

MATAR eV
c/o Fabian Förster
Warschauer Straße 82
10243 Berlin

www.matar-ev.de
hubud@gmx.net



Vereinslehrgang zum Thema Messerabwehr mit Christian Braun am 13.01.2008

Sehr zu unserer Freude konnten wir Christian Braun, Autor zahlreicher Fachbücher und DVDs, zu den Themen Selbstverteidigung, Ju Jutsu, Kali Arnis Eskrima und anderer aus dem Bereich Kampfkunst dazu gewinnen, einen Lehrgang zum Thema Messerabwehr zu halten.

Trotz der kurzfristigen Ankündigung fanden sich zwanzig Sportler aus verschiedenen Kampfkünsten ein, um ihre Kenntnisse im Umgang mit der außerordentlich gefährlichen Waffe zu vertiefen. Denn um die Chancen zu erhöhen, einen Messerangriff zu überleben, muss man sich erst einmal mit dieser Waffe beschäftigen. Schnell wurde allen Teilnehmern klar, dass ein Messerangriff höchst gefährlich ist, und die einzige Methode, einen solchen unverletzt zu überstehen in der Flucht besteht.



Der Einstieg und die Erwärmung bestanden aus Stressdrills zur Messerabwehr in moderatem Tempo und unter Verwendung der Angriffswinkel eins bis fünf.

Christian zeigte uns viele verschiedene Möglichkeiten, einen erkannten Angriff mit dem Messer zu blocken oder besser noch abzuleiten und anschließend den Angreifer zu entwaffnen. Besonders bei dieser Thematik wurde deutlich, dass mindestens eine Störtechnik unverzichtbar ist und eine Entwaffnung im Ernstfall nur selten gelingt.



Er legte großen Wert darauf, uns zwar die Gefährlichkeit eines Messerangriffes klar zu machen, aber nach erfolgter Entwaffnung beim eventuellen Folgeinsatz der Waffe daran zu denken, dass nunmehr wir die Bewaffneten sind und darauf zu achten haben, keine unangemessene Gewalt anzuwenden.

Zum Abschluss gab es noch Übungsdrills, die die Verwendung eines abgenommenen Messers als Mittel zur Selbstverteidigung gegen weitere Messerangriffe schulen.

Neben vielen hervorragend vermittelten Techniken und Drills, bei denen den Teilnehmern der Kopf sichtbar rauchte, kam trotz der ernsten Thematik der Spaß nicht zu kurz und alle verließen das Dojo mit guter Laune.

Eine besondere Freude war es, dass wir Gäste aus vielen verschiedenen Kampfkünsten hatten. So kamen Teilnehmer vom Ju Jutsu, Arnis-Eskrima-Kali, Tae Kwon Do, Kali Sikaran, und Antiterrorkampf. Dies hat uns umso mehr erfreut, da MATAR noch ein junger Verein ist und wir uns gerade das freundschaftliche miteinander Trainieren und voneinander Lernen verschiedener Kampfkunstsysteme zum Ziel gemacht haben.

Fabian Förster

