

Street Grappling Seminar

Samstag den 26.11.2016

Verteidigung in der absoluten Nahdistanz! Was ist, wenn der Gegner Dich gepackt hat um Dich zu Boden zu bringen? Oder Du bist schon am Boden und der Angreifer steht direkt vor Dir? Oder ihr seid beide bereits hingefallen?

Dieses Seminar beschäftigt sich mit der Nahdistanz in der Flucht zunächst nicht mehr möglich ist und Distanz zum Gegner keine Option ist!

Themen:

- Restricted Striking – Wenn kein Platz für „kräftige“ Schläge ist
- Ground Survival – Was tun wenn ich am Boden liege?
- Street Grappling – Im Gegensatz zu „BJJ & Co.“ wollen wir nicht länger am Boden bleiben als absolut notwendig. Keine Haltegriffe...keine Kontrolltechniken....Schnell in den Stand!
- Body Manipulation – Bewegen des Gegners als Alternative zum Schlag oder als Vorbereitung für eine andere Technik
- Counter Grappling – Ansätze gegen den „klassischen Grappler“
- uvm.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

Wann: Samstag 26.11.16 12:00 – ca. 17:00 Uhr

Wo: Mudo Kwan Sportschule

Werner-von-Siemens-Straße 1, 25479 Ellerau

Kosten: 30,-€ Mudo Kwan / NSV Mitglieder

40,-€ Nicht – Mitglieder

Anmeldung: info@realitybased-online.de

Mehr Informationen unter: www.realitybased-online.de

