

Mixed Martial Arts

Wir bieten zusätzlich im RV Athen 1869 Freikampf, Waffenkampf, sowie Selbstverteidigung an.

Zur kurzen Erklärung der Begriff Freikampf bedeutet Kampf ohne Regeln, wobei in Stand- und Bodenkampf fast alle Techniken erlaubt sind. Das heißt, dass alle Schlag-, Hebel- und Wurftechniken miteinander kombiniert werden können.

Beim Waffenkampf geht es darum den Umgang mit traditionellen Waffen zu üben (hier natürlich mit Trainingswaffen zwecks Verletzungsgefahr). Angefangen vom Messer, Stock, Schwert, Schild, Speer, usw..

Im Bereich Selbstverteidigung geht es darum mit möglichst wenig Aufwand in jeder Situation bestehen zu können (also ideal auch für Frauen geeignet). Je mehr Intensität in die Angriffsaktion gelegt wird, umso mehr kann die Bewegung besser für sich, auch auf engstem Raum, genutzt werden.

Alle 3 Bereiche werden auch als Komplex trainiert und sind für jeden Jugendlichen und Erwachsenen geeignet, welcher sich für Kampfkunst/Sport interessiert. Das bedeutet Technik-, Kampf- und intuitives Training nach bestimmten Prinzipien.

Letzteres beschäftigt sich mit freien Angriffen, die ständiges Anpassen erfordern und aus jedem Geschehen heraus erfolgen können. Unabhängig davon welche Statur, wie viel Gegner es sind oder welche Vorteile dieser durch Waffen hat.

Jeder der schon Erfahrung hat, unabhängig von welcher Kampfsportart er kommt oder erst neu anfangen will, ist jeder Zeit willkommen. Solange jedem klar ist, dass wir ein Sportverein sind und jegliche Art von Gewalt außerhalb des Trainings ablehnen.

Wer gerne mehr wissen möchte nach welchen Kampfsportarten wir uns orientieren und trainieren, um mehr Informationen zu erhalten, so wären das Krabi Krabong, Bujinkan und Systema.

Für mehr Infos und Trainingszeiten bitte unter der Tel.: 0157 / 713 652 48 (Andreas) melden.

