

# «Ich will einfach nur mein Bestes geben»

## Eine Münsingerin nimmt an den Chin-Woo-Kung-Fu-Meisterschaften teil

In der Lachenhalle in Thun finden am kommenden Sonntag die 4. Chin-Woo-Kung-Fu-Meisterschaften statt. Mit dabei ist auch Therese Rutschi aus Münsingen.

Jackie Zwahlen



«Schon als Kind war ich von den asiatischen Kampfkünsten fasziniert», erinnert sich die 26jährige Therese Rutschi aus Münsingen. Zu verdanken habe sie dies wohl ihrer Mutter. «Sie war ein Kulturfreak und interessierte sich vor allem für den Fernen Osten», erzählt Therese Rutschi. Vor rund vier Jahren nahm die kaufmännische Angestellte erstmals an einem Einführungskurs teil. Seither kann sie sich ein Leben ohne Kung Fu nicht mehr vorstellen. Weshalb sie sich aus dem breiten Angebot an asiatischen Kampfsportarten gerade Kung Fu ausgesucht hat, kann die aufgestellte junge Frau ohne lange nachzudenken erklären. «Ich finde, es ist die geeignetste Kampfkunst für Frauen, weil sie sanft, harmonisch und vielseitig ist.»

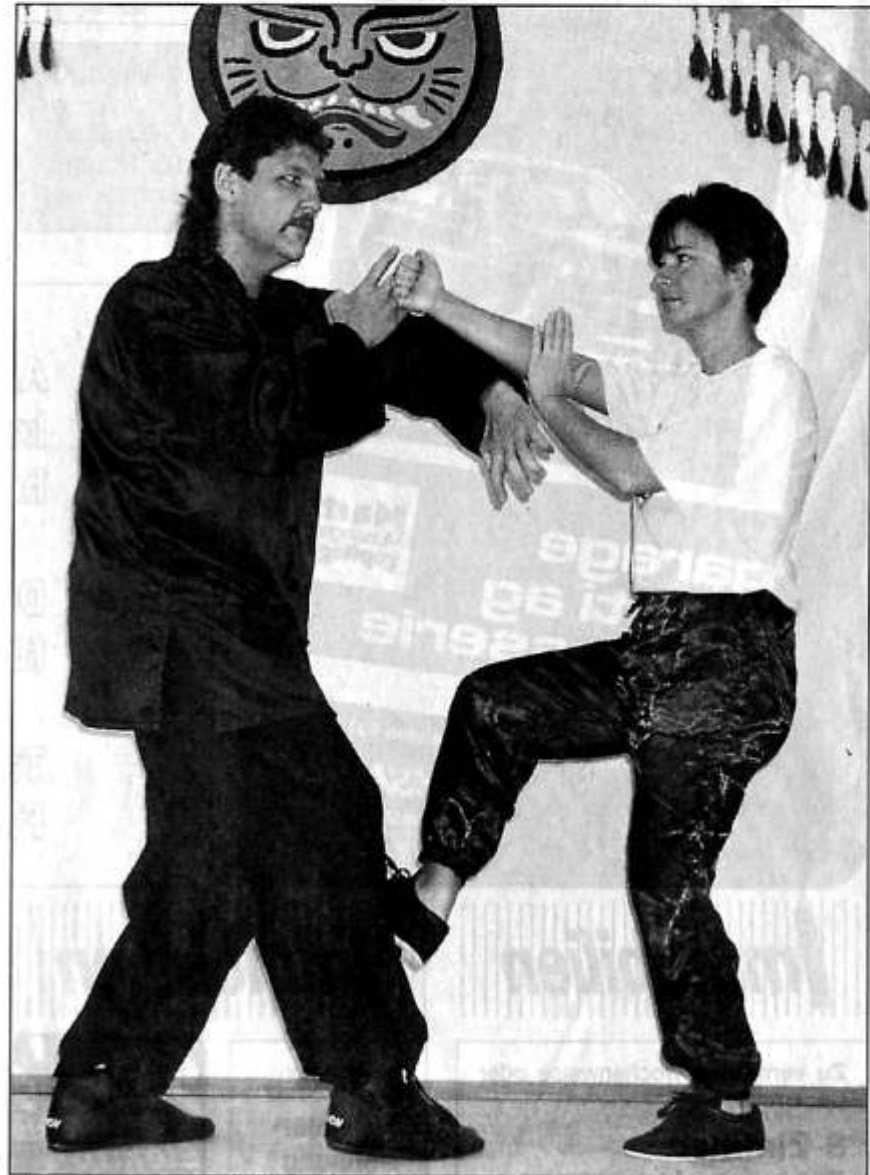
### Körper und Geist schulen

«Wer sich seriös in den asiatischen Kampfkünsten übt, kommt unmöglich an den philosophischen Aspekten vorbei», so Therese Rutschi. Denn bezeichnenderweise gelte es, nicht nur den Körper, sondern

gleichsam auch den Geist zu schulen. Konkret bedeutet dies für Therese Rutschi, dass sie darum bemüht ist, selbstkritisch, tolerant und offen zu sein. «Man macht sich mehr Gedanken und probiert, sich das Wesen von Yin und Yang immer wieder vor Augen zu führen.» Dazu sei allerdings ein guter Lehrer nötig. «Mein Lehrmeister Walter Borter gibt mir viel Gutes mit auf den Weg», schwärmt Therese Rutschi. «Er ist wirklich wie ein Vater für alle. Wir sind eine grosse Familie.» Dadurch, dass sie Kung Fu betreibt, sei sie aber nicht zum Buddhisten geworden, sondern bleibe dem christlichen Glauben treu. «Jede Religion hat etwas Gutes.»

### Am Ball bleiben

Zwei- bis dreimal pro Woche trainiert die Münsingerin in Steffisburg Kung Fu und ergänzt ihre Fitness im klubeigenen Krafraum. Im Hinblick auf die kommenden Meisterschaften absolviert sie zusätzliche Trainings. «Zudem wurden wir in diversen Outdoor-Trainingslagern ein bisschen getrimmt.» Was erhofft sich Therese Rutschi vom Thun-Cup? «Ich will einfach nur mein Bestes geben. Zu gewinnen erwarte ich nicht», erklärt die philosophische Sportlerin. Der Wettkampf solle Spass machen. Sich mit anderen zu messen diene dazu, festzustellen, wo man stehe. Es gibt jedoch ein Ziel, das Therese Rutschi verfolgt: Sie will, was den Sport anbelangt, am Ball bleiben. «Da ich willensstark bin, wird mir das nicht sehr schwer fallen.»



Therese Rutschi schätzt die väterliche Betreuung durch Walter Borter, ihren Lehrmeister in der asiatischen Kampfkunst. Bild: jzh.