

Seminar-Report 20. September 2008

Sui-Getsu-Dojo®



Motivierte Teilnehmer aus dem Karate Dojo Freiburg, dem Tae-Kwon-Do Club Memmingen, dem Judo/ Ju-Jutsu Club Greffern, dem Ju-Jutsu Club Freiburg und meine „alten“ Schüler Claudius und Bettina aus Kassel und Berlin.....

fanden sich zusammen, um 6 Stunden lange ein Intensiv-Training im Dojo Augen zu absolvieren.

Die Themen:

Vitalpunkte, ihre medizinische Auswirkung in der Selbstverteidigung und der daraus resultierenden Motorik des Angreifers um Techniken präzise einsetzen zu können.

Passive Widerstände und der Übergang in einen aktiven Widerstand eines Angreifers.

Rhetorik im Umgang mit einem renitenten Gegenüber und das beobachten der eigenen Reaktion, wenn der Angreifer statt eines Ausweises vielleicht doch plötzlich ein Messer zieht.

Meditation.



Da ich immer größten Wert auf ein ordentliches „aufheizen“ lege, war es danach um so leichter das Seminar mit unzähligen Technik-Wiederholungen zu spicken.



...und auch Frau zeigt was sie kann, wenn sie will.....



..gegenseitiger Fotografieangriff von Meister Wolfgang Wassermann und mir....

...weine nicht wenn der Hebel kommt, damm damm, damm damm....



Die Sache ist ernst, aber Spaß gehört dazu!



..und eine wohlverdiente Pause auch....



In vielen Kampfsportkreisen wird gerne der wirkliche realistische Aspekt einer Selbstverteidigungssituation nicht ausreichend bedacht. ...die Reaktionen des Gegenübers, verbale Attacken, die körperliche tatsächliche Reaktion nach einem Angriff.....

Maximale Energieentfaltung und trotzdem Energie sparen.....ein Paradoxum? Nein!



Oder Messerangriffe. 99% dieser Angriffe gehen durch....egal welche Graduierung Mann oder Frau hat... hat man eine reale Chance? Jein.....

Trotzdem sollte man die Reaktion auf Messerangriffe trainieren...die Häufigkeit der Anwendung von Messern bei echten Übergriffen ist gestiegen....

Bettina und Claudius bei dem Versuch mit diesem Thema umzugehen....

Angriff Florettstich mit sofortigem zurückziehen des Messers. Einerseits will man Abstand halten, andererseits muß man etwas tun um doch an den Angreifer heranzukommen. Erstes Ziel nicht, oder nur unwesentlich verletzt zu werden... Denn leichtverletzt kann man noch die Flucht ergreifen oder die Sache zu Ende bringen.



Bettina fegt den Angriffsarm aus der Stichrichtung und folgt dem zurückziehen unmittelbar mit einem harten Ellbogenschlag auf den Vitalpunkt „Binao“. Danach sollte man hinter dem Angreifer stehen um harte Schläge zum Kopf, oder schnelle Tritte in die Kniegelenke ansetzen zu können.....oder die Flucht.....



Auf jeden Fall hat es mir und meinen Schülern großen Spaß gemacht. Vielen Dank noch einmal für Euer motiviertes Mitmachen.

**Euer
Michael Stapel**