

Nunchakulehrgang



Am 27. April fand wieder einmal ein Softnunchakulehrgang unter der Leitung von Michael Kann im Bundesausbildungszentrum des Progressive Self Defence System in Kersbach statt.

Auf dem Programm standen einfach Schlagübungen, Rückholschwünge und Handwechsel. Nachdem man die Handhabung dieser doch recht exotischen Sportwaffe mehr als zwei Stunden trainiert hatte wurde es ernst, denn als nächstes stand die Umsetzung der Techniken im Kampf auf dem Programm. Erst wurden die Techniken in Kampfsimulationen ausprobiert. Dabei standen vor allem Techniken im Vordergrund mit denen man seinen Gegenüber bereits in der langen Distanz effektiv abwehren kann. Dies bedeutet aber ebenso, dass die Teilnehmer die für den überfallartigen Angriff relevanten Techniken trainieren mussten. Als Abschluss wurde der Vollkontaktkampf inklusive Box-, Tritt-, Hebel-, Würge- und Wurftechniken mit Schutzausrüstung trainiert. Dabei stellten die meisten fest das es gar nicht so einfach war seine Waffe in der Hand zu behalten und mit den Füßen den Kontakt zum Boden nicht zu verlieren. Die meisten Kampfaktionen fanden letztendlich am Boden statt und da ist der Einsatz des Nunchaku doch nicht so einfach wie viele dachten.

Nach gut vier anstrengenden Stunden war der Lehrgang vorüber. Alle waren restlos vom Lehrgang begeistert und versprachen beim nächsten Event wieder dabei zu sein.

Bericht / Bilder – Sandra Gügel
