

**Andreas
Weitzel**



Messerkampf

der Altrussischen Kampfkunst SYSTEMA

Seminar

Um sich besser in verschiedenen schwierigen Situationen verteidigen zu können, verwendet man das Trainieren mit diversen Gegenständen im SYSTEMA. Das Messer ist eine der gefährlichsten Nahkampfwaffen, aber auch eins der effektivsten Selbstverteidigungswerkzeugen, wenn es darum geht Waffenangriffe abzuwehren. Aber am wichtigsten ist das Messer für uns als Trainingsgerät zur Schulung der Präzision, der Ökonomie der Bewegung und der Kampftaktik. Auf diesem Seminar werden das notwendige Wissen und Können für das Training und den Umgang mit dem Messer vermittelt.

Referent: Andreas Weitzel

Wo: SYSTEMA Akademie Augsburg, Elisabethstrasse 34, 86167 **Augsburg**

Wann: 23. und 24. Juni 2012

Seminargebühr: 70,- Euro (bar vor Ort)

Nachlässe: 10% für Fördermitglieder der SYSTEMA Akademie Augsburg

Seminar: Tag 1: **Grundlagen der Messerführung und des Messerkampfes**
Samstag, den 23. Juni 2012, Beginn 13.00 Uhr - Ende gegen 18.00 Uhr
Tag 2: **Strategie, Taktik und Technik des Messerkampfes**
Sonntag, den 24. Juni 2012, Beginn 10.00 Uhr - Ende gegen 15.00 Uhr

Themenbereiche:

- Halten und Führen des Messers
- Tragen und Ziehen des Messers
- Schrittarbeit und Bewegungsschule
- nonlethaler Messereinsatz in der Selbstverteidigung
- Messereinsatz gegen Waffenangriffe
- Strategie und Taktik des Messerkampfes

Ausrüstung: Sportkleidung (z.B. T-Shirt und Sporthose) , Hallenschuhe und Trainingswaffen (Stock, Übungsmesser aus Alu oder Holz, Kette)

Voraussetzungen: MINDESTALTER 18 Jahre!
Alle Interessenten sind willkommen. Stil- und Verbandsaffen.

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

Änderungen vorbehalten.

Um Voranmeldungen wird gebeten! Kontakttelefon: +49 (0)177 45 48 379

Online-Anmeldung auf www.rma-systema.de

TIP! Übungsmesser aus Holz kann man am Seminartag direkt vor Ort erwerben