

# Das feministische Dojo

---

Veronika Springmann und Jennifer Evans

Das feministische Dojo ist ein Raum, der in den 1970er Jahren gegründet wurde, um Frauen\* die Möglichkeit zu geben, feministischen Kampfsport zu erlernen. Queere, Trans\* und queer-feministische Sporträume sind in historischer Perspektive, aber auch aktuell Orte, die Platz und Gelegenheit bieten für die Auseinandersetzung um queere Identitäten oder Identitätsbildungen, über Gesundheit, ein positives Körperverständnis, Gemeinschaft, Freundschaft und Sexualität. Im deutschen Kontext sind diese Räume bisher kaum Gegenstand historischer Untersuchungen geworden.<sup>1</sup> Das aber zu verändern lohnt sich, da – wie Alison Rooke bereits 2007 konstatierte – gerade angesichts der Heteronormativität von Sportkultur queer-feministische Vereine ihren Mitgliedern die Möglichkeit boten, einen »verkörperten Ausdruck« aufzubauen, der sich explizit heteronormativen Anforderungen entzog.<sup>2</sup> Diese Räume stellten dominante gesellschaftliche Normen in Frage, sie setzten aber auch neue Normen, die es in entsprechenden künftigen Studien zu analysieren gilt.

Heidi Eng bezeichnet diese Räume als »Gegenorte« (*counter sites*) innerhalb heteronormativer Sportstrukturen.<sup>3</sup> Damit knüpft sie an Michel Foucault an, der solche Orte als Heterotopien bezeichnet, als »Orte, die sich allem anderen widersetzen, und sie in gewisser Weise sogar auslöschen, ersetzen, neu-

---

1 Aus ethnologischer Perspektive wird dagegen zum queeren Sport geforscht. Zum Berliner Verein Vorspiel e.V. liegt eine ethnologische Studie vor, die aber vor allem das Fußballspiel in den Blick nimmt. Stefan Heissenberger, *Schwuler\*Fußball. Ethnographie einer Freizeitmannschaft* (Bielefeld: transcript, 2018); Corinna Schmechel, *Auspowern und Empowern? Eine Ethnografie queerer Fitnesskultur* (Bielefeld: transcript, 2022): 278.

2 Alison Rooke, »Navigating embodied lesbian cultural space: Toward a lesbian habitus«, *Space and Culture* 10, Nr. 2 (May 2007): 231–252.

3 Heidi Eng, *Queer Athletes and Queering in Sport* (New York: Routledge, 2006), 49–61.

tralisieren oder reinigen sollen. Es sind gleichsam Gegenräume«. <sup>4</sup> Solche »Gegenorte« funktionieren als queer-feministische Anknüpfungspunkte, die explizit gegen heteronormative Sportkultur gegründet und etabliert wurden. <sup>5</sup> Wie wichtig Räume und deren Aneignung historisch und gegenwärtig für feministische Bewegungen sind, führt Lucie Depp in ihrer Geschichte des Feminismus aus, und betont dabei für die 1980er Jahre die Bedeutung der sogenannten autonomen Orte. <sup>6</sup> Dazu gehörte nicht nur das feministische Dojo, sondern auch das Frauenhaus. Beide Orte entstanden aus der Auseinandersetzung der Zweiten Frauenbewegung mit patriarchaler Gewalt gegen Frauen. <sup>7</sup> Feministische Selbstverteidigung wurde zu einer Praxis, um sich aktiv gegen Männergewalt zu Wehr zu setzen. Die Bezeichnung Dojo kommt aus dem Japanischen (Ort des Weges) und bezeichnet in der traditionellen Kampfkunst, also Kampfkünsten wie Karate, Judo oder Aikido den Raum, in dem das Training stattfindet. In den 1970er Jahren wurde in Kanada WenDo – Weg der Frauen – entwickelt <sup>8</sup>; WenDo beinhaltet Techniken zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung, die explizit von Frauen an Frauen weitergegeben werden sollten. <sup>9</sup> Wendo kam bereits in den 1980er Jahren nach Westdeutschland, und kann damit auch im Anschluss an Edward Said oder Angelika Wetterer als Beispiel für

- 
- 4 Michel Foucault, *Die Heterotopien. Der utopische Körper* (Frankfurt a.M.: Suhrkamp Verlag, 2005).
- 5 Heidi Eng, »We Are Moving Up Like a Hard-On!«: Doing Sex/uality in Sport«, *NORA: Nordic Journal of Women's Studies* 14, Nr. 1 (2006): 12–26.
- 6 Lucie Depp, *Feminisms. A Global History* (London: Pelican Books, 2020), 103, 135; zur Geschichte der Frauenhäuser in Berlin vgl. Jane Freeland, *Feminist Transformations and Domestic Violence Activism in Divided Berlin, 1968-2002* (Oxford: Oxford University Press, 2022).
- 7 Vgl. zur Neuen Frauenbewegung, Ilse Lenz, Hg., *Die neue Frauenbewegung in Deutschland. Abschied vom kleinen Unterschied. Ausgewählte Quellen* (Wiesbaden: Springer VS, 2010); Sven Reichardt, Siegfried Detlef, Hg., *Das Alternative Milieu. Antibürgerlicher Lebensstil und linke Politik in der Bundesrepublik Deutschland und Europa 1968-1983* (Göttingen: Wallstein Verlag, 2010); Peter Hacke, »Frauengewalt gegen Männergewalt. Die Neue Frauenbewegung und ihr Verhältnis zur Gewalt«, in *Feminismus in historischer Perspektive. Eine Reaktualisierung*, Hg. Feminismus Seminar (Bielefeld: transcript, 2014), 193-220.
- 8 WenDo im angloamerikanischen, eingedeutscht Wendo; deswegen benutzen wir für diesen Artikel diese Schreibweise.
- 9 Bärbel Düsing, »Wir sind Lesben, wir sind viele, und wir haben die Schnauze voll.« Lesben verteidigen sich selbst«, in *In Bewegung bleiben. 100 Jahre Politik, Kultur und Geschichte von Lesben*, Hg. Gabriele Dennert, Christiane Leidinger, Franziska Rauchut (Berlin: Querverlag, 2007) 195-197.

eine *travelling practice* der transnationalen Frauenbewegung gelesen werden.<sup>10</sup> Patricia Searles und Ronald J. Berger konstatierten bereits 1987, dass feministische Selbstverteidigung auch deswegen so radikal war, weil sie die Legitimität traditioneller Geschlechterrollen in Frage stellte.<sup>11</sup> Im besten Fall gelang es den Frauen, »[...] to develop a sense of their own self-worth, respect their own personal body space, recognize their right to protect and defend themselves.«<sup>12</sup> Das feministische Dojo kann als wegweisend für die Entwicklung und Ausdifferenzierung queerer Sporträume in Deutschland bezeichnet werden.<sup>13</sup>

Forschungen zu Frauen und Sport sowie dem Zusammenhang von Geschlecht und Sport betonen meist das Doing Gender des Sports.<sup>14</sup> Dem modernen Sport inhärent ist ein Widerspruch: Einerseits normiert Sport den Körper und klassifiziert diesen nach Geschlecht, Alter, Fähigkeiten sowie Disziplinen. Dabei reproduziert er das geschlechtlich binär konzipierte Ordnungssystem.<sup>15</sup> Andererseits aber liegt im Sport durchaus ein emanzipatorisches und ein queerendes Potenzial, wie es Henriette Gunkel und Olaf Stieglitz ausgehend von der Leichtathletin Stella Walsh oder Caster Semanya zeigten.<sup>16</sup> Das gilt auch für feministische und queere Bewegungsräume, in denen heterosexuelle und cisgeschlechtliche Normen von Geschlecht und

10 Edward Said sprach 1983 in einem Essay von *traveling theories*; aufgegriffen wurde dieses Konzept von der Soziologin Gudrun Axeli-Knapp in ihrem Aufsatz, »Traveling Theories: Anmerkungen zur neueren Diskussion über ›Race, Class, and Gender‹«, in *Im Widerstreit. Feministische Theorie in Bewegung*, Hg. Gudrun Axeli-Knapp (Wiesbaden: Springer VS, 2012), 403-427. Das lässt sich auch auf Feministische Praktiken übertragen: Beatrice Osdrowski, »wendo – Weg der Frauen\* Aktuelle Chancen und Grenzen feministischer Selbstbehauptung und Selbstverteidigung«, in *Feminismen heute Positionen in Theorie und Praxis*, Hg. Yvonne Franke, Kati Mozygamba, Kathleen Pöge, Bettina Ritter, Dagmar Venohr (Bielefeld: transcript Verlag, 2014), 325-335.

11 Patricia Searles and Ronald J. Berger, »The Feminist Self-Defense Movement. A Case Study«, *Gender & Society* 1, Nr. 1 (März 1987): 61-84.

12 Searles and Berger, »The Feminist Self-Defense Movement«, 70.

13 Diese Vorreiterrolle betont auch Corinna Schmechel in ihrer ethnographischen Studie zur queeren Fitnesskultur, Corinna Schmechel, *Auspowern und Empowern*.

14 Zum Konzept des Doing Gender vgl. Candace West, Don Zimmermann, »Doing Gender«, *Gender & Society* (1987): 125-151; Gertrud Pfister, »Doing Sport is Doing Gender« *Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis* 69 (2008): 13-31.

15 Anne Fleig, Kirsten Heinsohn, »Einleitung. Sport – Kult der Geschlechter« *Feministische Studien – Zeitschrift für Interdisziplinäre Frauen- und Geschlechterforschung* Vol. 30, Nr. 1, (2012): 3-11, 3.

16 Olaf Stieglitz, Henriette Gunkel, »Verqueerte Laufwege – Sport und Körper in Geschichtswissenschaften und Cultural Studies«, *Body Politics* 3 (2014): 5-20.

Körper in Frage gestellt wurden und werden. Berücksichtigt werden muss darüber hinaus, wie Aspekte des Sports als »integralem Bestandteil moderner Gesellschaften« diskursiviert werden, also in Zusammenhang gebracht werden mit anderen gesellschaftlichen Teilsystemen, wie Mode, Hygiene, Arbeit oder eben Körper sowie Sexualität.<sup>17</sup> Gesa Kessemeyer beispielsweise ging in ihrer Untersuchung der Frage nach, wie in den 1920er Jahren das Bild der Neuen Frau mit Sport und Sportlichkeit in Beziehung steht.<sup>18</sup> Die sportliche Praxis führt dazu, dass neue Räume erschlossen und Geschlechtergrenzen überschritten werden können,<sup>19</sup> wie es auch Birgit Palzkill in ihrer Studie über Lesben im Sport zeigte.<sup>20</sup> Zentrales Thema dabei ist immer wieder die Frage danach, wie und in welcher Weise, Sport und Bewegungskulturen in Anschluss an Foucault zu »Techniken des Selbst« werden.<sup>21</sup> Diesen Gedanken greift auch die Soziologin Imke Schmincke auf, wenn sie die zentrale Bedeutung des Körpers für die Zweite Neue Frauenbewegung in den Blick nimmt.<sup>22</sup> Dabei geht

- 
- 17 Anne Fleig and Kirsten Heinsohn, »Einleitung. Sport – Kult der Geschlechter«, *feministische Studien* (2012): 3-11, 3.
- 18 Gesa Kessemeyer, *Sportlich, sachlich, männlich. Das Bild der ›Neuen Frau‹ in den Zwanziger Jahren. Zur Konstruktion geschlechtsspezifischer Körperbilder in der Mode der Jahre 1920-1929* (Ebersbach: Wiesbaden, 2000); Anke Hertling, »Angriff auf eine Männerdomäne: Autosportlerinnen in den zwanziger und dreißiger Jahren« *feministische studien* 1 (2012): 12-31; Katie Sutton, *The Masculine Woman in Weimar Germany* (New York: Berg-hahn, 2011).
- 19 Vgl. dazu auch Eric Jensen, *Body by Weimar. Athletes, Gender and German Modernity* (Oxford: Oxford University Press, 2013).
- 20 Lotte Rose, »Körper ohne Raum. Zur Vernachlässigung weiblicher Bewegungs- und Sportwelten in der feministischen Körper-Debatte«, *feministische Studien* 20, Nr.1 (1992): 113-120; Birgit Palzkill, Heidi Scheffel, Gabriele Sobiech, Hg., *Bewegungs(t)räume, Frauenoffensive* (München: Frauenoffensive, 1991); Birgit Palzkill, »Zwischen Turnschuh und Stöckelschuh. Zur Entwicklung lesbischer Identität im Sport«, *Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis* 12, Nr. 25 (1989): 151-160; und weiter: Vgl. bspw. Getrud Pfister, *Sport im Lebenszusammenhang von Frauen. Ausgewählte Themen* (Schorndorf: Karl Hofman, 1999); *Fliegen – Ihr Leben: Die ersten Pilotinnen* (Berlin: Orlanda Frauenverlag, 1989).
- 21 Maren Möhring, »Die Regierung der Körper. ›Gouvernementalität‹ und ›Techniken des Selbst‹«, *Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History*, Nr. 3 (2006): 284-290.
- 22 Imke Schmincke, »Körper«, in *Doing Space while Doing Gender. Vernetzung von Raum und Geschlecht in Forschung und Politik*, Hg. Aenne Gottschalk, Susanne Kersten und Felix Krämer (Bielefeld: transcript, 2018), 63-76; Imke Schmincke, »Subjektivierung und (Körper-)politik – Zur Bildung des kollektiven Subjekts Frauenbewegung«, in *Jenseits*

sie von der These aus, dass der Körper innerhalb der zweiten Frauenbewegung ein zentrales Thema war, sei es in der Problematisierung von sexueller und sexualisierter Gewalt, der Auseinandersetzung mit Reproduktionstechnologien oder der Kritik an Schönheitsnormen. Die Forderung nach Selbstbestimmung setzte entsprechend an einem veränderten Verhältnis zum eigenen Körper an.<sup>23</sup>

## Selbstverteidigung für Frauen

Am 24. Januar 1976 wurde in West-Berlin der Verein »Selbstverteidigung für Frauen« (SVF) gegründet. Einige Frauen hatten bereits davor gemeinsam in den Räumen des Lesbischen Aktionszentrums (LAZ) trainiert.<sup>24</sup> Damit war der Grundstein gelegt für einen feministischen Raum, der sich in besonderer Weise für die körperliche Ausbildung von Frauen einsetzte. Es sollte ein Ort geschaffen werden, der Frauen und Mädchen die Möglichkeit gab, Selbstverteidigungstechniken zu erlernen. Diese Gründung war eng verzahnt mit der Auseinandersetzung mit Gewalt gegen Frauen innerhalb der zweiten Frauenbewegung und sollte entsprechend Raum für Empowerment geben. Diesem sehr spezifischen Ort folgten bald darauf weitere Gründungen, wie beispielsweise Schokosport in Berlin, Frauen in Bewegung in Frankfurt oder auch in Hamburg. Vereine mit einem breiteren Sportangebot folgten, wie der explizit schwul-lesbische Verein Vorspiel (1986) und schließlich Seitenwechsel (1988), beide in Berlin. Auch die feministische Frauenzeitschrift *Courage* interessierte sich für das Thema. In zwei Ausgaben erschien eine Serie zum Thema Selbstverteidigung, in der die langjährige Trainerin des SVF, Martha Schedilwy, Abwehrtechniken vorstellte: »Damit möchte ich Euch Frauen dazu motivieren, überall Selbstverteidigungskurse einzurichten. Für den Anfang ist es wichtig, daß sich Frauengruppen bilden, die von ihren körperlichen

---

*der Person. Zur Subjektivierung von Kollektiven*, Hg. Thomas Alkemeyer, Ulrich Bröckling und Tobias Peter (Bielefeld: transcript, 2018), 133-149.

- 23 Schmincke, »Körper«; Imke Schmincke, »Subjektivierung und (Körper-)politik«, 133-149.
- 24 Bärbel Düsing, »Wir sind Lesben, wir sind viele, und wir haben die Schnauze voll.«Lesben verteidigen sich selbst« in *In Bewegung bleiben. 100 Jahre Politik, Kultur und Geschichte von Lesben*, Hg. Gabriele Dennert, Christiane Leidinger, Franziska Rauchut (Berlin: Querverlag, 2007), 195-197.

Fähigkeiten ausgehen und gemeinsam trainieren.«<sup>25</sup> Gemeint damit war, dass niemand besonders fit oder sportlich sein müsse, um mit dem Training zu beginnen. In dem Artikel formulierte sie ein Credo der nun entstehenden feministischen Dojos: »Jede Frau ist dazu geeignet, jede Frau kann es lernen, sich zu verteidigen«. Empfanden sich viele Frauen bis dato als unsportlich, wurden sie im Kontext dieser feministischen Räume konkret angesprochen und ermutigt. Das veränderte nicht nur ihr Körperverständnis, sondern auch ihr Sportverständnis. In der Satzung des Vereins wurden die Ziele festgehalten, und dazu gehörten folgende:

»a) mehr körperliche Ausdrucks- und Aktionsmöglichkeit und ein erweitertes, anderes Verhältnis zum eigenen Körper.

b) sich als Frauen mittels SF [Selbstverteidigung] zur Wehr setzen zu können.«<sup>26</sup>

Schaut man\* sich an, wie sich die Frauen auf Fotos selbst in Szene gesetzt haben, dann wird genau das deutlich. Sie zeigten sich als kämpferisch, selbstbewusst, erotisch und verspielt.

Wie in diesen Räumen heterosexuelle und cisgeschlechtliche Normen mit Blick auf Geschlecht und Körper in Frage gestellt wurden, lässt sich sehr gut am Beispiel des SVF zeigen.

»Nicht nur im Schöneberger Verein Selbstverteidigung für Frauen gab und gibt es sehr viele Lesben. Fast alle Trainerinnen waren oder sind lesbisch. Für Lesben, die ihr Coming-out erlebten, und sich außerdem gegen Übergriffe auf der Straße wehren wollten, waren dies die vielleicht ersten lesbischen Vorbilder stark, unerschrocken, kämpferisch und einfach toll.«<sup>27</sup>

---

25 *Courage* 4 (1977): 8-9, 8. Der zweite Teil erschien in *Courage* 5 (1977): 24-25.

26 Schwules Museum (noch nicht verzeichnet).

27 Bärbel Düsing, »Wir sind Lesben«, 197.

Abb. 1: Titelblatt einer Broschüre des SVE.  
Undatiert, Schwules Museum.



Doch auch der Sport selbst und seine Normen im Hinblick auf Leistung und Kategorisierungen von Körpern wurden und werden in diesen Räumen neu verhandelt. Der Verein verstand sich als autonomes feministisches Projekt, aber eben auch als Ort in dem »[...] auf geniale und einmalige Weise Sport, SV [Selbstverteidigung] und Gruppenzusammenhang, geselliges Beisammensein und Freundschaft [...] verbunden sind,« wie es in einer Vereinsbroschüre hieß.<sup>28</sup> In seinem Selbstverständnis beschrieb sich der Verein als Gegenort zur »Gewalt gegen Frauen«, aber auch als »FrauenSPORTverein [sic!]«. Einige der Frauen nahmen an offiziellen Karatewettkämpfen teil: »Mit

28 Schwules Museum, Broschüre zum Verein, 3.

einigem Erfolg, wie die leicht deplatziert wirkende kleine Pokalsammlung auf unserem Büroschrank beweist.«<sup>29</sup>

Während sich der SVF zunächst als »Selbsthilfeprojekt für Frauen« verstand und die Räume »männerfrei« waren, wurden im Laufe der Jahre Diskussionen darüber geführt, von welchen Frauen die Angebote überhaupt wahrgenommen wurden; eingerichtet wurde ein Kurs für »Immigrantinnen, Schwarze und Jüdische [sic!] Frauen«.<sup>30</sup> Auch das Thema Ability/Disability wurde nicht ausgespart. Angeboten wurden Kurse für spezifische Zielgruppen, wie beispielsweise »Frauen in der Lebensmitte«, »Frauen mit sichtbaren und/oder unsichtbaren Behinderungen« sowie für »ImmigrantInnen und/oder Schwarze Frauen«. Das heißt, dass feministische/queere Debatten in den feministischen Sportraum hineingetragen wurden.

Anhand von Untersuchungen queerer Sporträume können Aussagen getroffen werden über erstens weibliches Empowerment in den 1970er-Jahren, zweitens über Aneignung und Besetzung von Räumen bestimmter Akteur\*innengruppen sowie über eine Reflektion von Körperregimen. Queere Sporträume können Orte für (Selbst-)Ermächtigung sein, aber es kann auch Spannungen darüber geben, welche Körper teilnehmen und sichtbar sein sollen. Das galt und gilt insbesondere für Trans\* Personen, die lange in diesen Räumen ausgeschlossen waren. Zwar kann Sport Heteronormativität und normative Geschlechterrollen in Frage stellen, aber schwule und lesbische Sporträume organisieren Teilnahme bis heute aufgrund binärer Trennlinien.<sup>31</sup> Gerade die Diskussion darüber, ob queer-feministische Dojos oder Sporträume offen für Trans\* Personen sind, führte zu schmerzhaften Diskussionen. Inzwischen sind fast alle dieser Räume offen.<sup>32</sup> Seitenwechsel öffnete sich 2012 für Trans\* Menschen, doch gibt es nach wie vor Vereine, die für Trans\* Personen verschlossen sind. Sport ist historisch gesehen konsequent an eine binäre Vorstellung von Geschlecht angelegt, und Frauen\* war lange zu einigen Sportarten der Zutritt verwehrt. Gleichzeitig bietet Sport – gerade durch seine Körperlichkeit – die Möglichkeit, Vorstellungen von

---

29 Ebd. 5.

30 Ebd. 45.

31 Ann Travers und Jillian Deri, »Transgender inclusion and the changing face of lesbian softball leagues«, *International Review for the Sociology of Sport* 46, Nr. 4 (December 2010): 488-507.

32 Vgl. beispielhaft »Über uns«, Boxgirls Berlin e.V., Zugriff 01. Juni 2023, <https://boxgirls.de/about-us/#geschichte>.



Geschlecht nicht nur zu reproduzieren, sondern zu unterlaufen und auch neu zu konzipieren. Sport kann Menschen einen Zugang zum eigenen Körper ermöglichen.<sup>33</sup> Wie die Debatten um Trans\* Körper im Leistungssport jedoch zeigen, bleibt die Frage hochumkämpft, in wie weit Sport emanzipatorische Gegenräume bieten kann oder ob die Spaltung zwischen hetero- und queer-feministischen Sporträumen und Welten bestehen bleibt.

---

33 Corinna Schmechel, *Auspowern und Empowern*, 278.

