

SYSTEMA AKADEMIE AUGSBURG ANDREAS WEITZEL

Kampfkunst Kampfsport Selbstverteidigung Gesundheitsförderung

<http://www.rma-systema.de> <http://www.andreas-weitzel.info>

Frauentorstr. 25, 86152 Augsburg, Fon 0177 45 48 379

MESSER INTENSIV

AUGSBURG

DEUTSCHLAND

vom 03. bis zum 06. Juni 2010

Messer ist eine der gefährlichsten Nahkampfwaffen. Um sich effektiv gegen Messerangriffe verteidigen zu können, muß man die Struktur solcher Angriffe erkennen und verstehen, sich den Kampfgegebenheiten gut anpassen können, aber vor allem mit einem guten technischen, taktischen und psychologischen Arsenal ausgestattet sein. Dieses Seminar vermittelt eine einzigartige ganzheitliche Trainingsmethodik zur Schulung des Körpers und der Psyche für die Arbeit mit dem Messer und die Verteidigung dagegen.

Referent: [Andreas Weitzel](#)

Wo: Systema Akademie Augsburg, Frauentorstr. 25 (2. Stock), 86152 Augsburg

Wann:

Do., den 03. Juni 2010, 15.00 - 17.30 Uhr

Fr., den 04. Juni 2010, 09.30 - 12.00 Uhr und 15.00 - 17.30 Uhr

Sa., den 05. Juni 2010, 09.30 - 12.00 Uhr und 15.00 - 17.30 Uhr

So., den 06. Juni 2010, 09.30 - 12.00 Uhr

Seminargebühr: 150,- Euro (bar vor Ort), 10% Nachlass für Fördermitglieder

Voraussetzungen:

- Mindestalter 18 Jahre und nur nach Voranmeldung!

Themenbereiche:

- psychologische Aspekte des Messerkampfes
 - Tragen, Ziehen, Halten und Führen des Messers
 - Verteidigung gegen Messerbedrohungen
 - Verteidigung gegen Messerstiche und -schnitte
 - Schrittarbeit, Ausweichen, Kontrollieren der Waffe
 - Distanz, Winkelarbeit und Timing
 - Um- und Weiterleiten der Messerangriffe, Einschränken der Bewegungsfreiheit
 - Entwaffnungen mit Hilfe von Hebelgriffen
 - Entwaffnungen mit Hilfe von Schlägen und Tritten
 - Strategie, Taktik und Früherkennung von Messerangriffen
 - Kampfübungen
- und viel mehr...

Ausrüstung: Sportkleidung (z.B. T-Shirt und Sporthose), Hallenschuhe, Übungsmesser (Metall).

Übernachtung: In der Sporthalle (Duschmöglichkeiten sind vorhanden). Schlafsack bitte nicht vergessen! Unkosten: 5,- Euro pro Person.

Duschmöglichkeiten sind vorhanden.

Haftung: Der Veranstalter/Ausrichter/Referent übernimmt keine Haftung!

Anmeldung: seminare@rma-systema.de oder +49 (0) 177 45 48 379, Andreas Weitzel

Bequeme Online-Anmeldung

im Terminkalender von www.rma-systema.de