

Budo-Kampfsportschule-Starzach e.V.

Arnis Lehrgang in Börstingen

Modern-Arnis und Arnis-Klassik, die Mischung von Schlag und Schnitttechniken mit Stock und Schnittwaffen. Meister Christian Giesel 5.Dan aus Emmendingen war am Samstag, den 15.02. bei uns in Börstingen und verpackte Grundtechniken in interessante Anwendungskombinationen. Im ersten Lehrgangsteil wurden die 10 Doppelstockgrundtechniken aus dem Modern Arnis (Techniken mit od. ohne Stock). in der fließenden Anwendung geübt. Der zweite Teil gehörte dem-Arnis-Klassik, in dem hauptsächlich mit Klingenwaffen gearbeitet wird, Auch hier ging es um die Umsetzung der Grundtechniken aus dem Espada y Daga Programm in die freie Anwendung mit einem Partner. Hierbei kommt es vor allem auf fließende Bewegungsabläufe und auf richtige Distanzen an. Das Trainieren mit langen und kurzen Schnittwaffen ist gerade für die schnelle Änderung in der Distanz, ist nicht ganz einfach und erfordert schon einige Übung. Im 3. Teil zeigte Meister Giesel Möglichkeiten der Abwehr von Messerangriffen. Er betonte hier aber, die Messerabwehr schlechthin gibt es nicht. Beim Üben wurde daher schon immer der Übungspartner gewechselt um die großen Unterschiede schon da zu sehen.



Kleine Einblicke in das Training

3 Stunden sehr interessante und lehrreiche Stunden wieder mit viel Anregung fürs Training. Herzlichen Dank an Meister Christian für den tollen Lehrgang. Wir sehen uns in Braunschweig beim Dan-LG wieder.



Die Teilnehmer des Kombatan-Arnis Lehrgangs

Arnis-Kombatan, eine schöne fließende Kampfkunst, für jeden geeignet der bis ins hohe Alter trainieren möchte.

Trainingszeiten freitags von 19:30 bis 21:00 Uhr in der MZH Wachendorf oder Schulsporthalle Börstingen. Bitte vorher kurz anrufen 0173-9821533

Frank Jähne
BKS Starzach / Abt. Kombatan-Arnis

Am selben Tag war unser Trainer Volker Hipp in Fellbach (Stuttgart) um dort einen Lehrgang in Kyusho-Qigong-System zu geben. Darüber berichten wir in den nächsten Gemeindeboten!

... und so geht es bei uns weiter!

Nächste DOPPELEINHEIT 14.02.2020
Kyusho-Qigong-System - 13:00-15:00
Kombatan-Arnis - 15:15-17:15

KYUSHO & SYSTEMA SEMINAR
mit Großmeister Karsten Dam aus Dänemark
28.03. - 29.03.2020

Hier bekommst Du alles über unseren Verein beantwortet. volker.hipp@bujukai.de / www.bujukai.de