

Kampfkünstler aus Leidenschaft

Rainer Grytt und der Budo-Sport: eine Symbiose der Superlative

Von Lars Kattner

TWISTRINGEN. Zunächst deutet rein gar nichts darauf hin, dass sich in diesem Haus in Twistringen etwas Besonderes verbergen könnte. Der Vorgarten ist gepflegt, weder im Flur noch anderswo im Erdgeschoss gibt es Anzeichen, dass sich hier ein – man kann es fast nicht anders sagen – Kampfsport-Verrückter aufhält. Verrückt im positiven Sinne, denn sobald man die Treppe Richtung Dachgeschoss betritt, nimmt sie einen unweigerlich gefangen: die Welt von Rainer Grytt.

Unzählige Urkunden, Erinnerungsfotos, Fachbücher und Andenken aus der ganzen Welt zieren die Wände und den Boden. An die kleine Sitz- und Arbeitsecke schließt sich ein eigener Dojo, ein etwa 30 Quadratmeter großer, mit Matten ausgelegter Übungsraum an. „Für spezielle Übungen und Extra-Training vor wichtigen Prüfungen“, sagt Rainer Grytt.

Der 62-Jährige ist ein wandelndes Kampfsport-Lexikon. Und nicht nur das, er ist Sportler durch und durch. Seine Graduierungen sind beachtlich: 8. Dan im Jiu-Jitsu, 6. Dan im Sambo (der nicht-Wettkampf-Variante), 1. Dan im Judo. Ob noch etwas fehlt? „Nicht so wichtig“, sagt Grytt, denn mit den eigenen Erfolgen nimmt er es nicht so genau. Seine Mission ist eine andere: Er möchte die Kunst seines Sports weitergeben,

Werte vermitteln und die lange Tradition am Leben erhalten.

Seit seiner Bundeswehrzeit hat ihn die fernöstliche Kampfkunst, angefangen mit Judo, nicht mehr losgelassen. Seit Mitte der 1970er Jahre ist er aus der Judo-Sparte des SC Twistringens nicht mehr wegzudenken. Heute sind zudem die Budo-Sportarten Taekwondo und Aikido im Angebot. Und ganz neu dabei: Kyujutsu, das japanische Kriegsbogenschießen. „Ich lasse mich gerade ausbilden und will eine neue Gruppe aufbauen“, sagt Grytt. Wie sollte es auch anders sein – Stillstand ist in seinem Leben ein Fremdwort.

Im kommenden Jahr aber, so der ursprüngliche Plan, wollte er es eigentlich etwas ruhiger angehen lassen. Mit Betonung auf wollte. Denn die Begeisterung für den Sport hat ihm dann doch einen dicken Strich durch die Rechnung gemacht. USA, Schweiz, Irland, Russland, Finnland, Portugal und Dänemark heißen die Stationen, die bis jetzt auf dem Terminplan stehen. „Ich habe die volle Entscheidungsfreiheit und kann tun und lassen was ich will. Das genieße ich.“ Wobei es in den meisten Fällen dann doch auf das Tun und nicht das Lassen hinausläuft.

Und so hat Rainer Grytt bei seinen unzähligen Stationen als Lehrmeister bei den unterschiedlichsten

Veranstaltungen viel gesehen. „Durch den Sport bin von Japan bis Hawaii weit herumgekommen“, sagt er nicht ohne einen gewissen Stolz in der Stimme. „Sechs Jahre in Folge war ich in Sri Lanka, in Dubai wurde ich von einer Fachzeitschrift für eine Technik-Serie am Strand fotografiert, gerade komme ich aus der

Schweiz zurück, wo ich mich mit einem ehemaligen Karate-Weltmeister getroffen habe.“ Sein Lieblingsland, wenn es so etwas überhaupt gibt, sind allerdings die Vereinigten Staaten. Weniger aus sportlicher oder kultureller Sicht, sondern aus familiären Gründen. „Wenn ich dort bin, kann ich Lehrgänge gleich mit Urlaub oder Besuchen bei Verwandten verbinden“, erklärt Grytt.

Aber was macht ein Mensch wie Rainer Grytt eigentlich, wenn er nicht zwischen Flugzeug, Dojo und Hotel pendelt? Er kümmert sich um die Budo-Szene vor der eigenen Haustür und in Deutschland. „Neben meiner Trainer-tätigkeit beim SC Twistringens leite ich aktuell ein Projekt an der Grundschule am Markt. Dort gibt es einen Jiu-Jitsu-Grundkurs für die ganz Kleinen.“ Um den Nachwuchs muss sich

Twistringens, das so wieso schon als Budo-Hochburg bezeichnet werden kann, also keine Sorgen machen.

Ach ja, und Präsident der Deutschen Jiu-Jitsu Union ist Grytt natürlich auch. Seit 17 Jahren. Und ein Ende seines Engagements ist noch lange nicht abzusehen. Zum einen ist Rainer Grytt so fit wie der oft zitierte Turnschuh, zum anderen ist der Budo-Sport auch für Menschen in hohem Alter geeignet. „Der älteste Teilnehmer an einem meiner Kurse war über 80 Jahre alt. Eine Grenze nach oben gibt es nicht, selbst für Anfänger.“ Die Vorteile des Sports



BEI Rainer Grytt sieht es aus wie in einem Museum.

Foto: Kattner

sind auch für Außenstehende schnell ersichtlich. „Jeder, der Budo-Sport betreibt, bekommt schnell ein ganz anderes Auftreten. Selbstsicher, aufrechter, mit viel mehr Körperspannung. Auch Ärzte, Orthopäden und Lehrer empfehlen es. Denn so gelangt man viel seltener in eine Opfer-Rolle.“ Zum Glück, so Grytt, musste er sein Wissen noch nie in einem Notfall anwenden. „Aber ein guter Budoka kommt auch selten in gefährliche Situationen. Er erkennt automatisch, wann er sich besser zurückziehen sollte. Auch das ist Teil der Philosophie, die dahinter steckt.“ Eine Philoso-

phie, die auch seine Schüler in aller Regel schnell verinnerlichen. „In all den Jahren, die ich als Lehrer dabei bei, musste ich erst fünf Kinder aus einem Kursus werfen. Die wollten nur etwas lernen, um sich auf der Straße besser prügeln zu können.“

Der enorme Einsatz des Twistringens ist natürlich auch in seinem engmaschigen, weltweiten Netzwerk niemandem entgangen. Und so wurde Grytt im vergangenen Jahr eine ganz besondere Ehre zuteil. Er wurde in den Stand des Ritters des Orders of St. Georg erhoben. Eine Auszeichnung für sein bisheriges Le-

benswerk.

Ein Leben ohne die Kampfkunst wäre für Rainer Grytt wohl ebenso unvorstellbar wie das Leben an Land für einen Fisch. Es ist ganz einfach seine Welt. Und doch gibt es etwas, das ihm noch wichtiger ist. Das verrät ein Blick auf den Boden seines Dojos unter dem Dach.

Auf den Matten verteilt liegen ein Autoteppich, Teile einer Holzseisenbahn und anderes Spielzeug. „Das ist von meinen beiden Enkelkindern. Sie sind die einzigen, die das hier liegen lassen dürfen.“ Mehr Liebe geht wirklich nicht.