

Superstars des Budosports in Bremen

Am Samstag den 30.10.2010 fand der letzte Landeslehrgang in Bremen für dieses Jahr statt. Als Referenten konnten, in Zusammenarbeit mit unserem Kooperationspartner, der Jiu Jitsu Union Niedersachsen, zwei echte Superstars der Kampfsportszene gewonnen werden: Shihan Hugo Bleys (8. Dan) und Renshi Janick Dams (5. Dan) aus Belgien. Die beiden überzeugten die circa fünfzig aus ganz Deutschland angereisten Budosportler mit viel Esprit und Fachwissen. Als Thematik des Lehrgangs waren Waffentechniken mit der Spezialisierung auf Stock, Messer und Pistole vorgegeben.

In der ersten Einheit des Tages wurde die Abwehr gegen Stock durchgeführt.



Shihan Hugo Bleys, welcher 42 Jahre Kampfsporterfahrung besitzt erläuterte mit Renshi Janick Dams die vier Grundprinzipien des Jiu Jitsu. Einige der Punkte werden für viele Leser nichts neues sein. Aber sie seien trotzdem nochmal aufgeführt.

push and pull

Ziehen und drücken und dies wenn möglich gleichzeitig, die beiden Gegensätze ergänzen sich hervorragend, wie uns die Referenten eindrucksvoll demonstrierten.

flow

Der Kampfsportler sollte ständig in Bewegung sein, um sich optimal verteidigen zu können.

harmony movement

Jede Bewegung sollte in vollendeter Harmonie durchgeführt werden.

control

Der Sportler muss seinen Gegner(Partner) immer unter Kontrolle haben und darf diese nie verlieren.

Wer diese Prinzipien anwendet, kann die Kraft und plötzliche Power ebenso wie Hugo und Janick entwickeln.

Nach einer kurzen Pause ging es mit der Abwehr gegen Messer weiter.



Sollte eine Situation durch einen Messerangriff erfolgen, erläuterte Janick deutlich, dass es besser ist sprichwörtlich „die Füße in die Hand zu nehmen“. Wenn die Möglichkeit der Flucht nicht besteht sind die gezeigten Techniken der Referenten auf jeden Fall sehr hilfreich.



In der letzten Einheit ging es um die Abwehr gegen Pistole. Deutlich wiesen die Referenten auf die Schwierigkeit einer effektiven Verteidigung bei größerer Entfernung hin. Selbst bei geringem Abstand des Angreifers ist eine Abwehr nicht ohne erhöhtes Risiko möglich.



Unsere zweite Vorsitzende in Aktion.

JIU-JITSU

Landesverband Bremen e.V.
Oberledinger Str. 3, 28259 Bremen



Mitglied bei folgenden Organisationen:
Deutsche Jiu-Jitsu Union e.V.
Landessportbund Bremen e.V.



(v.l.n.r.: Janick Dams | Robert Kühn | Hugo Bleys)

Am Ende gab es lautstarken Beifall für diese großartigen Lehrer. Wir bedanken uns an dieser Stelle nochmals ganz herzlich bei Hugo Bleys und Janick Dams für einen hervorragenden Lehrgang und hoffen dass sie wieder einmal den Weg nach Bremen finden.

Außerdem möchten wir uns beim PSV - Bremen für die Zusammenarbeit bei diesem Lehrgang bedanken.

