

Frank Burczynski

Forchheim / Kersbach - Frank Burczynski ist Lizenztrainer unter dem Bruce Lee Schüler Sifu Larry Hartsell und zu seinen Lehrern gehören u.a. Dan Inosanto (Jeet Kune Do), Erik Paulson (Shooto), Dave Gould (Lameco Eskrima), Richard Bustillo (JKD +Kali) und Gokor Chivichyan (Sambo). Frank Burczynski ist somit ein Lee Schüler der zweiten Generation. Er leitet die Jeet Kune Do Akademie Berlin und zählt zu den besten Selbstverteidigungsexperten Deutschlands.



Michael Kann, der Leiter des Bundesausbildungszentrum Progressive Self Defence System konnte Frank für einen Wochenendlehrgang in Kersbach verpflichten. Die Hauptthemen an diesem Wochenende waren die philippinischen Kriegskünste, das Jeet Kune Do und das Grappling. Am Samstag, den 27.10. ging Frank im ersten Teil auf die Filipino Martial Arts > Pekiti Tirsia Kali < und > Lameco Eskrima < ein. Bereits nach dem Warm Up galt es die ersten Blasen an den Händen zu versorgen. Neben Schlag- und Blocktechniken erläuterte er die Basisbeinarbeit für den Kampf mit den Stöcken. Der zweite Teil bestand aus einigen Konzepten des von Bruce Lee kreierten Jeet Kune Do. Frank Burczynski zeigte hier die Übergänge von der Weiten- zur Mittleren Distanz. Vor allem der Einsatz von Tiefen Tritten und Trapping Techniken im Nahkampf, sowie die Anwendung von Kettenfauststößen ließ er trainieren.

Am Sonntag, den 28.10. stieg Frank in das von Dan Inosanto kreierte philippinische Messerkampfsystem ein. Neben der Beinarbeit wurden leichte Übungsdrills trainiert um den Umgang mit der Waffe zu schulen. Frank Burczynski ließ es sich nicht nehmen in diesem Zusammenhang noch einmal die Wichtigkeit des Waffentrainings für die reale Selbstverteidigung herauszustellen. Er erklärte noch einmal eingehend, dass wenn sich jemand gegen eine Waffe zur Wehr setzen muss, er nicht darum herum kommt die Einsatzmöglichkeiten der jeweiligen Waffe selbst zu üben. Nur dadurch erkennt der Verteidiger die Schwachstellen des Waffenkampfes. Wobei dem Weglaufen immer der Vorzug zu geben ist! Der zweite Teil bestand aus dem Grappling. Nach einigen "Take Downs", dies sind Techniken um den Gegner zu Boden zu bringen, ging Frank, der selbst noch aktiv Boxkämpfe und Free Fights bestreitet, zum Bodenkampftraining über. Hier bewies er seine Meisterschaft und rang mit jedem Teilnehmer auf Wunsch selbst. Ohne Übertreibung kann man hier sagen, dass es niemanden gelungen ist Frank am Boden zu schlagen.



Alles in allem, war es ein Schweißtreibendes, aber mehr als gelungenes Wochenende für die mehr als 20 Teilnehmer aus Kersbach, Bad Hersfeld, Berlin, Adelsdorf, Bamberg und Würzburg. Frank stellte sich im Anschluss der einzelnen Tage den Fragen der Teilnehmer, so dass keine Wünsche übrig blieben, außer sich schnellst möglich wieder zu treffen.

In diesem Jahr wird die Lehrgangreihe, die für Interessenten offen ist (eine Mitgliedschaft ist also nicht erforderlich), mit Seminaren im brasilianischen Capoeira, Vollkontaktkickboxen mit dem mehrfachen Amateur und Profiweltmeister F. Mack, koreanischen Hapkido, der japanischen

Selbstverteidigung Goshin Jitsu, dem philippinischen Kali Sikaran und Escrima fortgesetzt. Info´s unter 0177-6160366 oder 09190-997882 - Montag bis Freitag in der Zeit von 09.00 - 15.00 Uhr oder per Email an m.kann@warriors.de - Homepage www.warriors.de
