch ein wenig. Zudem waren die Straßen wieder halbvoll mit Wasser. Bis zum nächsten Meeting hatten wir noch ungebetene Gäste auf dem Zimmer. Christopher lieh sich vorher noch Filme von Harry aus und wollte Sie gucken. Die 3 bis 4 Chinesen, die wir dann auf unserem Zimmer hatten, verhinderten das. Sie spielten mit all unseren Sachen herum und sorgen für ein mittelmäßiges Chaos. Christopher drehte schon fast wieder durch, da er einfach nur seine Ruhe haben wollte. Als Sie dann alle verschwunden waren, ging es auch schon bald zum nächsten Meeting. Danach sollten alle die morgen zum Ausflug wollen in einen der Klassenräume gehen und warten. Yuen, der Second-Headmaster und unser Shifu kamen hinein und Yuen erklärte uns, dass der Trip verschoben wurde, da das Wetter nicht mitspielen würde und die Bus-Firma, von der wir den Reisebus bekommen hätten, noch nicht fest zugesagt hat und deswegen nur einen Gammelbus bereitstellen hätte können. 2 Ausländer haben deswegen extra Ihren Flug umgebucht, damit Sie noch mit zum Konfuzius-Tempel können. Nun war alles umsonst. Der Trip soll stattdessen am 23. Oder 25. August stattfinden. Ich ging aus Zimmer zurück und schrieb meinen Bericht zu Ende, während Christopher schon schlafen durfte. Voll frech.

20. August 2010 – Das Leben geht weiter

Es gibt gute Neuigkeiten: Meine Kamera konnte ich in Jiaozou für 170 Yuan reparieren lassen. Das heißt, ich kann nun wieder Fotos schießen.

Der Trip zum Konfuzius Tempel der angesagt war, wurde auf den 23. oder 25. August verschoben, da das Wetter und die Reisebus-Firma nicht mitspielten. Ansonsten kann ich nicht viel neues berichten. Das Training hat sich wieder auf einem normalen Level eingependelt und wir lernen weiter fleißig die Formen. Zwischendurch (so wie heute Morgen) zeigt uns unser Shifu immer wieder neue Kung Fu-Übungen.

Mir bleiben gerade mal gut 2 Wochen in China. Die Zeit geht also dem Ende nahe…

Heute mal nur ein paar Bilder von Christopher, da meine Kamera ja kaputt war.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/das-leben-geht-weiter/

玩具

Freitag, 20.08.2010

Es macht „riiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiing“ und ich mach mich fertig zum Training. Unten ging es nach dem üblichen Warm-Up 5 Runden laufen. Max sparte sich wieder das Training und dehnte nur. Das heutige Training war ein Beinkiller. Nach ein paar Übungen für die Arme (u.a. Rumanda mit Pu-Bu, damit die Beine auch schon mit trainiert werden) ging es dann mit der Beinkillerübung weiter. 50 Stück sollten wir davon mache. Nicht möglich. 20 waren schon zu viele. Anschließend folgte Ma-Bu / Gum-Bu in allen möglichen Variationen. Danach waren meine Beine kaputt. Trotzdem ging es weiter im Programm. Christopher war danach so kaputt, dass er eine Pause brauchte. So lag es an mir mit den Kindern weiterzumachen. Das Mädchen hat sich übrigens während wir liefen zurückgezogen. Denke mal Sie ist krank oder so. Unser Shifu zeigte mir dann noch 2 neue Bewegungen, wovon eine für mich eine echte Koordinationshürde war. Nach ein paar Mal zeigen und ausprobierten klappte es dann aber doch. Dann war Ende im Gelände und wir unterzeichneten das Formular für Fangshuang. Nach dem Duschen war es Zeit zum Frühstück. Als ich zum Tisch kam, saßen 3 Leute am Tisch, die normalerweise woanders sitzen. Frechheit. Mein Platz wurde mir auch genommen. Zudem gab es heute nicht die Dampfbrötchen, sondern das Fladenbrot, dass ich nicht mehr leiden kann. Nach dem Frühstück packte ich wieder meinen Rucksack und lud die Berichte auf meine Kamera. Nach dem Meeting ging es dann los in die kleine, verdreckte Stadt. Ich ging mit schnellen Schritten zum Supermarkt, der inzwischen sogar über ein Sicherheitssystem verfügt, damit man nichts klauen kann. Vorbei an den Brotstand ging es dann zum Internetcafé. Ich erledigte das nötigste und haute mit Christopher gegen 10 Uhr wieder ab. Christopher kaufte sich vorher noch seltsam aussehende Hühnerbeine vom Straßenstand. Das war keine so gute Idee denke ich. Wir nahmen ein Taxi zurück, welches auf halber Strecke anhielt und ein paar junge Chinesinnen mitnahm. Eine der Chinesinnen bot uns Kuchen an und fragte und das übliche: wo wir herkommen, ob wir das erste Mal in China sind und so weiter. Das Englisch konnte man sogar verstehen und bestand sogar aus vollständigen Sätzen. Ich bezahlte 10 Yuan anstatt den angeschlagenen 15 und es war scheinbar OK. Bis zum Mittagessen war es Schlafenszeit für mich, während Christopher einen lauten, schlechten Kriegsfilm schaute. Zu Mittag schlang ich den Reis runter und ging wieder hoch, um weiterzuschlafen. Nur war ich nicht mehr müde. So ein Pech aber auch. Christopher kaufte Räucherwerk gegen die Mücken und dazu ein Feuerzeug, um es anzuzünden. Das Feuerzeug gab nach einmal benutzen den Geist auf und fing sogar Feuer, so dass wir es aus dem Fenster schmeißen musste. Zusätzlich kaufte Christopher wieder Eis. Er meint die Dame im Shop denkt schon, er sei ein Suchti, da er so viel Eis kauft. Er kauft nämlich pro Tag bestimmt 10 Eis. In der Pause schrieb ich meine Berichte und wir schauten einen alten Jackie Chan Film, bei dem ich einschlief. Zu Trainingsbeginn wurde ich wieder wach und machte mich fertig. Beim Meeting war eines der anderen Mädchen anzutreffen, die vor ein paar Tagen (mit den restlichen Kindern) noch in unserer Gruppe war. Das Mädchen, sowie die Sechzehnjährige machten nicht beim Training mit. Ich vermutete immer noch, dass Sie krank ist / sind. Als wir an der Halle ankamen, waren die Matten abgebaut und der Teppich zusammengerollt. Der Boden war teilweise noch nass und musste austrocknen. Wir gingen nach draußen, vor die Halle und unser Shifu meinte wir sollten laufen. Ich fragte nach, wo wir laufen sollten und zeigte auf die Brücke, über die wir gestern gejoggt sind. Er verstand es so, dass ich die große Runde über die Brücke laufen wollte und schickte und somit los. Hmm, das war gar nicht meine Absicht. Max schenkte sich das Laufen („Pain“) und Christopher ist kurz bevor wir zur Halle aufgebrochen sind noch zur Toilette geeilt und kam nicht wieder. Mit den drei verbliebenden Jungs aus unserer Gruppe ging ich dann wieder 2 große Runden laufen. Die Kinder riefen mir die ganze Zeit von hinten zu, ich soll nicht so schnell laufen. Aber das tat ich doch auch gar nicht. Ich lief wie immer, vielleicht sogar ein wenig gemächlich. Nach dem ganzen Gerenne sollten wir uns dann in der Halle dehnen. Wir suchten uns ein trockenes Fleckchen Boden

und machten unsere Dehnübungen. Dann gingen wir nach draußen und begannen mit den Kicks. Max hatte währenddessen die Aufgabe die ganz kleinen Kinder Rumanda zu zeigen. Während ich also di Kicks durchgehen durfte und anschließend Ma-Bu / Gum-Bu, wurde ich immer durstiger. Unglücklicherweise hatte Christopher seinen Rucksack mit aufs Zimmer genommen, worin sich meine Wasserflasche befand. Gerade als ich Max nach einen Schluck Wasser fragen wollte, kam Christopher nach einer guten Stunde wieder und ich bekam mein Wasser. Wir machten noch weiter mit den Stellungen und wiederholten die Übungen von heute Morgen, die diesmal besser klappten. In der Pause setzte ich mich auf dem Boden und wartete die Pause ab. Das seltsame Kind kam ständig an und meinte uns mit seinen dreckigen Händen anfassen zu müssen. Als es dann mit einem Schwert auf uns losgehen wollte, packte ich seine Hände und riss ihn das Schwert aus der Hand und verpasste ihn einen Hebel. Danach schrie er rum und meinte irgendwas auf Chinesisch zu mir. Jetzt war ich nicht mehr seine Mami. Endlich. In der Pause übte ich noch, das Schwert nach einem Hieb knallen zu lassen und dann ging es nach der Pause draußen damit weiter, dass wir unsere Formen lernten. Max kam dann auch wieder dazu. Für Formen lernen reicht es dann scheinbar doch immer. Ich ließ mir noch den vorherigen Teil der Schwertform zeigen, da ich ihn nicht behalten konnte, da ich gestern die ganze Zeit mit dem Knall beschäftigt war. Dann zeigte unser Shifu noch ein paar neue Bewegungen, die ich nicht sofort packte. Er wurde irgendwie direkt patzig und ich darauf richtig sauer. Ich verschwand aus der Nähe und übte für mich weiter, bis sich wieder die Haut von meinen Fingern löste. Der Tag war für mich verdorben und ich hatte keinen Bock mehr auf alles hier. Schließlich merkte man mir meine schlechte Laune an und man fragte aus allen Richtungen was los sei. Na, was soll schon los sein? Denkt mal nach, bevor ihr so dämliche Fragen stellt. Irgendwann ist es genug. Ich kann nicht immer allen Groll unterdrücken. Essen wie immer. Kurz vor dem Trainingsbeginn fing es an zu regnen. Beim Meeting fragten noch auch die Kinder was los sei. Jedenfalls war kein Training. Ich brauchte nicht mehr zum Meeting kommen und hätte schlafen gehen können. Doch wozu? Auf die Frage vom Shifu, ob es mir schlecht geht gab es nur ein nicken. Ich schrieb meinen Bericht (fast) zu Ende und wartete aufs nächste Meeting. Das Meeting kam und nix besonderes passierte. Ich schaute mir danach noch ein paar alte Videoaufnahmen an und ging schlafen.

Samstag, 21.08.2010

Es klingelt und ich schrecke auf. Ich befolge die Anweisungen vom Abendmeeting und beeile mich („tomorrow meeting fast, ah?“) und gehe zum Meeting. Nachdem die Shifus mit ihrem Meeting fertig waren, ging es dann für uns los zum Training. Wir sollten uns selber aufwärmen, da unser Shifu Bauchschmerzen hatte. Er sagte mir, was wir alles machen sollten und eilte zurück in die Schule. Nach ein paar Kniebeugen und Lockerungsübungen gab ich dann das Kommando zum Laufen. 5 oder 6 Runden später (habe mich glaub ich verzählt und bin eine mehr gelaufen) dehnten wir uns an den Platten. Unser Shifu war inzwischen zurückgekehrt und gab kurze Zeit später ein paar tolle Übungen an. Denn heute Morgen wurden unsere Beine gequält. Wir sollten Kniebeugen machen, dann Sprünge, auf der Stelle sprinten, dann richtiges Sprinten, zwischendurch Rumanda und, und, und…

Das ganze 2x und dann ging es mit tiefen Sprüngen und Frog-Jumps weiter. Meine Beine wollten danach nicht mehr. Aber zum Glück waren wir damit dann durch und wir machten eine kurze Tai-Chi-Atemübung, um den Puls wieder runter zu bekommen. Dann war das Training zu Ende und wir gingen auf unsere Zimmer zurück. Nach einer (kalten) Dusche war dann Frühstückszeit. Wieder saßen die „Kokser-Geschwister“ an unserem Tisch und ich musste mich woanders hinsetzen. Nach dem Essen legte ich mich bis zum Vormittagstraining ins Bett und schlief dabei fast ein. Jedenfalls schreckte ich wieder hoch als die Klingel ertönte. Heute durfte Jin Da Bao den chinesischen Satz ansagen, den alle Ausländer wiederholen sollten. Der Kleine hatte richtig Spaß dabei. An der Trainingshalle angekommen bemerkten wir, dass die Matten immer noch nicht ausgelegt waren. Der Boden war dazu ziemlich voller Sand und Dreck. Aber immerhin fast trocken. Ich hoffe mal, dass heute Nachmittag wieder alles beim Alten ist. Ohne Halle kann das Training manchmal ganz schön ätzend sein. Wir liefen uns erst in der Halle warm und dehnten uns ein bisschen auf dem Boden. Dann fragte unser Shifu ob wir laufen wollten. Als einziger nickte ich und dann ging es raus. Aber anstatt wie gestern wieder 2 Runden zu laufen, machten wir alle zusammen einen Spaziergang. Wir pflückten Granatäpfel und irgendeine andere Frucht, die an einem Baum wuchs. Nachdem wir eine große Runde gegangen sind, übten wir noch ein wenig unsere Formen und hatten auch direkt danach Pause. Die erste Einheit war vorüber. Ich setzte mich auf einen Stein draußen, da die Halle ja immer noch nicht betriebsbereit war und lies die Zeit vergehen. Yang Uih (ich weiß immer noch nicht wie man es schreibt) wollte dann wissen, wann ich nach Hause gehe und noch unbedingt meine E-Mail oder QQ-Nummer haben. Irgendwie (Sprachbarriere sei Dank) machten wir ab, Sie heute Nachmittag auszutauschen. Nach der Pause lernten wir unsere Form weiter. Ich konnte mein Schwert nicht mehr so knallen lassen wie gestern, da mir die Haut in der Fingerkehle (keine Ahnung wie man das nennen soll) fehlt. Trotzdem übte ich den Teil der Form von gestern nach und mein Shifu zeigte mir ein paar weitere Bewegungen. Das Training war dann irgendwann zu Ende und wir gingen zurück. Auf dem Rückweg fragte Harry mich, wie es mir denn so geht. Ich muss ja echt eine schlechte Aura haben. Auch Max hat sich heut erkundigt, sowie Jochen am Frühstückstisch. Von den Kindern mal ganz ab. Die Fragen sowieso ständig. Bis zum Mittagessen schlief ich wieder (fast). Zu Mittag gab es 2 Schüssel Reis für mich. Leider geht mein Ketchup zur Neige. Ich denke mal für morgen habe ich noch genug, aber dann brauch ich auch Nachschub. Nachdem ich mir eine Cola gekauft hatte ging ich wieder aufs Zimmer hoch. Ich wollte gerade die Tür für Christopher öffnen, damit er nachher auch hineinkann und da kam das Mädchen mit dem Zopf den Gang entlang und hakte wegen der E-Mail-Adresse nach. Ich schrieb Sie auf einen Zettel und gab ihn ihr. Ihre Adresse wusste Sie nicht aus dem Kopf und wollte Sie mir nachmittags geben. Christopher kam dann kurz darauf hinein und ich schrieb wie immer meinen Reisebericht. Max kam kurz darauf noch aufs Zimmer und lieh sich 2 Münzen (á 1 Yuan) für die Waschmaschine. Nach dem Schreiben hieß es für mich schlafen. Zum Training wachte

ich wieder auf. Wir gingen zur Halle und liefen uns erst einmal warm. Dann dehnten wir uns kurz und räumten die Matten bei Seite. Kurz darauf wurden die Matten dann wieder gemeinsam aufgebaut. Danach bekam jeder von uns einen der Chinesen aus unserer Gruppe und sollte ihn / ihr den Fußfeger zeigen. Später kamen dann noch der andere Fußfeger (vorwärts) dazu und die 2 gedrehten Sprungkicks. Meine Schülerin (das Mädchen mit dem Zopf) hatte Probleme mit den Sprungkicks und ich musste deswegen alles ganz langsam vormachen und Hilfestellung geben. Danach bildeten wir eine Reihe und gingen alle Kicks inklusiver der Sprungkicks durch. Danach war Pause angesagt. Ich setzte mich draußen auf einen Stein und beobachtete den Tai-Chi-Shifu beim Gewichte heben. Der Pan-Shifu hatte auch seinen Spaß dabei eine 20 KG Langhantel mit einer Hand über den Kopf zu stoßen. Nach der Pause gingen wir nach draußen in den Hof und übten unsere Formen weiter. Das Schwert konnte ich wieder knallen lassen und so zeigte mir mein Shifu wieder ein paar weitere Schritte der Form. Wenn ich mich nicht verzählt habe, kann ich nun 24 Bewegungen. Die Chinesen lernen stattdessen eine andere waffenlose Form. Gegen Ende führten wir noch jeder unsere Form vor. Nachdem jeder durch war, sollten Max und ich noch die Stockform vorführen. Lange her, aber es klappte dennoch. Christopher sollte darauf noch einen drauflegen und die Form nochmal vorführen. Dabei verhaspelte er sich mehrfach (fiel unter anderem dabei hin), was bei mir und den anderen ein größeres Gelächter auslöste. Dann war das Training beendet. Wir rollten noch die teilweise feuchten Teppiche aus, damit Sie nun endlich trocknen können und gingen zurück zur Schule. Abgrüßen und fertig. Dann war wieder Essenszeit: gefülltes Brot (mit Bohnen). Nicht gerade meine Lieblingsspeise. Auf dem Zimmer checkten Christopher und ich, ob es nicht anfing zu regnen. Aber es blieb trocken und somit mussten wir wieder raus zum Training. Heute stand „Free Practise“ an. Wir machten zunächst alle zusammen einen Spaziergang (ich spreche übrigens nur von unserer kleinen Gruppe) und begannen mit dem freien Training. Ich übte mich im Schwert knallen lassen und ging ein paar Mal die Form durch. Das Mädchen mit dem Zopf (Yang Uih (?)) und ein kleiner Junge zeigten mir den Anfang der Form, den Sie gerade lernt und ich brachte ihr zum Gegenzug den Anfang meiner Schwertform bei. Es entwickelte sich noch ein recht amüsantes Gespräch in Chidenglisch (Chinesisch + Englisch + Deutsch) zwischen der Französin, Max, unseren Shifu und eigentlich allen anderen inklusive mir. Es ging darum, dass unser Shifu ja immer „Bu Hao“ sagt, wenn er Max und die Französin zusammen sieht. Am Ende des Trainings durften wir uns dann noch mal in Qi Gong versuchen und einen Stock mit unseren Hals verbiegen. Klappte natürlich nicht. Da brauch es schon etwas mehr Übung zu. Auf dem Zimmer duschte ich zunächst wieder und dann klopfte es später an der Tür. Das seltsame Psychokind und unser Shifu standen vor der halb geöffneten Tür. Mein Shifu sagte mir, dass das Psychokind morgen nach Hause geht. Es hatte eine Tüte mit irgendeinem Zeug in der Hand und verteilte es an uns. Dann gingen sie von dannen. Christopher begutachtete das Zeug und meinte dann irgendwann, dass da ein Fisch drauf ist. Sofort lies ich das Tütchen voller Ekel fallen. Die ganze Zeit lang zog er mich damit auf und setzte das Tütchen wie eine Waffe gegen mich ein. Ich nahm den verdreckten Pümpel, um mich verteidigen zu können. Als ich ihn dann gezwungen habe, die Tüten mit Gammelfisch aus dem Fenster zu entsorgen, klopfte es wieder an die Tür. Das seltsame Kind war wieder da; diesmal alleine. Wieder mit einer Tüte in der Hand. Ich ahnte schreckliches… und es passierte. Es schüttete die Tüte auf der Kommode aus und Christopher hatte somit wieder neue Waffen bekommen. Ich rannte voller Furcht auf dem Flur und da kam mein Shifu an. Ich dachte zunächst, er wäre die Rettung, doch dann vernahm ich, dass er etwas in der Hand hielt und dazu noch fröhlich kaute. Ich rannte wieder ins Zimmer, denn ich wusste genau, was er da aß. Er hat mich natürlich gesehen und kam ins Zimmer rein. Christopher und er aßen jeweils eine der Packungen Fisch und ich stand angeekelt in der Ecke. Christopher erklärte unserem Shifu, dass ich Fisch absolut nicht ausstehen kann und dann fing auch er an mich damit aufzuziehen. Ich rannte raus und das

fanden beide wohl sehr komisch. Irgendwann verließ er dann das Zimmer und Christopher saß da mit 3 Tüten in der Hand auf seinem Bett und schaute mich an. Ich wusste genau was er vor hatte. Ich zwang ihn die Tütchen zu entsorgen, doch er gehorchte nicht und jagte mich stattdessen vor die Tür mit dem Zeug. Immer wenn ich reinkommen wollte, stand er mit einer geöffneten Tüte in der Hand da. Voll die absolute Frechheit. Irgendwie schaffte ich es dann herein und er wollte die Tütchen auf mein Bett legen. Ohne mich! Mit meinem Stick bewaffnet, drängte ich ihn in die Ecke und zwang ihn endgültig die Tüten aus dem Fenster zu werfen. Mit meinem Gun im Rücken tat er es. Gerade als ich mich entspannen wollte, redete er von einer Überraschung im Badezimmer. Ich glaubte ihn nicht, da ich vorher gucken gewesen bin und nichts fand. Trotzdem schaute ich nach… nur um ganz sicher zu gehen. Nach kurzen schauen fand ich dann ein geöffnetes Tütchen mit halbem Fisch, der rausguckte in einer Ecke. Angewidert sprang ich auf und rannte aus dem Bad und zwang ihn das Zeug wegzuwerfen. Wieder passierte nichts und so blieb es an mir den Fisch mit seinen Essstäbchen zu entsorgen. Danach war endlich Ruhe und ich konnte meine Berichte schreiben. Der Gestank von Fisch herrschte im Zimmer vor. Zum Glück waren die Mückenräucherspiralen angezündet und überdeckten den Geruch sehr bald. Meine Rache wird grausam sein. Das nächste ekelige Insekt landet in seinem Bett... hahaha!

Sonntag, 22.08.2010

Es klingelt und wir gingen raus. Die Nacht hat es offensichtlich gut geregnet, denn die Straßen waren nass. Heute Morgen konnten wir zudem ein neues Mitglied in unserer Gruppe begrüßen: Alis(e). Er kommt aus der Schweiz, ist schätzungsweise um die 30 und Deutscher Meister in Boxen. Wir wärmten uns kurz auf und dann ging es los mit dem Laufen. Während wir die Runden zogen wurde der Regen immer heftiger. Nach dem ich 4 Runden gezogen hatte, wurde der Regen so stark, dass unser Shifu und natürlich auch die anderen Shifus das Morgentraining abbrachen. Wir konnten nun wieder auf unsere Zimmer gehen, sollten aber nicht schlafen… warum auch immer. Ich legte mich deswegen nur ins Bett und machte die Augen zu. Zum Frühstück saßen wieder die Kokser-Geschwister an unserem Tisch und gaben eine Liste rum, in der sich jeder eintragen sollte, mit Namen, E-Mail und Herkunftsland. Für Sie war es heute der letzte Tag. Sie verließen zum nächsten Meeting die Schule. Nach dem Frühstück lag ich im Bett und „wartete“ mit geschlossenen Augen auf das nächste Training. Als es dann soweit war, regnete es noch leicht draußen. Trotzdem gingen wir los. Unser Shifu hatte nämlich einen wunderbaren Regenschirm zur Hand, der allerdings zu klein war für 2 Personen. Der Teppichboden in der Halle war inzwischen halbwegs trocken, doch roch er noch ziemlich nass und muffig. Nach dem Aufwärmvorgang zeigte unser Shifu den Neuen die Grundstellungen, die wir natürlich auch mitmachen durften. Dann ging es wie erwartet mit den Kicks los. Schließlich sind das die äußersten Grundlagen. Ohne die, kann man schlecht mit was anderem anfangen. Während wir später zu den „fortgeschrittenen Kicks“ übergingen, durfte Alis Rumanda lernen. Danach war dann Pause. In der Pause unterhielt ich mich ein bisschen mit Alis und erfuhr dort auch, dass er Boxer ist. Ich massierte das Mädchen mit dem Zopf und holte mir so ebenfalls eine Massage ab. Danach ging das Training weiter und wir begannen nach dem kurzen Warm-Up mit den Formen. Alis durfte weiter Rumanda und einen anderen Basic move lernen. Max hatte an einer Sprungrolle mit dem Säbel zu feilen und ich war mit der sauberen Bewegung des Schwertes beschäftigt. Am Ende sollte jeder dann noch seine Form vor der versammelten Mannschaft vorführen und dann war das Training vorbei. Als Christopher seine Stockform vorführte, verlor er bei einer mächtigen Drehung den Stock aus der Hand, der durch die halbe Halle flog. Da Christopher draußen trainieren musste (wo es regnete), wurde der Stock nass und damit glitschig. Durch den Regen gingen wir zur Schule zurück. Ich duschte wie immer und legte mich wieder ins Bett und schlief dabei fast ein, so dass ich gar nicht mehr zum Essen aufstehen wollte. Dennoch ging es dann runter zum Speisesaal. Unser Tisch war wieder voll und ich setzte mich mit Christopher an einen anderen Tisch. Nach dem ich meine 2 Schüssel Reis aufhatte kaufte ich uns noch 4 Eis. Wenn Christopher sich nämlich Eis kauft, schauen die Shop-Ladys immer ganz komisch und lachen dabei nicht selten. Er ist nämlich ein Eismonster. In der Pause schauten wir zunächst „Prince of Persia“, machten ihn aber kurz darauf aus und ich gab Christopher lieber Sindbad – Herr der Sieben Meere, den wir uns anschauten. Wir wurden fast fertig mit dem Film und dann klingelte es zum Training. Wir lasen wieder den Satz und gingen gemeinsam los zur Halle. Wir wärmten uns auf, dehnten und gingen wieder die Kicks durch. Diesmal in schnelldurchlauf. Danach konnte jeder für sich die Form üben. Meine Form wird so langsam flüssig. Mit Max übte ich noch Sprungrollen, da eine bei ihm in der Form vorkommt und er Schwierigkeiten dabei hat. Alis(e) lobte mich noch für meine Form und fragte wie lange ich das mach. Als ich erwähnte, dass ich erst vor 2 Wochen damit angefangen bin, meinte er, dass es so aussieht, als ob ich es schon wesentlich länger mache. Wir machten uns dann auf dem Rückweg mit dem Sanda-Shifu und unser Shifu blieb mit dem Rest der Gruppe (den Chinesen) in der Halle. Perfekte Gelegenheit, um Chinesisch zu schwänzen. Ich duschte mich und während ich mich grade abtrocknete klingelte es zum Unterricht. Hmm, ich bin einfach mal nicht hingegangen. Christopher sowieso nicht. Stattdessen schauten wir Fight Club und ich kochte gerade Wasser für ein Süppchen

auf, als es an der Tür klopfte. Wir schreckten zusammen und ahnten fürchterliches. Als dann die Stimme unseres Shifus vor der Tür ertönte, war der Schreck am größten. Wir versteckten schnell den Wasserkocher (eigentlich verboten) und klappten Christophers Laptop zu und ich öffnete vorsichtig die Tür. Mein Shifu stand natürlich davor und der Rest unserer Gruppe um bzw. hinter ihn. Er fragte mich nur „No chinese class?“, ich zögerte und zwang ein simples „pain“ heraus und deutete auf meinen Bauch. Autsch! Blöder geht’s ja gar nicht. Warum wählte ich gerade den Bauch? Ich wette jetzt bekomm ich auch Eisverbot so wie Christopher. Denn heute Mittag hat mein Shifu mich wieder mit Eis in der Hand gesehen. Es kam was kommen musste: „Really?“. Aber natürlich Herr Shifu! Er schaute mir ungläubig in die Augen und fragte dann Christopher. Er sagte ganz dreist „I don’t want to“. Unser Shifu dachte wohl er hätte sich verhört und hakte nochmal nach. Christopher wiederholte darauf seinen Satz. Unserem Shifu fiel die Kinnlade runter und fragte dann warum. Darauf hatte Christopher grade keine Antwort parat. Die Kinder standen um ihn herum und meinten zu Christopher „bu hao“ und mir schenkten sie seltsame und ebenso ungläubige Blicke. Daraufhin verließ unser Shifu unser Zimmer in Richtung Max. Wir wussten nicht ob er sauer war oder nicht. Nach einer Schweigeminute schauten wir den Film weiter und ich kochte meine Suppe zu Ende. Kurz darauf klopfte es erneut an der Tür. Ich schmiss mich wieder ins Bett während Christopher vorsichtig die Tür öffnete. Es war Max und er erzählte und, dass er ebenfalls Besuch von unserem Shifu bekommen hat. Er hatte angeblich mehr oder weniger Kopfschmerzen von den Rollen am Nachmittag. Er meinte aber, er sei nicht sauer gewesen. Wir beschlossen eine Suppenparty zu machen und er holte sein Besteck und sein Laptop und wir tauschten Videos per Bluetooth aus und schauten dabei Fight Club weiter. Zum Essen gingen wir gemeinsam runter und aßen. Max erklärte sich bereit Eis für uns zu kaufen. Wir (bzw. ich und Christopher sowieso nicht) konnten es nun nicht mehr riskieren. Ich gab ihn 10 Eis in Auftrag und wir gingen durch die Eingangshalle auf unser Zimmer zurück. Vorbei an unseren Shifu, der das ganze Eis mit großen Augen in Max Händen sah. Wir hatten 25 Minuten Zeit zu dritt 10 Eis zu essen. Dann war nämlich Meeting. Das Eis essen entwickeltes sich zu einem Wettbewerb, den Christopher und ich in einem Patt beendeten. Wir bekamen noch Unterstützung von Fabian, den Police Man, der auch ein Eis mitaß. Pünktlich wurden wir fertig und gingen runter. Wie vermutet fand kein Abendtraining statt, sondern wir schauten wieder einen Film im Speisesaal. Irgendein Kung Fu Film, wenn man es denn so bezeichnen mag. Es war eigentlich eher eine Art Interview… in Chinesisch. Keiner Verstand ein Wort und als Sie dann das Licht ausschalteten, war es für die meisten Schlafenszeit. Alle hingen nur noch in ihren Stühlen und schliefen. Ich anschließend auch. Das seltsame Kind sollte eigentlich seit heute schon zu Hause sein, doch es war immer noch da. Ich muss aber dazu sagen, dass seine Mutter auch da war. Denke mal Sie reisen morgen ab. Als uns die Schulglocke endlich erlöste und wir das Meeting hinter uns brachten fiel ich einfach nur noch tot ins Bett. Das Berichteschreiben wollte ich dann morgen nachholen… (mach ich übrigens grade).

Montag, 23.08.2010

Heute ist der letzte Tag für Christopher. Es klingelt und ich bin einfach nur tot müde. Von den 1 ½ Stunden Extraschlaf habe ich nicht viel gemerkt. Als einer der ersten ging ich zum Meeting runter. Christopher hing stattdessen auf der Toilette fest. Wir stellten uns auf und gingen erst mal laufe. Heute mal ausnahmsweise nicht den Berg rauf. Meine Beine hätten es aber auch wahrscheinlich nicht verkraftet. Ich hatte nämlich schon genug Probleme die Beine auf einer ebenen Straße anzuheben. Wenn es dann noch den Berg rauf über Stock und Stein geht, wäre ich sicherlich mehr hochgestolpert als gelaufen. Unser neuer Krieger (Alis(e)) hielt ganz gut mit, war danach aber auch ganz schön aus der Puste. Er ist übrigens 28 und kommt ursprünglich aus Montenegro. Heute gingen wir die Basics durch, damit Alis (von nun an ohne „E“) auch alles von Grund auf lernen kann. Sprich Faustsẗöße, Handflächenschläge, Ma-bu / Gum-Bu und zwischendurch immer Push-Ups. So wie es sich halt gehört. Dann beendete die Klingel das Training und es ging zum Frühstück. Niko und Alis unterhielten sich dabei im gemächlichen Schweizerdeutsch. Wir sprachen übrigens über den Ausflug zum Konfuzius-Tempel. Er soll am Mittwoch und Donnerstag stattfinden. Ich muss morgen also genug Wasser einkaufen (4 Liter-Kanister von Nongfu-Spring). Nach dem Essen fing ich an meinen Bericht von gestern nachzuholen und dann war es Zeit fürs freie Training am Montagmorgen. Mit Stock und Schwert ging es hinunter und dann zu den Tischtennisplatten. Max brachte seine Kettenpeitschen mit und wir spielten ein bisschen mit herum. Als ich irgendwann mit meinem Stock weiterüben wollte, merkte ich richtig, dass es schon eine ganze Zeit her ist, dass ich ihn das letzte Mal in der Hand gehalten hatte. Ich verlor ihn nämlich ständig aus den Händen. Welch eine Schande! Das Mädchen mit dem Zopf bekam noch eine Kettenpeitsche an den Kopf ab, da der 15-jährige Kommandogeber kurz nicht mit Max seinen Ketten aufgepasst hat. Sie weinte kurz und ich checkte ihren Kopf. Zum Glück war nichts Schlimmeres passiert, denn ich konnte keine wunde Stelle oder dergleichen finden. Nachdem alles wieder halbwegs in Ordnung war grüßten wir ab und hatten eine halbe Stunde Zeit bis zur Buddha Class. Ich blieb mit Max und ein paar anderen noch unten, während Christopher aufs Zimmer ging. Das Mädchen mit dem Zopf setzte sich später noch zu mir an der Tischtennisplatte und wollte nochmal ihren Kopf von mir checken lassen. Immer noch nichts zu finden. Dann gingen wir auf unsere Zimmer und Buddha Class begann kurz darauf. Unser Shifu leitete die Zeremonie. Heute war es noch leerer als beim letzten Mal. Danach schrieb ich bis zum Mittagessen meine Berichte weiter und spielte Christopher ein bisschen meiner Musik vor. Nach dem Essen ging es mit Fight Club und meinen Berichten weiter. Max und der Police Man kamen auf unser Zimmer und wollten noch was wegen Peking klären. Christopher gab mir später noch eine Internetadresse von einer Hostel-Kette in Peking, die ich den Police Man (Fabian) vorschlug. Wir schauten uns beide die Webseite der Kette an und informierten uns über Preis, Lage und Service. Danach war noch ein bisschen Zeit, zu wenig, um zu schlafen, aber genug, um eine Suppe zu essen. Christopher begann währenddessen mit dem Packen seines Koffers. Er suchte seine Sachen zusammen und überlegte, was er sich in den Rucksack für Thailand packte und was nicht. Christopher hatte vor, nicht mit zu trainieren, umso weiter packen zu können. Nach dem Meeting ging es dann los. Wir gingen zur Halle und machten uns zunächst wieder warm. Heute stand Akrobatik auf dem Plan. Wir bereiteten unsere Körper auf die Belastungen vor, indem wir uns „einsprangen“, rumhüpften und sprinteten. Alles begann dann wie üblich mit dem Radschlag. Die (heute) kleine Gruppe vom Pan-Shifu kam zu uns dazu und machte unsere Übungen mit. Es ging weiter mit einhändigen Radschlägen, Aerials und Butterfly-Kicks. Jeder sollte das machen, wo noch am meisten Übungsbedarf ist. Alis (heißt wirklich so) schlug sich besser als ich gedacht hatte. So ein massiger Körper macht es sicher nicht leicht. Aber für die ersten Versuche sah es gar nicht mal so verkehrt aus. Es folgte eine Pause in der Max und ich und später noch Harry Handstände machten. Ich übte mit

Max zusammen den Front-Hand-Spring (Handstandüberschlag), der mir besser gelang, als ich es zunächst vermutet hatte. Trotzdem aber noch nicht gut genug. Nach der Pause fragte uns unser Shifu ob wir Tai Chi oder Kung Fu machen wollten. Einige antworteten mit Tai Chi und andere mit Kung Fu (ich z.B.). Somit machten wir beides zu 50:50. Wir begannen mit den Grundlagen von Tai Chi (für Alis) und übten die Knie- und Armbewegungen. Harry machte heute übrigens auch wieder bei uns mit, da sein Shifu wieder verhindert ist. Zwischendurch zeigte unser Shifu den Alis wie man einen Stock mit seinem Hals verbiegt. Er war ganz begeistert und wollte es auch versuchen. Klappte jedoch wie erwartet nicht. Dann ging es mit Kung Fu weiter. Wir übten unsere Formen weiter. Das Nachmittagstraining war ganz gut. Durch den Regen gingen wir zur Schule zurück und nass kamen wir an. Christopher war noch mit dem Packen beschäftigt als ich aufs Zimmer kam. Nach einer Dusche gingen wir zum Abendessen. Als ich fertig gegessen hatte kaufte ich uns noch 10 Eis. Harry und die Verkäuferin staunten nicht schlecht, als Sie mich mit dem Eis sahen. Jetzt mussten wir es nur noch in unser Zimmer bringen, ohne dass unser Shifu es mitbekommt (Eisverbot und so). Mit Max vernichteten wir wieder die 10 Eis bis zum Meeting. Ich bin nun der neue Eiskönig, da ich noch vor Christopher mit meinen 4 Eis fertig geworden bin. Zum Meeting stellten wir uns in der Halle und den Gängen auf, da es draußen scheinbar regnete. Christopher ging danach ins Computerzimmer und sendete eine E-Mail zu Yuen, der dann einen Zettel für Yuen ausdrucken wollte. Max und ich waren stattdessen auf meinem Zimmer und quatschten, während ich meinen zweiten Koffer durchwühlte und überlegte, was ich alles per Post nach Deutschland verschicken muss. Beim zweiten Meeting am Abend sollet Christopher noch das Check-Out-Formular ausfüllen, dass wir ebenfalls ausfüllen, wenn wir nach Jiaozou oder Fangshuang wollen. Er musste stattdessen aber „Go Home“ oder „Airport“ eintragen. Wir machten dann noch ein paar schöne Abschiedsfotos und gingen mit Max zusammen auf unser Zimmer wo wir uns noch bis nach 22 Uhr Bilder von uns anschauten. Unser Shifu kam später auch noch dazu und wir schauten uns zusammen die Bilder an. Unter anderem auch wieder von dem Fotoshooting in den Yuntai-Bergen, wo wir unsere Shaolin-Kleider trugen. Wir fanden zufällig ein witziges Foto dabei, wo unser Shifu wie ein kleines Mädchen steht. Als er es sah wollte er es unbedingt gelöscht haben… von meiner Festplatte. No Way! Er versuchte es immer wieder und es entstand eine Art Kampf. Als er es dann selber machen wollte konnte ich noch schnell den Power-Knopf meines Netbooks erwischen und so das Herunterfahren erzwingen. Wenige Sekunden später, als er gerade das Bild raussuchte, um es zu löschen, ging mein Computer aus. Max sagte schnell, dass die Batterie schwach ist und er deswegen runterfährt. Unser Shifu glaubte es scheinbar und meinte, ich soll es morgen löschen. Wir gucken noch weiter Fotos und auch die Videos von der Shifu-Performance. Der Deutschland-Trikot-Shifu kam auch noch ins Zimmer und schaute mit, verließ es aber auch wieder als erstes nach geschätzten 20 Minuten. Dann zog sich unser Shifu noch ein paar Bilder auf seinen USB-Stick und wünschte uns eine gute Nacht. Christopher fiel auf, dass er noch nicht alle Bilder von mir hat und wir tauschten einige aus. Aber irgendwann waren wir beide zu müde und gingen ins Bett. Christopher verlässt morgen früh gegen 10 Uhr die Schule und fliegt für einen Monat nach Thailand. So wie es aussieht, habe ich jetzt erst mal für ein paar Tage ein Einzelzimmer. Hört sich irgendwie langweilig an.

24. August 2010 – Gute Reise, mein Freund!

Heute reist Christopher, mein Zimmernachbar ab. Er ist deswegen nicht mit nach Jiaozou gekommen. Stattdessen nimmt er ein Taxi zum Flughafen in Zhengzhou und macht dann einen Monat Urlaub in Thailand, bevor er zurück nach Dänemark reist.

Ich habe nun wahrscheinlich für ein paar Tage ein Einzelzimmer. Zumindest so lange, bis ein neuer Ausländer anreist und in meinem Zimmer gesteckt wird. Wir hatten zusammen eine gute Zeit und haben uns vorgenommen uns bald irgendwo zu treffen.

Ansonsten gibt es nicht so viel neues zu berichten. Morgen und übermorgen machen wir einen Ausflug. Es geht unter anderem zum Konfuzius Tempel und wir werden nachts einen Berg hochklettern um den Sonnenaufgang zu sehen.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/gute-reise-mein-freund/

Welcome to

Dienstag, 24.08.2010

Heute Morgen reißt mich zur Abwechslung mal mein Wecker aus dem Schlaf anstelle der Schulglocke. Um 6:20 Uhr stehe ich auf und tute das, was ich mir gestern Nacht vorgenommen habe: Meinen Tagesbericht zu Ende schreiben. Ich benötigte fast die gesamte Zeit bis zum Frühstück dafür, jedoch suchte ich des Weiteren auch ein paar Bilder für das Internetcafé heute heraus. Mit Christopher ging ich zum Frühstück runter. Für ihn war es die letzte Mahlzeit an dieser Schule. Beim Frühstück war es leer wie immer, denn die meisten wollten wie immer in der Stadt Frühstücken. Als wir dann zurück aufs Zimmer wollten, sahen wir noch einen dreckigen Trash-Dog (also einen Hund, der den ganzen Tag im Müll wühlt und dementsprechend riecht) in der Eingangshalle rumliegen. Der Gamer-Chinese versuchte ihn mit seltsamen Lauten aus der Halle zu locken, doch er reagierte so gut wie gar nicht darauf. Jin Da Bao kam auch noch dazu und versuchte den Hund mit seiner Essensschale vom Fleck zu bewegen. Nichts passierte und selbst Jin Da Bao gab fast auf. Dann packte der Gamer-Chinese den Hund und schleppte ihn vor die Tür. Er schloss die Tür hinter sich und man sah den Hund vor der gläsernen Tür herumstreunen. Jin Da Bao verabschiedete sich noch gebührlich mit seinem Hintern von uns und ging auf sein Zimmer. Wir taten das gleiche und tauschen noch die restlichen Bilder aus, die wir gestern nicht mehr geschafft hatten. Ich gab ihn meine E-Mail-Adresse und er mir seine (jedoch nur E-Mail, da er keinen Blog führt). Während ich meine Sachen zusammen suchte kopierte Christopher die Bilder auf seinen Computer. Dann klingelte es zum Meeting und wir gingen runter. Wir verabschiedeten uns alle nochmal (mehrmals) und sagten Goodbye. Max und ich mussten dann auch zum Taxi, da wir ja nach Jiaozou wollten. Wir gingen aber noch mal schnell aufs Zimmer und sagen noch ein letztes Mal Tschüss. Christopher und ich hatten übrigens den Schlüssel im Zimmer liegen lassen und deswegen musste ihn unser Shifus Dad die Tür aufschließen. Dann ging es auch im Eiltempo zu dem Schultaxi und wir fuhren los. Unser Shifu sagte uns noch, dass wir zusammen mit Alis durch die Stadt wandern sollten. Doch wir hatten da beide kein Bock zu. Er erfüllt bisher übrigens jedes Klischee eines Boxers. Er sagt aber auch von sich selbst, dass er ein Spätzünder ist. Nach der Ankunft am Supermarkt der Stadt Jiaozou ging ich mit Max, Matilde (die Französin), einer Deutschen, dessen Namen ich nicht weiß und Fabian zunächst zur Bank und holte Max sein Geld ab. Mit einem Taxi fuhren wir dann zu einer anderen Kung-Fu-Schule, dessen Adresse Fabian (der Palm-Tree-Guy) auf einen Zettel stehen hatte. Wir wollten dort nämlich Waffen kaufen. 18,5 Yuan weiter kamen wir dann auch tatsächlich an. Fabian sagte der Taxifahrerin, dass sie doch bitte warten soll, da hier vermutlich weit und breit kein Taxi vorbeikommen würde. Wir gingen durch die Schranke und wurden kurz darauf von einer Art Hausmeister angesprochen. Fabian und Matilde übernahmen das Reden, da Sie die einzigen waren, die sich auf Chinesisch verständigen können. Wir wurden in eine Art Wartezimmer geführt und sollten kurz warten. Der Hausmeister quatschte die ganze Zeit irgendwas auf Chinesisch und dann erfuhren wir, dass wir eine Tai-Chi-Vorführung bekommen sollten. Nicht schlecht, ich war überrascht. Die Schule war übrigens größer als unsere und auf Tai Chi spezialisiert. Jiaozou ist schließlich eine bekannte Stadt in Tai-Chi-Kreisen, da hier ein bestimmter Stil gegründet wurde. Wir gingen mit dem Hausmeister zusammen zu einer der Trainingshallen. Die Halle war etwa 4 bis 5x so groß wie unsere und hier wurde hauptsächlich der Ringkampf geübt. Jedoch bekamen wir hier auch die Tai Chi Darbietung von einer jungen Chinesin, die uns eine waffenlose Form und eine Schwertform vorführte. Die Französin versuchte stattdessen einer englischsprachigen Frau zu erklären, dass wir hier nicht bleiben wollten, sondern nur Waffen kaufen wollten. Nach ein paar Minuten warten (sie suchten offenbar einen Schlüssel) gingen wir zu einem großen Container. Neben den Container war ein Hundezwinger in dem 3 oder 4 Hunde (kann mich nicht mehr genau erinnern) an Knochen nagten. Im Container wurden die ganzen Waffen und Kleidungen gelagert. Die Deutsche, die hier eigentlich nach grauer Shaolin-Kleidung suchte, wurde

nicht fündig. Fabian wollte hingegen eine Flagge kaufen, um damit später eine Flaggen-Form zu lernen. Allerdings verlangten Sie für die einfache Flagge 20 Yuan, was ihn eindeutig zu viel war. Ansonsten lagerten die Leute hier eigentlich nur das gleiche Zeug, das man überall sonst auch kaufen konnte. Jedoch war die Qualität sogar noch ein bisschen weiter unten angesiedelt. Ein paar Sachen lagen hier wohl schon seit Jahren drin. Als wir dann gehen wollten, machten Sie ihn die Flagge und eine weitere aber noch zum Geschenk (for free). Dann gingen wir zum Eingang zurück und 2 der Chinesen von der Schule wollten noch ein Foto mit uns. Wir waren ganz offensichtlich die ersten Ausländer, die jemals das Grundstück der Schule betreten haben. Wir kauften uns noch jeder ein T-Shirt und dann ging es ab. Das Taxi war wie vermutet nach über einer Stunde nicht mehr da und wir mussten den Bus zurücknehmen. Billiger, aber dauert entsprechend länger. Egal wie weit man mit dem Bus fährt, man bezahlt immer 1 Yuan. Eigentlich ein ganz gutes System, da man eh nicht nachvollziehen kann wer wo austeigen müsste. Der Bus fuhr uns fast direkt vor den Mc Donalds und wir statteten diesen einen dringenden Besuch ab (=essen). Nachdem wir alle satt waren, folgten wir Fabian, der uns zu einem kleinen Klamottenladen lotste. Dort kauften Max und ich ein T-Shirt für unseren Shifu mit der Aufschrift „Good (durchgestrichen), Better (durchgestrichen), the Best (nicht durchgestrichen). Schließlich hat er bald Geburtstag und wir wollte ihn was Cooles schenken. Mit Fabian ging ich dann zum Internetcafé. Denn die anderen drei wollten noch in weitere Klamottenläden schauen. Wir machten kurz halt an einem DVD-Laden und fanden unter anderem DVDs mit Tai Chi-, Kung Fu- und Yoga-Formen bzw. –Übungen, die wir uns jedoch nicht kauften. Fabian musste sich zunächst einmal eine Internet-ID-Card machen, während ich meine einfach vorzeigte und lossurfen konnte. Nach ein paar Problemen mit dem Internet (teilweise sehr langsam) konnte ich dann endlich meine Berichte und Bilder hochladen, sowie ein paar nötigste Informationen nachschlagen und sehr kurz zu Hause anrufen. Ich erfuhr, dass der Ocean-Shifu (der große Bruder unseres Shifus) vermutlich im Movie Park Bottrop Shows gibt. Und zwar bis Ende Oktober, wenn ich das richtig in Erinnerung habe. Max und ich nahmen uns vor, ihn mal zu besuchen, wenn wir wieder in Deutschland sind und ihm dann ein Bild seines kleinen Bruders (unser Shifu) zu zeigen. Max und ich gingen danach noch einige Sportbekleidungsgeschäfte (Adidas, Nike, …) durch und suchten ein paar passende Klamotten. Es handelte sich nicht um Fakes, sondern um Originalwaren. Dementsprechend hoch waren auch die Preise angesiedelt. Ohne was gekauft zu haben (nur gucken erst mal) gingen wir dann zurück Richtung Supermarkt. Wir nahmen für die letzten Kilometer noch den Bus zurück und gingen noch mehr oder weniger gemütlich im Supermarkt shoppen. Ich kaufte mir endlich einen 4 Liter Wasserkanister, den ich mir schon immer kaufen wollte, seit ich hier bin (keine Ahnung wieso). Außerdem ein kleines Lederetui für Karten, neuen Ketchup, neue Schokolade, ein paar Getränke (eines davon sah so verdammt seltsam aus, dass ich es nicht beschreiben kann. Es befanden sich körnerähnliche Dinge in der Flasche, die niemals ihre Position veränderten) sowie eine Stange Mentos. In chinesischen Supermärkten gibt es echt den schrägsten Scheiß zu kaufen. So fanden wir z.B. einen Spazierstock mit Griff in Form eines Drachen, der eine alberne Murmel im Maul hatte. Sehr kitschig. Auch Spazierstöcke mit eingebautem Klappstuhl oder sogar Toilettendeckel gab es. Ich schaute noch fix in der Klamottenabteilung nach ein Polyestershirt, wurde jedoch nicht fündig. Max drängelte schon, denn es wurde Zeit für die Abfahrt. Wir warteten noch kurz auf Alis, der noch Waschmittel kaufen wollte und dann ging es ab zur Schule. Alis verhält sich irgendwie seltsam asozial, kindisch, coolgeberisch und Hau-drauf-mäßig. Ein komischer Mix der da zusammenkommt. An der Schule angekommen, wollte ich erst einmal den Zimmerschlüssel ab, den mir Christopher an der Rezeption hinterlassen wollte. Als ich das Zimmer betrat, roch es erst mal übelst nach Fisch… OK kleiner Scherz am Rande. Es roch so wie immer. Sein Bett war abgezogen und das Zimmer ungewöhnlich leer und ordentlich hinterlassen. Im Bad war es unnatürlich sauber. Jemand hatte

definitiv unser Bad geputzt, denn das Spülbecken habe ich noch nie so sauber gesehen. Dafür war der Spiegel aber immer noch dreckig. Ich konnte übrigens keinen Fisch in meinem Bett finden. Habe ich ja noch mal Glück gehabt. Stattdessen fand ich im Bett ein Zettel liegen. Ich öffnete ihn und las heraus, dass ich unseren Shifu doch 100 Yuan geben soll, die im Zettel versteckt waren. Kurze Erinnerung: Unser Shifu muss 100 Yuan bezahlen, weil er einen Monat eher die Schule verlässt, als er zu Yuen gesagt hat. Christopher fand es nur mehr als fair ihn das Geld zurückzugeben, dass er seinetwegen zu bezahlen hat. Jedoch nahm er das Geld offensichtlich nicht an und nun liegt es an mir es ihn unterzuschieben. Auf dem (leeren) Wasserkanister fand ich zudem 7 Yuan. Sie waren eindeutig von Christopher, denn er war an der Reihe neues Wasser zu besorgen. Sehr nett daran gedacht zu haben. Ansonsten war das Zimmer so wie immer. Nur halt ein bisschen ordentlicher. Ich räumte noch ein bisschen mehr auf und hatte am Ende ein schön sauberes Zimmer. Christopher hinterließ mir zudem seine restlichen Tütensuppen, echter Instant-Kaffee, Cracker, Honig, unser gemeinsames Müsli und last but not least seinen Gun. Seltsames Gefühl wieder allein zu sein. Er müsste jetzt inzwischen in Thailand angekommen sein. Ich kopierte die Fotos von heute auf mein Netbook und ging anschließend zum Abendessen. Es gab das Fladenbrot von heute Morgen (zäh wie Gummi) und Reis. Später gab es noch die normalen Brötchen, doch für mich war es zu spät und ich war mit dem zähen Brot beschäftigt. Nach dem Essen wollte ich noch einen neuen Kanister Wasser kaufen, doch waren Sie wieder alle ausverkauft. Wegen des vielen Regens, konnten wohl keine eingekauft werden. Das sagte mir zumindest Fiona, die Shop-Frau. Nach dem Essen fing ich an meine Berichte zu schreiben und ging dann zum Meeting. Ich bezahle bei der Gelegenheit die 300 Yuan für meine Visaverlängerung und gammelte danach noch bis fast zum nächsten Meeting in der Eingangshalle rum (Langeweile). Irgendwann durfte ich auch noch 2 Formulare ausfüllen und damit war alles mit meinen Visa geregelt… zumindest für heute. Max hatte unseren Shifu übrigens davon erzählt, dass wir von seinem Bruder in Deutschland gehört hatten. Er freute sich und meinte, wir müssen an seinem Geburtstag ein Foto für seinen Bruder machen, dass wir ihn dann zeigen können. Auch eines den ehemaligen Kindern aus unserer Gruppe (der große, dicke) tauchte halbwegs plötzlich in der Eingangshalle auf und grinste uns an. Wenn ich daran denke, dass er wohl am meisten geschlagen und getreten wurde, wundert es mich, dass er überhaupt nochmal zu diesem Ort zurückkam. Irgendwann ging ich dann doch aufs Zimmer und machte mir noch eine Suppe. Beim nächsten Meeting erfuhren wir dann, dass wir morgen direkt beim ersten Meeting losfahren werden (5:40) und anders als gedacht ein Hotelzimmer haben werden. Wir sollten lange Sachen mitnehmen, da es sehr kalt werden kann. Ich schrieb danach meinen Bericht zu Ende und packte schon mal meinen Rucksack für morgen. Hoffe mal, dass meine Kamera lange genug durchhalten wird. Vielleicht nehme ich auch mein Netbook und Kameraladegerät mit. Denn falls wir ein Zimmer haben, haben wir vielleicht auch Strom.

Mittwoch, 25.08.2010

Ein weiterer Tag beginnt mit meinem Wecker. Ein paar Minuten vor dem eigentlichen Klingeln wache ich dank meines Weckers auf und rüste mich für den Tag. Meinen Rucksack hatte ich gestern Abend ja schon fertig gepackt und so musste ich nur noch meine Klamotten anziehen und meine elektrischen Geräte von der Ladestation in meinen Rucksack stecken. Mein Shifu klopfte kurz nach dem Klingeln sanft an meiner Tür und meinte ich sollte mich beeilen. Als einer der ersten war ich unten und konnte dann noch eine ganze Weile auf den Rest warten. Viele Shifus hatten heute auch verschlafen und kamen zu ihrem Meeting zu spät. Ich packte unten in der Halle noch meinen Rucksack ein wenig um und riss dabei ein Bändchen vom Reißverschluss ab. Irgendwie ärgerlich. Da noch Zeit war, ging ich schnell aufs Zimmer und tapte es wieder fest. Tape ist echt ein Wundermittel. Dann gingen wir nach draußen und hatten eine Lagebesprechung mit Yuen, während die anderen, die nicht mit auf dem Ausflug kamen, mit dem Training begannen. Man sagte uns, dass wir nachts den Tai-Shan (Sonnenberg?) erklimmen werden und es kein Licht geben wird. Dazu noch vieles weitere, doch das meiste davon war sowieso klar. Dann ging es in einen großen Taxibus. Wir waren insgesamt 14 Leute und der Bus damit randvoll. Als Begleitpersonen kamen Yan Lin (Oho!) und mein Shifu mit. Den Taxibus fuhr ein wahrscheinlich extra dafür gemieteter Taxifahrer. Die Fahrt dauerte knapp 7 Stunden. Auf dem Weg machten wir kurz Halt in einem Fangshuang-ähnlichem Dorf (also es sah dementsprechend grottig aus) und Yan Lin besorgte von einem der Fressstände einen Imbiss für jeden. Sozusagen unser Frühstück. Es gab für jeden zwei große, warme Teigtaschen mit Bohnenfüllung (waren es Bohnen?). Eigentlich gar nicht mal so schlecht, aber mein Lieblingsessen bleibt nach wie vor Pizza. Kurz nach dem Stopp gab es eine weitere kurze Pause, an einer Tanke um dort Wasser zu lassen. Der arme Harry hatte leider Durchfall und durfte dort in eines der Löcher machen, während die Hälfte dabei zuguckte. Er brauchte so lange, dass Yan Lin ihm in der Toilette besuchte und nachschaute. Es gab übrigens, wie in China üblich, keine Kabinen. Wäre ja auch zu viel Luxus. Gegen Mittag machten wir eine weitere Pause und besuchten dazu ein Restaurant. Die Küche war offen einsehbar und versprach nicht sehr viel. Jeder Restaurant-Tester in Deutschland würde sich auf der Stelle übergeben und danach schreiend davonlaufen. Und WIR haben dort sogar gegessen. Wenn es in China Fleisch gibt, dann kann man sicher sein, dass das ganze Tier verwertet wurde. Sprich man zerstückelt z.B. ein Huhn und wirft es in einem Topf. Suppe drüber und warm machen. Voila! Max hatte nämlich das Glück und konnte den Hühnerkopf in der Schüssel finden. Mhhhh… zum Glück gab es auch nicht nur ekelige Sachen. Ach ja! Gedärme isst man übrigens gerne mit. So ist es keine Seltenheit, dass man in der Suppe Lungenflügel oder Teile der Speiseröhre findet. Da wir inzwischen in einer anderen Provinz waren (Irgendwas mit S), gab es auch Provinztypische Spezialitäten wie Hauchdünnes Brot mit Geschmack nach … Tada: Nichts. Im Speisesaal lief ein sehr kleiner Hund rum und zudem lief die ganze Zeit laut Tom & Jerry. Nach dem Essen fuhren wir ein kurzes Stückchen weiter und kamen am Konfuzius-Tempel an. Wir gingen zu Fuß die Touristenpromenade entlang und man wurde direkt wieder begafft wie die Tiere im Zoo. Yan Lin besorgte die Eintrittskarten und eine Reiseführerin. Während er beim Taxi wartete, gingen wir mit Xie Shifu (mein Shifu) und der Reiseführerin in die Tempelanlage. Es gab mittelprächtige Gärten und gewöhnliche, chinesische Tempel zu sehen. Da hatte der Wanshan-Tempel bisher mehr zu bieten. Wir machten ein paar Gruppenfotos und gingen den Tempel durch. Das Wetter war übrigens durchzogen und Regen schien sich anzubahnen. Im Inneren der Pagoden waren meist immer Souvenirstände angesiedelt. Alle verkauften Sie den gleichen Kram und immer wurde versucht den Ausländern was anzudrehen. Mein Shifu wollte ständig, dass ich Fotos von ihm mache. Er war offensichtlich sehr in Fotolaune. Kung-Fu-Posen wollte er aber vermeiden. War ihn offensichtlich peinlich oder so. In einem der Häuser konnte man sich gegen Geld traditionelle Edelmanns-

Gewänder ausleihen, um ein Foto damit zu schießen. Alis ließ sich das nicht nehmen und lies sich den Fummel anziehen und setzte sich dann auf einen Thron und war damit bereit für das Foto. Dann verließen wir den Tempel und gingen zu Fuß zu Konfuzius sein Haus. Man musste wieder die Tickets vorzeigen und dann konnte man eine Straße entlang gehen und kam durch Gärten und Hütten zu seinem Haus, das wie ein Museum mit chinesischen Schriftrollen war, dessen Inhalt mir verborgen blieb. Zwischendurch nutzte unser Shifu immer wieder die Gelegenheit ein Foto von sich oder von unserer kleinen Truppe (wir hatten uns inzwischen aufgeteilt) machen bzw. machen zu lassen. Er wird bestimmt bald nach den Fotos fragen. Am Ende des Rundganges gab es noch einen schönen Garten mit Rosen und ein wenig Wildwucher. Sah nicht schlecht aus. Max versuchte übrigens im Tempel eine Treppe runter zu sliden und legte sich dabei voll auf die Schnauze, da die Pflastersteine nass und damit rutschig waren. Dann gingen wir zum Taxibus zurück und fuhren ein paar Minuten weiter und wurden an Konfuzius Grab rausgelassen. Yan Lin wartete wieder im Taxi mit dem Fahrer und wir gingen durch die Ticketkontrolle eine lange, gepflasterte Straße entlang und kamen darauf hin auf einen Waldweg, der uns vorbei an vielen Gräbern führte. Bei Nacht bestimmt gruselig. Wessen Gräber das waren ist uns aber verborgen geblieben. Schließlich, nach einer Wanderung durch den Wald, kamen wir an Konfuzius Grabmal an. Hätte ich mir persönlich eindrucksvoller vorgestellt. Es war ein großer Stein mit einem Grab davor. Und davor befand sich ein Kissen, wo man sich zum Beten hinknien kann, sowie ein Spendenkasten. Bescheiden war er jedenfalls, der Herr Konfuzius. Nach einem kurzen Rundgang auf einem Platz, vor dem Ticketcenter, ging es dann wieder ab in den Bus. Wir fuhren weiter zum Tai-Shan und nach ein paar Stunden Fahrt landeten wir in einer wirklich sehr schönen Stadt. In der Stadt wurden wir dann rausgelassen und wir hatten eine Stunde Zeit, um uns umzusehen. Danach wollten wir etwas Essen fahren und dann weiter zum Berg. Mit Max und Matild (die Französin) gingen wir die Hauptstraße entlang und erst mal in einem Adidas-Shop. Hier in China hat Jet Li eine eigene Kollektion bei Adidas, die zurzeit verkauft wird. Max suchte schon seit er hier ist nach einem bestimmten T-Shirt, was auch der Grund war, warum wir in den Shop gingen. Tatsächlich wurde Max fündig und fand das gesuchte Shirt… allerdings war es eine Nummer zu groß. Genau meine Größe! Obwohl ich nicht danach gesucht hatte, kaufte ich das Shirt, weil es mir gefiel. Der Preis war eindeutig westlichen Ursprungs, denn ich bezahlte mal eben 240 Yuan dafür. Allgemein war die Stadt sehr westlich angedeutet. Sie gehörte eindeutig auch zu einer der wohlhabenderen Städte Chinas. Man hat bei der Architektur der Stadt traditionelle Bauten mit Modernen Style gekreuzt. Äußerst gut gelungen muss ich sagen. Man fühlte sich in der Stadt direkt wohl und kein bisschen Fremd. Die Fußgängerzone war, die wohl schönste die ich je gesehen habe. Max war jedenfalls ganz schön neidisch, dass ich nun das Shirt hatte, was er gesucht hatte. Zudem weil er danach gesucht hatte und es nicht in seiner Größe verfügbar war. Wir gingen danach in einer Art großen Kramladen und trafen zuvor noch Niko in der Fußgängerzone, der sich uns anschloss. Im Krammarkt gab es irgendwie alles und nichts zugleich. Ich entdeckte eine hochwertigere Kettenpeitsche, die jedoch nur 8 anstatt 9 Glieder besaß. Schade. Eine andere war zu schwer und massiv. Max kaufte sich eine kitschige Kappe und ein chinesisches Schachbrett. Dann war die Stunde fast vorbei und wir machten uns auf dem Rückweg. Wir gingen noch kurz in den Li-ing-Laden (?) hinein, wo Max sich nach einer coolen Jogginghose umsah. Dann ging es zurück zum Treffpunkt. Es wurde langsam dunkel und wir fuhren nach kurzer Wartezeit zum gleichen Restaurant zurück, dass nur einige Minuten entfernt war. Im Bus war es übrigens ziemlich eng und die fehlende Beinfreiheit machte die Fahrt zum kleinen Horror. Im Restaurant gab es zur Hälfte nur Mistessen und ich wurde sagen wir mal nicht wirklich satt. Nach einer kurzen Rast am Restaurant ging es mit dem Taxibus dann endgültig zum Fuße des Berges. Vor einigen Souvenirständen hielten wir an und rüsteten uns für den langen aufstieg bei Dunkelheit, Kälte und Regen. Es regnete nämlich und war inzwischen

dunkel geworden. Und auf dem Berg sollte es recht kalt sein. 1500 Höhenmeter waren zu bezwingen… in Form von Treppen. Vermutete Zeit dafür betrug 5 Stunden. Ich kaufte mir an einem der Souvenirstände eine kleine LED-Taschenlampe und Yan Lin versorgte uns noch mit billigen Regenmänteln, einem kleinen Lunchpaket bestehend aus einer Packung Keksen, einer seltsamen Wurst, einem langen Brötchen und einer Flasche Wasser. Dann ging es los. Bei der Dunkelheit hier konnte man teilweise keine 2 Meter weit sehen und ich war froh die Taschenlampe gekauft zu haben. Trotzdem versuchte ich sie so wenig wie möglich zu benutzen, da ich nicht wusste, wie lange die Batterie halten würde. Außerdem gewöhnten sich die Augen mit der Zeit an die Dunkelheit und man sah mehr als man zunächst glauben wollte. Wir waren nicht die einzigen Verrückten, die sich in dieser Nacht vornahmen, den Berg zu erklimmen. Immer wieder trafen wir auf Chinesen jeden Alters. Von jungen Leuten bis alten Menschen mit Gehhilfe war alles dabei. Während ich meine Jacke auszog, da mir schon nach wenigen Metern Treppe zu warm geworden war, verlor ich den Anschluss an der Hauptgruppe und ging daraufhin mit meinem Shifu, Yan Lin und der Französin weiter. Der Regen hörte nicht auf und mir war klar, dass ich sehr bald sehr nass sein würde.

Fortsetzung folgt… (nächster Tag)

Donnerstag, 26.08.2010

Nach gut 3 Stunden machten wir die erst richtige Pause. Auf dem Weg war etwa jeder erste bis zweite Kilometer ein Souvenirstand zu finden. Die Leute, die hier ihr Zeug bei Nacht und Regen verkauften, taten mir schon ein wenig leid. Sie schienen hier förmlich zu leben. Es brannte elektrisches Licht, teilweise Feuer, Planen schützen vor dem Regen und ihre dicken Wintermäntel vor der Kälte. Denn es war deutlich kühler als unten. Ich fror in meinem nassen T-Shirt, wenn ich längere Zeit anhielt. Wir machten wie gesagt an einer Art Tempel Pause, wo ich mit der Französin auf Yan Lin, Niko (Schweizer sind halt nicht so schnell) und meinem Shifu wartete. Unser Shifu trug die ganze Zeit sehr große Räucherstäbchen mit sich rum (ca. 1 Meter lang), von denen ich dachte, dass es ein großer Regenschirm wäre. Yan Lin zündete eins am Feuer an und verneigte sich in einer Art Buddhistischem Gebet vor einen Altar und steckte den Räucherstab in den Sand. Danach gingen wir zusammen weiter. Eine gute Stunde später machten wir eine weitere Rast. Yan Lin spendierte uns gelbe Äpfel, die er an einem der Stände kaufte und er organisierte irgendwie Hocker von dem Verkäufer, der mit seinem Laptop und Fernseher unter einem Abdach saß und über Internet ein simples Spiel zockte. Wir setzten uns zu ihm und schauten ein wenig in die Glotze und aßen dabei Unsere Äpfel auf. Yan Lin rückte dann noch mit Erdnüssen heraus und wir machten etwa eine halbe Stunde Rast. Es wurde langsam richtig kalt und ich begann zu frieren. Yan Lin war aber dagegen, dass wir unsere nassen Klamotten wechselten. Er meinte, es wäre besser bis oben zu warten und dort die trockenen Klamotten anzuziehen, damit Sie jetzt auf dem Weg nicht auch noch nass werden. Niko peilte mal wieder gar nix und zog sich einfach um. Ich ließ mein T-Shirt an und erhöhte das Tempo, um schnell auf Temperatur zu kommen und nicht mehr zu frieren. Die Treppen fielen mir ungewohnt einfach. Ich hatte einfach schon zu viel Übung darin glaube ich (man denke an Yuntai). Ich fand die Treppen hier übrigens wesentlich einfacher, da es nicht steil bergauf ging, sondern alle 10 bis 30 Stufen (zumindest in der Regel) ein paar Meter Eben waren. In Yuntai sah es damit ganz anders aus: Stufen bis zum Abwinken. Zudem gab es dort keine Souvenirstände alle paar Kilometer. Bevor ich es vergesse: Auf der anderen Seite des Berges konnte man eine Seilbahn hochnehmen. Das war uns bewusst und wir wählten absichtlich den schwereren Weg, da es einfach cooler ist. Denn Seilbahn kann ja jeder. 5 Stunden einen Berg hochlaufen und das in völliger Dunkelheit und dazu noch die ganze Zeit Regen traut sich nicht jeder. Nach etwa weiteren 2 Stunden kamen wir endlich oben an. Es war sehr nebelig und man konnte die Hand kaum vor Augen sehen. Ich schenkte es mir Fotos zu schießen, da es ersten viel zu dunkel und zweitens viel zu nebelig war. Wir suchten den Rest der Truppe, die eigentlich schon längst hätten wir sein sollen. Zufällig trafen wir Francois und Alis, die wohl weiter oben waren. Die oberste Plattform war offenbar gesperrt bzw. nicht passierbar. Alis erzählte ganz voller Aufregung, dass er ganz alleine und verlassen war und echt schiss hatte, bis Francois aus dem Neben auftauchte und ihn sozusagen rettete. Seltsamer Typ, aber meistens ganz nett. Sie wussten aber auch nicht wo der Rest war. Niko fand Sie zufällig in der Eingangshalle eines Hotels sitzen. Wir gingen herein und der Pförtner empfing uns. Wir sollten doch bitte leise sein. Der Rest sitze dort und schlürfte Tee, den Sie für wirklich viel Geld gekauft hatten (240 Yuan). Ich bekam auch eine Tasse ab. Ich zog die schlimmsten Sachen aus (Schuhe, Regencape) und bereitete mich zum Trocknen vor. Yan Lin organisierte dann aber Betten, damit wir ein wenig schlafen konnten. Er buchte 4 Dreierzimmer und teilte zu jedem Zimmer 4 Leute zu. Dass hieß, einer hatte kein Bett. Ich kam mit Harry, Jochen und Francois auf ein Zimmer und es gab sogar eine heiße (!!!) Dusche, Die Zimmer waren klein, aber sauber. Jochen brachte ein Opfer und verzichtete auf ein Bett und setzte sich stattdessen lieber in einen der Sessel. Wir duschten alle nacheinander (natürlich heiß!!!) und legten uns Schlafen. Das war die erste heiße Dusche seit fast 3 Monaten. Ein geiles Gefühl! Meine nassen Sachen legte ich irgendwo hin, wo Platz war und lies sie so gut wie möglich trocknen. Schnell schlief

ich ein und wachte gegen halb 6 wieder auf. Sie Sonne war schon aufgegangen und der Rest schlief noch. Bis auf Jochen, der schon (oder noch?) war wach. Wir waren einer Meinung und hatten vor uns mal nach den anderen umzusehen. Wir zogen uns wieder an und schlichen leise aus dem Zimmer. Keiner war draußen zu sehen und es war immer noch verdammt nebelig. Wir warteten eine Weile in der Eingangshalle und hofften jemand würde auftauchen. Doch nichts geschah. Jochen und ich entschlossen wieder zu den Zimmern zu gehen und mal an einer der Türen zu klopfen, von den wir wussten, dass Sie zu uns gehörten. Im Assi-Zimmer (mit Alis) wurden wir unfreundlich empfangen und gingen daraufhin wieder hinaus. Peter kam allerdings später raus und checkte ebenfalls die Lage. Da keiner von uns wusste, wo das Zimmer von Yan Lin oder meinem Shifu war, mussten wir wieder warten. Irgendwann trafen wir auf Nils, der wusste wo das Zimmer von Yan Lin, Max und Mathild war. Wir klopften und scheuchten Sie aus den Betten. Der Rest wurde dann irgendwann ebenfalls von Yan Lin aus den Betten gescheucht und dann checkten wir im Hotel aus. Draußen sah man die Hand vor Augen nicht und die Sonne stand eh schon am Horizont. Deshalb entschlossen wir uns den Berg wieder hinunter zu gehen. Oder besser gesagt die Seilbahn zu nehmen, denn keiner hatte mehr so wirklich Lust die ganzen Stufen hinunterzulaufen. Nach ein paar hundert Metern kamen wir an der Seilbahn-Station an. Gesperrt und damit geschlossen. Damit blieb uns nur eine Möglichkeit: die Treppen zu nehmen. Ich schoss noch ein paar Fotos auf dem Rückweg (sofern es der Neben zuließ) und verlor damit wieder an Anschluss an der Gruppe. Mit Yan Lin und Niko (Schweizer sind eben nicht die schnellsten) stieg ich den Berg hinab. Weiter unten lichtete sich der Nebel und es wurde auch wieder etwas angenehmer (=wärmer). Wir gingen gut 1 ½ Stunden den Berg hinunter und kamen an eine Busstation, die den restlichen Weg bewältigt. Niko und ich warteten dort auf Yan Lin und kauften uns dann für 30 Yuan ein Ticket hinunter. Im Bus zeigte mir Yan Lin eine Art Schweizer Taschenmesser in Kreditkartenform, dass er offensichtlich aus der Schweiz hat. Der Bus fuhr eine ganze Weile und als wir dann ausstiegen, landeten wir in irgendeiner Stadt und mussten einen Bus zurück zu unserem Taxibus nehmen, da wir irgendwo anders rausgekommen sind (vermutlich auf der anderen Seite des Berges). Nach einem kurzen Fußmarsch kamen wir dann endlich an. Wir waren fast die letzten am Bus. Wir warteten auf die anderen und fuhren dann los. Yan Lin meinte, wir fahren nun zunächst einmal Essen. Nach ein paar Stunden Fahrt kamen wir an einem Ort umgeben von Maisfeldern an. Erinnerte mich ein wenig an Deutschland. Dort standen 2 oder 3 Pavillons und in der Mitte war ein netter Garten angelegt. Yan Lin erwähnte dann, dass er hier einen alten Kung Fu-Bruder trifft und das. wir hier etwas zu essen bekommen. Wir folgten ihn in dem Keller und man servierte uns an einen edlen Tisch reichlich Essen. Das Essen war wie immer natürlich Chinesisch. Es gab viel zu viel Ekeliges (ich war nicht der einzige mit der Meinung) und viel zu wenig „normales“ Essen, wovon man auch satt werden kann. Fazit war, dass nicht alle satt wurden, obwohl es wirklich viel zu essen gab und wie immer mehr als die Hälfte übrigblieb. Mit meinem Shifu und den restlichen Ausländern gingen wir nach Draußen zum Taxibus und durften dort knapp 2 Stunden auf Yan Lin warten, der mit seinen Kung Fu-Bruder ein wenig feierte. Jedenfalls rochen Sie danach nach Rauch und Alkohol (zumindest sein Kung Fu-Bruder mit der Sippe). Dann machten wir noch ein Foto mit den Köchen und den Kung Fu-Bruder und fuhren endlich weiter. In der Pause kam nämlich ganz schön Langeweile auf. Alle waren müde und manche noch hungrig. Ich setzte mich in der Pause in den Bus und unterhielt mich mit ein paar anderen. Einige übten ihre Formen und der Taxifahrer und unser Shifu machten währenddessen den Taxibus von außen sauber. Dann fuhren wir wieder ein Stückchen weiter und kamen bei Yan Lins Elternhaus an, dass in Mitten einer dreckigen, Slum-ähnlichen Stadt / Dorf lag. Wir passierten das Tor und kamen in einen typischen kleinen Hof, wo wir von seiner Mutter und ein paar anderen Chinesen (Verwandtschaft denke ich mal) empfangen wurden. Wir wurden ins Wohnzimmer gebeten und bekamen Sojamilch, die keiner trinken wollte und heißes Wasser (heißes

Wasser wird hier teilweise anstelle von Tee getrunken). Wir konnten kurz Fernsehen schauen und dann bereitete die Familie draußen im Hof einen Tisch vor, wo wir uns versuchen konnten Teigtaschen herzustellen. Der Tisch war schnell voll und ich ging mit den anderen, die keinen Platz mehr bekamen wieder ins Haus und chillte auf dem Sofa. Im Wohnzimmer hangen Bilder. Auf einigen de Bilder konnte ich einen Mann erkennen, den ich schon mal gesehen hatte: der Finanz-Mann aus der Schule. Es ist Yan Lins Vater. Ich hing anschließend nur noch im Sofa und schlief irgendwann ein. Ich weiß nicht wie lange ich geschlafen hatte, aber irgendwann wurde ich wach, da jemand zum Essen rief. Ich ging raus und setzte mich im Hof an den niedrigen Tisch auf einen niedrigen Hocker. Auf dem Tisch standen reichlich Teigtaschen (mit Bohnen) und später wurden noch andere Speisen serviert. Ich aß meine Schale auf und war danach sogar wirklich satt. Das Essen war deutlich besser als das im Restaurant. Yan Lin war währenddessen im Haus und schlief. Nach dem Essen lies unser Shifu ihn wecken, damit wir aufbrechen konnten. Wir stiegen wieder in das Auto und fuhren schließlich nach zurück zur Schule. Während der Fahrt wurde es dunkel und die Umgebung lud zum Schlafen ein. Es war zwar verdammt ungemütlich und eng, aber die Müdigkeit machte es möglich. Nach 3 oder 4 Stunden machten wir noch einen kurzen Stopp an einer Autobahn-Raststätte. Dort kaufte ich mir eine Packung Kekse und dann ging es weiter. Knapp 3 Stunden später kamen wir an der Schule an. Auf den letzten Kilometern gab der Taxifahrer richtig Gas und wir bangten schon um unser Leben. Denn anders als in Deutschland fährt man hier ohne Verkehrsregeln. Wer hupt hat recht. Das einzig praktische daran ist, dass man in der Regel immer sehr vorsichtig und mit Rücksicht auf andere fährt. Das klappt allerdings nicht, wenn man rast wie ein Bekloppter. Die fehlenden Sicherheitsgurte und die zu niedrigen Kopfstützen (wenn Sie denn da waren) machten das Ganze nicht erträglicher. Dennoch kamen wir wie gesagt lebendig an. Ich war tot müde und ging rasch hoch in mein leeres Zimmer. Es war inzwischen 22 Uhr, ich packte meine Tasche aus und hing die nassen Klamotten auf Kleiderbügel zum Trocknen, lud meine Geräte wieder auf und fiel halb tot ins Bett. Der Trip war sehr anstrengend, da wir nur sehr wenig geschlafen hatten und wenn wir geschlafen haben, war es ziemlich unbequem. Dazu kam das Wetter, dass ab Donnerstag irgendwie scheiße war (permanenter Regen + dichter Nebel + Kalt). Dennoch habe ich viel erlebt und gesehen. So weiß ich nun z.B. wie eine normale chinesische Familie lebt. Morgen geht es regulär mit dem Training weiter.

27. August 2010 – Die letzten Tage brechen an…

Meine Zeit hier ist nun fast vorüber. Ich bleibe nur noch gut 5 Tage in der Schule und knapp 3 Tage in Peking. Der Ausflug zum Konfuzius-Tempel, -Grab und -Haus und natürlich zum Tai-Shan (Sonnenberg) war sehr cool aber auch sehr anstrengend. Ich habe wenig geschlafen (insgesamt vielleicht 4 Stunden) und hatte auch keine Gelegenheit meine Tagesberichte zu schreiben. Deswegen muss ich das die nächsten Tage nachholen. Ob ich meine Schwertform noch zu Ende lernen kann weiß ich nicht, da ich nicht weiß wie viel mir noch fehlt. 5 Tage hört sich aber verdammt knapp an. Trotzdem gibt es heute (reichlich) Bilder zu begutachten. Hoffe Sie gefallen euch…

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/die-letzten-tage-brechen-an/

Freitag, 27.08.2010

Es macht *Ring* und ich bin einfach nur müde und will jetzt alles andere als trainieren. Dennoch zwing ich mich auf und zieh meine Trainingssachen an und gehe runter. Nach und nach taucht auch der Rest auf. Nicht wenige haben verschlafen und sind mindestens genauso müde wie ich. Der 15-jährige Kommandogeber war nicht da, dafür aber das Mädchen mit dem Zopf wieder (hab ich seit Montag nicht mehr gesehen). Sehr fragwürdig das Ganze. Heute ist Freitag und Freitag rennt man üblicherweise den Berg rauf. Och nö, dacht ich da nur. Aber alles Jammern hilft ja nix und somit ging es los. Max schenkte sich das Laufen und verbrachte die Zeit lieber auf der Toilette. Der Berg war heute irgendwie ein Kinderspiel. Meine Beine waren weder müde noch war ich großartig außer Atem. Habe ich mich wohlmöglich regeneriert? Wär natürlich klasse. Ich rannte den Berg hoch und runter und war der erste, der wieder unten war und machte die Übungen, die mir mein Shifu auftrug (Liegestützen, Kniebeugen, Rumanda). Die Kniebeugen fühlten sich schrecklich an. Merke also doch noch die vielen Stufen von gestern in meinen Beinen. Dann musste ich erst mal auf Toilette. Ich schnappte mir meinen Schlüssel und lief auf mein Zimmer. Gerade noch mal so geschafft. Weiter ging es im Programm. Vor der Schule übten wir Rumanda (mit und ohne Pu-Bu) und machten unseren Rücken flexibler. Dann war das Training schon zu Ende und wir füllten das Formular für die Stadt aus. Max wollte heute unbedingt nach Jiaozou anstatt nach Fangshuang, um sich dort Zugtickets zu kaufen, da es mit dem Umbuchen des Fluges nicht geklappt hatte. Er fragte mich ob ich nicht mitkommen möchte. Ich lehnte zunächst ab, da ich für heute mehr Zeit im Internetcafé einplanen wollte. Und in Jiaozou gibt's doch so viel Ablenkung (Mäcces z.B.). Nach dem Frühstück packte ich meine Speicherkarte mit den Bildern voll. Die Berichte konnte ich ja noch nicht schreiben. Muss ich auf jeden Fall so bald wie möglich nachholen. Max kam aufs Zimmer und fragte ob ich nicht doch mitkommen will. Wir könnten so die Shoppingtour am nächsten Diensttag verkürzen. Zudem wollte ich einen Mc Flurry. Ich entschied mich um und machte mich schnell fertig, denn die Zeit drängte wie immer bevor es in die Stadt geht. Ich sagte dem Sanda-Shifu Bescheid und trug mich von Fangshuang nach Jiaozou um. Inzwischen kamen sogar noch mehr Leute mit: Der Police Man Fabian, die Französin Matild und die Deutsche Leonie. Ich sagte meinen Shifu noch Bescheid, dass ich nicht zum Essen zurück sein werde und dann ging es los. Der Sanda-Shifu brachte uns zum richtigen Taxi und wir fuhren erst einmal nach Fangshuang (liegt an dem Weg) um noch 2 andere Ausländer rauszulassen. Dann klingelte das Telefon des Taxifahrers. Yuen war dran und meinte wir sollten 10 Minuten warten. Warum wussten wir nicht. So hatten wir eine kurze Pause in Jiaozou, die Fabian und ich nutzen, um uns die gezuckerten und frittierten Teigtaschen zu kaufen. Als wir wieder am Taxi waren, kam ein weiteres Schultaxi an. Yuen und der Doppel-Dao-Shifu waren da und der Doppel-Dao-Shifu fuhr ein Stückchen mit in Richtung Jiaozou. Offenbar wurde er verabschiedet, denn Yuen drückte ihn noch einmal bevor er zu uns ins Taxi stieg. Nächster Halt: Jiaozou. Wir wurden am Supermarkt rausgelassen und Die Französin fragte den Taxifahrer, ob er Max und Fabian nicht zum Bahnhof bringen kann, wo sie sich dann die Zugtickets kaufen könnten. Er verstand und ich ging mit den beiden Mädels los und suchten einen Laden für traditionelle, chinesische Kleidung. Leonie wollte sich nämlich schon seit Wochen irgendwas Bestimmtes kaufen. Soweit ich weiß einen grauen Shaolin-Anzug. Wir fragten mehrere Passanten (bzw. Matild übernahm das, da Sie Chinesisch spricht) und einer war sehr hilfsbereit und besorgte uns ein Taxi, dass uns zur richtigen Stelle fahren sollte. Das Taxi fuhr uns zum großen Einkaufszentrum nahe Mc Donalds. Ich war dort schon mehrere Male drin und war sicher, dass wir hier nicht fündig werden würden. Wir fragten uns im Kaufhaus durch und wurden in den 6. Stock geschickt. Dort schickte man uns in den 4. Stock und dort gab es nicht das was wir suchten. Die Mädchen kamen allerdings in einen Shoppingrausch und wollten sich überall umgucken. Wir machten einen Treffpunkt und eine Uhrzeit aus und ich ging während die Mädchen

mit Shoppen beschäftigt waren zum Mc Donalds und gönnte mir u.a. einen Mc Flurry. Während ich also mein Eis aß, kamen Max und Fabian in den Mc Donalds herein. Ich schaute auf die Uhr und sagte, dass ich eben den Mädchen Bescheid sage. Denn es wurde Zeit zum Treffpunkt aufzubrechen. Am Treffpunkt angekommen war niemand zu sehen. Ich suchte noch die ganze Etage nach den beiden, konnte Sie aber leider nicht finden. Ich ging wieder zurück zum Mäcces und Max, Fabian und ich gingen nochmal ins Kaufhaus. Max wollte hier nämlich beim Adidas-Shop nach ein paar Sachen aus der Jet Li-Kollektion schauen. Er wurde wieder nicht fündig. Nicht seine Größe. Zu Schade aber auch. In einem Land, in dem der Durchschnitt so groß ist wie man selbst (gilt jetzt für Max) ist es offensichtlich schwieriger als gedacht die passenden Klamotten zu finden. Sie sind nämlich rasch ausverkauft. Dafür fand ich ein gutes Stück aus der Kollektion. Ein Polyester-Shirt und eine sehr leichte Jogginghose (jedoch nicht aus der Kollektion), die weite Beinschwünge zuließ, ohne einem dabei zu behindern. Ich kaufte beides und Fabian gönnte sich einen Pullover. Dann ging ich alleine zum Internetcafé, da die beiden anderen noch was Essen wollten. Ich traf dort die beiden Mädchen und erfuhr, dass sie mich eine Viertelstunde lang gesucht hatten. Irgendwie komisch, denn ich auch. Wir sind offensichtlich aneinander vorbeigelaufen. Ich lud meine Bilder hoch und veröffentlichte meinen einzigen Tagesbericht, da ich ja nicht geschrieben hatte in den letzten Tagen. Matild und ich tauschen noch unsere Fotos per USB-Stick aus und wenig später kamen auch Fabian und Max ins Café. Ich beeilte mich, denn uns blieb ja nicht mehr viel Zeit, da wir schon um 14:20 Uhr am Supermarkt sein sollten, um so rechtzeitig zum Training wieder da zu sein. Mit Max ging ich noch schnell zu einem anderen Adidas und Li-Ing-Shop und dann fuhren wir mit einem Taxi zurück zum Supermarkt. 10 Minuten verlieben noch und wir gingen noch schnell hinein und stöberten in der Bekleidungsabteilung nach ein paar gefälschten Markenartikeln. Leider ohne Erfolg. Wir gingen zum Taxi zurück und warteten auf Fabian, der mit Verspätung ankam. Kurz nach 3 waren wir wieder an der Schule. Ich packte meine Sachen aus und haute mich noch 5 Minuten ins Bett. Dann war wieder Zeit für das Training. Beim Meeting sprach mein Shifu mich an, dass ich mit Yuen reden soll. Es ginge um mein Visa, das ich doch verlängert habe wollte. Er fragte mich wann ich die Schule verlasse und wann ich China verlasse. Da die Visa-Büros am Wochenende nicht arbeiten, sei es nicht möglich in der kurzen Zeit eine Verlängerung zu bekommen. Tja… das ist schlecht dachte ich mir. 5 Tage sei Minimum; aber die hatte ich nicht. Ich erklärte ihn, dass ich meinen Flug nicht umbuchen kann und ebenso wenig ohne Reisepass oder Visum herumreisen kann. Holland war in Not. Er sagte irgendwas von ich soll meine Flasche und mein Schwert aufs Zimmer bringen und dann hier warten. Ich tat was er sagte und erfuhr von ein paar anderen Ausländern, die ebenfalls noch in der Halle waren (der Rest ging zum Training), dass wir mit der Rezeptionsfrau nach Jiaozou fahren. Die anderen Ausländer (übrigens Harry, Soltan und der dunkelhäute Brite) hatten nämlich auch ein Problem mit ihren Visa. Ich zog mir schnell normale Klamotten an, steckte mein Portemonnaie in die Tasche und los ging es. Yan Lins Vater (Finanz-Mann) war der Fahrer. Wir fuhren zu einem Krankenhaus in Jiaozou, um dort den Parkplatz zu benoten. Auf der anderen Straßenseite war dann das amtliche Gebäude. Wir setzten uns hin und mussten erst mal warten. Dann wurden noch vom dunkelhäutigen Briten und mir Passfotos gemacht und dann hieß es wieder warten. Ich unterhielt mich mit dem dunkelhäutigen Briten und erfuhr, dass er in Shanghai als Tennis-Couch gearbeitet hat. Dann musste ich mich irgendwann auf einen Hocker setzen und es wurde ein weiteres Foto von mir gemacht… und zwar von einer Webcam. Dann war alles scheinbar in Ordnung und wir konnten wieder fahren. Harry fragte die Rezeptionsfrau aus der Schule, ob wir nicht kurz in den KFC um die Ecke gehen können. Natürlich konnte Sie nicht nein sagen und wir gingen hinein und kauften uns ein paar Sachen zum Mitnehmen. Dann fuhren wir wieder los. Gerade als wir den Parkplatz verlassen hatten, hielt uns ein Polizist an und faselte irgendwas auf Chinesisch zum Fahrer. Er lachte darauf nur verlegen, doch das

Gesicht des Polizisten blieb eiskalt. Wir konnten dann aber doch weiterfahren und kamen dann auch in der Schule an. Yan Lins Vater kann übrigens nicht so toll Auto fahren. Er fährt zwar für einen Chinesen sicher, doch gibt er viel zu viel Gas und dabei viel zu viel Kupplung. Vom ganzen Abwürgen mal abgesehen. Und schalten tut er auch nicht so gerne. Aber was soll‘s. Wir kamen 10 Minuten nachdem das Abendessen begonnen hat an und ich raste aufs Zimmer, damit ich noch Zeit zum Essen hatte. Mein Shifu fragte mich ob nun alles OK war, doch das wusste ich ja nicht. Er wollte nachher mit der Rezeptionsfrau reden. Nach dem ich mit dem Essen fertig war, blieben mit noch 7 Minuten Zeit, die ich mit Aufräumen verbrachte. Beim Training lief ich erst einmal 7 schnelle Runden, während sich der große Rest wieder vor dem Laufen drückte. Memmen. Kurz dehnen und dann gab es wieder „Free Practise“ mit dem Schwert. Mein Shifu zeigte mir noch einen weiteren Teil der Form, da Max heute Nachmittag ebenfalls einen weiteren Teil gelernt hatte. Ich lernte ihn rasch und hatte ihn auch schnell ganz gut drauf. Bald schon war das Training vorbei und wir grüßten ab. Max machte irgendwie noch klar, dass wir ein Zertifikat bekommen, bevor wir abreisen. Dafür müssen wir aber am Sonntag, wo die allmonatliche Performance stattfindet eine Art Test bestehen. Ich duschte und Max kam kurz darauf aufs Zimmer. Wir quatschen ein bisschen und ich nutzte die verbliebende Zeit bis um halb 12 um meine Berichte nachzuholen. Danach war ich einfach zu müde und fiel kaputt ins Bett. Mit meinem Visum soll nun scheinbar alles in Ordnung sein. Bin mal gespannt wann ich es bekomme. Die Klimaanlage wurde übrigens nicht eingeschaltet. Aber es ist auch ein wenig kühler geworden. Schaden kann Sie trotzdem nicht.

Samstag, 28.08.2010

Kikeriki! Oder besser gesagt „riiiiiiiiiiiiing“ und ich bin wach. Natürlich bin ich heute extra müde, da ich die halbe Nacht meine Berichte nachgeholt hatte. Wie meistens bin ich wieder als einer der ersten unten und warte halb schlafend auf Trainingsbeginn. Erstmals war wieder laufen angesagt. Dann sollten wir noch in einer Reihe laufen. Gut, dass ich schon vorgelaufen bin… so konnte ich es natürlich nicht hören und hatte meine Ruhe. Danach war dehnen an der Tischtennisplatte vorgeschrieben. Dann legten wir mit dem eigentlichen Programm los. Wir übten nach ein bisschen Powertraining am Morgen unsere Formen, da ja morgen die Performance stattfinden soll. Das Training war heute irgendwie schnell vorbei und es wurde Zeit zum Frühstück. Beim Frühstück gab es das gleiche wie immer. Allerdings waren die Brötchen schnell weg und dann gab es nur noch Reis in dem irgendetwas beigemischt wurde. Eine Weile später kam dann doch noch eine Fuhre Brötchen, die aber total trocken waren. Bis zum nächsten Training hatte ich noch etwas Zeit meine Berichte weiterzuschreiben. Ich hätte zwar lieber etwas Schlaf nachgeholt, aber man kann sich ja nicht alles recht machen. Bald ist es ja auch schon vorbei mit den täglichen Berichten schreiben. Ich putschte mich noch mit Mentos auf, die ich gestern im Supermarkt gekauft hatte und ging zum Meeting. Wie immer wurde erst vorgelesen. Jochen verlässt sehr bald die Schule und hat sich scheinbar auf dem letzten Drücker dazu entschlossen noch von allem ein paar Fotos zu machen. Ich habe das Gott sei Dank schon seit langem hinter mir, was aber nicht heißen soll, dass ich keine mehr machen werde. Das Training starteten wir ohne Max, der an der Schule blieb. Warum wusste ich zunächst nicht. Erst als er nach der ersten Einheit in der Halle ankam, meinte er, dass er wieder auf der Toilette war. Wir dehnten uns heute intensiv und ich fühlte mich steif wie ein Brett. Es ist scheinbar eine ganze Menge Willkür in meinen Muskeln und Sehnen, denn mal bin ich äußerst flexibel und mal bin ich so wie heute: steif. Wir gingen die Kicks durch (Zzzzzz) und gingen dann kurz zur Akrobatik über. Radschläge waren angesagt. Dann war Pause und ich gammelte nur auf dem Teppich herum und versuchte das Unmögliche: Schlaf in der Trainingshalle nachzuholen. Wie gesagt war es unmöglich und deswegen war ich nach der Pause genauso erholt wie vor der Pause. Nach dem kurzen Warm-Up ging es an die Waffen und damit auch an die Form. Mein rechter Zeigefinger tut seit gestern verdammt weh. Ich denke ich habe ihn mir überstreckt als ich versucht habe mein Schwert knallen zu lassen. Ich ging mehrfach die Form durch und setzte mich zwischendurch immer wieder müde auf dem Teppich. Das Training wurde mit Kniebeugen abgeschossen. Mein Shifu wollte tatsächlich Alis auf meinen Schultern setzen, damit ich mit ihm meine Kniebeugen machen kann. Der Kerl wiegt über 90 Kilo! Wir wollen es mal nicht übertreiben. Ich setzte mich zunächst auf seinen Schultern und er legte los. Dann war ich am Zug. Statt Alis bekam ich ein etwas älteres, fettes Kind auf die Schultern. Ich vermute es wog so um die 70 Kilo. Ein paar Kniebeugen später ließ ich mit von der Last erlösen und ich fühlte mich auf einmal federleicht. Eine gute Übung. 300 Sit-Ups beendeten dann das Training. Kurz vor Schluss kam noch ein Tuck Tuck mit mehreren dickeren Matten vor die Halle gefahren. Wir luden Sie ab und sie wurden sogleich von den Shifus und Jin Da Bao eingeweiht indem dort Salti drauf gelandet wurden. Dann gingen wir zurück und grüßten ab. Peter (14) verlässt morgen früh die Schule und hat mich gefragt, ob ich noch Interesse an 2 geraden Schwertern hatte. Ich wollte Sie mir nachher mal angucken habe ich ihn gesagt. Vor dem Essen kam Niko noch rein und wollte meine Shaolin-Kleider mal anprobieren, da er sich auch welche kaufen wollte. Da ich aber gerade aus der Dusche kam, wollte er später wiederkommen. Als ich beim Essen im Speisesaal ankam, war die erste Portion Reis komplett weg. Ich musste als 2 Minuten warten bis ich endlich Essen konnte. Direkt nach dem Essen brachte ich meine Schale und meinen Ketchup aufs Zimmer und ging zum Shop und kaufte mir ein neues Paar Kung Fu-Schuhe sowie 2 Packungen Oreo (Kekse). Seit dem Ausflug habe ich da richtig Heißhunger drauf. Ich war noch nicht lange im Zimmer da kam Niko schon an und ich ließ in meinen

Anzug mal anprobieren. Noch während Niko im Zimmer war kam Max dazu. Wir quatschten in bisschen und er zog sich einen Film von meiner Festplatte. Eine gute Stunde lang schrieb ich meine Berichte, bis ich zu müde wurde und mich dann doch ein wenig ausruhen wollte. 10 Minuten vor dem Klingeln wachte ich auf und stopfte mich mit den frisch gekauften Keksen voll. Keine so gute Idee, denn Sie liegen schwerer im Magen als man ahnen möchte. Runter ging es zur Trainingshalle. Nach dem intensiveren Dehnen (Gut so!) begannen wir mit Akrobatik. Erst einmal wie üblich warm springen und dann ging es zum Radschlag über. Schließlich machten wir noch einen Kung Fu-Kick-Sprung und dann war die erste Einheit vorbei. Heute war ein Fotograph mit zu Halle gekommen, der die ganze Zeit von allen möglichen Fotos machte. So auch von mir, wo ich gerade meinen Handstand in der Pause übte und auch von Harry, der im Tor saß und meditierte. Das Training setzen wir erneut mit Akrobatik fort. Diesmal fusionierten wir mit der Gruppe vom Pan-Shifu und benutzten die neuen Matten, um ein paar gewagtere Sprünge zu üben (z.B. Aerial). Irgendwie hatte ich da keinen richtigen Spaß dran, bis ich meine Schuhe auszog. Sogleich fühlte ich mich leicht wie eine Feder und alles klappte besser als gewohnt. Der kleine Jin Da Bao ließ mich immer vor und wollte mir noch einen tollen Radschlag zeigen. Dann wechselten wir allerdings zu den Formen. Barfuß trainierten wir weiter. Wir sollten nämlich jeder seine Formen vor der Gruppe vorführen. Wir begannen mit der Stickform. Ich bekam einen Stick von einem der Kinder. Dieser war zu kurz, zu dünn und viel zu eicht für meinen Geschmack. Barfuß fühlte sich die Form total anders an (viel schneller) und ich verhaspelte mich mehrfach und brach dann irgendwann ab. Nachdem Max seine Form beendet hatte, lieh ich mir seinen nur wenig besseren Gun und legte erneut los. Sein Stock ist gerade mal so dick wie mein Daumen und dazu total ungriffig (meine Meinung). Die Form war demnach auch nicht das Gelbe vom Ei. Es ging direkt mit dem Jian weiter. Die Form funktionierte ganz gut, aber ich kam mir schneller vor als sonst (barfuß?). Ich will damit nur sagen, dass es ein total anderes Trainingsgefühl ist, wenn man keine Schuhe anhat. Der Rest der Gruppe durfte auch noch seinen Teil dazu beitragen und dann setzten wir uns hin und besprachen die Lage wegen der Performance morgen. Zusammenfassung der Besprechung: More Power! Dann schaute mein Shifu noch auf seinen Handy-Kalender und meinte, dass ich ja in 5 Tagen schon abreise. Er schien ein wenig traurig und auch einige der Kinder gucken blöd und das Mädchen mit dem Zopf fragte „Why?“. Ja was soll man darauf antworten? Richtig: I don’t know. Der Tai-Chi-Shifu kann übrigens einen recht sauberen Aerial. Und das trotz seiner Masse. Alis war ganz begeistert und fragte ständig, warum er das nicht kann. Wir gingen zurück und grüßten wieder ab. Nach einer kurzen Dusche ging ich zum Essen runter. Es gab das gefüllte Brot mit anderer Füllung als sonst. Ich aß 4 und hatte danach Sodbrennen. Also ich da in der Tür stand und überlegte, ob ich jetzt auf mein Zimmer gehen soll oder ob ich mir noch Eis kaufen soll, rief mich mein Shifu zu sich am Tisch. Er erklärte irgendwas von einem Buch, dass die Kinder bekommen hatten. Ich verstand zunächst nur Bahnhof, aber dann fiel mir ein, dass er wahrscheinlich das Zertifikat meinen könnte. Es kostet 160 Yuan und er braucht ein Passfoto. Ich kaufte mir abschließend doch noch Eis und aß eins für Christopher mit. Zum Meeting bzw. Training brachte ich das Geld und das Passfoto mit und überreichte es ihm. Max meinte, ich solle noch nicht bezahlen, da Fabian (Palm tree) eine E-Mail von Yan Lin bekommen hat, dass es nichts kostet. Das Geld kann ich aber immer noch zurückfordern falls es so ist (was ich nicht glaube). Heute Abend sollte ich die Stockform üben, da ich Sie heute Nachmittag ja verpatzt hatte. Aber zunächst einmal heiß es laufen. Der Rest drückte sich wieder erfolgreich und ich war irgendwann der einzige, der noch lief. Ich begann nach dem Dehnen mit den Basics, da ich irgendwie das Gefühl für den Stock verloren hatte. Dann ein paar Mal die Form und dann war das Training wieder zu Ende. Ich vollendete alle meine Tagesberichte und ging schlafen. Harry klopfte zwischendurch noch an die Tür und fragte, ob ich eine 1-Yuan-Münze für die Waschmaschine hätte. Ich wechselte ihm sein Geld und fuhr fort.

Sonntag, 29.08.2010

Der Morgen beginnt wie immer mit der Klingel. Äußerst müde steige ich aus dem Bett und machte mich gemächlich bereit für das Morgentraining. Ich ging nach draußen und an Fabian vorbei, der mit einem neuen quatschte. Zu müde für alles setzte ich mich auf die Stufe und versuchte langsam wach zu werden. Der Neue sprach mich an und stellte sich als Max vor. Ich habe vor einigen Wochen mit ihm Emails geschrieben, da er Frage n zur Schule und dem Training hatte. Er hatte sich für Ende August oder Anfang September angekündigt. Hatte ich total vergessen. Jedenfalls war er nun hier und wir redeten ein wenig bis das Training anfing. Zu Trainingsbeginn wurde er von Yuen erst mal rungeführt. Wir machten uns mit Liegestützen warm und dann fragte unser Shifu uns, ob wir den Berg hochlaufen möchten. Ja warum eigentlich nicht. Zusammen mit der Sanda-Gruppe gingen wir zum Berg. Das Mädchen mit dem Zopf versuchte mir noch irgendwas mit ihren Backen zu zeigen, aber ich verstand nicht worauf Sie hinauswollte. Jedenfalls rannte ich wieder den Berg hinauf und war kaum noch groß außer Atem. Die ersten paar Meter ging ich runter und dann entschied ich mich doch noch zu rennen, während Max mit den ganzen Kindern plauderte. Max hier, Max da. Mit meinem Shifu ging ich zur Schule zurück und begann mit dem Dehnen. Kurz nachdem der Rest ankam war das Dehnen beendet und wir gingen die Stellungen durch. Busse fuhren auf der Straße, auf der wir unser Kung Fu trainierten und so gingen wir beiseite und machten nur noch Powertraining. Es begann mit 50 Liegestützen, dann 100x Wadenheben an der hohen Kante, 100 Sprünge eine andere Kante hoch und nochmal 50 Liegestützen. Max saß die ganze Zeit auf einer der Kanten und schien auf andere Übungen zu warten (Form z.B.). Die Glocke erlöste uns und mein Shifu meinte irgendwas von wegen Yuen-Shifu, Yan Lin, der neue Max, E-Mail, together zu mir. Ich verstand eigentlich nur Bahnhof, aber da er vor dem Training schon richtig erkannt hat, dass wir uns ein wenig kennen, dachte ich mir, er wollte, dass ich Max frage ob er zu uns in die Gruppe kommt. Ich sollte wohl mit Yuen drüber reden, da er sich ihn sonst wieder schnappt (der Geier!). Ich fragte Yuen ob er nicht zu uns in die Gruppe kommen kann und bekam die 0815-Antwort: Let me think about it. Ich hatte nichts anderes erwartet. Max und ich redeten noch bis zum Frühstück mit dem neuen Max (ich muss einen neuen Namen für ihn finden) und ich bemerkte, dass er ziemlich gut Chinesisch sprechen kann. Liegt vermutlich daran, dass er Sinologie (=Chinesisch) studiert. Als die Klingel dann das Gespräch beendete holte ich schnell mein Essbesteck und ging zum Speisesaal. Es gab Bautzen (das gefüllte Brot von gestern). Och, neee… bitte nicht auch noch zum Frühstück. Als die erste Platte leergefressen war, hoffte ich auf die normalen Brötchen. Ich war ganz schön enttäuscht, als eine weitere Platte mit dem Zeug serviert wurde. Frustriert ging ich, ohne was gegessen zu haben, auf mein Zimmer und machte mir mein Müsli. Zunächst mit heißem Wasser und danach mit kaltem. Ich muss sagen, mit kaltem Wasser schmeckt es mir besser. Immer noch hungrig entdeckte ich noch die Pistazien im Regal, die ich letzte Woche gekauft hatte. Es waren weniger als gedacht, denn schnell war die halbe Tüte leer. Mein Shifu klopfte noch hysterisch an die Tür und sprach wieder das gleiche von heute Morgen (Yuen, Yan Lin, der neue Max, E-Mail) und war dabei etwas aufgeregt. Ich weiß echt nicht was genau er will. Ich sollte Neu-Max mal übersetzen lassen. Dann war es Zeit zum Training. Im Flur meinte Max, dass wir heute unsere Performance haben. Also noch schnell ins Zimmer gegangen und meinen Stock mitgenommen. Gleich sollte auch noch unser Test für das Zertifikat stattfinden. Ich bin ja mal gespannt. Ist natürlich klasse, dass man das so früh erfährt. Ich war müde und fühlte mich schlapp. An der Halle angekommen war wieder der Schlüssel für das Tor nicht da und einer musste ihn holen gehen. Das dauert immer und so begannen wir draußen mit dem Laufen. Der neue Max wusste immer noch nicht in welcher Gruppe er war, doch lief einfach mal mit uns mit. Als die Halle dann endlich offen war konnten wir uns an der Stange dehnen. Dann sollten wir uns hinsetzen und die Performance begann. Alles lief so wie immer ab. Yuens Gruppe fing an und hat natürlich wieder

eine halbe Ewigkeit gebraucht. Es folgte die Gruppe vom Pan-Shifu und danach wir. Wir begannen kurz mit den Stellungen und ein wenig Stretching, gingen die Kicks durch und dann kam die Überraschung. Wir sollten auch noch die „komplexeren“ Kung-Fu-Kick-Sprünge machen, die wir gestern geübt hatten. Bei mir klappten Sie eigentlich ganz gut. Weiß war nicht warum. Dann machten wir noch zwei Runden Radschläge und zum Schluss die kraftraubenden Sprungkicks. Jetzt fühlte ich mich noch geschundener als vor dem Training, aber es war noch lange nicht vorbei. Wir begannen nämlich mit den Formen. Zunächst die Kinder und dann Max und ich mit der Stockform. Diesmal hatte ich genug Platz, doch startete ich zu weit rechts, so dass ich bei einer Bewegung kurz stoppen musste, da die Wand im Weg war. Schade. Der Rest passte aber soweit. Max sollte dann noch mit den Kindern die andere (kurze) waffenlose Form (Chombi Quan oder so) vorführen und dann war ich mit meinem Schwert an der Reihe. Die Form war eigentlich okay, doch hatte ich wieder ein wenig Platzmangel und musste aufpassen das Mädchen mit dem Zopf nicht aufzuspießen. Beim nächsten Mal starte ich ganz weit rechts. Das versaut einem nämlich immer die Form. Max führe seine Dao-Form vor und dann war Ende. Es folgte die Sanda-Gruppe und die Tai-Chi-Gruppe (zwei Personen). Ich dachte alles sei nun vorbei, doch Fehlanzeige. Jetzt kam nämlich die große Überraschung für Max und mich (vor allem für mich denke ich, denn ich hatte wirklich reich gar nicht damit gerechnet). Wir sollten noch einmal einzeln die Shao-Form, Stick-Form und Schwert/Säbel-Form vorführen. UND! Wir sollten dafür Noten bekommen. Und ich dachte ich sei endlich von den Schulnoten befreit. Naja, ich durfte einfach mal den Anfang machen, während Max sich noch kurz dehnen konnte. Als ich anfangen sollte, hatte ich ein Blackout und wusste den Anfang der Shao-Form nicht. Das ganze 2x! Dann fiel es mir wieder ein und ich legte los. Der spontane Druck sorgte für einige Fehltritte und ich musste in der Mitte abbrechen, da es meiner Meinung nach zu viele waren. Ich legte nochmal von vorne los und dann klappte endlich alles. Die Form war trotzdem eine Schande, das war mir bewusst. Ich rechnete schon mit dem Schlimmsten. Dann war Max dran. Alles OK. Dann war ich wieder mit der Stockform dran. Diesmal hatte ich genug Platz und ich konnte die Stockform eigentlich ohne große Schwierigkeiten durchführen. Dann war Max dran mit seiner Stockform. Dann war wieder ich dran mit meiner Schwertform. Von der Tatsache, dass ich wieder ein wenig in Platzmangel gekommen war (ich brauch echt 'ne ganze Bahn und ich bin zu weit in der Mitte gestartet. Ich hätte also ganz rechts starten sollen) hat sie aber ganz gut funktioniert. Dann war wieder Max mit seiner Dao-Form an Zuge. Anschließend hatte ich ein ziemlich schlechtes Gefühl. Denn alles in allem hat alles nicht so gut geklappt, wie ich es hätte machen können. Aber heute war echt nicht mein Tag und ein wenig mehr Vorbereitung hätte sicherlich auch nicht geschadet. Ich habe nämlich damit gerechnet, dass die erste Vorführung schon die „Prüfung“ enthielt. 2 Minuten vorher zu erfahren, dass man jetzt eine Prüfung ablegen muss ist natürlich scheiße. Die Shifus beraten sich und unser Shifu teilte uns dann einen Teil der Ergebnisse mit. Max hat in der Shao-Form die Note B und in der Stockform die Note C. Ich hatte beides C… war ja klar. Die Jian- und Dao-Formen wusste er aber noch nicht. Das Notensystem geht übrigens von A (beste Note) bis E (schlechteste Note). Ich war unzufrieden. Wir grüßten ab und gingen zurück. Mein Shifu erklärte mir noch, dass die C Note weder gut noch schlecht ist und sprach wieder von Yuen, Yan Lin, E-Mail und den neuen Max. Ich verstand wieder nicht was er von mir wollte und denke ich muss New-Max wirklich mal übersetzen lassen. Denn es scheint ihn wirklich wichtig zu sein. Ich duschte mich und schaute mir die Videos von der Vorführung/Prüfung an. Teilweise halb so schlimm und teilweise einfach nur eine Schmach. Dann war Essenszeit und ich nahm zwei Portionen Reis mit Ketchup zu mir. Dann war es wieder Zeit zum Berichte schreiben. Ich habe gestern übrigens gehört, dass Yuen-Shifu um die 70 Formen beherrscht. Niko möchte sich unbedingt noch mit mir zusammensetzen, bevor ich gehe und die Klimaanlage wurde endlich wieder eingeschaltet. Mein Shifu findet meine neue Hose übrigens „beautiful“. Das hat er mir im Flur auf

dem Weg zum Essen gesagt. In der Schweiz lernt man kein Englisch in der Schule. Dafür Französisch und Italienisch. Das hat Niko zumindest gesagt. Außerdem habe ich gehört, dass der Tai-Chi-Shifu bald heiratet. Nachdem ich bis kurz bis vor zum Training geschlafen hatte, aß ich noch die restlichen Pistazien auf und ging dann trainingsfertig zum Treffen. Nach dem Vorlesen hieß es dann für uns seltsamerweise Chinesisch-Unterricht. Normal hatten wir doch erst Kung Fu und dann Chinesisch. Naja, was soll's. Ich ging wieder aufs Zimmer und zog mich um. Auf dem Weg zum Klassenraum traf ich noch meinen Shifu (Xie Shifu) mit unserer kleinen Truppe. Er fragte mich wo Max stecken würde (der alte) und ich ging ihn daraufhin holen. Der Klassenraum war heute äußerst voll. Kaum noch Stühle waren frei. Wenn man aus dem Fenster schaute, sah man einen ganzen Haufen Soldaten in Uniformen und mit roten Mützen bekleidet auf dem Platz stehen (in Reih und Glied). Sie waren schon seit vor dem Mittagessen da und standen die ganze Zeit auf der Stelle. Der Klassenraum war wieder auf übelste aufgewärmt und ließ einem schwitzen. Konzentration war natürlich Fehlanzeige, doch die ist eh nicht notwendig bei dem Unterrichtsstoff hier. Irgendwann war es dann überstanden und ich zog mich wieder um und ging zur Trainingshalle. Unten angekommen waren die kleinen Chinesen mit dem Pan-Shifu, sowie der Tai-Chi-Shifu schon unten und hatten ihre T-Shirts ausgezogen. Sie hatten offenbar Fußball gespielt, denn es rollte ein Ball durch die Halle. Während wir uns warm machten, turnten die Shifus und die kleinen Chinesen auf den neuen Matten herum und hatten ihren Spaß. Zwischendurch filmte ich immer ein wenig von der Akrobatik, bis mein Shifu ein Foto von seinem Gesicht wollte. Er hat gestern nämlich bei einem Vorwärtssalto eine astreine Gesichtslandung hingelegt und hatte eine ganze Gesichtshälfte voller Veilchen. Sah so aus, als ob er heftig zusammengeschlagen wurde. Ich könne ihn dafür jetzt eigentlich Two-Face-Shifu nennen 😉 Nach dem Aufwärmen wurde wieder sehr intensiv gedehnt. Ich muss sagen, dass ich nun deutlich weiter in die Grätsche komme, als ich jemals gedacht hatte. Neu-Max half mir beim Dehnen der Grätsche und danach ging es noch ein wenig besser. Unser Shifu ging stattdessen alle Kinder durch und verpasste jedem eine Portion Power-Stretching. Wir waren am Ende auch dran. Welch ein Spaß. Als wir damit fertig waren versuchten wir uns ebenfalls an den Matten. Mit Radschlägen starteten wir durch und Neu-Max musste zeigen was er konnte (war so einiges). Man sieht ihm jedenfalls an, dass er schon ein paar Jahre Kung Fu macht (wie viele genau weiß ich grad nicht). Jedenfalls war danach das Training zu Ende und wir gingen wieder hoch. Eines der Kinder ist nun mein Knappe und darf mein Schwert tragen. Ganz praktisch, wenn man die Hände mit seiner Flasche und der Kamera voll hat. Ich duschte wieder schnell und dann ging es zum Essen runter. Seit langer Zeit (relativ) gab es wieder das Shit-Brot, das war nicht so schlecht ist. Lasst euch also nicht vom Namen täuschen; hat sich einfach bei mir so eingebürgert. Nach dem Essen kamen Max und Max noch mit auf mein Zimmer und wir schauten zusammen die Videoaufzeichnung von unseren Formen heute Vormittag. Bevor Max ins Zimmer kam, sah er noch den Sanda-Shifu im halbnackt im Flur rumrennen mit einem lustigen Hut auf. Er griff sich hektisch meine Kamera und eilte hinterher, um ein Foto zu machen. Ich ihm nach und wir trafen unserem Shifu im Gang und fragen nach dem Sanda-Shifu. Wir folgten ihn zu seinem Zimmer und sollten warten, während unser Shifu ihn rausholte. Wir überraschten ihn mit einem Foto und dann setzte er sich noch mit dem coolen Hut in Pose. Ziemlich witzig. Zum Klingeln gingen wir jedenfalls runter und schauten wie montags üblich einen Film. Wie vermutet war es die Aufzeichnung von heute Vormittag. Langweilig. Aber ich war nicht der einzige der Müde war. Das Mädchen mit dem Zopf (saß neben mir) meinte nämlich in recht verständlichem Englisch in ganzen Sätzen, dass Sie müde sei und lieber Schlafen gehen würde als Fernsehen zu gucken. Da fragt man sich doch, warum Sie sonst immer überwiegend Chinesisch mit einem spricht. Neu-Max, der fließend Chinesisch spricht ist übrigens alles andere als vom Chinesisch-Unterricht begeistert und meint, dass man selbst als Anfänger hier nichts lernt. Ich bin im Moment echt am überlegen, ob ich nicht Chinesisch lernen soll,

wenn ich wieder zu Hause bin. Eigentlich eine ganz interessante Sprache und allzu schwer wie man vielleicht glauben mag ist sie auch nicht. Nach dem Film stellten wir uns wieder auf und grüßten ab. Ich fing anschließend an meine Berichte fertig zu schreiben. Als ich mitten drin war klopfte es an der Tür. Die Stimme, die davor meinen Namen rief, war mir wohl bekannt: mein Shifu. Er kam herein und setzte sich zu mir aufs Bett und erzählte mir schon wieder was von E-Mail und Yan Lin. Ich habe übrigens versucht Neu-Max übersetzen zu lassen beim Abendmeeting. Ich weiß jetzt jedenfalls, dass ER (Shifu) es noch nicht gemacht hat. Für mich heißt das, alles ist OK und ich habe nichts zu tun. Soviel wie ich aber eben erfahren habe, meint er, dass ich Yan Lin eine E-Mail schreiben soll, wenn ich wieder zurück nach China komme und ihn nach Xie Shifu fragen soll. Soll das heißen, er ist eventuell nicht mehr an der Schule oder einfach nur um ihn Bescheid zu geben? Er bedankte sich noch ganz herzlich bei mir, dafür das ich Neu-Max in die Gruppe „geholt“ habe und wünschte mir eine gute Nacht. Ich denke da ist aber noch Erklärungsbedarf. Vielleich habe ich das auch total falsch verstanden. Ich werde versuchen Neu-Max morgen noch mal übersetzen zu lassen um keine Unklarheiten übrig zu lassen. Mir ist übrigens klar geworden, dass ich die Jian-Form unmöglich rechtzeitig beenden kann. Es bleiben nämlich nur noch 2 Trainingstage für mich: Montag (also morgen) und Mittwoch. Am Donnerstag reise ich ja schon ab. Max hat aber das gleiche Problem mit der Säbelform. Seit langen kann ich nun endlich wieder normal schlafen gehen, da ich nicht tausend Berichte nachholen muss. Sehr gut.

Montag, 30.08.2010

Die Klingel macht mich wie immer wach und ich bereite mich wieder auf das morgendliche Training vor. Unten angekommen werde ich freundlich von Neu-Max begrüßt, der auf der Bank saß. Das Training ging kurz darauf los und da heute Montag ist, hieß es schon wieder Berglaufen. Wir fingen auf Befehl vom Shifu schon von der Schule aus an zu laufen und hielten das Tempo bis zur Spitze und mit Neu-Max ging ich dann ein paar Schritte wieder herunter, bevor wir wieder das Laufen anfingen. Wir kamen heile unten an und der Tai-Chi-Shifu deutete in Richtung der Schule, wo unser Shifu wohl warten sollte. Während Neu-Max seine Hose umdrehte, da er sie falsch herum angezogen hatte, kam Alt-Max (oder einfach nur Max) vom Berglauf an und wir gingen zusammen in Richtung Schule. Auf dem Weg fing uns unser Shifu mit ein paar der Kinder ab, die offenbar nicht mitgelaufen sind. Wir gingen zu Schule und machten erst mal das Grundprogramm durch (Stellungen, kurzes Dehnen). Es folgten Faustschläge und dergleichen (das gleiche mit der Handfläche + Nackenübung) und wir fuhren mit Ma-Bu / Gum-Bu fort. Die Soldaten standen immer noch auf dem Platz, doch stellte sich heraus, dass es keine Soldaten waren, sondern nur Touristen in Uniformen, die Tag und Nacht auf dem Platz rumstanden und irgendwie nichts machten. Das Training wurde danach für beendet erklärt und ich ging schnell aufs Zimmer, um noch vor dem Frühstück zu duschen. Das Frühstück fiel gewohnt eintönig aus und irgendwie schmeckte es mir heute Morgen nicht so. Nach dem Essen schrieb ich mir noch eine neue ToDo-Liste, da meine alte irgendwie verloren gegangen ist. Denn die Zeit hier wird knapp und ich darf nichts vergessen, bevor ich abreise. Dann begann das Vormittagstraining. Wie jeden Montag findet aber freies Training oder Basketball statt. Ich übte ein wenig mit dem Schwert herum und mein Shifu zeigte mir einen neuen kurzen Teil der Form, den ich schon nach 5 Minuten gut raushatte. Den nächsten Teil wollte er mir erst heute Nachmittag zeigen. Die Zeit drängt…

Den Rest des „Trainings“ machte ich ein paar Fotos bzw. Videos und zeigte dem Mädchen mit dem Zopf wie meine Kamera funktioniert. Neu-Max lief noch ein oder zwei Tai-Chi-Formen und unser Shifu zeigte darauf hin noch eine Schwertform. Dann hatten wir eine halbe Stunde bis zur Buddha Class Pause. Neu-Max kam noch mit auf mein Zimmer und wir quatschten die ganze Zeit über Kung Fu, Tai Chi, Chinesisch und allem drum herum. Er hat nämlich ein Jahr lang täglich bei einem renommierten Tai-Chi-Meister Unterricht gehabt, als er in China seinen Zivildienst abgeleistet hat. Ein kleiner Chinese hämmerte dann an die Tür und gab uns so Bescheid, dass wir zur Buddha Class kommen sollten. Ich zog mir schnell normale Klamotten an und stellte mich zu den anderen in den Flur. Die Zeremonie begann und war so wie immer. Nur heute waren irgendwie noch weniger da als beim letzten Mal. Soll mir aber recht sein, so sind wir nämlich schneller fertig. Danach hatten wir bis zum Mittagessen Pause. Ich holte meine Dusche nach und kopierte die neuen Fotos auf meine Festplatte. Dann schrieb ich mir noch meine ToDo-Liste weiter und dann war es schon Essenszeit. Wie immer gab es Reis. Mein Ketchup geht so langsam zur Neige, aber für die 2 Tage wird es sicher noch reichen. Ich kaufte mir zum Essen einen Eistee und habe endlich wieder mal seit langem gewonnen (Richtiges Zeichen im Deckel). Nach dem Essen fing ich gerade an meine Berichte zu schreiben, da kam Neu-Max wieder aufs Zimmer und übergab mir ein kleines Geschenk aus Deutschland: Nutella & Go. Sehr nett und auch sehr lecker. Er leistete mir noch eine gute Stunde Gesellschaft und wir analysierten unsere Akrobatik von gestern. Er gab mir noch ein paar praktische Tipps zum Radschlag, Radwende sowie zum FHS (Handstandüberschlag), die ich am liebsten direkt ausprobiert hätte. Aber im Gegensatz zu ihm, war ich nicht in der Lage Sie in dem engen Zimmer zu machen. Meine gröbsten Fehler waren zu einem, dass ich die Hände nicht über den Kopf halte sobald ich mich Richtung Boden bewege, meine Hände nicht in einer geraden Linie auf dem Boden aufsetzen

und ich nicht richtig in den Radschlag hineingehe. Ich sollte einen größeren und steileren Schritt machen. Beim Handstandüberschlag sollte ich die Beine durchstrecken und nicht so sehr rein springen. Das muss ich mir merken (deswegen schreibe ich es auch hier auf). Die letzten 50 Minuten schrieb ich noch weiter, machte mir eine von Christophers Suppen und legte mich 10 Minuten aufs Ohr. Dann ging es zum Training in die Halle. Wir begannen wieder mit dem Warm-Up und stretchten uns dann kurz an der Stange. Nach und nach kamen immer mehr Eltern in die Halle und schauten zu. Warum war mir unklar. Wir gingen dann zu den Stellungen über und fuhren mit intensiverem Dehnen fort. Beim Dehnen mach ich wirklich immer noch Fortschritte und ich bin selbst erstaunt wie tief ich manchmal herunterkomme. Heute klappte sogar die Brücke ganz gut (wenn auch mit etwas Hilfe). Das intensivere Dehnen, das wir meistens in der ersten Einheit machen, macht mir auch wirklich Spaß. Nachdem alle fertig waren, ging es mit den Kicks los. Unser Shifu wollte Power sehen, denn die Eltern guckten schließlich zu. Er hat sich aber mit seinem Gemecker zurückgehalten, bis die Eltern verschwunden waren. Als wir endlich mit den Kicks durch waren, gingen wir zu den Fußfegern über. Auch diese klappten heute ausgesprochen gut. Ich weiß gar nicht wo das her kommt. Zum Schluss gingen wir noch Rumanda mit Wurf durch, der für die Kinder fast wie neu war. Sprich: keiner konnte ihn. Dann war Pause und ich konnte endlich die Tipps von Neu-Max umsetzten. Mein Radschlag klappte tatsächlich wesentlich besser. Er und ich waren zufrieden. Ansonsten musste ich ständig den Kindern die Rumanda-Übung mit Wurf vormachen. Die Pause wurde heute mal pünktlich beendet und wir fuhren weiter fort. Kurzes aufwärmen und dann waren wieder Formen angesagt. Ich übte draußen im Hof bei den Tai Chi'lern, da es in der Halle etwas zu eng wurde. Unser Shifu zeigte uns noch einen längeren neuen Teil der Form den wir weiter üben konnten. Aber mal ganz ehrlich: Uns verbleibt nur noch Mittwoch als letzter Trainingstag. Die Form lern ich niemals in einem Tag zu Ende. Traurig, aber wahr. Max geht es genauso und war deswegen ein wenig angefressen. Das Formentraining überging langsam in „Free Practise" und mir tat dann auch wieder mein Zeigefinger weh und konnte darauf hin das Schwert nicht mehr richtig knallen lassen. Alis uns ein Amerikaner aus der Sanda-Gruppe machten einen Boxkampf, den ich mit meiner Kamera festhielt. Danach passierte nicht mehr viel und es dauerte auch nicht mehr lang, bis auch dieses Training überstanden war. Wir machten draußen noch ein Gruppenfoto und gingen dann zur Schule zurück. Unser Shifu setzte sich auf ein Motorrad und lies sich von Harry den Weg entlang schieben. Max hat ein Foto. Das brauch ich!!! 5 Minuten nach dem Abgrüßen gab es schon Essen. Wasser war wieder mal abgestellt und ich konnte vorher nicht duschen und musste es so später nachholen. Wie frech das doch ist. Beim Meeting trugen wir uns erst einmal in die Liste für Jiaozou morgen ein und ich fragte nach dem Status meines Visums bzw. wann ich meinen Reisepass denn zurückbekomme. Mein Shifu sprach mit der Rezeptionsdame und mit Yuen, der mir übersetzte und sagte, dass ich ihn wahrscheinlich Donnerstagmorgen bekommen werde, bevor ich fliege. Allerdings mit so einem Unterton, dass es eventuell auch nicht klappen könnte. Jedenfalls wünschte er mir doch tatsächlich viel Glück, dass es klappt. Das sind keine guten Aussichten… wenn ich meinen Reisepass nicht am Donnerstag wiederbekomme, habe ich nämlich ein Problem und ich kann meinen Flug nicht antreten bzw. überhaupt verreisen. Ich ging wieder aufs Zimmer und Fabian (Police Man) kam mit mir mit. Er erzählte mir, dass er nachdem wir in Peking waren seine Schwester in Australien besuchen wird und noch so allerhand anderes. Neu-Max kam kurz vor dem Meeting auch noch dazu und fragte ob wir noch was machen heute Abend. Wir überlegten einen Film zu gucken, doch die Schulglocke brach das Gespräch ab und wir gingen zum Meeting. Mein Shifu wollte wie vermutet die Bilder vom Ausflug letzte Tage haben und sendete eines der Kinder mit seinem USB-Stick zu mir. Ich bereitete schon mal alles vor, während ich Max einlud mit seinem Laptop (der einen funktionierenden USB-Port besitzt) aufs Zimmer ein. Neu-Max kam auch noch dazu und wenig später auch unser Shifu. Wir schauten ein

Mission Impossible-Video von Ben, der mit der passenden Musik den Müll vom Dach in den Müllkasten wirft. Ein sehr witziges Video. Dann schauten wir uns noch gemeinsam Bilder mit unserem Shifu an und übertrugen einige davon auf seinen USB-Stick, der aber rasch voll war. Er erklärte uns aber auch, dass wir jetzt doch noch Geld bezahlen müssten. Neu-Max übersetzte fleißig und wir erfuhren, dass unser Shifu einen „Befehl“ von oben bekommen hat und es nun übermitteln muss. Man kann nämlich nur für ganze Wochen bezahlen. Bei Max fehlte eben wie bei mir das Geld für ein paar Tage. D.h. ich muss noch 800 Yuan bezahlen. Das wirft meine Planung ein wenig durcheinander. Noch weniger Geld zur Verfügung. Ihm tat es aber leid und er wusste auch nicht wie er es nun erklären soll. Ich versuchte auch unserem Shifu die 100 Yuan von Christopher zu geben. Ich zeigte ihn den Zettel, den Christopher mir hinterlassen hatte und lies Neu-Max übersetzten. Wie vermutet lehnte er ab. Warte ab… ich finde schon noch Mittel und Wege dir das Geld unterzujubeln. Neu-Max fragte für uns, was er sich zum Geburtstag wünsche. Antwort: er weiß es nicht. Aber wir erfuhren, dass er auf einen Computer spart. In zwei Monaten sei es so weit. Er schaue außerdem immer nach, ob Christopher ihm eine E-Mail geschrieben hat. Bisher aber Fehlanzeige. Als er wieder das Zimmer verließ, falteten wir den Geldschein zusammen und packten ihn in die Packung seines USB-Sticks. Er ließ ihn nämlich da, da wir noch nicht fertig mit kopieren waren. Wir sollten ihn morgen einfach zurückgeben. Wir drei quatschten noch ein wenig und Alt-Max verabschiedete sich dann ins Bett, während ich mich noch mit Neu-Max unterhielt. Als auch er dann in Richtung Bett ging, schrieb ich meine Berichte zu Ende und machte mich ebenfalls Bettfertig.

Niko und Fabian (Palm-Tree) wollen sich übrigens noch mit mir zusammensetzen, bevor ich abreise. Sie wollen auf gut Deutsch gesagt noch einen Heben. Wir nahmen uns den Mittwochabend dafür vor. Morgen in Jiaozou steht die letzte große Shopping-Tour an. Wie ich das mit meinen Waffen mache weiß ich noch nicht. Denn eigentlich wollte ich Sie ja per Post verschicken. Ich denke mal ich werde das am Mittwoch oder Donnerstag machen müssen. Mein zweiter Koffer muss ja auch noch nach Deutschland verschickt werden… hört sich nach Stress an.

31. August 2010 – Endspurt in China

Dies ist vielleicht mein letzter Artikel hier aus China. Heute ist Dienstag und damit mein letzter Tag in Jiaozou. Morgen ist mein letzter Trainingstag und mein Shifu hat zudem auch Geburtstag. Meine Schwertf0rm werde ich bis morgen aber nicht fertig lernen können. Irgendwie schon schade, aber was soll man machen. Auf einmal fallen mir noch ganz viele Sachen ein, die ich hier noch erledigen muss und bin deswegen auch ziemlich unter Zeitdruck. Am Donnerstag bekomme ich hoffentlich meinen Reisepass von der Visa-Stelle zurück und kann dann nach Peking fliegen, wo ich mir mit Max und Fabian 3 Tage lang die Stadt angucken werde bevor es nach Hause geht.

Alles weitere berichte ich dann wahrscheinlich, wenn ich wieder in Deutschland bin.

(vermutlich) Letzte Grüße aus China!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/08/endspurt-in-china/

Dienstag, 31.08.2010

Heute war ein echt seltsamer Tag. So verschieden wie sonst nie. Ich fang einfach mal an…

Heute machte mich zur Abwechslung mal nicht die Schulglocke wach, sondern ein seltsames Piepen. Um halb 6 werde ich kurz wach und anschließend von einen ständigen, leisen piepen wachgehalten. Ich befürchtete schon etwas Bestimmtes und so kam es auch. Das Piepen höre einfach nicht auf und irgendwann griff ich meine neue LED-Taschenlampe und leuchtete in die Richtung wo das Piepen herkam. Ich vermutete zunächst, es sei mein Rasierer, den ich an die Ladestation gehangen hatte und dessen Batterie-Symbol die ganze Zeit aufleuchtete. Kurze Zeit später sah ich aber das was ich sehen musste: eine Maus. Eine kleine Maus hockte zwischen meinem 2. Koffer und dem Fernsehschrank auf dem Boden und schaute mich komisch an, bis Sie hinter meinen Koffer verschwand. Ich behielt die Fassung und dachte einfach nur „Hmm na toll“. Ich überlegte kurz wie ich nun fortfahren soll (schlafen oder auf Jagd gehen) und entschied mich dann doch lieber der Maus den gar aus zu machen. Ich räumte zunächst einmal alles vom Boden auf und packte alle meine Kabel aus der Ecke. Dabei leuchtete ich den ganzen Boden und alle Ecken ab. Nichts zu sehen. Ich zog dann vorsichtig den Koffer hervor und sah immer noch nichts. Die Maus müsste aber eigentlich hier stecken, denn ein Entkommen ohne, dass ich es mit kriege schien mir unmöglich. Ich hob darauf den Koffer ein wenig an und *ZACK* huschte eine Maus in die Ecke. Ich hatte mich auf diesen Moment vorbereitet und schon meinen Stock bereit in der Hand gehalten und schlug nach der Maus. Die Maus war aber schneller als mein Arm und huschte von dort aus in die andere Ecke. Ein weiterer Hieb folgte und verfehlte die Maus nur knapp. Danach schlug ich noch einmal zu und trieb die Maus offenbar in Panik, denn Sie huschte von der einen Ecke zurück in die andre Ecke. Dann krabbelte Sie ganz schnell aus der Ecke heraus (mein Schlag ging wieder ins Leere) und in Richtung Mülleimer. Ich sammelte mich kurz und stocherte mit Christophers alten Stock in die Ecke hinterm Mülleimer. Nichts war zu sehen. Ich suchte die Maus wieder und sah Sie kurze Zeit später zwischen einer Spalte von meinem anderen Koffer und dem gleichen Schrank. Als ich mit der Taschenlampe hin leuchtete, verschwand Sie wieder im Schatten hinter dem Koffer. Ich zog ihn hervor und ohne, dass ich es erwartete, rannte die Maus über meinen Zeh (ich war barfuß) zum Fenster hin. Ich sprang kurz erschrocken auf und gab einen seltsamen Laut von mir und versuchte die Fährte aufzunehmen. Ich verlor jedoch jede Spur der Maus und auch eine weitere Suche blieb erfolglos. Ich legte mich darauf hin wieder ins Bett und wurde weiterhin von dem gelegentlichen Piepen wachgehalten, das die Maus von sich gab. Das Piepen konnte ich diesmal keine Richtung zuordnen und ich nahm daraufhin Vorsichtsmaßnahmen in Anspruch. Ich schob mein Bett ganz dich an die Wand, um der Maus so eine weitere Versteckmöglichkeit zu nehmen. Ich versuchte halbwegs weiterzuschlafen, doch das Piepen schien nicht aufzuhören. Eine weitere Stunde schlief ich und ging danach mit wachsamen Blicken zum Frühstück. Im Flur traf ich auf Neu-Max und erzählte ihn von der Maus. Er war vorher schon mal ein Jahr in China und meinte das ist ganz normal. Er war wenig überrascht. Ich irgendwie auch, darauf, dass er nicht überrascht war. Am Tisch erzählte ich Fabian noch davon, der ganz außer sich vor Freude war. So lustig fand ich es dann doch nicht. Nach dem Frühstück machte ich mich wieder langsam fertig für die Stadt und überlegte noch, was ich alles brauchen kann. Neu-Max leistete mir dabei auf dem Zimmer Gesellschaft bis zum Klingeln und dann gingen wir runter, bezahlen unsere 20 Yuan und fuhren los, nachdem wir den stupiden Satz auf Chinesisch vorgelesen hatten. Die Fahrt war gewöhnlich turbulent, doch das kennt man ja inzwischen schon. Mit Max, Max, Fabian und Leonie (die Deutsche), sowie Nils den Holländer als Führer machten wir uns auf zum Mark in einer Seitenstraße, wo Sie angeblich unglaublich tolle gefälschte Markenklamotten verkauften. Wir fuhren Bus und gingen zu Fuß bis wir ankamen. Der Markt war eine echte Enttäuschung meiner Meinung

nach und den anderen ging es scheinbar auch so. Deswegen machten wir und schnell auf und gingen ohne Nils weiter zum Mc Donalds. Endlich hatten Sie wieder diese gekringelten Pommes, die ich mir natürlich direkt kaufen musste. Auf dem Weg zum Mäcces bekamen wir noch von einer Frau so Rabattkärtchen in die Handgedrückt, die ich direkt einlösen konnte (Mc Flurry + Kringelpommes). Fabian war inzwischen schon zum Internetcafé aufgebrochen und wir warteten eigentlich auf den Palm-Tree-Fabian, der mit uns zum Waffenladen kommen wollte, um uns dort zu beraten. Er tauchte jedoch nicht auf und wir gingen zum Internetcafé, um dort nach ihn Ausschau zu halten. Doch dort war er auch nicht und wir 4 gingen daraufhin alleine weiter zum Waffenladen. Dort angekommen war erst mal Großeinkauf angesagt. Wir schauten uns eine ganze Weile im schmalen Lädchen um und entdeckten ein paar schöne Sachen. Neu-Max übersetzte immer schön fleißig, was die Chinesen uns sagten und was wir den Chinesen dort zu sagen hatten und ermöglichte uns somit einen guten Preis für alles. Ich für meinen Teil kaufte mir eine massive Speerspitze mit Flaum, robuste Tai-Chi-Kleidung (die Anprobe im Besenschrank war ein Spaß), eine Kettenpeitsche, einen Kung Fu-Fächer sowie last but not least ein richtiges Tai Chi-Schwert mit recht starrer Klinge und Scheide. Dazu noch eine Waffentasche und für alles nicht einmal 40 Euro bezahlt. In Deutschland hätte ich für das alles sicher weit über 250 Euro bezahlen müssen. Mit dem Bus fuhren wir ins Einkaufszentrum und suchten dort bei Adidas nach etwas passenden für Max. Er wurde fündig und kaufte sich das gleiche Shirt und die gleiche Hose wie ich letzte Woche. Voll der Nachkäufer. Während wir bei Adidas im großen Einkaufszentrum stöberten, fing Neu-Max ein Gespräch mit den Verkäuferinnen an. Sie fragten wie immer das gleiche (wo wir herkommen, was wir hier machen, blabla…) und dann sagte er ihnen, dass wir halt Kung Fu in Yuntai Shan trainieren. Die Verkäuferin hatte Interesse ihren Sohn dahin zu schicken und fragte mich wie ich es denn so finden würde. Max übersetzte natürlich alles und ich gab ihr meine Visitenkarte der Schule. Weiter schauten wir im „Designer"-T-Shirt –Laden um die Ecke. Doch dieser hatte auf langweilige Winterkleidung umgestellt. Max und Max schauten während ich mit Leonie unterwegs war im DVD-Shop nach irgendwelchen seltsamen Filmen. Dann gingen wir zum Internetcafé und verbrachten dort eine gute halbe Stunde. Mehr war nicht übrig, denn Max drängelte erfolgreich, da wir noch zu einem anderen Adidas-Laden wollten. Viel Zeit im Café blieb mir also nicht und ich wurde eigentlich nicht ganz fertig. Sorry, wenn ich jemanden deswegen nicht geantwortet habe. Werde es so bald wie möglich nachholen. Max und ich gingen daraufhin die eine Hauptstraße entlang und kamen an 2 Läden vorbei. In einem kaufte ich mir von meinem restlichen Geld eine gute Jogginghose. Danach war ich übrigens pleite und konnte gerade mal 1,5 Yuan in meinem Portemonnaie vorweisen. Wir machten uns mit dem Bus auf zum Supermarkten und eilten noch mehr oder weniger durch alle Abteilungen. Ich kaufte mir Wasser mit Geschmack und ein ganz seltsames Getränk mit Kiwi-Geschmack. Es befanden sich kleine Körner in der Flasche, die sich ganz seltsam im Saft (war es Saft?) verhielten. Dazu noch eine 3er-Packung Oreos Standard und eine mit Schoko. Wir luden unseren Kram ins Schultaxi und ich spurtete noch alleine zur Bank um meinen Wolf (mein Portemonnaie) zu füttern. Auf dem Rückweg ging ich noch in eine öffentliche Toilette und traf dort zufällig einen der Amerikaner, den ich hier echt nicht vermutete. Dann traf ich noch Alis auf dem Rückweg, der ganz stolz erzählte, was er heute alles gemacht und erlebt hatte. Ich stieg ins Taxi und wir fuhren darauf hin los. Mit Max (alt) ging ich auf mein Zimmer, da Fabian (Palm-Tree), sein Zimmerkollege, der den Schlüssel hatte, noch nicht wieder zurück war. Wir quatschten wie immer ein bisschen bis es an der Tür klopfte. Yuen stand davor und wollte sich mein Kartenlesegerät ausleihen, das in Wirklichkeit Max gehörte. Max ging mit Yuen aus meinem Zimmer und stattdessen sah ich Neu-Max auf dem Flur in Richtung sein Zimmer laufen. Er kam dann noch mit auf mein Zimmer und wir redeten noch eine ganze Weile bis Fabian auch noch kurz dazu kam und nach Max suchte. Ich ging nachdem die beiden mein Zimmer wieder verlassen hatten Max suchen und fand ihn im Büro

und Schlafraum des Finanz-Mannes (Yan Lins Vater) wo ein Satz Passfotos von ihm für das Zertifikat gemacht wurden. 4 Stück = 10 Yuan. Unser Shifu der in der Halle war rief uns zu sich und fragte uns, ob es OK wäre, wenn wir mit 2 Chinesen (angeblich Lehrer), die heute die Schule verlassen (und die ich heute das erste Mal gesehen habe) ein paar Abschiedsfotos machen würden. Wir machten ein paar Fotos vor der Schule mit den beiden und Sie waren glücklich ein Foto mit Ausländern zu besitzen. Toll wie einfach man hier den Leuten eine Freude machen kann. Egal wo man ist, als Ausländer wird man hier immer angestarrt / bewundert und allgemein nahezu angehimmelt wie ein halber Gott. Wir sind mit Sicherheit ein weitaus größerer Touristenmagnet als alles andere hier 😉

Unser Shifu meinte, wir sollten noch mit Yan Lin reden, wegen der Geldgeschichte von gestern. Ich ging wieder hoch und traf Fabian im Computerraum (ich wollte eigentlich an den PC, der natürlich wie immer besetzt war). Wir redeten wieder und klärten noch einige Sachen wegen Peking ab. Also wann ich bzw. wir abreisen und wie und wo und alles halt. Sein amerikanischer Zimmernachbar Andrew sprach mich auch noch an, wann ich denn die Schule verlasse. Zufällig verlässt er die Schule am gleichen Tag wie ich und fragte mich, ob wir uns nicht das Taxi um Flughafen teilen wollten, sofern alles mit seiner Flugumbucherei klappt. Ich muss morgen unbedingt noch meinen Koffer versenden. Heute in Jiaozou habe ich übrigens die Gelegenheit genutzt und mit Neu-Max und seinen hervorragenden Sprachkenntnissen bei der Post nachgefragt was das alles so kosten würde. Der Koffer würde bei 20 Kg um die 50 Euro kosten. Aber das mit dem Schwertern versenden scheint nicht so einfach zu sein wie gedacht. Warum konnten Sie ihn aber auch nicht erklären. Irgendwas mit Gesetzt übersetze er mir. Ich hoffe das führt nicht zu Problemen. Dann wollte Fabian noch unbedingt Nudeln machen. Max, Max, Fabian und ich tragen uns noch ein Weilchen in Max (alt) sein Zimmer und machten uns dann auf, um Nudeln zu kochen. Mein Zimmer wurde zur Nudelküche umfunktioniert. Wir kochten mit meinem Wasserkocher, den Neu-Max übrigens gerne nach mit übernehmen würde, drei Mal heißes Wasser auf und ließen die Nudeln so gut durch kochen. Es dauerte ein Weilchen, aber es schmeckte himmlisch. Dazu hatten wir eine spezielle Tomatensoße!!! Kein Ketchup! Soße!!! Lange nicht mehr so gut und einfach gegessen. Bis zum Essen saßen wir vier noch im Zimmer und hielten unsere Gespräche ab. Beim Essen traten Max (alt) und ich dann im Partner-look auf (mit unseren Jet-Li-Shirts und der Jogginghose), was unser Shifu natürlich sofort bemerkte und uns einen Daumen hoch gab. Alle Kinder hatten heute übrigens eine Kopfrasur bekommen und rannten nun mit Glatze rum (bis auf das Mädchen mit dem Zopf natürlich). Ich konnte Sie darauf hin kaum noch auseinanderhalten. Auch Neu-Max hat sich schnell den Kopf kahl rasiert und war ganz begeistert von dem Gefühl. Bis zum Meeting saß ich mit Fabian und Max (beide im Wechsel) im computerraum und lies mir die Adresse von unserem Hotel in Peking aufschreiben. Neu-Max war übrigens letztes Jahr dort und ihm hat das Hotel nicht gut gefallen. Lag aber daran, dass dort eine große Baustelle war (hoffentlich nicht mehr). Die ganzen Gespräche kann ich leider nicht mehr alle so gut wiedergeben, wie ich Sie erfahren habe. Eigentlich schade, denn ich hab viel neues erfahren und auch viel mit den anderen über die Abreise und Peking geplant. Nach dem Meeting ging ich mit Neu-Max noch auf mein Zimmer und wir redeten wieder ein bisschen. Die Maus hat sich übrigens nicht mehr gemeldet. Hoffe das bleibt auch so…

Dann klopfte ein kleiner Chinese an die Tür und meinte „Meeeeeting“. Es war aber grade mal 20:15 Uhr und demnach noch 25 Minuten Zeit bis zum Meeting. Langsam trudelten unten alle ein und es fand ein wortloses Meeting statt. Ich war verwirrt und der Rest auch. Warum jetzt und nicht gleich so wie immer? Ich versuchte die Frage zu klären, doch keiner wusste die Antwort. Ich setzte mich mit Alt-Max in die Eingangshalle, der gerade seine Wäsche aus der Maschine holte, um dann mit Yan Lin

über die Geldsache zu reden. Er tauchte aber nicht auf. Stattdessen sahen wir unserem Shifu mit dem Second-Headmaster am Ende des Ganges reden. Nach einer Weile hörten wir nur noch ein Wimmern und unser Shifu kam kurze Zeit später weinend den Gang entlang und ging auf sein Zimmer. Max und ich wussten gar nicht was los war. War das der Grund für das vorgezogene Meeting? Was hat der Second-Headmaster zu ihm gesagt? Ging es um das Geld, dass Max nicht zahlen wollte? Wir stellten viele Vermutungen auf, kamen aber zu keinem Ergebnis. Wir saßen da und grübelten was los sei. Vielleicht muss er nun eine horrende Strafe zahlen, weil Max sich zunächst weigerte das Geld zu bezahlen, da er eine Quittung für einen ganzen Monat bekommen hat (oder so). War somit vielleicht sein Traum von einem Computer in weiter Ferne gerückt? Schon traurig, aber irgendwie total unwahrscheinlich. Es musste was anderes sein. Vielleicht werden wir es morgen erfahren. Wir gingen auf unsere Zimmer (Neu-Max zeigte noch vorher ein bisschen von seinem Tai Chi), ich schrieb meinen Tagesbericht und es klopfte an die Tür. Es war mein Shifu, der sich so als ob nichts gewesen war erkundigte ob ich schon im Bett sei. Hmmm… Das gibt mir jetzt noch mehr zu denken übrig, denn er hat schon lange nicht mehr gecheckt, ob wir in unseren Betten sind. Es muss was mit uns zu tun gehabt haben…

Hoffentlich kommt die Erleuchtung morgen, an seinem Geburtstag.

Mittwoch, 01.09.2010

Der nächste Tag beginnt so wie die vielen anderen Tage: mit der Klingel. Beim Morgentraining zog ich zusammen mit Neu-Max 5 zügige Runden, während wir beide den Rest hinter uns ließen. Schon bevor wir loslegten, überlegten wir drei wie und wann wir unserem Shifu am besten zum Geburtstag gratulierten. Denn dieser Morgen unterschied sich eigentlich überhaupt nicht von den anderen. Einzig und allein vielleicht daran, dass unser Shifu manchmal ein wenig nervös und zappelig war. Er schien eindeutig auf uns zu warten. Wir ließen ihn aber zwangsweise zappelt, da wir mit unseren Überlegungen noch zu keinem Schluss gekommen waren. Max (der alte) erzählte mir, dass er gestern angefangen hat einen Computer aus Pappe zu basteln, da er doch auf einen Computer spart. Nach dem Morgentraining und noch vor dem Frühstück (die Zeit, die ich normalerweise zum Duschen nutzte) kam Max mit dem unfertigen Teil auf mein Zimmer und wir bastelten gemeinsam weiter. Der Computer bestand aus einer Pappschachtel den ich mit Tastatur und Bildschirm bemalte und ihm so das Aussehen eines Laptops einflößte. Max versuchte stattdessen ein Windows-Logo zu zaubern, das aber immer kacke aussah (Sorry, ist aber so 😉). Als es dann zum Frühstück klingelte, war mir sofort klar, dass wir das Vergessen konnten vor dem Frühstück fertig zu machen. Dazu fehlte einfach noch zu viel und unser zuvor ausgeheckter Plan, unserem Shifu das Geschenk beim Frühstück zu überreichen konnten wir erst einmal knicken. Also wir dann zum Frühstück eilten (waren etwas später dran als sonst) saß er da schon ein wenig eingeschnappt am Tisch und schaute ganz komisch. Nach dem Frühstück ging ich noch schnell Geld holen und bot Max an mit in den Waffenshop der Schule zu kommen, da ich mir noch ein paar Sachen aus dem Shop kaufen wollte. Mit unserem Shifu, den wir in der Eingangshalle trafen kaufen wir zusammen ein paar Sachen ein. Ich suchte mir einen Säbel mit Griffumwicklung und Tuch aus (bessere Qualität als Max sein Säbel) und kaufte mir noch eine Kettenpeitsche sowie Tape und Waffenzubehör (Tücher, Pommel, etc.). Dann war auch direkt Trainingsbeginn und wir waren noch mit dem Finanzmann am Abrechnen. Unser Shifu eilte mit der Klingel los und machte sich zum Training geben bereit. Mit etwas Verspätung kamen wir dann dazu, da der Finanzmann nicht gerade der schnellste ist. Beim Vormittagstraining stand heute Akrobatik an. Wir machten uns also zunächst einmal mit den üblichen Bewegungen warm und gingen dann zu den richtigen Sachen über. Die Radschläge klappten bei mir heute wieder ausgesprochen fein und ich war zufrieden. Selbst die einhändigen klappten besser als sonst. In der zweiten Trainingseinheit lernten wir unsere Formen weiter. Max hat erfolgreich gedrängelt und uns wurden beide zwei weitere Teile der Form beigebracht. Nachträglich habe ich erfahren, dass ich mit meiner Form schon fast am Ende bin. Max hingegen hat nicht einmal die Hälfte gelernt. Alles rummosern von Max macht somit keinen Sinn, da er die Form eh nicht hätte beenden können. Am Ende der Stunde durfte jeder von uns nochmal seine Form vorführen, was ich leider total verpatz habe. Hatte leider noch nicht genug Zeit die ganze Form am Stück zu üben und verhaspelte mich deswegen mehrfach. Aber was solls. Dafür bleibt später noch mal Zeit. Allerdings fiel mir auf, dass mein Shifu mir eine Zwischenbewegung vergessen hat zu zeigen. Denn er korrigierte mich mit einer Bewegung, die ich zuvor noch nie gesehen hatte. Kein Wunder das ich durcheinandergekommen bin. Ich klärte auf dem Rückweg mit meinem Shifu ab, wie und wann ich zur Post fahren kann, um ein paar meiner Sachen zu verschicken. Alis hatte auch Interesse mitgenommen zu werden, da er in Fangshuang rausgelassen werden wollte, um dort neues Guthaben für seine chinesische SIM-Karte zu kaufen. Es ergab sich, dass ich am besten direkt nach dem Essen fahren sollte. Und zwar mit einem Schultaxi. Nach dem Training und damit vor dem Essen habe ich schon mal damit begonnen meinen Zweitkoffer zu packen, den ich nach Deutschland schicken wollte. Mein normaler Koffer wog 22 KG und ich entschied, dass es genug ist und packte meinen Zweitkoffer voll mit Kram, den ich erst mal nicht benötigen werde in Deutschland. Meinen Koffer habe ich übrigens in Francois und Harrys Zimmer

gewogen. Francois hat nämlich eine Wage… irgendwie seltsam, oder? Jedenfalls habe ich mir bei der Gelegenheit direkt noch Harrys E-Mail-Adresse besorgt. Beim Mittagessen schlang ich den Reis mit meinem restlichen Ketchup nur so in mich hinein und habe meinen Zweitkoffer noch zu Ende gepackt. Dieser ist übrigens nicht so voll geworden wie ich erst dachte. Knapp über 10KG waren es glaub ich. Mein Shifu kam währenddessen noch hinein, da er ja mit mir losfahren wollte. Ich brauchte aber noch ein wenig Zeit und er wollte solange in der Eingangshalle warten. Als ich fertig war, ging ich hinunter und traf da u.a. auch noch Yuen-Shifu, der sich erkundigte wie viel und was ich versenden wollte und meinte, ob ich sicher wäre und das wirklich verschicken wollte und klärte mich ein wenig über die Preise auf, die mir längst bekannt waren. Dann rief er noch bei EMS an (wo ich definitiv NICHT wieder hinwollte, weil Sie langsam in der Bearbeitung und zu teuer sind) und es ging natürlich keiner ran. Jedenfalls musste ich dann ne knappe Stunde für nichts warten. Ich wartete mit meinem Shifu in der Halle, während er irgendwann die Kinder für irgendwas bestrafte. Sie mussten alle aus den Zimmern antanzen (Gruppenstrafe) und im Ma-Bu in der Eingangshalle stehen und sich nicht rühren. Dann nach 5 Minuten brauchten Sie nur noch normal stillstehen und sich nicht rühren. Nach etwa 15 Minuten schickte er mich aufs Zimmer, weil er meinte es dauert noch. 5 bis 10 Minuten später schickte er eines der Kinder hoch, um mich zu holen. Er meinte er könne nicht mitkommen, da ja gleich schon Meeting und damit Training wäre. Ich wartete noch kurz auf den Fahrer und fuhr dann mit ihn los zu einer Post. Wir kamen bei EMS an (GRRRR) und nach 20 Minuten dort stellte sich heraus, dass wir hier falsch sind und fuhren zu einer Chinapost. Ich traf die ehemalige Übersetzerin dort, die wir scheinbar nur von EMS abholten und mit ihr machte ich mich daran meinen Krempel zu verschicken. Es dauerte wieder gewohnt lange und einige Teile konnten angeblich wieder nicht verschickt werden, weil es das Gesetz nicht erlaubt (Blödsinn). Auch meinen Koffer wollten Sie nicht verschicken, weil er ja kaputtgehen könnte. Selbst ein „I don‘t care“ half da nicht. Ich vermute sie haben es einfach nur nicht verstanden. Ich fragte irgendwie nach Luftpolsterfolie, da mir Neu-Max empfohlen hat meine Waffen in Folie einzuwickeln und dann beim Flughafen als Sportgepäck aufzugeben. Es war ein Riesen Akt denen zu erklären was ich wollte, denn keiner wusste was gemeint war, bis nach 20 Minuten einer der Damen von der Post zufällig einen Fetzen Luftpolsterfolie hinter den Theresen herholte und ich hektisch drauf zeigte. Sie meinten dann aber, dass Sie nur dieses eine Stück hätten. Enttäuscht fragte ich, ob Sie wissen, wo man sowas kaufen kann. Als Antwort kam nach einigen überlegen dann ein „i don’t know“. Als wir dann endlich losfuhren fragte ich nochmal den Taxifahrer, der die ganze Zeit dabei war, ob er nicht wisse wo man sowas bekommt (war nicht einfach, könnt ihr mir glauben). Er fuhr ein paar Meter weiter und hielt an einem Rollerladen an. Zusammen gingen wir herein und durchwühlten die Verpackungen der Roller nach Verpackungsmaterial. Tatsächlich wurden wir fündig und bekamen einen Haufen Luftpolsterfolie geschenkt. Ich war zufrieden und es ging weiter. Ich verdeutlichte dem Fahrer noch, dass ich ein weiteres Zugticket kaufen wollte (für Fabian). Fabian gab mir nämlich Max sein Ticket mit und meinte er brauche das gleiche. Er rief Yuen an, der mir beim Übersetzen half. Es ging zu einem Ticketschalter irgendwo und er kaufte mir ein weiteres Zugticket für knapp 120 Yuan (Zhengzhou nach Peking). Auf dem Parkplatz stellte ich fest, dass der Taxifahrer den Schlüssel hat stecken lassen und die Türen verschlossen waren. Nun standen wir da und kamen nicht mehr ins Auto rein. Nach ein paar Minuten des Probierens irgendwie doch ins Auto zu kommen rief er dann mit dem Handy jemanden an und zeigte mir anschließend auf seinem Handy, den mit einem Übersetzungsprogramm geschriebenen Text „Waiting for“. Ich verstand, dass wir nun auf Hilfe warteten. Keine 5 Minuten später kam ein Chinese mit Tucktuck angefahren, bog einen Draht zurecht und fing an das Auto zu knacken. Sein umwelthassendes Gefährt war voll beladen mit Getränken, von dem ich einen Eistee spendiert bekommen habe (vom Taxifahrer). Ich wollte den Knackvorgang ganz gerne mit meiner

Kamera aufnehmen, doch als ich die Linse auf ihn ansetzte lächelte er komisch und verdeutlichte mir, es nicht zu tun („No, no“). Ein wenig traurig aber genauso neugierig schaute ich zu wie er sein Bestes gab das Auto aufzubrechen. Er nahm die Dichtung aus dem Fenster hinaus und hebelte mit seinem Draht am Knopf der Tür, bis er es nach etwa 10 Minuten schaffte und wir endlich weiterfuhren konnten. Sowas nennt man wohl Schlüsseldienst in China. Wir mussten nicht einmal was bezahlen. Ich denke der Schlüsseldienst war ein Freund vom Taxifahrer, denn nicht einmal den Eistee musste er blechen. In der Schule angekommen packte ich erst einmal mein Zeug weiter zusammen und nutzte die restliche Zeit (etwa eine Stunde), die noch vom Training über blieb am Schul-PC. Ich brauchte wieder ordentlich Zeit, um meine wenigen Emails abzusenden (langsames Internet) und dann war die Zeit auch schon um. Für Skype reichte es nicht, dafür war die Verbindung zu langsam. Beim Essen gab ich Fabian seine Karte, die übrigens 5 Yuan mehr kostete, als er mir mitgab. Wir klärten ab, dass wir unserem Shifu das Geschenk vor dem Abendtraining übergeben wollten. Ich machte es noch schnell fertig (lag auf meinem Zimmer) und irgendwann kamen die beiden Maxe auf mein Zimmer und wir beluden das Geschenk mit dem Geschenk: ein T-Shirt mit der bekannten Aufschrift, Haribos, Schokolade und einen selbstgemachten Umschlag, in den jeder von uns ein wenig Geld gab, damit unser Shifu seinem Computer ein wenig näher kommt. Es befanden sich schließlich 250 Yuan im Umschlag. Neu-Max schrieb noch einen kleinen Text in chinesischer Sprache dazu und dann klingelte es schon zum Training. Wir gingen runter und stellten uns mit Geschenk auf dem Rücken versteckt erst einmal auf. Als wir dann losgehen wollten, übersetzte Max wieder und unterbrachen den Weg zum Platz. Wir sagten wir wollen ihn noch einmal in der Eingangshalle sehen, da dort die Lichtverhältnisse besser waren. Wir gingen also zurück und unser Shifu fing langsam an zu strahlen. Die ganzen Kinder kamen natürlich mit und in einer Geburtstagszeremonie überreichten wir ihn das Geschenk, das er dankend annahm. Entgegen des chinesischen Brauchs das Geschenk alleine auf seinem Zimmer zu öffnen zwangen wir ihn das Geschenk hier und jetzt zu öffnen, was er auch tat. Er freute sich, doch fuhr kurz inne als er den Umschlag öffnete und murmelte auf Chinesisch (Max übersetzte), dass er das nicht annehmen könne. Er lud uns dann aber alle auf seinem Zimmer ein, das sich übrigens ebenfalls im Obergeschoss befand. Im kleinen Zimmer mit 15 Leuten war es ganz schön eng, doch fanden alle irgendwie Platz. Er packte eine große Chemo-Sahnetorte aus und verteilte an jedem ein Stück. Es war eine Riesen Sauerrei, doch das scheint in China so üblich. Sein neuer „kleiner Bruder“, wie er ihn nennt (teilen sich ein Zimmer) spielte was mit der Flöte und dann begann die Tortenschlacht. Unser Shifu drückte zunächst dem Mädchen mit dem Zopf ein saftiges Stück Torte ins Gesicht, die sich gleich darauf rächte. Dann bekam auch der Rest was in Richtung Gesicht und hinterher sahen alle aus wie sau und hatten dabei ihren Spaß. Es war richtig lustig und ich habe alle noch nie so fröhlich und am Toben erlebt. Ich ließ viele Fotos schießen (gab ja genug Chinesen, die das viel zu gerne machen) und wir gingen mit eingesauten Gesichtern nach draußen. Dort blödelten wir noch ein bisschen weiter rum und posten für ein paar Fotos. Das Training ist somit komplett ausgefallen. Unser Shifu meinte dann auch irgendwann, dass wir schlafen gehen können, während die anderen Gruppen noch am Trainieren waren. An Schlafen war in dem Moment aber nicht zu denken. Er wollte uns dann aber eben noch das Geld wiedergeben. Neu-Max und ich wollten auf mein Zimmer gehen und trafen im Flur auf unserm Shifu… mit dem Umschlag in der Hand. Er ging auf uns zu und streckte schon die Hand aus. Wir rannten nur noch davon und er uns Hinterher. Zum Glück war Max Zimmer in der anderen Richtung und Max stand auch gerade an der Tür. Wir gaben alles und kamen eher 2 Sekunden in Max Zimmer an und schlugen die Tür vor seiner Nase zu. Unser Shifu hämmerte an die Tür und meinte wir sollten aufmachen damit er uns das Geld wiedergeben kann. Wir blieben zäh und alberten ein wenig mit ihn auf der anderen Seite der Tür herum. Wir sagten ständig hier sei niemand und nach 10 Minuten gab er dann endlich auf und sagte nur noch mit

leicht drohender Stimme „Tomorrow...“. Wir wuschen uns das Gesicht in Max Zimmer und warteten noch ein wenig ab. Wir waren uns einig, dass wir das Geld nicht mehr zurücknehmen würden. Nachdem ich dann geduscht hatte und das Mädchen mit dem Zopf noch über den Weg gelaufen war um mir ihre E-Mail und QQ-Adresse (hab dich doch nicht!) zu geben (was sie auch tat), schrieb sie mir noch irgendwas in Pinyin auf einen Zettel, dass ich erst mal von Neu-Max übersetzen lassen musste. Dann setzten wir (Fabian, Fabian (Palm-Tree), Leonie, Niko, Andrew und beide Maxe) uns wie vorgenommen noch zusammen in ein Zimmer (von Andrew und Fabian) und quatschten noch ein bisschen. Denn Max, Fabian, Andrew und ich werden Morgen die Schule verlassen. Es war heute also unser letzter ganzer Tag. Ich tauschte noch mit allen anwesenden die E-Mail-Adressen aus und nach einer guten Stunde hieß es dann gute Nacht. Ich ging darauf ein letztes Mal ins Bett.

Donnerstag, 02.09.2010

Der letzte Tag beginnt… riiiiiiiiiiiiiiiiiiing. Ich wache diesmal gemächlich auf und ziehe Alltagskleidung an. Ich habe mir heute vorgenommen nicht mehr zu Trainieren. Denn ich muss noch die restlichen Sachen fertig packen und dann alles klar für die Abreise machen. Max dachte sich scheinbar das gleiche. Gestern wollte er unbedingt noch trainieren und seien Form weiter lernen. Ihm ist wohl klargeworden das es ein wenig eng werden könnte. Jedenfalls machte er auch nicht mit und wir überließen Neu-Max und Alis, sowie den Chinesen den Spaß. Rasch hatte ich meinen Koffer zusammengepackt und alles aus den Schränken rausgeholt und ordentlich im Mülleimer verstaut was ich nicht mehr brauchte. Beim Frühstück herrschte eine seltsame Atmosphäre. Niko war schon ganz traurig und wusste nicht was er machen sollte und auch der Rest sah nicht unbedingt glücklich aus. Nach dem Frühstück übergab ich Neu-Max noch alle meine Sachen, die ich hierlassen wollte. Das schließt meinen Wasserkocher und den Großteil meiner Medikamente ein. Auch ein wenig anderes Zeit ließ ich zurück. Er wollte es dann gerecht unter den Bedürftigen hier verteilen. Als die Zimmertür so die ganze Zeit aufstand kamen so allerlei verschiedene Leute ins Zimmer. Viele der kleinen Chinesen besuchten mich noch und saßen ganz still auf meinem Bett während ich meine Koffer zu schloss. Dann ging ich mit Max noch schnell ein letztes Mal in die Waffenkammer der Schule. Ich hatte mir nämlich vergessen Metallklammern mit Ringen für meinen kündigten San-Jie-Gun (Dreistock) zu kaufen. Max wollte auch noch welche. Ich klopfte an die Tür des Finanzmannes und wir gingen gemeinsam in die Waffenkammer. Da Sie nur noch ein Paar Klammern hatten (passend für einen Dreistock), geierte Max direkt drauf los und zog Sie mir förmlich aus den Händen. So viel Freundlichkeit habe ich noch nie erlebt. Dann sag ich ihn noch extra Bescheid, weil er es nicht alleine schafft beim Finanzmann nachzufragen die Waffenkammer aufzuschließen und dann sowas. Auf sein Angebot, darum Schere-Stein-Papier zu spielen, verzichtete ich und überließ ihn die Klammern und ging wieder aufs Zimmer zurück, während er noch weiter shoppte. Ich packte meine Waffen schließlich in die Folie von gestern ein und war damit klar zur Abreise. Mein Shifu kam noch ins Zimmer rein und drückte mir den Umschlag mit dem Geld in die Hand! Nein! Ich habe nicht dran gedacht. Ein Hinterherwerfen hat ihn nur dazu verleitet es aufzuheben und sicher in einer Tüte innerhalb meines Zimmers zu verstauen. Nun stand ich da und suchte eine Möglichkeit das Geld wieder loszuwerden. Ich besuchte Max noch einmal auf seinem Zimmer, der immer noch fleißig am Packen war (sein Zimmer sah aus wie sau) und erzählte ihn von dem „Unfall“ mit dem Geld. Neu-Max war auch gerade da und die Eltern unseres Shifus zogen bei ihm das Bett ab. Ich bat Neu-Max darum seine Eltern zu überzeugen das Geld für ihn anzunehmen, doch sie lehnten ab und meinten irgendwas davon, dass er es uns schenkt. Haha. Daraufhin gab ich Neu-Max das Geld, der nun zur Aufgabe hat ihn in den nächsten Wochen das Geld unterzujubeln. Ich wollte gerade meine Koffer nach unten in die Halle transportieren, da traf ich nochmal auf meinem Shifu im Flur. Er war erschrocken, dass ich jetzt schon gehe und nahm mir sofort meinen Koffer ab und trug ihn runter. Dann auch schon Meeting angesagt. Heute stand ja auch noch Zimmerkontrolle an. Ich übergab den Schlüssel an den Hausmeister (Vater Shifu) und setzte mich in die Eingangshalle auf einer Bank. Nach und nach kamen immer mehr Leute runter, da ja auch bald Training war. Ich verabschiedete mich noch von allen Leuten und führte ein paar letzte Gespräche mit den Leuten, die mir wichtig waren. Als dann der Rest zum Training ging blieben einige Shifus noch oben, um uns zu verabschieden. Yuen fragte sogar nach meiner E-Mail und ich verwies dabei auf unseren Shifu, den ich Sie bereits gegeben hatte. Ich gab dem Mädchen mit dem Zopf noch einen Zettel und dann machten wir noch ein letztes Gruppenfoto. Zudem wurden Max und mir noch die Zertifikate überreicht. Ich hatte bereits dafür bezahlt und Max nicht. Ich fragte ob ich jetzt meine 160 Yuan dafür wiederbekomm und es hörte sich natürlich wieder nach Problemen an. Kurz darauf wurde Max von Yuen zur Seite genommen und ich

wusste was anstand. Er wurde zur Kasse gebeten, weigerte sich jedoch zu zahlen. Sprich: ich bekam mein Geld natürlich nicht wieder. Als dann der Taxifahrer unsere Sachen ins Taxi lug und es langsam Zeit wurde aufzubrechen verabschiedete ich mich noch ein letztes Mal von meinem Shifu, der mir dabei noch „Sorry, Thomas“ ins Ohr flüsterte. Ihm ging das jetzt offenbar sehr nahe, denn als ich als letzter ins Taxi stieg, sah ich wie meinem Shifu die Tränen in den Augen standen. Im vollen Taxi saßen wir da nun und verließen die Schule. Der Sanda-Shifu hat sich vorher sogar noch bei mir verabschiedet und Max seine E-Mail-Adresse gegeben. Mit uns kam neben dem Taxifahrer von gestern (wie gesagt haben Fabian, Andrew, Max und ich heute gleichzeitig die Schule verlassen) noch die Frau von der Rezeption mitgekommen, da wir zunächst einen Zwischenstopp in Jiaozou machten, um meinen REISEPASS abzuholen. D.h. wenn der Visaantrag schon bearbeitet wurde… und wenn nicht… tja. Keine Ahnung. Jedenfalls fuhren wir wieder zum Krankenhausparkplatz und mussten dann erst mal eine ganze Weile warten (45 Minuten?). Die gute Frau ging alleine zum Büro und kam zunächst gereizt und ohne meinen Pass zurück. Ich war schon angepisst und verzweifelt, da ich ohne Pass meinen Flug nicht antreten kann. Doch dann ging Sie nochmal und kam nach etwa 20 Minuten mit meinem Pass inkl. Visaverlängerung wieder. Na also! Dann fuhren wir ein paar hundert Meter weiter und luden Fabian und Max aus, die nun bis abends auf Ihren Zug nach Peking warten müssen. Die Rezeptionsfrau stieg mit aus und brachte Sie auf Anfrage zu einem Hotel, wo Sie ihr Gepäck lassen konnten, um sich danach einen schönen Tag in Jiaozou machen zu können. Max jammerte schon wieder rum, was er denn den ganzen Tag in Jiaozou machen solle. Währenddessen fuhren Andrew und ich mit dem coolen Taxifahrer weiter zum Flughafen Zhengzhou. Nach 2 Stunden Fahrt, die ich überwiegend im Halbschlaf verbrachte kamen wir endlich an. Er fuhr uns bis zum Eingang vor und lud unser Gepäck aus. Eigentlich hätten wir nun 300 Yuan bezahlen müssen (für das Taxi), doch der Fahrer lehnte ab, verabschiedete sich bei uns und winkte nochmal freundlich. Hmm, netter Kerl. Offenbar hat er das Drama mit dem Zertifikatgeld mitbekommen und zeigte sich im Gegensatz zu Yuen kulant und ersparte uns deswegen das Taxigeld. Fabian und Max sollten hingegen 30 Yuan bezahlen, was Sie aber nicht taten und mir stattdessen sagten, ich solle am Ende lieber alles bezahlen damit Sie mir später einfach das Geld wiedergeben konnten (haben Sie übrigens nicht gemacht, da ich ja auch nicht bezahlen musste). Wenn man es jetzt genau nimmt, hat Max sogar noch Geld für sein Zertifikat bekommen. Andrew und ich checkten den Flughafen aus und fanden kurze Zeit später den Check-In-Schalter. Ohne Probleme konnte ich mit meinen knapp 40 KG Gepäck einchecken. Andrew hatte auch keine Probleme, aber er hatte auch deutlich weniger Gepäck bei. Bei der Sicherheitskontrolle gab es ein Problem mit Andrews Gepäck… Sie wollten es durchsuchen und haben den Reisverschluss nicht aufbekommen… Deswegen musste er ihnen zeigen wie man einen NORMALEN Reisverschluss öffnet. Dann kamen wir endlich durch und durften noch 45 Minuten aufs Boarding warten. Ich schaute in der Zeit in einem Flughafen-Shop und war über die westlichen Preise erschrocken. Eine Packung Nüsse für 1,80 € - Frechheit! Cola kostete nun auch nicht mehr 3 Yuan, sondern 10. Naja so ist das nun mal. Gut, dass ich keinen Durst hatte. Als dann das Boarding mit 10 Minuten Verspätung losging, stiegen wir beide ins Flugzeug. Der Flug war sehr angenehm und die Maschine modern. Ich hatte zwar einen Imbiss im Flieger erwartet, doch man servierte uns lediglich eine Flasche Wasser. Aber der Flug ging ja auch nur eine Stunde, von daher war es OK. Als wir in Peking angekommen waren, wollte ich erst einmal nach einer Post Ausschau halten und nachfragen, was ich eventuell für mein Übergepäck auf der Heimreise zu bezahlen hätte. Vom Infostand wurde ich zum Ticketschalter bis hin zum Sonderwunschschalter geschickt und erfuhr dann, dass Sie es nicht wissen und ich es am eigentlichen Check-In-Tag fragen müsste. Wir gingen noch ein wenig hin und her und ich gab dann mein ganzes Gepäck bis auf meinem Rucksack in einem Schließfach auf. Preis für 3 Gepäckstücke und 4 Tage: 350 Yuan. Würde mal sagen westlich moderat. Andrew (ehemaliger

Marine) schloss sein Gepäck ebenfalls ein. Er bleibt jedoch nur 2 Tag in Peking und hatte nur zwei Gepäckstücke aufzugeben. Dann setzten wir uns in den Mc Donalds rein, den ich auf der Reise nach China gar nicht entdeckt hatte und aßen uns erst einmal voll. Andrew verschlang unzählige Burger, so dass ich schon ein wenig überrascht war. Er musste wirklich großen Hunger haben. Dann beschlossen den Flughafen zu verlassen und ein Taxi nach Peking City zu finden. Wir wollten direkt ins Hotel einchecken und uns dann die Stadt anschauen. Draußen fanden wir einen großen Haufen von Taxen. Als ich den Zettel mit der Hoteladresse zeigte, kam direkt ein dicker Chinese an und quatschte ununterbrochen auf uns los und meinte er wisse wo das ist und wir sollten ihn folgen. Er nannte direkt einen Preis (380 Yuan) und klärte uns auf, dass es 50 KM wären und wir wahrscheinlich wegen des Traffic jams (Stau) eine Stunde brauchen würden. Uns erschien der Preis zu hoch und ich rechnete mit dem Preis, den wir für ein Taxi nach Jiaozou brauchten, mehrfach nach. Ich kam zum Schluss, dass es nicht so teuer war wie erst angenommen. Wir folgten den etwas unseriösen Mann, der schnellen Schrittes ging zu einer Tiefgarage, wo sogleich ein großes schwarzes Taxi vorfuhr. Er sagte den Taxifahrer offenbar wohin und wir waren schon kurz davor umzudrehen und uns ein normales Taxi zu besorgen. Schließlich, nach langer und reiflicher Überlegung stiegen wir dann doch ein und fuhren durch die Dämmerung gen Peking. Wir brauchten gut 45 bis 50 Minuten und kamen dabei gut durch. In irgendeiner schmaleren Straße hielt das große, schwarze Auto an und der Fahrer erklärte uns irgendwie auf Chinesisch, dass wir zu Fuß weitergehen müssten, da er nicht direkt bis zum Hotel vorfahren kann. Wir glaubten ihn einfach mal, da mir Neu-Max, der zufällig auch schon in dem gleichen Hotel (bzw. Hostel tritt es eher) war und mir einiges drüber erzählt hat. Wir liefen eine bunte Straße entlang. Überall waren Touristen und dementsprechend viele Shops und nach wenigen hundert Metern kamen wir tatsächlich am Hostel an. Die Gegend war wirklich gemütlich und hatte eine tolle Atmosphäre. Das Hostel machte zunächst einen rustikalen Eindruck, der aber schon bald verflog. Es war ein wirklich gutes Hostel, das speziell auf westliche Touristen und Backpacker getrimmt war. Da Fabian das Zimmer erst für Morgen gebucht hatte, nahmen Andrew und ich uns ein Public-4-Bett-Zimmer (private Zimmer gab es nicht mehr) und schauten es uns sogleich erst mal von innen an. Das Zimmer war noch leer und wir warteten förmlich nur darauf bald noch weitere Personen aufs Zimmer zu bekommen. Also Fehlanzeige mit Wertsachen hierlassen. Nachdem wir uns kurz ausgeruht hatten, gingen wir zur Rezeption und nahmen ein Schließfach an uns (100 Yuan Pfand), indem wir unsere Wertsachen einschlossen. Mein Rucksack war leider zu groß für das Fach und ich gab ihn stattdessen einfach an der Rezeption ab. Dann erkunden wir die Stadt. Wir gingen zunächst die bunte Straße, aus der wir hergekommen sind, entlang und staunten nicht schlecht über die ganze Atmosphäre hier. Man fühlte sich überall eingeladen und irgendwie überhaupt nicht fremd. Wir gingen dann noch weiter in die Stadt hinein und es schien immer besser zu werden. Wir kamen auf einer neuen, breiten Einkaufsstraße an, die wie in Shandong Moderne und Tradition miteinander verband. Wirklich sehr, sehr schön. Das Preisniveau war allerdings eher modern als traditionell… sprich teuer. Trotzdem schön. Alles war bunt beleuchtet und es flogen seltsame bunt beleuchtete Flugobjekte durch den Nachhimmel, die von Touristen oder Händlern losgeschossen wurden. Wir gingen bis zu einem bunten Springbrunnen und kehrten dann um und fanden einen Mc Donalds, den wir gleich wieder nutzen, um uns einen Mc Flurry mit Oreo reinzuhauen. Dann machten wir uns auf dem Rückweg zum Hostel und fielen müde ins Bett. Wir hatten übrigens immer noch keine Zwangsgäste im Zimmer. Sehr erfreulich.

Freitag, 03.09.2010

Die Nacht war ruhig, doch schlief ich irgendwie nicht so gut. Die Betten waren sogar härter als ich es aus der Schule gewohnt war. Als wir morgens aufwachten (natürlich zur gewohnten Zeit um 5:40), stellten wir fest, dass wir das Zimmer immer noch für uns hatten (auch wenn ich etwas anderes geträumt hatte). Ich machte mir ein paar Notizen der letzten Tage auf meinem Netbook und dann gingen wir erst mal Frühstücken. Wir gingen über die Straße und keine 50 Meter rief man uns schon „Breakfast?“ zu. Schultern zuckend gingen wir näher und betraten das kleine Restaurant. Es gab 2 Gerichte: Warme Teigtaschen mit Gemüse oder warme Teigtaschen mit Fleisch. Dazu konnte man Kaffee oder Tee bekommen. Wir nahmen jeweils eine Portion von den Teigtaschen und bezahlten dafür jeweils 10 Yuan. Noch hungrig verschlug es uns dann wieder weiter in die Stadt und wir machten Halt bei Mc Donalds und aßen wieder mal einen Mc Flurry. Diesmal bestellte Andrew und wir bekamen 2x Orangensaft und 1x Mc Flurry. Hmm, mussten wir uns einen nachbestellen. Den Orangensaft wollten wir eigentlich gar nicht, doch haben wir ihn schließlich doch getrunken. Dann gingen wir die Straße entlang und kamen am Platz des Himmlischen Friedens an. Also zumindest sahen wir ihn von weitem und wussten nicht so recht wie wir hinkommen könnten. Denn dazwischen lag eine breite Straße, die umzäunt war. Wir fanden eine Unterführung und mussten daraufhin 2 weitere nehmen und kamen somit endlich auf dem Platz an. Überall gab es Sicherheitskontrollen und Rucksäcke mussten durchleuchtet werden. Polizei- und Militärpräsenz war allgegenwärtig. Einige der Soldaten rühren sich über Stunden hinweg kein bisschen. Voll der Drecksjob würde ich sagen. Es war heiß auf dem Platz, da es weit und breit keinen Schatten gab. Der Platz war natürlich rappelvoll mit Touristen. Man sah auch recht viele Ausländer hier. In der Ferne fanden wir dann die Verbotene Stadt, die wir uns aber erst mal nicht vornahmen. Auf dem Platz trafen wir noch einen chinesischen Reiseführer der Englisch mit uns Sprach und uns davon erzählte, dass man heute so eine Pagode hochgehen könne. Er fragte uns wo wir herkommen und was wir hier so in China machen. Wir erzählten ihn, dass wir seit 2 (Andrew) bzw. 3 (ich) Monaten in China sind, um hier Kung Fu zu lernen und er fragte dann direkt ob wir Bruce Lee, Jet Li und Jackie Chan kennen würden. Dann zeigte er uns noch ein Video von einer Breakdance-Gruppe aus Amerika auf seinem Handy und sagte dazu immer wie toller das doch findet. Ein witziger Kerl… er führte uns dann zum Ticketschalter, wo wir 20 Yuan bezahlen konnten. War ja klar. Wir gingen die Pagode hoch und fanden im inneren eine Art Museum vor. Alles in allem sehr langweilig. Nicht mal die Aussicht hat wirklich gelohnt. Wir gingen wieder zurück zum Hotel, um uns wieder auszuruhen. Ich schaute auf meinem Handy und erhielt vor einigen Stunden eine SMS, das Fabian und Max im Hotel angekommen sind und wir ein öffentliches Telefon benutzen sollten, um Fabian auf sein Handy zu erreichen. Denn aus ungeklärter Ursache kann ich Fabian nicht mit meinem Handy anrufen (Max hat seins ja verloren). Wir suchten ein öffentliches Telefon und fanden es in einem kleinen Lädchen wo uns ein alter Mann half es zu bedienen (die Knöpfe klemmten). Ich erfuhr, dass Sie ganz in der Nähe des Hostels sind und gerade was essen wollten. Wir machten einen Treffpunkt aus und liefen uns auch tatsächlich über dem Weg. Für das Gespräch (1 Minute) bezahlte ich übrigens 8 Yuan. Wir gingen in ein Bar / Imbiss / Whatever und aßen seit langem wieder westliches Essen (wenn man mal von Mc Donalds absieht). Und ja verdammt! Ich habe mir eine Pizza bestellt 😀

Wir erzählten uns was wir auf dem Weg nach Peking alles erlebt hatten und ich erfuhr von den beiden, dass Sie in Jiaozou auf einem Chinesen getroffen sind, der Langweile hatte und Sie den ganzen Weg nach Peking begleitet und geleitet hat. So sind sie die Chinesen. Dann warf ich einen Blick in das 3-Bett-Zimmer und konnte endlich meinen Rucksack dort verstauen, anstatt ihn ständig an der Rezeption hinterlegen zu müssen. Zusammen machten wir uns auf und suchten den Weg zum

Schwarzmarkt, zu den die beiden unbedingt und auf alle Fälle hinwollten. Wir gingen zur U-Bahn-Station und nahmen insgesamt 3 Linien. Somit waren wir knapp 20 Minuten unterwegs. Max hatte von Max (den Neuen) eine Wegbeschreibung bekommen und an der Rezeption erhielten wir sogar eine Karte. Nachdem wir eine Weile durch die U-Bahnstationen gewandert sind, kamen wir auch schon an. Der Schwarzmarkt befand sich unterirdisch und ganz in der Nähe der U-Bahn. Zudem war er staatlich anerkannt und somit legal (hier zumindest). Überall und ständig wurde man angequatscht ob man nicht etwas kaufen möchte. Und das nicht nur in Englisch! Ich glaube es waren so ziemlich alle wichtigen Sprachen vertreten. Die Verhandlung an sich wurde dann aber in Englisch oder Chinesisch geführt. Hier sprach jeder gut Englisch. Die überwiegend weiblichen Verkäuferinnen, die mit Ihren engen Ständen dicht beieinander standen (die Konkurrenz muss gewaltig sein) zerrten einen teilweise an den Armen in die „Läden“ (man muss es sich wie einen riesigen Trödelmarkt vorstellen). Ganz zu schweigen von den Angeboten, die man bekam: „Do you want cheap bags? Very good quality? Or do you need a belt? Beautiful belts! Or you need a girl friend?” Mit solchen Angeboten wurde hier immer geworben. Einige Verkäufer waren durchaus echt witzig und hatten flotte Sprüche auf Lager. Doch irgendwann nervte es einfach nur, da man wirklich und ungelogen alle 2 Sekunden angesprochen wurde. Ich ging durch den engen Gang und gab fortlaufend immer „No“ von mir. Immer genau passend, denn jedes Mal, wenn ich gerade „No“ ausgesprochen habe, kam die nächste Anfrage. Auf dem Markt gab es schlicht einfach alles zu kaufen. Von Kleidung aller Art, über Elektronik und Deko und einfach nur Ramsch gab es alles. Die Preise waren immer astronomisch hoch angesetzt. So wollte eine Verkäuferin tatsächlich über 1000 Yuan für ein gefälschtes Adidas-Shirt. Nachdem man aber eine halbe Stunde mit ihr gehandelt hat und ihr dabei angeblich 20x das Herz gebrochen hat und Sie jetzt überlegen muss wie Sie ihre Familie ernährt und ich nur den Preis bekomme, weil Sie mich so gut leiden kann, bekommt man es aber doch für 30 Kuai (=umgangssprachlich für Yuan). Man muss nur hart bleiben und sich nicht übers Ohr hauen lassen. Max kann das leider gar nicht und bezahlt immer zu viel für seinen Kram. Dazu aber später mehr. Andrew wollte heute eigentlich die große Mauer sehen, doch Fabian meinte man brauche dafür unbedingt einen ganzen Tag bla bla bla… Ein halber hätte auch locker gereicht. Jedenfalls war das Andrews letzter Tag in China und er hat Sie jedenfalls nicht gesehen. Wir machten uns auf den Rückweg durch die Nacht und gingen noch kurz in einen Adidas-Laden, in dem sich Max einen Pullover aus der Jet-Ji-Kollektion gekauft hat, den er die ganze Zeit so toll fand. Auf dem Schwarzmarkte kaufte er sich noch eine hässliche Nike (oder war es Adidas) Jacke. Sie war Schwarz-Gelb. Wir machten Halt bei einem weiteren Mc Donalds und ich find an mich wieder vollzustopfen, während der Rest nur so dasaß. Max wollte ständig ein Eis von mir ausgegeben haben, da ich ihn noch Geld wegen dem T-Shirt für unseren Shifu schulde. Nachdem ich da so vor mir hin speiste, wurden die anderen auch hungrig und kauften sich doch noch was. Dann gingen wir zur MegaBox, einem chinesischen Kino, das sich in einem Kellergeschoss befand. Es gab Englische und chinesische Filme zur Auswahl. Die Preise sorgten aber dafür, dass wir wieder umkehrten (billiges westliches Niveau). Dann machten wir uns mit der U-Bahn wieder auf dem Rückweg zum Hostel. Wir setzten uns noch kurz ins Obergeschoss des Hostels, wo Fabian und Andrew Billard spielten, während Max und ich mit unseren Computern im kostenlosen WLAN surften. Fabian wollte unbedingt noch AUCH noch zu Hause anrufen und empfand es als selbstverständlich meinen Computer benutzen zu dürfen und fing an zu drängeln. Ich ging ins Bett und überließ ihm mein Netbook. Andrew übernachtete bei uns im Zimmer. Er bekam die Decken von Max und Fabian, die Sie sich extra für die Zugfahrt gekauft hatten und legte sich damit auf dem Boden. Dann war Schlafenszeit. Die Betten hier waren viel bequemer als im 4-Bett-Public-Zimmer und die Zimmer besser ausgestattet. Auch das Bad war

besser. Und dabei ist das Zimmer nur 20 Yuan teurer (pro Person). Mir geht langsam das Geld aus… muss wohl doch noch mal zur Bank.

Samstag, 04.09.2010

Nachdem Andrew in aller Früh (5 Uhr?) seine Sachen gepackt hat und sich dann bei uns verabschiedet hat, während wir noch im Halbschlaf in den Betten lagen, hieß es erst einmal Frühstück. Wir setzten uns in den großen und gemütlichen Aufenthaltsraum des Leo-Hostels und ließen uns westliches Frühstück servieren. Ich probierte das Käse-Baguette während die anderen beiden Nudeln und Reis aßen. Das Baguette war ganz gut und sehr groß. Preis-Leistung lag recht gut denke ich. Danach machten wir uns wieder auf und gingen durch die Straßen Pekings. Wieder gingen wir auf den Platz des Himmlischen Friedens und begutachteten die große, fette Säule, die permanent von Soldaten bewacht wird. So toll fand ich die jetzt nicht. Auch Mao grinste uns von weitem an, denn sein Portrait hing an den Mauern zur verbotenen Stadt, die vom ohne Schwierigkeiten vom Platz aussehen konnte. Den Platz kannte ich zudem schon von gestern, wo ich hier mit Andrew war. Die beiden Chaoten konnte ich somit noch vor der langweiligen Palast-Pagode bewahren. Dann gingen wir in Richtung der Verbotenen Stadt. Nach einer Unterführung mit automatisierter Gepäckkontrolle ging es dann rein und es wurde erst mal nach einem Ticketschalter gesucht. Zunächst sind wir nämlich halb blind dran vorbeigelaufen und direkt zum Eingang gekommen, wo schon Tickets verlangt worden. Also ein paar Meter zurück gegangen und ein Ticket besorgt (60 Yuan). Dann ging es hinein und wir konnten die Verbotene Stadt bestaunen. Naja, im Prinzip habe ich es mir ein wenig spannender vorgestellt: es gab große Plätze und immer wieder mehr oder weniger große Gebäude, von denen man von außen hineinschauen durfte (aber nicht rein!). Das fanden die Chinesen offenbar super interessant und es war jedes Mal eine Riesen Menschenmenge vor den Abgezäunten Eingängen, die Fotos schossen. Max als Viertel-Chinese war natürlich auch ganze vorne mit dabei 😉

Ich mein, wenn man jetzt neu in China ist und das hier zum ersten Mal sieht, ist es vielleicht ganz interessant. Aber nach 3 Monaten hier scheint es doch kaum Unterschiede zu geben. Ich fand es öde. Ist zwar cool zu sagen „Ich war in der Verbotenen Stadt“, aber toll war sie nicht. Nach ein paar Stunden waren wir auch fertig und kämpften uns gegen den Strom zum Ausgang zurück. Wir machten noch Handstände in der Verbotenen Stadt und ich spielte ein Spiel mit Max: Nicht verbotene Dinge in der Verbotenen Stadt. Zum Beispiel: Rückwärts durch eine Tür gehen. Oder noch besser: Von einer Treppe springen. Das Ganze war witziger als es vielleicht klingen mag und wurde selbstverständlich alles auf Video aufgenommen. Dann als wir wieder am Hotel ankamen, beschlossen wir erst einmal wieder was zu essen. Wir gingen zunächst in ein chinesisches Restaurant (auf Wunsch von Fabian) und durchblätterten die bunte Speisekarte. Schnell wurde uns klar, dass und wirklich nichts daraus ansprach und schnurstracks verließen wir das Restaurant wieder und gingen auf meinen Vorschlag doch lieber im Hostel essen. Die hatten dort nämlich Pizza 😉

Wir bestellten uns jeder was und vertrieben uns die durchaus lange Wartezeit mit Fluch der Karibik 3, der auf einen Großbildfernseher im Aufenthaltsraum lief. Zuvor hatten wir noch eine Show über die Rezeption gebucht: Kung Fu. Fabian hatte darauf kein Bock und beschloss am Hotel zu bleiben. Die Show sollte heute Abend losgehen. Da das Essen auch eine gute Zeit gedauert hat (bestimmt etwas über einer Stunde) war es kurz darauf auch schon Zeit sich dafür fertig zu machen. Ich duschte HEIß und war damit startklar für die Show. Max und ich setzten uns vor die Rezeption und warteten darauf, dass es los ging. Zusammen mit ein paar anderen Ausländern aus dem Hotel gingen wir dann Richtung Taxi, dass extra auf uns wartete. Wir tauschten uns gegenseitig aus und so erfuhren die anderen, dass wir schon eine ganze Weile in China sind und schon Erfahrungen in Kung Fu sammeln konnten. Die Reaktionen der Leute ging von Überrascht über Ehrfürchtig und Neidisch bis hin zu

begeistert und gleichgültig. Es war aber ganz cool den Leuten aus aller Herren Länder zu erzählen was man hier bereits erlebt hat. Keiner konnte da mithalten. Aber während ich mich beherrschte, plauderte Max wieder schön aus dem Nähkästchen und erzählte seine halbe Lebensgeschichte und gab damit so einige Sachen preis, die man Fremden besser nicht anvertraut. Ganz schön naiv von Max, aber so ist er halt. Das Großraumtaxi war voll und hielt zunächst an der Akrobatik-Show. Dann hielt es an der Oper-Vorstellung und schließlich bei der Kung Fu-Vorführung, wo wir ausstiegen. Im Eingangsbereich waren reichlich Souvenirstände zu völlig überzogenen Preisen (westliches Niveau). So kostete eine CD mit der Vorführung 100 Yuan. Im Shaolin-Tempel hatte Sie gerade Mal 10 gekostet. Bald schon ging die Vorführung los und wir nahmen unsere Plätze ein (zugewiesen). Die Vorführung inkl. Transport kostete übrigens 18 EUR. Für das Geld wurde uns aber auch einiges geboten. Leider war es nicht gestattet Fotos oder gar Videos aufzunehmen. Schade. Denn die Show war wirklich gut. Es wurde eine Geschichte erzählt von einem Jungen, der von seiner Mutter ins Kloster abgegeben, damit aus ihm mal was wird. Er wächst im Kloster heran und wird einer der besten Mönche dort. Die Moral von der Geschicht': habe ich vergessen. War jedenfalls 'ne gute Show. Dann war wieder Abfahrt und wir sammelten den Rest ein. Max flirtete wieder mit einer deutlich älteren Frau und erzählte die andere Hälfte seiner Lebensgesichte. Interessant kann es kaum gewesen sein, denn die Geschichten waren mir schon alle bekannt und nicht gerade spannend. Ich begann schon das Fremdschämen und konnte es teilweise nicht mehr ertragen. Als wir endlich ankamen war ich müde und wollte eigentlich nur noch ins Bett. Da wir heute mit der Show auch einen Trip zur großen Mauer buchten, der morgen früh losgehen sollte. Gingen wir noch fix was im Supermarkt nebenan einkaufen und ich nahm noch eine Dusche, bevor ich mich ins Bett hauen wollte. Fabian ist die ganze Zeit nicht vom Hostel weggekommen und flirtete ebenfalls mit einem älteren Kaliber. Er hatte sich übrigens wieder mein Netbook geborgt während wir weg waren und wollte damit wohl wieder zu Hause anrufen. Als ich also gerade fertig mit duschen war und schon so halb im Bett lag, kam Max ganz euphorisch ins Zimmer gestürmt und erzählte irgendwas von „Fotos, Videos, hast du sie?“. Nicht ganz sicher was er von mir wollte begriff ich dann aber doch was los war: er wollte, dass ich mitkomme und mit meinem Netbook ein paar Fotos und Videos vor der weiblichen Kundschaft vorführe, um Sie damit zu beeindrucken. Naja. Ich wollt mal nicht so sein und zog mir wieder was Festes an und ging in den Aufenthaltsraum, wo Max und Fabian mit vielen anderen Ausländern saßen. Max quatsche die ganze Zeit mit 2 älteren Damen. Ich setzte mich dazu und führte alles Mögliche vor, während Max seinen Senf dazu gab. Irgendwann kamen ein paar Männliche Mitstreiter dazu und riefen irgendwas davon, dass Sie noch in einen Club wollten. Schnell sprangen beide Mädchen auf und ließen Max sitzen. War ja klar. Ich ging daraufhin ins Bett. Max kam etwa 20 Minuten später nach. Fabian machte noch bis 4 oder 5 Uhr durch und streifte mit den anderen Fremden durch irgendwelche Bars und hatte seinen Spaß. Morgen ist mein letzter richtiger Tag in Peking, denn Übermorgen bin ich schon in Deutschland.

Sonntag, 05.09.2010

Nachdem wir ein wenig verschlafen hatten gingen wir erst einmal wieder zum Frühstück. Max und ich bestellten uns erst einmal ein Käse-Baguette vor, damit wir es mit zum Ausflug zur Großen Mauer nehmen konnten. Zum Frühstück aß ich endlich wieder Cornflakes mit echter Milch (keine Sojamilch!). Sehr lecker. Ich wollte dann eigentlich noch normales Wasser im Supermarkt kaufen gehen, da wir nur Wasser mit Geschmack hatten (eigentlich zu Süß). Der Supermarkt und viele andere Läden hatten aber noch geschlossen und ich wollte nicht so viele Miniflaschen mit mir rumschleppen, die es hier überall zu kaufen gab. Das alles ein wenig unter Zeitdruck, da wir ja ein paar Minuten zu lange geschlafen hatten. Denn eigentlich hatten Max und ich noch vor morgens in den Park zu joggen und den Rentnern beim Tai Chi zuzuschauen. Daraus wurde aber nix, da wir einfach zu müde waren. Grund dafür war, dass wir gestern noch so lange der weiblichen Gesellschaft Videos vorführen mussten, bevor Sie uns Eiskalt sitzen ließen. Wenn es nach mir gegangen wäre, wäre ich erst gar nicht dazu gekommen und wäre somit fitter gewesen. Aber nun ist es ja auch zu spät. Ich packte meinen Rucksack mit wichtigen Sachen voll und schlang mein Frühstück hinunter (wieder Cornflakes). Dann war es schon Zeit aufzubrechen und wir setzten uns noch für eine Minute an die Rezeption. Mit ein paar anderen Touristen ging es dann wieder Richtung Bus. Wir hatten einen halbwegs modernen Reisebus mit Klimaanlage. 3 Stunden Fahrt lagen vor uns, Zum Glück hatte ich einen Doppelsitz und damit eine bequemere Position als ein paar andere. Die Fahrt verlief wenig spektakulär. Erst als wir der Mauer näher kamen wurde es interessant. Durch die Fenster sah man wie sich die Große Mauer eindrucksvoll durch das Gebirge schlängelte. Ich wurde neugierig. Wenige Minuten später kamen wir an und stiegen aus. Wir haben unser Ziel erreicht: der antike Teil der Großen Mauer. Mit dem chinesischen Reiseführer vom Hostel ging es dann gemeinsam die Treppen rauf (vieeeele Treppen). Naja… nicht ganz: ein ziemlich breiter Kerl kam nämlich nicht mit dem Tempo klar und kam erst gut 5 Minuten später an. Zugegeben: es war nicht leicht; zumal die Sonne ordentlich pralle. Aber wir waren jetzt ja schon deutlich schlimmeres gewohnt. Der Führer erzählte uns ein paar Takte zur Mauer und der Geschichte und erklärte uns dann, dass wir Sie nun 3 Stunden lang selbstständig erkunden dürfen. Er gab uns noch eine Anleitung wie weit man in den 3 Stunden kommen kann, da man ja auch noch den Rückweg einplanen musste. Treffpunkt war nämlich wieder der Anfang, wo wir gerade standen. Wir drei eilten die vielen ungleichmäßigen Stufen empor und waren schnell mit Abstand am schnellsten. Alle paar hundert Meter stand ein kleiner Wachturm, den man als Orientierungspunkt nutzen konnte. Bis zu 6 Türme könnten wir in dem Tempo schaffen. Die Mauer war sehr unterschiedlich erhalten. Teilweise gut restauriert und teilweise nicht mehr als eine alte Ruine. Teilweise war sie dich bewachsen und dazu bis auf einer Reihe Steine total verfallen und teilweise halt nicht. Sieht man auf den Bildern glaub ich recht gut. Die Landschaft war wirklich schön. Oder besser gesagt die Mauer, wie Sie sich über die Hügel schlängelte. Genauso wie man es sich halt vorstellt. Nur halt noch eine Nummer cooler. Dagegen kann die Verbotene Stadt einpacken 😉

Es war aber auch recht anstrengend die Mauer ständig hoch und runter zu laufen, da der Zustand wie gesagt manchmal sehr zu wünschen übrigließ. Irgendwann kamen wir an Turm 6 an und beschlossen hiernach umzukehren, da die Zeit auch schon fast um war und wir ja noch den Rückweg einplanen mussten. Nach und nach kamen die anderen Touristen nach. Ich muss dazu sagen, dass wir die einzigen Touristen weit und breit waren, da es ein antiker Teil der Mauer war. Hier kommen kaum Touristen hin, weil es ihnen zu anstrengend oder zu gefährlich ist (man kann hier leicht 10 Meter in die Tiefe stürzen). Wir machten Pause und ich aß eine Hälfte meines Baguettes. Wir machten wieder ein paar Posing-Fotos und gaben den anderen Ausländern Tipps zu Kung Fu-Posen (wir waren nun bekannt als die Kung Fu'ler). Max meinte, er müsse unbedingt einen Stein von der Großen Mauer

runter werfen und nahm einen Stein in die Hand. Dann schleuderte er ihn rüber auf die Mongolisch Seite und verlor dabei sein Armband. Denn als er den Stein mit all seiner Kraft schleuderte, dachte sich das Armband, dass es einfach mal mitfliegt. Es hat schon ein wenig gedauert, bis er realisiert hatte, dass sein schmuckes Armband nun im Gesträuch der mongolischen Seite der Großen Mauer lag. Ich fands lustig und die anderen auch. Nur Max schien ein wenig bedrückt. Leb wohl, Armband.

Wir machten uns auf dem Rückweg und trafen noch auf die restlichen Touristen, die es nicht so weit geschafft hatten. Immer wieder hielten wir wieder für Fotos an. Fabian holte sich zuvor noch einen Dorn in die Finger, da er unachtsam von einer Anhöhe der Mauer in ein Dornengebüsch gesprungen war und war von nun an damit beschäftigt sich den Dorn aus dem Finger zu puhlen. Nach einer guten Stunde kamen wir wieder am Startpunkt an. Auch der dicke Tourist war da. Er hatte es sicher nicht einmal zum ersten Turm geschafft, da war ich mir sicher. Wir sammelten uns dort und der Reiseführer sagte uns nun, dass wir einen anderen Rückweg zum Bus nehmen und dann in ein Restaurant fahren, um dort zu Mittag zu essen. Nach ein paar Minuten Wanderung fuhren wir ein paar Minuten zum Restaurant (wie vermutet ein Chinesisches). Ich kann Chinarestaurants nicht mehr sehen. Die anderen ausländischen Touristen waren natürlich begeistert chinesisches Essen zu bekommen. Uns ging es wirklich zum Hals raus. Es war ein typisches Restaurant: weiße Fliesen, irgendwie kahl und von der Atmosphäre her wie ein Badezimmer. Dazu dann das typische Essen. Als wir ankamen war alles schon direkt startklar. Alles wurde frisch aufgetischt und sah zu meiner Überraschung gar nicht mal so schlecht aus. Es wurde offensichtlich deutlich an westliche Bedürfnisse angepasst. So gab es auf Anfrage sogar Messer und Gabel und es gab keine ekeligen Ganz-Tier-Suppen, die sicherlich jeden hier abgeschreckt oder zum Reiern bewegt hätten. Das Essen war einfach aber gut. Die anderen Ausländer waren wieder begeistert wie gut wir mit Stäbchen essen konnten. Tja. Ich fand es cool. Während alle mit ihren Stäbchen versuchten irgendwas von den Tellern in der Mitte zu picken konnte ich mir den Bauch vollschlagen. Wir plauderten mit einem älteren, bayrischen Ehepaar und dann ging es auch wieder los. Gut 2 ½ Stunden später kamen wir wieder in Peking City an und wurden nahe des Hostels rausgelassen. Zunächst war wieder duschen angesagt. Max und ich wollten den restlichen Tag noch unbedingt nutzen und noch einmal zum Schwarzmarkt und dann wirklich einzukaufen und anschließend noch zur Massage. Denn es war schon halb 6 und die Salons haben ja auch nicht bis in alle Ewigkeit offen. Nachdem wir alle fertig waren mit duschen, gingen wir wieder zur U-Bahn und fuhren zum Silkmarket (so nannte sich der Schwarzmarkt). Als wir da auf die nächste U-Bahn warteten, meinte Max zu Fabian, der ebenfalls ein Armband hatte, er soll mal so tun, als ob er einen Stein wirft. Zuvor hatte Fabian nämlich rumgeprahlt, dass das Armband bombenfest sitzt und gar nicht abfliegen kann. Er holte zum Phantomwurf aus und zielte dabei auf ein Plakat auf der Insel zwischen den Gleisen. Wie vermutet sprang das Armband ab und schmetterte gegen das Plakat und prallte anschließend davon ab und kullerte auf die Schienen. Haha. Ich fand‘s geil. Nach gut 20 Minuten kamen wir an und stöberten diesmal fleißiger als noch gestern. Immerhin war heute unsere letzte Gelegenheit. Max wollte sich Schuhe kaufen und erzählte in seiner Naivität dem Verkäufer alles wahrheitsgemäß was er wissen wollte und hoffe dadurch wahrscheinlich einen guten Preis zu erzielen. Fehlanzeige. Jetzt hatte der Verkäufer ihn in seinen Händen. Ein entkommen war nicht mehr möglich. Fabian und mir wurde das zu langweilig und wir gingen auf eigene Faust los, um weiter zu shoppen. Da in der ganzen Etage aber nur Schuhe und Taschen angeboten wurden, wollten wir bald darauf das Stockwerk wechseln. Dazu suchten wir Max auf, der nicht mehr an Ort und Stelle war. Der Verkäufer wies uns in eine Richtung, in der wir dann gingen. Ein anderer Verkäufer, der offenbar alles mitgehört hatte, meinte darauf

„Maybe your friend has gone THIS way?“ und deutete dabei auf seinen Shop. Ein ganz schöner Witzbold 😉

Cool drauf sind die Leute hier ja wohl. Fabian und ich handelten dann noch ein wenig mit den jungen Verkäuferinnen und brachen dabei wieder tausend Herzen. Fabian und ich lassen sich aber nicht so leicht übers Ohr hauen wie es der Max so gerne tut und wir erzielten somit ganz gute Preise. Es machte uns einen Heidenspaß so lange mit den Verkäuferinnen zu diskutieren, bis sie Klein beigaben und uns einen guten Preis machten. So handelten wir jeweils ein Polyester-Fake-Shirt von ehemals 1200 Yuan auf jeweils 70 runter. Problem an der Sache ist nur, dass es immer recht lange dauert sie so weich zu kloppen. So verbringt man nicht selten 20 Minuten am gleichen Stand, obwohl es duzend weitere Stände mit dem gleichen Angebot gibt. Sowas könnte echt mein Hobby werden. Man merkt aber auch, dass alle Verkäufer hier verdammt gerissen und erfahren sind, wenn es um Preisverhandlungen geht. Weist man Sie auf Mängel hin, überdecken Sie es sogleich mit irgendeinem flotten Spruch oder dergleichen. Viele Ausländer lassen sich hier leicht übers Ohr hauen. Man muss aber auch tierisch aufpassen, da hier dicht gedrängt wird. Taschendiebe sind hier sicher auch viele dabei. Bei der Elektronik ist ebenfalls Vorsicht geboten. So erzählte mir Neu-Max vor ein paar Tagen noch, dass er sich einen USB-Stick mit 400 GB Speicherplatz gekauft hat. Als der Verkäufer ihm das Gerät vorführe schien tatsächlich alles zu klappen. Zuhause merkte er aber, dass der USB-Stick ihn verarsche. Er kopierte tatsächlich eine große Menge Daten. Allerdings sinnlos und auf dem Stick war im Nachhinein nur 2 GB Speicher, der mit Schrottdateien gefüllt war. Viele Elektrogeräte sind zudem gefälscht oder geklaut. Besser Finger weg! Ich kaufte mir ein paar T-Shirts, Polyester-Shirts, einen Trainingsanzug und schließlich ein traditionelles Gewand. Das war nämlich so. Wir waren gerade auf dem Rückweg, da die Geschäfte langsam, aber sicher schlossen, da zerrte mich eine junge Verkäuferin frech in ihren Laden und fragte ob ich nicht auf China-Style stehe. Ein einfaches „NEIN“ war offenbar zu kompliziert und so schaute ich gelangweilt auf die chinesischen Klamotten und tat ein wenig interessiert. Max und Fabian, die eigentlich schon vorgelaufen waren kamen zurück und schauten direkt mit. Max machte dann einen großen Fehler und zeigte Interesse an einem Stück. Er unterhielt sich in ruhiger Tonlage mit der alten Dame des Standes, die vermutlich die Mutter der jungen Dame war und hoffe offenbar wieder einen guten Preis zu bekommen. Ruck zuck kaufte er es und das nehme ich ihn echt übel. Denn ich hatte ebenfalls vor etwas zu kaufen und wie man Max so kennt, bezahlt er immer viel zu viel. Für ein chinesisches Hemd mit Hose bezahlte er sage und schreibe 150 Yuan!!! Damit stand der Preis fest und mir war klar, dass ich es unmöglich für weniger bekommen kann. Zumindest nicht hier, aber das Problem war, dass die anderen Läden gerade alle am Schließen waren. Nur noch ein Bruchteil der Läden hatte offen. Ich sagte der alten Frau klipp und klar, was ich wollte und wie viel ich bereit war zu zahlen. Das passte ihr natürlich nicht, da der Preis deutlich unter den Preis von Max angesetzt war. Sie schickte mich weg und ich ging. Doch dann holte sie mich doch wieder zurück (war zu erwarten) und meinte wir sollten nochmal über den Preis sprechen. Im Nachhinein kaufte ich das Ding für 147 Yuan, was absoluter Wucher ist. Mehr als 50 war es nämlich definitiv nicht wert. Hätte Max mal einen besseren Preis raus gehandelt oder zumindest mir das Handeln überlassen wären wir sicher schon für 50 Kuai rangekommen. Wir machten uns dann durch die abgedunkelten Gänge zum Ausgang auf. Dabei trafen wir noch ein israelisches Mädchen unseres Alters, die immer noch am Shoppen war (der Sicherheitsbeamte war schon kurz davor Stress zu machen). Wir fragen Sie nach dem Ausgang, da überall die Türen verschlossen waren. Nachdem Sie fertig geshoppt hatte begleiteten wir sie (oder Sie uns) zum Ausgang und wir gingen erst mal wieder nach Mäcces. Max und Fabian schmissen sich wieder voll an Sie ran. Total peinlich was Sie wieder alles von sich gaben. Eine alte Frau bettelte mich an eine sowas von eindeutig

gefälschter Rolex von ihr zu kaufen und gab gar nicht mehr auf. Ich musste mich losreißen und davonrennen um sie los zu werden. Mit der U-Bahn näherten wir uns weiter dem Hostel. Auf den letzten paar hundert Metern besorgte ich mir den Schlüssel von Max, da er mit der Israelin noch am rumtrödeln war und ich einfach nur ins Bett wollte. Fabian versuchte sich mit Hilfe vom U-Bahn-Personal sein Armband von den Schienen zu fischen. Ich ging also schnellen Schrittes vor zum Hotel und haute mich nur noch ins Bett. Ich war Tod müde. Morgen steht meine Abreise an. Fabian und Max reisen morgen auch aus Peking ab und fahren mit dem Zug zurück nach Zhengzhou. Max muss darauf hin mit dem Flieger wieder zurück nach Peking fliegen, um dann nach Hause zu fliegen, da er unbedingt beide Flüge in Anspruch nehmen muss. Fabian fliegt von dort aus weiter nach Australien, um seine Schwester zu besuchen. So trennen sich unsere Wege.

Montag, 06.09.2010

Mein Wecker weckt mich zuverlässig gegen 7 Uhr. Auch die anderen sind schon halbwegs wach und beginnen mit dem Packen. Sie hatten ihr gesamtes Gepäck mitgebracht, das überall im ganzen Zimmer verstreut lag. Wäre ich jetzt pingelig, würde ich es nun unordentlich nennen. Ich hingegen bin ja lediglich mit einem Rucksack angereist und hatte dementsprechend wenig zu packen. Nachdem ich mich für die Abreise fertig gemacht hatte (Duschen und so) nahmen Max und ich noch ein letztes Frühstück ein. Wir setzten uns dazu wieder in den Aufenthaltsraum des Hostels und ich bestellte mir wieder Cornflakes mit Milch. Ich gab mein Schließfach auf und bekam meine 100 Yuan Pfand wieder. An der Rezeption warteten wir dann noch ein bisschen auf Fabian, der noch umherstreifte und noch an den Computer wollte (es gab übrigens die ganze Zeit einen „Internetraum“, den er hätte benutzen können). Dann gingen wir mit Sack und Pack zur Hauptstraße, wo wir einige Taxen fanden. Auf meiner Nachfrage hin, wie man am besten zum Flughafen kommt, sagte mir die Frau von der Rezeption, dass man nämlich einfach zur Straße laufen müsse und da schon genug Taxen warten. So war es auch. Max fragte zunächst einen Fahrer, was es kosten würde zum Bahnhof zu kommen und erhielt einen recht hohen Preis als Antwort. Dann suchten wir ein weiteres Taxi, das anbot mit Taxameter zu fahren. Schnell stiegen die beiden ins Taxi und ließen mich alleine. Der Abschied war kurz und schmerzlos. Wir hatten sowieso vor uns noch mal zu treffen. Ich schnappte mir daraufhin ein beliebiges Taxi, welches ebenfalls anbot mit Taxameter zu fahren (so sollte es eigentlich auch sein). Ich stieg ein und versuchte den Taxifahrer zu erklären wo ich nun hinmöchte. Mit einer Flugzeuggeste verdeutlichte ich ihn dann erfolgreich, dass ich zum Flughafen möchte. Als wir losfuhren fragte er mich „Yi, Er, San?“ und ich wusste nicht weiter. Es ergab sich nach 10 Minuten, dass er mich nach dem Terminal fragte. Ich schaute auf mein Schließfachticket und wusste darauf hin, dass ich „San“ (also 3) antworten zu hatte. Der Taxifahrer freute sich offensichtlich einen Ausländer kutschieren zu dürfen, denn er schaute unregelmäßig immer nach hinten und grinste mir ins Gesicht. Als wir nach etwa einer Stunde am Flughafen ankamen, bezahlte ich den guten Mann mit 110 Yuan (die Skepsis am Donnerstag war also begründet!) und betrat das Flughafengebäude, welches mir bereits wohl bekannt war. Schließlich habe ich hier auf der Hinreise 8 Stunden verbracht. Da mich wieder der Hunger plagte machte ich einen Abstecher bei Mc Donalds. Da es noch sehr früh war (10 Uhr), gab es wie bei Mäcces üblich Frühstück. Da ich es noch nie zuvor ausprobiert hatte, bestellte ich mir ein typisches Mc Donalds-Frühstück und war danach immer noch hungrig. Zu wenig Fett! Dennoch suchte ich dann noch einmal das Postamt im Gebäude. Seltsamerweise fand ich es nicht mehr und musste 2x nachfragen, bis ich es im Erdgeschoss fand. Ich erkundigte mich zunächst nach dem Preis ein 20 KG schweres Paket nach Deutschland zu schicken (Seeweg) und ging zufrieden mein Gepäck aus dem Schließfach holen um es anschließend zu verschicken. Ohne Murren und knurren versanden Sie sogar meinen Zweitkoffer, den ich Randvoll mit Klamotten mache, die ich in Deutschland wohl erst mal nicht mehr brauchen würde (Sommerkleidung). Denn der Weg per See sollte bis zu 3 Monate in Anspruch nehmen. Ich gab somit ein Gepäckstück auf, dass jedoch nur knapp 12 KG wog und ging anschließend zum Check-In-Schalter. Es hat ein wenig gedauert, bis ich meinen Schalter gefunden hatte, denn die Frau an der Information sprach so undeutlich, dass ich eine falsche Nummer verstanden hatte und wieder 10 Minuten umhergeirrt bin. Als ich mich da so in der Schlange anstellte, fragte mich irgendwann ein Deutscher, ob es Probleme mit seinem Gepäck geben könnte, da er doch recht viel dabeihatte. Er erzählte mir, dass er an einer Sanda-Meisterschaft hier in China teilgenommen hat und sein Zimmerkollege seine Tasche vergessen hatte, die er nun mitschleppen müsse. Er fragte nach was ich hier machte und erzählte ihn meine Kung Fu-Geschichte. Er war sichtlich begeistert und fragte neugierig nach allen möglichen Details. Dann bat er mich, nachdem ich fertig mit meiner Gebäckabgabe war noch etwas

in der Nähe zu bleiben, da er kaum Englisch spricht und sicherlich Probleme beim Check-In haben wird. Als ich mein Gepäck auf die Waage legte erschrak ich innerlich erst mal. Die Waage zeigte über 40 KG an und ich wusste schon was nun kommen wird. Der Typ hinter dem Schalter überlegte kurz und sagte dann, dass auf meinem Ticket 20 KG draufsteht. Die Erklärung, dass ich ohne Probleme mit 30 KG nach China eingereist bin, schien ihn nicht sonderlich zu interessieren. Schließlich sagte er mir den Preis: 5600 Yuan. Zu viel! Ich verabschiedete mich, ohne mein Gepäck abgegeben zu haben und meinte, dass ich später wiederkommen werde. Er händigte mir aber schon mal mein Ticket aus und schrieb mir eine Deadline auf einen Zettel. Bis um die Uhrzeit wird das Gepäck angekommen. Genau eine Stunde Zeit… Ich wartete noch kurz auf den Deutschen, der nach seinem Reisepass gefragt wurde und nur Bahnhof verstand. Ich übersetzte „Passport“ für ihn ins Deutsche und er konnte daraufhin ohne Schwierigkeiten einchecken und sein Gepäck abgeben. Ich eilte danach schnell zum Geldwechsel-Schalter und suchte meine verbleibenden Euros aus meinem randvollen Koffer. Nach endlosen blinden wühlen fand ich es schließlich und wechselte es gegen Yuan. Denn mir war klar, dass es nicht gerade billig wird ein weiteres Packet zu verschicken. Im Postbüro angekommen packte ich meinen Koffer und meine Tasche aus und überlegte hektisch was ich bald brauche und was nicht. Die Dame von der Post musste alles mehr oder weniger inspizieren und packte mit mir die Kiste voll. Da ich wie gesagt viel Gepäck mit mir rumschleppte dauerte es auch eine ganze Weile. Schließlich kalkulierten Sie mir den Preis für den Luftweg (ich brauchte das meiste davon zu Hause so bald wie möglich). Er betrug 120 Euro für etwa 10 KG. Beim Bezahlen fiel mir auf, dass mir sogar noch Geld fehlte und ich spurtete wieder ein Stockwerk höher. Wie immer musste ich eine gefühlte halbe Ewigkeit auf den Aufzug warten. Mit Blick auf die Uhr war mir klar, dass es verdammt knapp werden würde. Es war 5 vor 12. Um 12 Uhr sollte die Gepäckabgabe schließen. Ich hob umgerechnet 100 Euro von meinem Konto an, dass nun sichersicher überzogen war und eilte zurück, bezahlte und rannte mit meinem verbleibenden Gepäck zum Schalter. Mit 5 Minuten Verspätung konnte ich es dann aber doch noch problemlos aufgeben und musste nicht einmal, die 2 KG Übergepäck bezahlen (hatte nach dem Umpacken und Versenden noch grob 22 KG). Mein Handgepäck war voll bis oben hin. Meine Waffentasche, die ich noch in der Schule mit der Luftpolsterfolie umwickelt hatte, war zu groß bzw. zu sperrig für den Gepäckschalter und ich musst deswegen den Sperrgepäckschalter ausfindig machen. Dort wurde der 2 Meter lange Batzen Waffen durchleuchtet und ich konnte dann endlich zum Gate aufbrechen. Schlagartig hörte der Stress und die Hektik auf und ich machte mich wieder gemütlich auf dem Weg zum Gate. Nachdem ich bei der Handgepäckkontrolle meinen Rucksack öffnen und für die Durchleuchtung auspacken musste, hatte ich erst einmal wieder einiges zu tun ihn wieder voll zu bekommen. Es war mir ein Rätsel wie ich es geschafft hatte das ganze Zeug da rein zu bekommen. Fakt war, ich trug anschließend eine Plastiktüte mehr mit mir rum, die einfach nicht hineinpassen wollte. Der Duty-Free-Bereich war gewohnt langweilig und irgendwie nicht so billig wie man glauben mag. Deswegen beschloss ich direkt zum Gate zu gehen und auf das Boarding zu warten. Auf meinen Weg zum Gate machte ich eine erfreuliche Entdeckung: Pizza Hut! Ich wollte zunächst vorbeigehen, doch dann setzte sich mein Instinkt durch und ich beschloss den Laden einen Besuch abzustatten. Ich bestellte mir eine Pizza, die eine halbe Ewigkeit brauche zu einem völlig überzogenen Preis (10 Euro). Dann ging ich endgültig zum Gate und wartete noch kurz auf das Boarding. Ich stieg ins Flugzeug ein und traf an meinem Platz den Deutschen wieder, den ich beim Einchecken geholfen hatte. Er saß auf meinen Fensterplatz und meinte es sei in Ordnung, dass wir tauschten. Meine Reaktion war: Hä? Ich saß nun in der Mitte; also den schlechtesten Platz von allen. Links und rechts neben mir 2 Deutsche. Der Flieger hob bald darauf ab und ich wurde immer durstiger. Dann endlich, nach einer guten Stunde gab es Essen und auch was zu trinken wurde serviert. Ich nahm direkt 2 Becher und exte Sie innerhalb von wenigen Sekunden. Der Deutsche

fragte mich gelegentlich immer nach weiteren Details meiner Chinareise und vor allem dem Kung Fu und ich antwortete ihn natürlich in aller Güte. Den Großteil des Fluges verbrachte ich mit Dösen. Allerdings war es im Vergleich zum Hinflug viel zu unbequem und beengend. Ich hoffe einfach nur so schnell wie möglich anzukommen. Nachdem es 3 Stunden vor Ankunft noch einmal etwas zu essen gab und mein Hals schon wieder halb vertrocknet gewesen ist, setzte die Maschine schon bald zur Landung an. Der Flug verlief sehr ruhig. Zum ersten Mal seit über 3 Monaten betrat ich wieder deutschen Boden und war deswegen auch irgendwie heilfroh.

Mein Abenteuer geht hiermit zu Ende.

Bald werde ich noch ein Fazit zur ganzen Aktion veröffentlichen.

19. September 2010 – Ankunft in Deutschland

Hallo zusammen!

Wie vorgenommen bin ich am 6. September gegen 18 Uhr wieder in Deutschland angekommen. Die letzten beiden Wochen musste ich mich erst einmal wieder einleben und hatte deswegen wenig Zeit mich um überhaupt etwas hier zu kümmern. Das erste was ich machte war übrigens in einem weichen Bett schlafen. Deutschland ist ziemlich kalt, wenn man es mal mit China vergleicht. Die ganzen Berichte von den letzten Tagen in der Schule bis über Peking und schließlich die Ankunft in Deutschland habe ich inzwischen nachgeholt. Auch die Umlaute-Fehler, die durch den chinesischen Zeichensatz entstanden sind, habe ich behoben. Damit ihr nicht nur lesen müsst, gibt es wie eigentlich immer wieder Fotos.

Demnächst werdet ihr hier noch ein paar weitere Informationen zur Reise, sowie ein Fazit von mir finden können.

Mein Abenteuer ist hiermit zu Ende.

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/09/ankunft-in-deutschland/

26. Dezember 2010 – Neuigkeiten von Xie Shifu

Hallo!

Ich bin nun ja schon eine ganze Weile wieder in Deutschland, aber den Kontakt zu China habe ich nie verloren.

Ich halte den Kontakt mit einigen Personen, darunter auch mit meinem Shifu (Xie Shifu oder mit seinem richtigen Namen „Xie Dong“). Erst einmal ein Wort vorweg:

Mein Shifu würde sich sehr freuen, wenn Ausländer die nach China kommen ihn als Shifu wählen 😉 Das sollte ich mal erwähnt haben meint er. Also falls das hier jemand liest, der vor hat nach China zu gehen und zufällig auch zur gleichen Schule geht (Die Schule heißt übrigens “Yuntai shan guo ji wen wu xiao” oder auch “Yuntai Mountain International Culture And Martial Arts School” genannt) möge er doch drum bitten in Xie Shifus Gruppe unterzukommen. Und ganz wichtig: Grüßt ihn von Thomas aus Deutschland (das bin ich!) 😀

Mein Shifu hat mich gebeten ein paar aktuelle Fotos von ihm hier hochzuladen. Er hat übrigens eine neue Frisur… seht selbst!

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2010/12/neuigkeiten-von-xie-shifu/

20. Februar 2011 – Noch mehr Bilder

Hallo werte Besucher!

Ich habe kürzlich ein paar weitere Bilder von meinem Shifu bekommen, die ich hier mal (mit seiner Erlaubnis, ja sogar nach seinem Wunsch) präsentieren möchte.

Inzwischen ist es auch in China angefangen zu schneien. Kalt ist es ja sowieso schon, wie man an den Bildern ganz gut erkennen kann.

Ich hoffe ich bekomme bald weitere coole Fotos 😀

Link zum Artikel

→ http://kungfu-china.de/2011/02/noch-mehr-bilder/

12. März 2011 – Chinesisch Intensivkurs & News

Hallo zusammen!

Ich möchte berichten, dass ich die letzten drei Wochen einen Sprachkurs in Chinesisch absolviert habe.

Es handelte sich dabei um einen Intensivkurs (ist wirklich intensiv!) des Landesspracheninstituts in Bochum. Das Institut ist ein Teil der Ruhr-Universität Bochum.

Ich kann allen empfehlen, die vorhaben für längere Zeit nach China zu reisen an diesem Kurs teilzunehmen.

Die Art und Weise wie dort der Stoff vermittelt wird, hat mich sehr angesprochen. Obwohl sich wohl alle Kursteilnehmer total überfordert gefühlt haben (was an der scheinbar utopischen Menge an Stoff liegen mag), lernt man davon doch mehr als man zunächst annehmen möchte. Der Kurs kann leider recht teuer werden. Ich hatte jedoch das Glück und mir wurde der Kurs fast vollständig von den Studiengebühren finanziert. Informiert euch einfach vorher, falls Ihr Interesse habt. Er ist sein Geld auf jeden Fall wert!

Hier der Link zur Webseite: LSI Bochum[3]

Des Weiteren habe ich mehrere kleine Fehler hier auf dem Blog beseitigt. Hoffe so bleibt das Lesevergnügen weiterhin bestehen 😉

Gestern habe ich außerdem erfahren, dass wieder einige Chinesen bzw. Shifus der Schule, in Deutschland unterwegs sind. Es soll sich wieder um Ocean-Shifu, Gao-Shifu (alias Deutschland-Trikot-Shifu) und einen mir unbekannten Shifu handeln. Soweit ich weiß, wird es bald wieder eine Show im Moviepark Bottrop geben, wo Sie ihr Können demonstrieren werden. Auch Kung-Fu-Unterricht soll von ihnen irgendwo in der Nähe angeboten werden…

Wenn jemand mehr weiß, meldet euch bitte!

Bis dann!

[3] http://www.lsi-bochum.de

30. März 2011 – Genaue Position der Schule

Wer gerne wissen möchte wo sich die „Yuntai-Mountain-Schule“ genau befindet, für die habe ich mal bei Google Maps gestöbert und den genauen Standort ausfindig machen können.[4]

Position Yuntai Mountain International Culture and Martial Arts School

35°24'55.2"N 113°24'01.2"E

Wenn man die große Hauptstraße weiter gen Süden folgt, findet man auch „Fangshuang“ (schreibt sich übrigens doch ganz anders als gedacht: Fangzhuang). Deswegen hier noch mal ein Kartenausschnitt von Fangzhuang…

Position Fangzhuang in Henan, China

35°21'58.6"N 113°24'15.9"E

Jiaozou ist leider etwas zu groß und zu weit auseinandergefächert, dass ich die Position des Supermarktes wiederfinden könnte…

[4] Die Position ist nicht mehr aktuell, da die Schule umgezogen ist.
Der neue Standort kann der offiziellen Webseite entnommen werden. (siehe „*Yuntai Shan damals und heute*“)

31. März 2011 – Noch direkterer Kontakt zu Xie Shifu

Das hier geht in erster Linie an Leute, die vorhaben bald nach China zu reisen und dort die Yuntai-Shan-Kung-Fu-Schule zu besuchen.

Mein Shifu hat mich gebeten seine Handynummer hier zu veröffentlichen. Da viele seiner Schüler vorher diese Seite besucht haben, wollte er seinen zukünftigen Schülern anbieten sich vorab mit ihn über die Schule, das Training oder etwas anderes unterhalten zu können.

Sein Englisch hat sich seit meiner Reise stark verbessert. Ich bin selbst immer wieder überrascht, wie schnell er Fortschritte macht, wenn ich mich mit ihm über Skype unterhalte.

Ich benutzte dazu Skype, da die kosten sonst einfach zu hoch wären… Eine Gesprächsminute ins chinesische Handynetz kostet je nach Netzbetreiber einen Batzen Geld.

Über Skype, mit vorhandenen Skype-Guthaben lediglich 2 Cent die Minute.

Xie Shifus Handynummer lautet:

+86 13839164415[5]

[5] Die Nummer ist nicht mehr aktuell.
Bei Interesse kann ich Shifus aktuelle Handynummer aber gerne weitergeben!

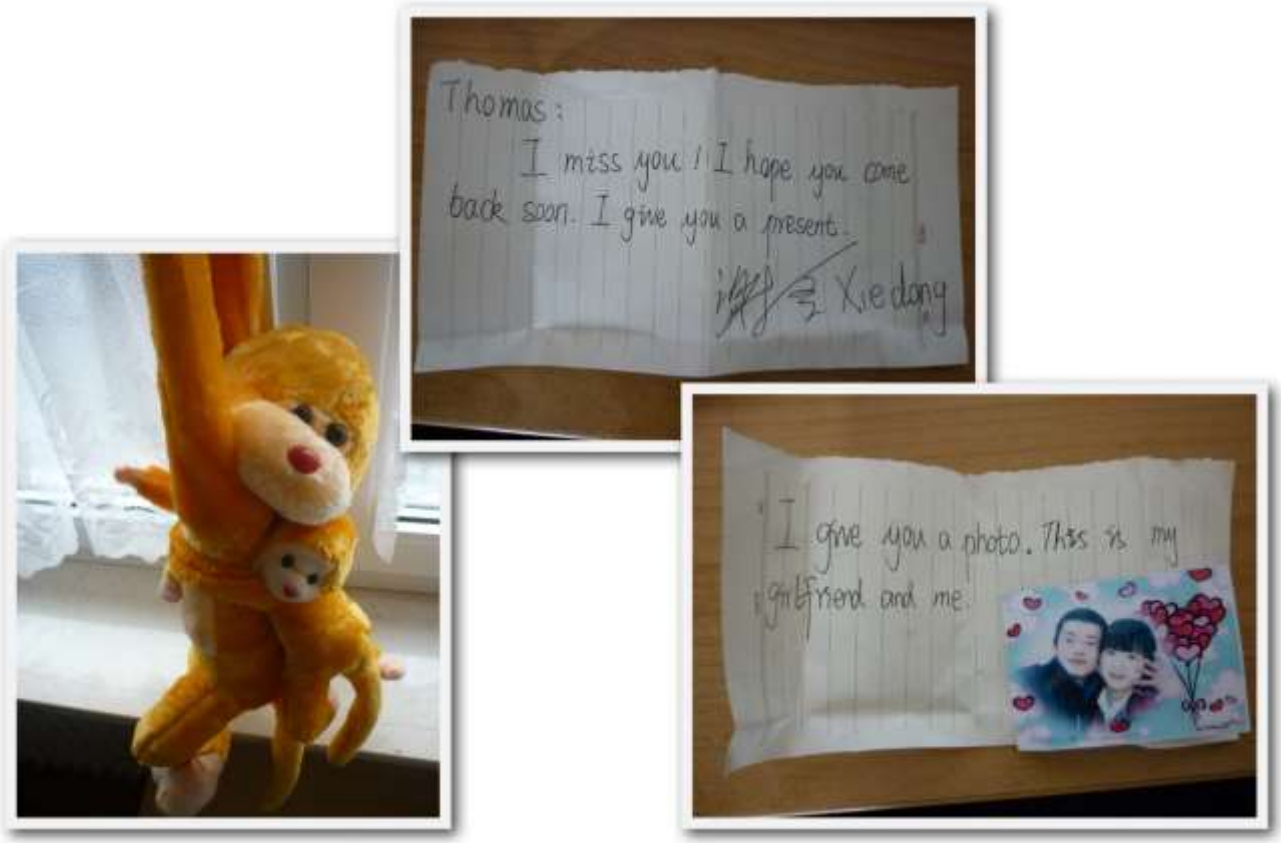
28. April 2011 – Ein Geschenk aus China

Hallo Leute!

Gestern habe ich ein Geschenk aus China erhalten. Es stammt von meinem Shifu und wurde von Inna (hat ebenfalls einen Blog geschrieben → Blog von Inna[6]) nach Deutschland transportiert und per Post zu mir geschickt. Danke nochmal dafür.

Ich habe mich jedenfalls sehr gefreut und habe daher beschlossen ihm auch ein kleines Geschenk zuzuschicken. Die Postadresse der Schule habe ich jedenfalls. Mein alter Zimmerkollege Christopher hat sich nämlich auch etwas aus Dänemark zuschicken lassen, wo er mit mir in China war. Es klappt also wohl.

Im Päckchen befand sich ein Klammeräffchen aus Stoff (siehe unten), 2 Shaolin-Armbänder und ein kurzer „Brief“ mit Foto, auf dem seine neue Freundin und er abgebildet sind. Sehr schön.



[6] http://www.inna.de/blog/

Zusammenfassung & Fazit

Anfang Juni 2010 habe ich meine Reise nach China angetreten. Mein Plan sah wie folgt aus: Ich wollte Kung Fu lernen… und zwar am Ursprungsort - in China! Nachdem ich auf Grund einer Flugverspätung in Peking meinen Anschlussflug nach Zhengzhou verpasste habe, hieß es für mich auf einen neuen Flieger warten. Etwa 10 Stunden später kam ich dann, mitten in der Nacht, am Flughafen Zhengzhou an und wurde vom Headmaster der Schule, an die ich gehen wollte, empfangen und abgeholt. Der Headmaster hieß mich in China willkommen, nahm mir mein Gepäck ab und schon ging es mit seinem Auto in Richtung Provinz. An der Schule angekommen, hoffte ich, meinen Augen nicht zu trauen. Der erste Eindruck war ganz anders als ich es mir vorgestellt hatte. In meinem Kopf fiel sofort die Entscheidung, dass ich anstelle der geplanten drei Monate, nur maximal eine Woche aushalten werde. Ein echter Kulturschock also. Ich wurde auf mein Zimmer gebracht und machte Bekanntschaft mit meinem künftigen Zimmerkollegen. Da es mitten in der Nacht war, legte ich mich einfach nur noch ins Bett. Am nächsten Tag lernte ich dann auch die anderen Ausländer (und natürlich auch Chinesen) kennen, die hier in der Kung-Fu-Schule wohnten. Zu meiner Überraschung war der Anteil an Deutschen recht hoch. Die ersten Tage vergingen und ich lernte die chinesischen Gewohnheiten inklusive Essen, die Toiletten, das Leben auf dem Land und in der Stadt und nicht zuletzt auch das fordernde Kung-Fu-Training kennen. Während der ersten Tage entspannte sich mein erster Eindruck und ich erkannte, dass alles nur halb so schlimm war, wie zunächst befürchtet. Eigentlich war es sogar genau das, was ich gewollt hatte.

Trainiert wird in einer chinesischen Kung-Fu-Schule fast den ganzen Tag und die ganze Woche lang. Einen Tag in der Woche hat man frei, aber ansonsten trainiert man hier bis zu acht Stunden täglich. Das Training hier in der Schule beginnt morgens um 5:40 Uhr und endet gegen 20:40 Uhr. Dazwischen gibt es drei große Pausen zwecks Nahrungsaufnahme, wovon die Mittagspause die längste ist. Das Essensangebot ist wenig abwechslungsreich, täglich nahezu identisch und es wurde, so wie in China üblich, keinen großen Unterschied zwischen den Tageszeiten gemacht. Es gab also immer Reis und Dampfbrötchen, Reissuppe, etwas Gemüse und manchmal Nudeln oder frittiertes Brot. Als verwöhnter Europäer hieß es daher erst einmal, eine Lösung zu finden. Ich persönlich hatte mich mit genug Vitaminen und Mineralstoffen aus Deutschland eingedeckt, denn nährstoffreiche Lebensmittel waren definitiv eine Rarität. Der große Supermarkt in der Stadt, bot, für das entsprechende Kleingeld, jedoch alles was man zum täglichen Leben brauch.

Die Trainer, sogenannte Shifus (chinesisch für Meister/Lehrer), waren alle so um die 20 Jahre alt und haben ihr ganzes Leben lang Kung Fu trainiert. Sie sind also absolute Profis. Das Trainingslevel in China ist deutlich höher als in Deutschland. Wie bereits angesprochen, trainiert man hier üblicherweise täglich viele Stunden und das über mehrere Jahre hinweg. Auf eine klassische Schulbildung wie in Deutschland wird weitestgehend verzichtet. Die wichtigsten Basics werden den chinesischen Kung-Fu-Schülern parallel zum Training beigebracht. In der Kung-Fu-Schule wird den kleinen Kindern (Eltern schicken ihre Kinder teilweise schon mit vier Jahren in eine solchen Schule) lesen, schreiben und rechnen beigebracht. Der Fokus liegt aber ganz klar auf dem Kung-Fu-Training. Man sollte dazu jedoch wissen, dass eine solche Kung-Fu-Ausbildung in China ähnlich hoch wie ein abgeschlossenes Studium angesehen wird. Die Chancen, später einen Job beim Militär, der Polizei oder in der Sicherheitsbranche zu finden, sind hoch. Die Shifus von Yuntai Shan trainierten alle überwiegend in Shaolin oder Dengfeng. Dort ist auch die offizielle Kung-Fu-Schule des Shaolin-Tempels, welche daher einen besonders guten Ruf genießt.

Zu den Trainingsmethoden kann ich nur sagen, dass diese sportmedizinisch veraltet oder sogar mehr als fragwürdig sind. So werden beispielsweise die kleinen Chinesen unter großen Schmerze in den Spagat gedrückt. Allgemein wird „nachgeholfen“ wo es nur geht. Wird beim Laufen keine Höchstleistungen gegeben, kann es schon mal vorkommen, dass ein Shifu mit einem Stock hinterherrennt und Schläge verteilt. Nicht selten fließen Tränen, doch nach dem Training verstehen sich die Chinesen wieder bestens mit ihren Shifus. Als Ausländer wird man etwas sanfter behandelt. Man muss also nicht fürchten verdroschen zu werden. Dafür bezahlt man einfach zu viel Geld. Und das Wissen die Chinesen auch.

Um das tägliche Training durchzuhalten, bedarf es viel Durchhaltevermögen. Man durchlebt eine Art Metamorphose, in der sich der Körper an die übermäßigen Belastungen anpasst. Nach etwa einem Monat ist das schlimmste vorbei und die Muskeln, Sehnen und Knochen haben sich an die täglichen Strapazen gewöhnt. Der alltägliche Muskelkater geht aber trotzdem nicht vollständig weg. Viele Ausländer halten das Training nicht durch und geben nach ein paar Wochen auf, indem Sie nicht mehr richtig mitmachen wollen, viele Pausen machen oder sogar abreisen. Für mich war es eine tolle Erfahrung. Ich bin an und über meine Grenzen gegangen und habe meinen Körper besser kennen gelernt.

Ich bin als totaler Kung-Fu-Laie nach China gekommen und kann nun mit Sicherheit behaupten, dass ich Shaolin Kung Fu besser beherrsche, als der Durchschnitts-Europäer, der über einen Zeitraum von ein bis zwei Jahren „nur“ zwei bis drei Mal die Woche zum Training geht. Ausnahmen bestätigen natürlich die Regel. So gesehen ist der Trainingseffekt auf jeden Fall gegeben.

Vor allem hat mir die Reise aber viel Lebenserfahrung eingebracht. Ich habe die Welt mit anderen Augen gesehen und gelernt, die kleinen Dinge im Leben zu genießen. Ganz zu schweigen natürlich von den großartigen Chancen, die man als Mitteleuropäer im Gegensatz zu vielen Chinesen hat. Als Beispiel, für eine uns selbstverständliche Kleinigkeit, möchte ich einfach mal das ständig verfügbare, fließende Wasser nennen: In der Schule gab es das zwar, doch wurde es oft und zu unregelmäßigen Zeiten einfach abgeschaltet, um Wasser zu sparen. D.h. nach einer harten Trainingseinheit konnte man sich nicht einmal waschen und musste teilweise Stunden auf das Wasser warten. Irgendwann konnte man sich dann doch eine kalte Dusche gönnen, denn heißes Wasser gab es grundsätzlich nicht. Ihr könnt euch dann sicher vorstellen welche Freude es war, dass erste Mal nach drei Monaten heiß zu duschen. Trinken sollte man das Wasser aus der Leitung in China auch besser nicht. Ich habe es schon schäumend und leuchtend blau aus dem Wasserhahn laufen sehen…

Ich denke, schon allein der ganzen Erfahrungen wegen, ist so eine Reise wertvoll. Es war für mich eine tolle Zeit mit vielen Abenteuern und ich kann es jedem nur empfehlen, selbst eine solche Reise zu wagen. Ihr werdet es nicht bereuen.

Was danach geschah...

Ankunft zuhause

Nachdem ich am 6. September 2010 wieder in Deutschland, genauer am Flughafen Frankfurt am Main, gelandet bin, hat mich mein guter Freund Jonas vom Flughafen abgeholt. Um ihn und auch meine Familie daheim zu überraschen, habe ich mich direkt nach dem Ausstieg aus dem Flugzeug und vor dem Verlassen des Gates, stilecht umgezogen. Ich hatte also meine neue, traditionell chinesische Tai-Chi-Kluft vom Silk Market an – ganz in schwarz. Und weil die noch so schön neu war und natürlich aus China stammte, war wirklich alles schwarz: mein Gesicht, meine Hände und meine Kleidung. Es hat sich nämlich herausgestellt, dass die Klamotten ziemlich stark abfärben. So sah ich mehr aus wie ein Schornsteinfeger als irgendetwas anderes 😀 Durch meinen recht struppigen Bart, eventuell auch wie ein Salafist 😐

Jedenfalls wir sind dann gemeinsam nach Hause gefahren. Auf dem Rückweg machten nur noch kurz Halt bei unserem Lieblingsrestaurant mit der goldenen Möwe (Mc Donalds), da wir beide lange nichts gegessen hatten.

Zuhause angekommen wurde ich gleich von meiner Familie empfangen. Auch Jonas ist noch mit reingekommen, kurze Zeit später kam auch Simon dazu. Und meine Oma und mein Opa. Das erste was ich zuhause gemacht habe war, meine Hände zu waschen. Anschließend habe ich mein gut eingepacktes Waffengepäck bestehend aus Schwertern, einen Säbel, Stöcker, usw. geöffnet, die ich als Sperrgut aufgegeben habe. Anschließend erzählte ich allen anwesenden von meinem Rückflug und den Erlebnissen der letzten Tage, die bis dato noch nicht im Blog veröffentlicht waren.

Ich erinnere mich noch gut daran, dass es sehr ungewohnt war, wieder zuhause zu sein. Auch die ständige Verfügbarkeit von (warmen) Wasser, gewöhnliche Lichtschalter und allgemein den viel höheren Lebensstandard im Vergleich zu China, war für mich irgendwie zu etwas Besonderem geworden. Ich wusste diesen Luxus auf einmal zu schätzen. Es war dennoch schön wieder zuhause zu sein.

Die ersten Tage zuhause

Schon am nächsten Tag habe ich einen meiner ersten Vorsätze umgesetzt: ich bin morgen um 6 Uhr aufgestanden um eine Runde im Wald laufen zu gehen. Gleich vorweg: meinen Vorsatz habe ich nicht lange durchhalten können. Was ich etwas länger durchgehalten habe war, die mehr oder weniger regelmäßige Wiederholung meiner Formen sowie das Basistraining mit dem Jian und Gun.

Schon drei Tage nach meiner Ankunft in Deutschland ging es für mich mit einigen Vereinsmitgliedern aus meinem Kampfsportverein zum Taekwondo Camp nach Attendorn, um dort für ein Wochenende verschiedene Trainingseinheiten und Seminare von bekannten und/oder erfolgreichen Athleten zu besuchen. Beim ersten Taekwondo-Training im Trainingslager stellte ich dann fest, dass ich nicht mehr gewohnt war barfuß zu trainieren. Beim Kung-Fu-Training hatte ich schließlich ständig Schuhe an. Meine Füße hatten daher ganz schnell Blasen und Wunde stellen, so dass ich es doch tatsächlich vorzog, mit meinen Kung-Fu-Schuhen weiter zu trainieren.

Einige Tage später fing dann schon mein Medieninformatikstudium an der FH Gelsenkirchen an. Ich war also neben deiner Wiedereingewöhnung mit diversen organisatorischen Dingen rund um meinen neuen Lebensabschnitt beschäftigt. Nebenbei fuhr ich wieder regelmäßig zum Taekwondo-Training nach Recklinghausen und konnte dort schnell große Fortschritte verzeichnen.

In den Monaten nach meiner Rückkehr, bekam ich viele E-Mails und Kommentare auf meinem Blog, mit konkreten Fragen zu meinem Aufenthalt in China, dem Kung-Fu-Training und natürlich der Schule, die ich gerne und teilweise öffentlich beantwortete.

Besuch in Paris

Nach meiner Reise habe ich natürlich versucht mit möglichst vielen Personen aus China in Kontakt zu bleiben. Eine davon war Mathilde aus Frankreich. Als mich Matilde im Dezember zu sich nach Paris einlud, bin ich der Einladung gerne gefolgt. Insgesamt war ich eine knappe Woche in Paris. Mathilde war sehr nett und organisierte einen schönen Städtetrip durch und um Paris für mich. Da ich kaum ein Wort Französisch sprach und mich weder in Paris noch mit dessen Sehenswürdigkeiten auskannte, war es schön, einfach mal einen lokalen Guide zu haben und sich herumführen zu lassen. Wenn wir nicht gerade irgendwo beim Sightseeing waren, schwelgten wir in Erinnerungen an die schöne Zeit in China, schauten Fotos, übten ein paar Kung Fu Moves oder skypten gemeinsam mit Xie Shifu. Mein Aufenthalt in Paris wurde unfreiwillig um einen Tag verlängert, da der Shuttlebus zum Flughafen in einem länger andauernden Stau feststeckte. Ich habe daher meinen Rückflug um ein paar wenige Minuten verpasst, was natürlich sehr ärgerlich aber nicht dramatisch war. Am nächsten Tag ging es dann ein paar Stunden eher zum Flughafen, damit ich den Rückflug dieses Mal sicher erwischen würde. Am Flughafen verabschiedeten wir uns und ich kehrte zurück nach Deutschland.

Kontakt zu Shifu und den anderen

In den folgenden Wochen und Monaten hatte ich immer Mal wieder Kontakt zu meinem Shifu und anderen Freunden aus China. Wenn es die Internetverbindung zuließ, konnte ich sogar mit Shifu Videotelefonieren.

Auch mit Christopher, Max, Fabian, Mathilde, Leonie und weiteren, die mir gerade nicht einfallen, tauschte ich noch lange und unterschiedlich regelmäßig Nachrichten aus. Natürlich hielten nicht alle Kontakte ewig. Das ist mit der Zeit und gerade im persönlichen Alltag, einfach nicht immer möglich und daher auch nicht schlimm, wenn auch etwas schade.

Mein Besuch in Brüggen

Ich bin mir gar nicht mehr sicher wann genau ich Max (1) bei seinen Eltern zuhause in Brüggen bei Nettetal besucht habe. Ich glaube, es war ein paar Wochen nach unserer Rückkehr… vielleicht im Oktober? Ist auch nicht so wichtig.

Ich fuhr an einem Freitagnachmittag mit meinem getreuen Corsa B in Richtung holländische Grenze, wo Max wohnte. Da ich plante bei ihm zu übernachten, hatte ich Schlafsachen eingepackt. Auch ein Taekwondo-Training bei seinem Verein stand auf dem Plan.

Als ich mit meinem Auto ankam, regnete es in Strömen. Ich klingelte und Max machte mir sogleich die Tür auf. Er stellte mich dann seiner Familie vor, die mich ebenfalls herzlich willkommen hieß. Seine Eltern hatten mir, als wir in China waren, Geld für Max auf mein Konto überwiesen, das ich für ihn am Automaten abholte. Max hatte nämlich keine Kreditkarte und ohne diese ist es in China sehr schwer an Bargeld zu kommen. Woran ich damals gar nicht gedacht hatte war jedoch, dass beim Abheben von Bargeld nicht unerhebliche Gebühren anfallen, die ich aus eigener Tasche bezahlte. Ich glaube es hat sich über die Monate auf knapp 100 EUR summiert, aber egal.

Max zeigte mir anschließend sein Zimmer, wo wir es uns gleich gemütlich machten. Wir bauten dazu mein Bett, bestehend aus einer Matratze, einer Decke und Kopfkissen auf, die vor seinem Bett auf dem Boden lag. Da es, wie bereits geschrieben, viel regnete, saßen wir die meiste Zeit in seinem Zimmer und unterhielten uns. Zwischendurch setzten wir uns an seinem Computer und er zeigte mir ein paar coole PC-Spiele. Es gemütlich und schön.

Als es dann aufhörte zu regnen, gingen wir in den Garten und übten ein bisschen Kung Fu. Wenig später fuhren wir mit dem Auto von seinem Vater, einem alten Mercedes, zum Taekwondo-Training nach Nettetal. Das Training fand in einer Art Container mit großen Fenstern statt. Die Trainingshalle war nicht allzu groß aber ausreichend. Ich meine, es gab keine Unkleidekabinen, weshalb wir uns vor der Abfahrt bereits unsere Doboks (traditioneller Kampfanzug beim Taekwondo) anzogen. Für mich war das ziemlich ungewohnt, aber wahrscheinlich war die Halle ein zeitweiliges Provisorium?

Das Training war jedenfalls eher wettkampflastig, weshalb viel Pratzen- und Partnerübungen im Vordergrund standen. Ein Kumpel von Max, der ebenfalls im gleichen Verein trainiert, ist auch Deutscher Meister im Vollkontakt-Taekwondo. Was für mich ungewohnt war: Wie in den meisten Taekwondo-Vereinen, wurden hier Poomsae-Formen anstatt traditioneller Hyong-Formen gelaufen. Ich musste als Fortgeschrittener also ganz unten Anfangen und erst einmal die erste Form lernen.

Nach dem Training fuhren wir zurück und es ging unter die Dusche. Anschließend gab es Abendessen mit seiner Familie, bestehend aus seinen Eltern, seinen jüngeren Bruder und uns. Danach ging es dann irgendwann ins Bett. Max musst am nächsten Tag leider früh aufstehen und zur Arbeit ins Krankenhaus, wo er ein Praktikum für sein Medizinstudium absolvierte. Ich schlief daher etwas länger und wollte anschließend auch wieder nach Hause fahren. Als ich morgens meine Sachen zusammengepackt habe und durch das Wohnzimmer Richtung Haustür ging, lag da Max Bruder auf der Couch am Schlafen. Er sah ziemlich fertig aus. Ich glaube, ich traf noch Max Mutter und verabschiedete mich von Ihr, ehe ich ins Auto stieg und nach Hause fuhr.

Zuhause angekommen schrieb mir Max, dass ich ihn ruhig hätte Wecken können, damit wir uns nochmal verabschieden können. Ich war verwirrt? Wecken? Er war doch arbeiten? Es war anders: Er fuhr wohl zum Krankenhaus, nur um dann festzustellen, dass seine Schicht ausfiel bzw. verlegt wurde. Daher lag nicht Max Bruder auf der Couch, sondern Max. Da sich die beiden aber (zumindest schlafend) sehr ähnlich sahen, dachte ich wirklich, dass da sein Bruder liegt. Verrückt. Max hatte sich extra ins Wohnzimmer hingelegt, damit er mich nicht weckt.

Shifu zu Besuch in Essen

Ich hatte es lange nicht für möglich gehalten, aber im Februar 2012 war es dann so weit: Shifu kam mit einer Showgruppe bestehend aus mehreren Dutzend Chinesen nach Deutschland, um bei der Kung-Fu-Show „Die Rückkehr der Shaolin“ mitzuwirken. Wie genau er das geschafft hat, weiß ich nicht, aber so viel vorweggesagt: es war einfach nur mega cool.

Die Showgruppe tourte mehrere Wochen (wie viele genau, weiß ich leider nicht) quer durch Deutschland. Als die Tour dann bei mir in der Nähe stattfand, lud ich Christopher und Max zu mir nach Hause ein. Christopher flog einen Tag vorher von Kopenhagen nach Düsseldorf, wo ich ihn mit meinem guten alten Opel Corsa abholte. Es war schön ihn nach ca. 1 ½ Jahren wiederzusehen!

Nach dem wir bei mir zuhause angekommen sind, verbrachten wir den restlichen Tag mit Einkaufen (Christopher brauchte Unterwäsche und Socken, da er diese zuhause vergessen hat) und waren ansonsten bei mir zuhause und quatschen über unsere gute Zeit in China. Die Show mit Shifu sollte am nächsten Tag in Essen sein. Max kam mit dem Zug zu mir bzw. zum Bahnhof, wo ich ihn zusammen mit Christopher abholte. Richard alias „Football“ (ebenfalls aus China) kam aus Münster dazu, da er und Max wohl gut in Kontakt standen und Max ihn ebenfalls einlud. Ich fuhr dann mit den drei Jungs im Auto nach Essen, wo später die Show stattfinden sollte. Die Show fand in der bekannten Grugahalle statt. Mit Shifu machte ich aus, dass wir uns hinter der Halle treffen. Und so war es auch. Bereits vom weiten sahen wir den mit Werbeplakaten beklebten Tour-Bus. Davor stand Xie Shifu! Wir rannten ihn wie im Kinofilm entgegen und fielen uns in die Arme.

Shifu überreichte mir direkt eine riesige Tüte mit Souvenirs, die er für uns mitgebracht hatte. Darin befanden sich alle möglichen Halsketten, Armbänder und Derlei, was man so in Yuntai kaufen kann. Nach einem kurzen Fotoshooting mit Shifu, ging es dann in die Grugahalle, genauer gesagt Backstage. Ich muss sagen, es war richtig cool mal einen Blick hinter die Kulissen einer großen Eventhalle zu bekommen. Die Chinesen haben sich in unterschiedlichen Zimmern einquartiert. Shifus Nachbar war ein ganz alter Kung-Fu-Meister mit langem Bart, wie man es eigentlich nur aus Kung-Fu-Filmen kennt.

Dieser ältere Herr hat später auch einen Auftritt in der Show, nämlich den Flexibilitäts-Teil, wo er seine unglaublichen Gummibeine demonstrierte.

Da Shifu mir vor unserer Anreise mitteilte, dass ich eine Festplatte mitbringen soll, kopierte er mir mehrere Gigabyte Fotos und Videos von China auf meine Platte. Ich sollte einiges davon veröffentlichen, damit Shifu auch international mehr Bekanntheit bekommt… was ich später leider nur in Rahmen meiner begrenzten Möglichkeiten machen konnte. So viele Besucher hatte mein Blog dann doch nicht 😊

Anschließend ging es ohne Shifu in den Eingangsbereich der Halle, da er noch für die Vorführung am Abend üben musste. Wir wollten derweilen unsere Tickets besorgen, die wir als Freunde von Shifu umsonst bekommen sollten. In der Eingangshalle trafen wir dann den Manager der Tour, der sehr gestresst von A nach B lief und uns in einer überheblich-arroganten und geschäftsmännischen Art und Weise, Geld für die Tickets aus den Taschen lockte… er frage was es uns Wert wäre und betonte dabei stehts den Normalpreis der Tickets. Unsere Antwort, dass wir Freunde von Xie Dong sind, und eigentlich kostenlose Karten erhalten sollten, hat er gekonnt ignoriert. Christopher hat dann ganz souverän die Hälfte des Preises vorgeschlagen, die er dann auch akzeptierte. Wir bekamen unsere Tickets und gingen zurück in die Vorführungshalle, wo eine ganze Schar von Chinesen die Show probte bzw. ihre Moves trainierte. Dieser Tour-Manager war ein wirklich unsympathischer Raffzahn. Ich habe später herausgefunden, dass er Geschäftsführer eines kleinen Dortmunder Ticket-Vertriebsunternehmens ist, dessen Namen ich hier nicht nennen möchte. Eine kurze Google-Recherche bestätigte mir, dass sein ungehobeltes Verhalten (zwischendurch schrie er Mitarbeiter durch die ganze Halle an) völlig normal ist.

Im Vorführungssaal trafen wir dann auch Kai Hoffmann, Kung-Fu-Meister und Vereinsleiter eines in Essen ansässigen Kung-Fu-Vereins. Er ist regelmäßig in China und war auch schon ein paar Jahre dort um zu trainieren. Er sprach fließend chinesisch und kannte sehr viele der anwesenden Chinesen bereits aus China. Auf mich wirkte er, als ob er zum Inventar der Show gehörte. Wir unterhielten uns ein wenigen über Gott und die Welt und warteten, dass die Show losging. Kai meinte auch, dass wir „leider“ übers Ohr gehauen wurden, was den Ticketpreis angeht. Kaum einer bezahlt die Tickets, da es eine Art Gentleman-Agreement für Familie und Freunde der Artisten gibt… aber egal. Das Geld sind wir jedenfalls los.

Die Show starte pünktlich und war einfach der Wahnsinn. Shifus war u.a. als Höhepunkt einer Showeinlage zu sehen: er wurde von vier Chinesen auf Speeren hochgehoben. Nach der Show ging es wieder Backstage und wir quatschen wieder mit Shifu und den anderen. Shifu meinte, er hatte früher bereits viele solcher Vorführungen gemacht und, aufgrund seiner doch dünnen Statur, bietet er sich gut für diese Art „Move“ an. Spät abends verabschiedeten wir uns von Shifu und fuhren wieder zu mir nach Hause…

Es war einfach nur toll!

DIE RÜCKKEHR
DER SHAOLIK

Fortsetzung: Christopher und Max zu Besuch

Zuhause angekommen ging es nach einem kurzen Zwischenstopp gemeinsam in einen Irish Pub der Nachbarstadt, um dort den angebrochenen Abend ausklingen zu lassen. Zwei Freunde von mir stießen auf Nachfrage ebenfalls dazu. Wir blieben sehr lange und hatten viel Spaß, bis der Pub langsam dicht machte. Max goss sich zu später Stunde versehentlich noch sein Bier auf seine einzige Hose. Er hat sich also nicht in die Hosen gemacht, auch wenn das auf dem Bild eventuell so aussieht. Da der Morgen bereits graute und alle anderen Lokalitäten (mit Ausnahme von Mc Donalds) schon geschlossen hatten, ging es nach Hause, wo wir vier (Christopher, Max, Richard und ich) es uns im Keller gemütlich machten. Matratze an Matratze schliefen wir dann irgendwann ein.

Am nächsten Morgen bzw. Mittag (wir schliefen ziemlich lang) machte sich Richard wieder auf nach Münster. Wir brachten ihn mit meinem Auto zum Bahnhof und machten uns anschließend einen eher ruhigen Tag (zumindest kann ich mich heute an nichts anderes erinnern 😀). Abends organisierte ich dann wieder einen Kneipenbesuch, diesmal in meiner Heimatstadt. Ich trommelte wieder ein paar Freunde zusammen und schon ging es los. Dieses Mal waren wir ca. 10 Personen. Da meine Freunde wussten, dass ich vorher meinen Shifu besuchte, gaben Christopher und ich Max, der schließlich ein wenig asiatisch aussieht, als unseren Shifu aus. Daraus entwickelten sich mehrere lustige Gespräche zwischen Max und meinen Freunden. Nach ein paar Stunden war die Stimmung auf einem Höhepunkt und wir veranstalteten ein Armdrücken-Wettkampf. Ich „drückte“ mich weit nach vorne, unterlag jedoch nach vielen Runden bei einem Bauern vom Nachbartisch. Anschließend tat mir wochenlang mein Ellenbogen weh, was ich zu diesem Zeitpunkt aber noch nicht wusste. Als wir schließlich nach Hause aufbrachen, lösten wir die Situation mit Max auf, der fortan wieder Deutsch sprechen durfte. Max musste vorher schließlich die Tarnung aufrechterhalten und durfte nur gebrochen Englisch sprechen oder ein paar chinesische Floskeln heraushauen, was ihm nicht gefiel, da er sich so nicht gut unterhalten konnte. Verständlich… war aber trotzt lustig 😀

Zuhause ging es wieder in den Keller, wo wir wieder Matratze an Matratze einschliefen. Am nächsten Tag, es war ein Sonntag, brachten wir Max zum Bahnhof. Es hieß nun wieder Abschied nehmen, er musste zurück nach Aachen und für seine Klausuren lernen.

Als Christopher und ich gerade wieder zuhause ankamen, fuhren zwei Freunde von mir mit dem Auto vor und fragen, ob wir mit Schwimmen gehen wollen. Christopher war nicht abgeneigt, daher packten wir schnell unsere Sachen (ich lieh Christopher eine Badehose von mir) und stiegen zu meinen Freunden ins Auto. Auf der Fahrt erzählte Christopher, dass er seit mindestens zehn Jahren nicht mehr in einem Schwimmbad war. Am Schwimmbad angekommen, staunte er nicht schlecht, da er so etwas noch nie gesehen hatte. Scheinbar sehen Schwimmbäder in Dänemark irgendwie anders aus. Wir vergnügten uns ein paar Stunden beim Rutschen, Strudelschwimmen und Bahnen ziehen im Spaßbad. Während einer Klimmzug-Session im Strudelbad (oberhalb des Strudels gab es Haltegriffe) merkte ich, dass mein „Armdrückarm“ beim Hängen unglaublich schmerzte, so dass ich mir zwischenzeitlich wünschte, er würde einfach abfallen. Das hatte ich nun davon. Dieser Schmerz sollte mich noch lange begleiten. Seit diesem Ereignis meide ich übrigens Armdrücken.

Dann ging es irgendwann zurück. An nächsten Tag ging es auch für Christopher wieder zurück nach Dänemark. Ich brachte ihn daher zum Flughafen und verabschiedete mich herzlich von ihm. Es war ein tolles, langes Wochenende! Mach‘s gut, alter Freund!

Zurück auf dem Flughafenparkplatz musste ich zunächst einmal mein Auto suchen. Ich war beim Parken so abgelenkt, dass ich doch tatsächlich vergessen habe, auf welcher Etage ich geparkt habe. Nach gut 15 Minuten fand ich mein Auto aber doch und es ging auch für mich zurück nach Hause.

Shifu und Max in Münster

Ein paar Wochen nach dem Besuch von Christopher und Max sowie der Show in Essen, kam „Die Rückkehr der Shaolin“ nach Münster, also wieder ganz in meiner Nähe. Max und ich sprachen uns also vorher wieder ab und trafen uns in Münster am Hauptbahnhof. Christopher war aus verständlichen Gründen leider nicht mit dabei. Richard, der das letzte Mal extra von Münster nach Essen angereist ist, auch nicht, obwohl er doch in Münster wohnt? Vielleicht erinnere ich mich aber auch einfach nicht mehr an seine Anwesenheit.

Ich holte Max wieder mit dem Auto ab und wir fuhren zur Halle Münsterland, wo die Gruppe von Shifu an diesem Abend auftreten sollte. Shifu trafen wir dieses Mal direkt in der Empfangshalle. Es war wieder eine große Freude ihn wiederzusehen! Dieses Mal organisierte Shifu uns kostenlose Tickets, indem er mit uns zum zu einem der Ticketschalter ging. Der fiese Manager von letztem Mal war weit und breit nicht zu sehen – unser Glück!

Nach der Show, die natürlich wieder einfach nur Bombe war, quatschten wir noch ein bisschen mit Shifu und verabschiedeten uns dann langsam. Es war bis heute das letzte Mal, dass ich meinem Shifu persönlich gegenüberstand. Aber wer weiß, was die Zeit noch bringt.

Max und ich verabschiedeten uns ebenfalls voneinander und er fuhr später mit dem zurück nach Aachen.

Seltsamerweise habe ich heute kaum noch Erinnerungen an diesem Tag und scheinbar nicht einmal Fotos gemacht (jedenfalls habe ich keine gefunden). Ich denke es liegt daran, dass das Treffen an diesem Tag eigentlich nur ein paar Stunden dauerte: Am frühen Abend mit dem Auto nach Münster, Max getroffen, Shifu getroffen, Show genossen, Verabschiedung Shifu, Verabschiedung Max und zurück nach Hause. Ein kurzes Intermezzo also.

Dennoch war es ein schöner Tag und Shifu hat sich wieder sehr gefreut uns zu sehen.

Yuntai Shan damals und heute

Als ich damals, nach ein paar ausgetauschten Mails mit dem Headmaster der Schule, selbige besuchte, dachte ich eigentlich, dass ich in einer Kung-Fu-Schule namens „International Kung Fu Training Center“ in Dengfeng landen würde. Zu meiner großen Überraschung wurde ich, nachdem ich am Flughafen vom Second Headmaster abgeholt wurde, in eine andere Stadt und damit auch eine andere Schule gebracht. Von dieser Schule hatte ich zwar kurz vor meiner Abreise gelesen, aber nicht wirklich realisiert, was es damit auf sich hatte. Die Bilder und Berichte, die ich all die Monate davor gelesen und studiert hatte, stammten nämlich vom „International Kung Fu Training Center“. D.h. ich war an einem Ort, zu den ich vorher keinen Bezug hatte. Dies löste zunächst etwas Unmut in mir aus, was sich auch in meinen Tagesberichten wiederfindet. Wie sich später herausstellen sollte, jedoch nicht von Dauer. Shi Yan Lin, der Headmaster vom „Yuntai Shan International Culture and Martial Arts School“, hat sich meines Wissens im Januar 2010 mit der Kung-Fu-Schule selbstständig gemacht, nachdem er in der „alten“ Schule in Dengfeng, nahe des Shaolin Tempels, mit den dortigen Zuständen unzufrieden war. Die Schule im Yuntai Gebirge war daher ganz neu und in einem alten Hotel errichtet. Ganz in der Nähe stand auch die kleine Trainingshalle der Schule. Da die Umgebung des Yuntai Shan ein anerkanntes UNESCO Naturschutzgebiet ist, finden sich in der Umgebung auch viele, überwiegend chinesische Touristen, die den ausländischen Kung-Fu-Schülern, besonders im Sommer, gerne beim Training im Dorf zuschauen.

Als ich im Juni 2010 zur „neuen“ Schule gebracht wurde, war diese daher gerade Mal ein halbes Jahr alt und dementsprechend lief noch nicht alles so ganz wie es sollte. Die international ausgerichtete Webseite[7], die ich damals konsultierte, aktualisierte daher erst nach und nach die Informationen in Bezug auf die neue Schule. Die alte Webseite mit Forum gibt es heute leider nicht mehr. Die Internetdomain verweist aber dafür auf die offizielle Webseite der Schule. D.h. auch früher wurde das Shaolin-Wushu-Portal als Marketinginstrument eingesetzt.

Heute, im Jahr 2020, ist aus dem „Yuntai Shan International Culture and Martial Arts School“ eine deutlich größere Schule geworden. Die Schule wurde paar Kilometer weiter ganz neu aufgebaut: größer, besser und moderner. Inzwischen gibt es, der Webseite und den Reiseberichten zufolge, warmes Wasser, Strom, Klimaanlagen, und eine allgemein bessere Ausstattung in den Zimmern. Ich erkenne es jedenfalls kaum wieder. Auch die Webseite ist inzwischen sehr professionell und kommerziell aufgebaut. Das war damals noch nicht so. Das macht sich natürlich auch im Preis bemerkbar. Die Schulgebühr ist um ca. 50% gestiegen. Leider ist auch mein ursprünglicher Reisebericht von der Seite verschwunden. Vielleicht war dieser zu authentisch bzw. an manchen Stellen zu kritisch. Ich weiß es nicht. Ich stand damals eine Weile mit dem Betreiber der Seite zwecks der Veröffentlichung meiner Reiseberichte und Feedback zur Schule in Kontakt.

Das Konzept der Schule scheint jedenfalls aufzugehen. Jedoch sind viele der Shifus aus 2010 nicht mehr an der Schule. Der einzige mit bekannte Shifu, der noch an der Schule ist, ist Yuen Shifu. Auch mein Shifu, Xie Shifu, ist seit spätestens 2013 (?) nicht mehr in Yuntai Shan.

Weitere Informationen und Bilder gibt es auf der offiziellen Webseite der Schule:

→ https://shaolin-yuntai.com

[7] http://shaolin-wushu.de/

WWW.SHAOLIN-YUNTAI.COM

Was wurde eigentlich aus...?

... mir

Ja, was ist aus mir geworden? Selbstreflektierend über sich selbst zu schreiben, ist nicht einfach. Ich beschränke mich daher auf die harten Fakten meines Werdeganges.

Nachdem ich aus China zurückkehrte, begann ich mein Medieninformatik-Studium in Gelsenkirchen. Im zweiten Semester entschied ich mich, mein Studium abzubrechen und eine Ausbildung im IT-Bereich anzufangen. Ich startete fließend mit einem Praktikum und begann im August meine IHK-Ausbildung zum Fachinformatiker für Anwendungsentwicklung. Sportlich versuchte ich, neben meinem Taekwondo-Training, eine geeignete Kung-Fu-Schule in der Nähe zu finden. Leider gab es in er Nähe keinen Verein bzw. Sportschule, die Shaolin Kung Fu unterrichtete. Ich konzentrierte mich daher auf Taekwondo und ging zusätzlich regelmäßig ins Fitness Studio und gelegentlich Laufen. Nach erfolgreichem Abschluss meiner Ausbildung wechselte ich den Job und fing als Softwareentwickler in Münster an. Durch die große tägliche Pendelstrecke, kam mein Training im Verein die nächsten Jahre leider immer zu kurz. Spätestens mit Beginn meines berufsbegleitenden Studiums (Wirtschaftsinformatik) im Herbst 2016, war es dann ganz zum Erliegen gekommen. Mein Sportprogramm bestand für die nächsten 3 ½ Jahre nur noch aus unregelmäßigen Laufeinheiten und Fahrrad fahren. Seit ein paar Monaten habe ich nun auch mein Studium erfolgreich beendet und bin in die IT-Beratung gewechselt. Und nun bin schon wieder auf der Suche nach einer neuen Herausforderung… wer weiß, was noch alles kommt?!

... Shifu

Mein Shifu, Xie Dong, war noch einige Jahre nach meiner Abreise in der Kung-Fu-Schule als Trainer/Shifu. Ende 2011 bis Frühjahr 2012 kam er dann, zu meiner großen Freude, nach Deutschland. Er und ein paar dutzend weitere Kung-Fu-Kämpfer tourten mit der Show „Die Rückkehr der Shaolin“ quer durch Deutschland. Ich besuchte die Show zwei Mal: einmal in Essen und einmal in Münster. Passend zu seiner Vorführung in Essen, lud ich Christopher und Max (1) zu mir nach Hause ein, die beide meiner Einladung folgten. Bei der Show in Münster kam dann nur Max mit, da Christopher natürlich nicht ständig aus Dänemark anreisen konnte. Wir hatten jedenfalls eine tolle Zeit zusammen und Xie Shifu brachte uns noch sehr viele Souvenirs und Andenken aus China mit, worüber wir uns sehr freuten. Shifu zog also mit seiner Gruppe monatelang durch Deutschland und performte täglich ein bis zwei Shows. Ich erinnere mich noch gut an seine Aussage, dass es sehr anstrengend sei und die anderen Chinesen viel besser in Form seien als er. Shifus war dafür aber ein Höhepunkt der ganzen Show, da er sich von mehreren Speeren auf seinem Oberkörper in die Luft heben ließ.

Ab 2013 lag der Schwerpunkt seines Unterrichts dann auf Tai Chi. Im Jahr 2017 heiratete er seine Freundin und bekam kurz darauf ein Kind. Man muss dazu wissen, dass es in China üblich ist, Töchter an finanzkräftige Männer zu versprechen bzw. zu verkuppeln. Vieles wird dabei von den Eltern der zukünftigen Frau vorgegeben, weswegen es bei ihm mindestens einmal nicht klappte, da er „nur“ ein Shifu und damit kein Top-Verdiener ist.

Noch im selben Jahr zog er, aufgrund von finanziellen Anreizen, mit seiner kleinen Familie nach Malaysia, um dort als Kung Fu und Tai-Chi-Shifu zu arbeiten. Er sagte mir mal, dass er in Malaysia mehr als das doppelte verdienen würde als in China. Vielleicht gibt es aber auch noch andere Gründe. Ich weiß z. B. auch, dass er sich nicht besonders mit seinem Vorgesetzten verstanden hat.

Jedenfalls haben wir seitdem immer versucht den Kontakt zu halten, was im Großen und Ganzen auch geklappt hat. Zwar wurde es mit den Jahren naturgemäß weniger, aber wir halten bis heute den Kontakt, zuletzt Weihnachten 2019.

... Christopher

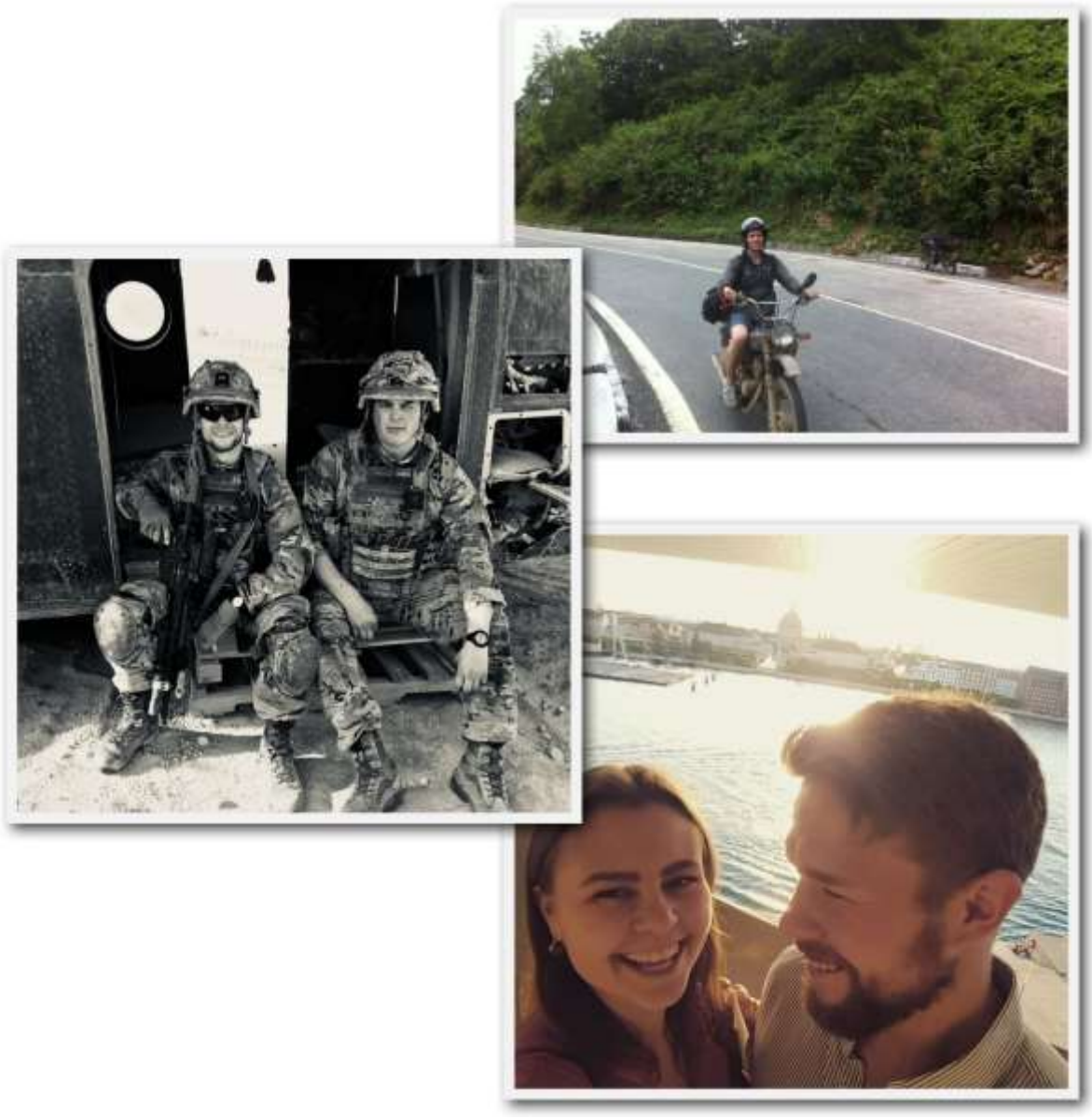
Nachdem Christopher die Schule im August 2010 verlassen hat, flog er für einen Monat nach Thailand um dort Land und Leute zu entdecken. Als er im Februar 2012 meiner Einladung nach Deutschland zu kommen folgte, hatten wir eine richtig coole Zeit zusammen. Der Höhepunkt war natürlich das bereits erwähnte Treffen mit Shifu in Essen. Nach einem langen Wochenende ging es für Christopher dann wieder nach Hause. In den folgenden Monaten verdiente er sein Geld als Aushilfe in einem Freizeitpark, während er einen höheren Schulabschluss nachholte.

Später dann zog er für ein paar Monate in die USA zu seiner neuen Freundin, die zuvor ein paar Monate als Austauschschülerin nach Dänemark gekommen ist. Irgendwann holte ihn jedoch die Realität wieder ein und er zog wieder nach Dänemark. Dort trat er freiwillig dem dänischen Militär bei und ließ sich zum Soldaten ausbilden. Nachdem seine Beziehung zu seiner amerikanischen Freundin einige Zeit später in die Brüche gegangen ist, meldete er sich freiwillig bei der französischen

Fremdenlegion. Er trat den Dienst tatsächlich an, wurde aber wegen gewissen „Unstimmigkeiten“ beim Gesundheitscheck nach nur drei Tagen aus dem Dienst entlassen. Kurz darauf fand er eine neue Freundin (diesmal aus Dänemark), mit der er bis heute zusammen ist und trat wieder dem dänischen Militär bei.

Während seiner Zeit beim Militär war er zwei Mal für mehrere Monate im Auslandseinsatz: Zunächst im Irak und später, im Jahr 2018, in Afghanistan. In Afghanistan war er einer Art militärischen Sicherheitsdienst zugewiesen, der die Stadt sicherte. Mit der Zeit wurde er aber immer unzufriedener als Soldat, da viele seiner Kameraden, seiner Aussage nach, Rassisten und Neo-Nazis sind. Er möchte daher nach seinem Einsatz in Afghanistan aus der Armee austreten und Katastrophen & Risikomanagement studieren, um später bei NGOs in Krisengebieten zu arbeiten.

Christopher und ich haben bis heute noch unregelmäßig Kontakt 😊 Seit Jahren steht seine Einladung aus, ihn in Dänemark zu besuchen. Vielleicht besuche ich ihn ja bald?



… Max (1)

Nachdem Max (aus NRW) wieder in Deutschland war, absolvierte er ein Pflichtpraktikum in einem Krankenhaus, welches er für sein Medizinstudium benötigte. Einmal habe ich Max auch zuhause bzw. bei seinen Eltern in Brüggen besucht und sind gemeinsam zum Taekwondo-Training gefahren. Kurz darauf ist er, bedingt durch sein Studium, nach Aachen gezogen.

Natürlich kam Max, wie auch Christopher, passend zu der Shaolin-Vorführung unseres Shifu, zu mir nach Hause. Im Anschluss waren wir noch mit ein paar von meinen Freunden in einem Irish Pub beim zweiten Besuch einer kleinen Kneipe.

Seit seinem letzten Besuch bei mir, haben wir es leider nicht mehr geschafft und zu treffen, da sein Medizinstudium zeitlich extrem einspannte. In Kontakt sind wir dennoch etwas geblieben. Wir haben noch mehr oder weniger oft via ICQ (das gab es damals noch) und Skype gechattet und uns auf dem Laufenden gehalten. Heute schreiben wir noch ab und zu in WhatsApp.

Sportlich war Max zunächst im Tricking sehr aktiv und hat auch auch viele andere Sportarten ausprobiert. Neben dem Tricking hat er auch kurzzeitig für ein oder mehrere Tanzaufführung seiner Universität geübt und ist auch vor Publikum aufgetreten. Des Weiteren war Max 2014 für ein halbes Jahr auf Bali (Indonesien), um eine Auszeit vom Studium zunehmen und dem Surfen nachzugehen.

Nachdem Max sein Studium abgeschlossen hat und ein paar Monate (oder Jahre?) als Assistenzarzt im Krankenhaus arbeitete, entschied er sich Schauspieler zu werden. Dafür ist er dann nach Köln gezogen um dort an der renommierten Schauspielschule zu lernen. Mit seinem besten Kumpel dreht er seitdem kurze Clips und Kurzfilme, deren Humor ich nicht so ganz verstehe. Die Filme sehen aber trotzdem sehr gut aus! Ich hoffe, dass er so seine Bekanntheit steigern kann, um irgendwann den Durchbruch in die Filmwelt zu schaffen.

Ich hoffe natürlich, dass wir es doch noch irgendwann schaffen, uns mal wieder zu treffen!

… Max (2)

Max aus Berlin, alias Neu-Max, blieb nach unserer Abreise noch einige Wochen in China und trainierte fleißig weiter Kung Fu. Leider sind wir nicht allzu gut in Kontakt geblieben. Wir haben die erste Zeit zwar über Skype geschrieben und er hat mir ein paar Neuigkeiten aus China mitgeteilt, aber im Großen und Ganzen war es das auch.

Durch diverse Soziale Medien, über die wir verbunden sind, habe ich aber immer Mal wieder etwas von ihm und seinem Werdegang erfahren. Eines seiner Highlights (für mich) war auf jeden Fall seine mehrmonatige Reise nach Neuseeland. Den Fotos nach zu urteilen war er auf mehreren Trekking-Touren und schoss dabei unglaubliche Fotos von der Natur und Landschaft.

Mit der Karriere als Betreiber einer Kung-Fu-Schule hat es wohl nicht geklappt (vielleicht auch besser so), dafür aber hat er sein Studium der Sportwissenschaften durchgezogen und ist jetzt Sportlehrer an einem Gymnasium.

Achja, sehr sportlich ist er scheinbar immer noch! Zumindest macht es so den Eindruck, von dem was ich so mitbekomme. Vielleicht sehe ich ihn eines Tages mal wieder.

... Tobias

Was wurde aus Tobias? Das ist eine gute Frage, die mich tatsächlich bis heute beschäftigt. Tobias hat China relativ kurzfristig und für mich etwas unerwartet, jedoch nachvollziehbar, verlassen, da er wochenlang Probleme mit seinem Magen-Darm-Trakt hatte. Dies machte sich durch praktisch permanenten Durchfall bemerkbar, so dass am Ende auch kein Training mehr möglich war. Zudem sah Tobias kurz vor seiner Abreise auch nicht besonders gut aus. Er war sehr blass und hatte schon ein relativ eingefallenes Gesicht, da er viel Gewicht verloren hatte.

Als er sich im Internet Café von Jiaozuo verabschiedete, habe ich gar nicht richtig realisiert, dass er kurz darauf wirklich weg sein würde. Irgendwie haben wir es auch verpasst, unsere Kontaktdaten auszutauschen, so dass ich leider, und das finde ich wirklich schade, keinen Kontakt zu Tobias mehr habe. Ich weiß nicht einmal mehr seinen Nachnamen. Ich habe nach meiner Reise oft und lange versucht ihn ausfindig zu machen, indem ich das ganze Internet, Foren und Soziale Medien durchkämmt habe. Auch die anderen Leute aus China habe ich nach seinen Kontaktdaten gefragt. Bis heute habe ich leider keinen Anhaltspunkt.

Alles an das ich mich noch erinnern kann ist, dass er aus Bayern kommt, sein Vater Arzt ist, er vorher Taekwondo gemacht hat und sehr christlich eingestellt war. Das ist selbst in der heutigen Zeit noch zu wenig, um ihn ausfindig zu machen. Ich habe mich jedenfalls gut mit ihm verstanden und hoffe, dass er zuhause schnell wieder fit geworden ist.

Ich gebe die weitere Suche nach ihm aber noch nicht gänzlich auf! Die Hoffnung stirbt zuletzt.

(Tobias: Falls du das hier lesen solltest, bitte melde dich bei mir![8])

[8] http://kungfu-china.de/kontakt/

Nachwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

meine Geschichten aus China sind nun zu Ende. Ich hoffe euch hat das Lesen gefallen und ihr konnten einen kleinen Einblick in mein Leben, meine Gedanken und Erlebnisse zwischen Juni und September des Jahres 2010 bekommen. Und natürlich auch in den zugehörigen Ereignissen in den Monaten danach.

Auch wenn mir das Schreiben meiner Tagesberichte früher aufgrund von Müdigkeit oder Unlust teils sehr schwergefallen ist, so bin ich heute dennoch froh, es kontinuierlich durchgezogen zu haben. Denn beim Lesen meiner eigenen Berichte kommen die Erinnerungen sehr gut und detailliert aus dem Gedächtnis wieder – und es sind schöne Erinnerungen! Denn obwohl meine Reiseberichte sehr ausführlich sind, so enthalten Sie nicht alles, was ich damals erlebt habe. Einige Momente fehlen, weil ich Sie lieber für mich behalten wollte und andere, weil sie im Alltag schlicht untergegangen sind oder so banal gewesen sind, dass ich mir das aufschreiben aufsparte. Doch beim Lesen fallen mir viele dieser Momente wieder in den Kopf.

Das Aufpolieren und Ergänzen meiner Berichte für diese „10-Jahre-danach-Fassung“ viel mir auch heute Mal nicht gerade leicht. Irgendwie ist das Schreiben von Texten eine Hassliebe von mir. Das weiß ich spätestens wieder, seit den vielen Hausarbeiten im Studium. Aber das Gefühl, am Ende diesen langen Text zu da stehen zu sehen und zu wissen, dass es endlich geschafft ist, macht vieles wieder wett. Zumindest wenn das Feedback von anderen Menschen entsprechend ausfällt. Für meine Reiseberichte war es das auf jeden Fall. Der Zuspruch und die interessierten Kommentare von Familie und Freunden sowie vielen alten und neuen Bekanntschaften aus dem Internet, war die größte Motivation für mich, das „Ding“ durchzuziehen.

Sollte ich in den nächsten Jahren ein ähnliches Abenteuer antreten, würde ich es wieder ganz genau so machen und meine Familie und Freunde mit einem Blog auf dem Laufenden halten. Ich verabschiede mich nun von Ihnen bzw. dir und sage auf Wiedersehen!

Das nächste Abenteuer kommt bestimmt!

Thomas

Kontakt

Wenn ihr mit mir Kontakt aufnehmen wollt, gibt es folgende Möglichkeiten:

- Ihr schreibt mir eine E-Mail an

  info@kungfu-china.de

  oder

  thomasroessler@gmx.de

- Ihr hinterlasst mir einen Kommentar auf meinem Blog unter www.kungfu-china.de und ich antworte euch öffentlich im Kommentarbereich
- Ihr hinterlasst einen Kommentar mit hinterlegter E-Mail-Adresse auf meinem Blog und ich schreibe euch eine E-Mail zurück
- Wer meine privaten Kontaktdaten hat, kann es natürlich auch auf diesem Weg versuchen 😬

Ich beantworte gerne alle Fragen zu China, Kung Fu, der Schule und natürlich zu meinen Reiseberichten. Selbstverständlich könnt ihr, über die oben genannten Kontaktmöglichkeiten, auch Lob und Kritik zukommen lassen. Ich freue mich auf eure Nachrichten!

Stand: 17.06.2020

„Es ist besser, zehntausend Meilen zu gehen als zehntausend Bücher zu lesen und es ist besser, zehntausend Freundschaften zu schließen als zehntausend Bücher zu lesen.“

Liu Yi, chinesischer Schriftsteller