

24.01.2012

# Bundestrainer begeistert Kampfsportler aus acht Vereinen

## Zwei Jahre philippinischer Kampfsport in Holzminden

Holzminden (r). Zum zweijährigen Bestehen der Doce Pares Eskrima Gruppe des MTV Altendorf fand ein dreieinhalbstündiger Kampfsportlehrgang statt. Geleitet wurde der Lehrgang vom Doce Pares Eskrima Bundestrainer Hubert Mayr. Unterstützt wurde er von Engelbert Wallek, einem erfahrenen Bielefelder Kampfsporttrainer. Engelbert Wallek ist Schwarzgurtträger im Doce Pares Eskrima sowie 5. Dan (Schwarzgurt) im Ju-Jutsu.

Die 50 Sportler kamen aus acht verschiedenen Kampfsport Vereinen und Schulen. Die weiteste Anreise hatten die Sportler aus Georgsmarienhütte in der Nähe

von Osnabrück. Aber auch zwei Vereine aus der Umgebung, folgten der Einladung des MTV Altendorf: der Budoclub Bodenwerder und der Yawara Ju-Jutsu Verein aus Neuhaus.

Männer und Frauen mit und ohne Kenntnisse im Bereich Kampfsport nutzten die Möglichkeit, Doce Pares Eskrima unter fachkundiger Leitung kennen zu lernen. Das Trainerteam demonstrierte eindrucksvoll, wie philippinische Kampfkunst und effektive Selbstverteidigung in Perfektion aussieht. Es wurde gezeigt und trainiert, wie man sich effektiv bewegen und zur Wehr setzen kann.

Anschließend wurden die demonstrierten Techniken in gut

strukturierte Übungen für die Lehrgangsteilnehmer umgesetzt, ohne die Teilnehmer durch zu viele neue Bewegungsmuster und Techniken zeitgleich zu überfordern.

Die während der Übungsphasen aufkommenden Fragen blieben auch nicht lange unbeantwortet, denn unter den Teilnehmern befanden sich noch sieben weitere Eskrima Trainer, die ihr Wissen an die anderen Sportler weiter gaben. Auch für eine Stärkung vor Lehrgangsbeginn und in den zwei Pausen war gesorgt. Die Gruppe des MTV Altendorf hatte für diesen Zweck eine kleine Cafeteria eingerichtet. Nach Lehrgangsende ging es dann mit dem Trainerteam

ins „Allersheimer Tor“, um dort das zweijährige Bestehen der

Eskrima-Gruppe in Holzminden zu feiern und den Lehrgang

noch einmal Revue passieren zu lassen.



Die Lehrgangsteilnehmer freuten sich über die gelungene Schulung.

Foto: TAH

# Altendorfer trainieren den Ernstfall

## Eskrima / Dreitägiger Lehrgang in Bielefeld

**Holzminden (r).** In Bielefeld fand das dreitägige europäische WKFS-Camp (World Knife Fighting Association) statt. An diesem nahmen Kampfsportler aus vier Ländern (Belgien, Holland, Polen und Deutschland) teil. Ausgerichtet wurde dieses außergewöhnliche Kampfsportereignis vom Kampfsportcenter Bielefeld. Die technische Leitung hatten Frans

Stroeven und Bram Hoogendoorn. Zwei sehr erfahrene holländische Kampfporttrainer, deren Lebensinhalt der Kampfsport ist und die ihr Wissen mit Begeisterung weitergaben. „Wenn ihr euch gegen einen bewaffneten Angriff erfolgreich zur Wehr setzen wollt, dann müsst ihr lernen und wissen, wie die Waffe funktioniert, mit der ihr angegriffen werdet

und ihre kleinen Schwächen kennen. Ihr müsst blitzschnell sein, ohne zu zögern, und habt sehr wahrscheinlich nur eine Chance“, so Stroeven.

Trainiert wurde an drei Tagen insgesamt 13 Stunden. Freitag drei Stunden und Sonnabend sowie Sonntag je fünf Stunden mit den Inhalten: Basiswissen, Grundlagen des Messerkampfes, Blöcke, Kontèr, Entwaffnung

sowie unterschiedlichste Übungsformen differenziert nach dem Wissen und Können der Teilnehmer.

An dieser sehr interessanten Möglichkeit, ihr Kampfsportwissen zu erweitern, nahmen auch fünf Eskrimadores des MTV Altendorf teil: André Lehmborg, Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder, Sven Ahlborn sowie Stefan Rössel.



Der Lehrgangleiter Frans Stroeven (Zweiter von links), die Teilnehmer des MTV Altendorf sowie der Bundestrainer des Doce Pares Eskrima Hubert Mayr (rechts im Bild).  
Foto: TAH

# MTVer auf Europa-Camp im Landessportzentrum

Drei Eskrimadores des MTV Altendorf legen vor höchster Prüfungskommission ihre Prüfungen ab

**Holzminden (r).** In Osterburg im Landessportzentrum Sachsen-Anhalt fand das alle zwei Jahre in Deutschland stattfindende Europa-Camp des Doce Pares Eskrima unter der Leitung von Frans Stroeven (6. Dan), Chef-Ausbilder für ganz Europa, und seinem sechsköpfigem Trainerteam statt. An diesem Camp nahmen 40 Sportler aus Deutschland, Frankreich, Italien und der Schweiz teil.

Darunter auch acht Eskrimadores des MTV Altendorf: Sven Ahlborn, Rüdiger Mendyk, Jörg Ohlbrock, Matthias Pooock, Stefan Rössel, Ralph Schönfelder, Leif Schregel sowie Karin Oberthür.

Trainiert wurde dreimal täglich zwei Stunden in unterschiedlichen Leistungsstufen in denen alle Inhalte des Doce Pares Eskrima anschaulich vermittelt und ausgiebig geübt bezie-

hungsweise trainiert wurden. Von taktischer Bewegungsschule bis zur Selbstverteidigung gegen Messerangriffe, von der Fallschule bis zum sogenannten Chaotraining, bei dem eine Person von mehreren Personen mit unterschiedlichsten Angriffen angegriffen wird und sich effektiv und schnell verteidigen muss.

Am Ende des fünften Tages stellten sich zehn Eskrimadores einer weiteren Prüfung, darunter auch Karin Oberthür, Matthias Pooock und Stefan Rössel des MTV Altendorf. Für Karin Oberthür und Matthias Pooock war es die erste Prüfung im Doce Pares Eskrima. Die drei Eskrimadores des MTV Altendorf legten vor der höchsten Prüfungskommission in Europa unter der Leitung von Frans Stroeven ihre Prüfungen mit einem wirklich guten Ergebnis ab.



Die Prüflinge des MTV Altendorf mit Prüfer Frans Stroeven. Foto: TAH



### 14 Eskrimadores trainieren beim Bundestrainer

Holzminden (r). 14 Eskrimadores des MTV Altendorf sowie 30 weitere Kampfsportler aus fünf Eskrima-Schulen und Vereinen haben an einem dreieinhalbstündigen Prüfungsvorbereitungslehrgang in Heeßen, nahe Bad Eilsen, teilgenommen. Ausgerichtet wurde der Lehrgang vom Doce Pares Schaumburg. Die technische Leitung hatte der Doce Pares Bundestrainer

Hubert Mayr. Er wurde unterstützt vom Trainer des Doce Pares Schaumburg, Marc Ebeling. Die Inhalte des Lehrgangs waren das nächsthöhere Prüfungsprogramm, waffenlose Selbstverteidigung gegen Stockangriffe sowie einige neue Bewegungsmuster, um die Fähigkeiten der Teilnehmer zu schulen und zu erweitern. Die Eskrimadores des MTV Altendorf

erlebten einen höchst interessanten Lehrgang und freuen sich schon auf ihre nächste Vereinsfahrt. Sie werden am nächsten Sonntag zum sogenannten Knife-Day nach Utrecht/Holland fahren. Dieser wird vom Frans Stroeven geleitet und war die letzten Jahre ein Highlight für alle Teilnehmer.

Foto: TAH

# Ein Wasserschaden kann die Kampfsportler nicht stoppen

Eskrimadores legen erfolgreich zweite Prüfung ab



Die Prüfungsteilnehmer des MTV Altendorf waren: Obere Reihe von links: Rüdiger Mendyk, Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder. Untere Reihe von links: Leif Schregel, Christian Clavecilla sowie Sven Ahlborn. Foto: TAH

**Holzminden** (r). Sechs Eskrimadores des MTV Altendorf haben ihre zweite Prüfung im Doce Pares Eskrima absolviert. Sie hatten sich viele Monate intensiv auf diese Prüfung vorbereitet und vier Wochen zuvor an einem Prüfungsvorbereitungslehrgang unter der Leitung des Bundestrainers teilgenommen. Auf diesem Lehrgang wurden ihre Fähigkeiten und Kenntnisse in den einzelnen Prüfungsinhalten überprüft, und zum Abschluss des Lehrgangs bekamen alle Holzmindener Teilnehmer die Zustimmung zur Prüfungsteilnahme.

Die Prüfung sollte ursprünglich um 19 Uhr im Kampfsportcenter Bielefeld beginnen, wurde aber aufgrund eines Wasserschadens um anderthalb Stunden nach hinten verlegt. Ein Starkregen hatte kurzzeitig das gesamte Erdgeschoss der Kampfsportschule unter Wasser gesetzt, so dass die Prüfung erst um 20.30 Uhr begann und zwei Stunden später endete.

Während dieser Zeit wurden die Fähigkeiten unter anderem

in den Bereichen Grundtechniken, Entwaffnungen, Schlag- und Schrittkombinationen und Formen überprüft. Den Abschluss der Prüfung stellte das Chaostraining dar. Beim Chaostraining ist der Prüfling von mehreren Angreifern umgeben und muss auf die unterschiedlichsten Angriffe, welche nicht abgesprochen sind, mit Blöcken, Kontern und Entwaffnungen reagieren, dies dient vor allem der Überprüfung des Reaktionsvermögens, der Schnelligkeit und der Kondition der Prüflinge. Durch das Chaostraining sollen die Eskrimadores auf den freien Kampf vorbereitet werden.

Die Prüfung endete für die Holzmindener Kampfsportler mit einem guten bis sehr guten Ergebnis. Sie haben alle ihre nächste Graduierung erreicht und der Prüfer sowie ihr Trainer waren mit den gezeigten Leistungen zufrieden.

Die Prüfungsteilnehmer des MTV waren: Rüdiger Mendyk, Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder, Leif Schregel, Christian Clavecilla sowie Sven Ahlborn.

20.12.2012

# Prüfung erfolgreich gemeistert

Eskrima / MTV Altendorf besucht Lehrgang in Bielefeld

**Holzminden** (r). Fünf Eskrimadores des MTV Altendorf sowie sechs weitere Kampfsportler aus Bielefeld und Georgsmarienhütte stellten sich ihrer ersten beziehungsweise einer weiteren Prüfung im Doce Pares Eskrima im Kampfsportzentrum in Bielefeld.

Während dieser Zeit wurden die Fähigkeiten der Prüflinge unter anderem in den Bereichen: Grundtechniken (mit und ohne Waffen), Entwaffnungen, Schlag- und Schrittkombinationen, Pratzentraining und Formen überprüft. Den Abschluss der Prüfung stellte das Chaostroaining dar. Beim Chaostroaining ist der Prüfling von mehreren Angreifern umgeben und muss auf die unterschiedlichsten

Angriffe, welche nicht abgesprochen sind mit Blöcken, Kontern und Entwaffnungen reagieren, dies dient vor allem der Überprüfung des Reaktionsvermögens, der Schnelligkeit und der Kondition der Prüflinge. Durch das Chaostroaining werden die Eskrimadores auf den Wettkampf sowie den freien Kampf vorbereitet.

Die Prüfung endete für die Holzmindener Kampfsportler mit einem wirklich guten Ergebnis. Sie haben alle ihre nächst höhere Graduierung erreicht, und der Prüfer war mit den gezeigten Leistungen der Holzmindener sichtlich zufrieden.

Die erste Prüfung bestanden erfolgreich: Kolja Behrens und

Florian Werner, die zweite Prüfung bestand erfolgreich: André Lehmborg, die dritte Prüfung bestanden erfolgreich: Andree Eisfelder und Rohit Patel.

Für alle Interessierten Sportler besteht die Möglichkeit Doce Pares Eskrima beim MTV Altendorf nach den Winterferien kennen zu lernen. Entweder im Trainingsbetrieb oder unter der Leitung des Bundestrainers beim Lehrgang: Stock, Messer, waffenlos am 19. Januar in Holzminden zum dreijährigen Bestehen dieser philippinischen Kampfkunst beim MTV Altendorf. Vorkenntnisse im Kampfsport sind für die Teilnahme am Lehrgang nicht erforderlich. Einzige Voraussetzung ist ein Alter von 18 Jahren.



Von links (hintere Reihe): Andree Eisfelder, Leif Schregel, Florian Werner, Stefan Rössel, Hubert Mayr. Vordere Reihe: Rohit Patel, Kolja Behrens und André Lehmborg.

Foto: TAH