

## **Wir schreiben Samstag, den 20.01.2018, Ort Emden Karate Dojo Sportivo.**

Der SV - Ausbilder des DKV Jürgen Kestner ist auf Einladung von Sven Burkard, ebenfalls DKV SV – Ausbilder, schon zum dritten Mal ins Sportivo gekommen.

Wir alle, eine überschaubare Gruppe von ca. 20 Teilnehmern, sind von dem SV Virus infiziert.

Am Abend zuvor haben, Sven Burkard, Carsten Benjamins, Nicole Klaaßen und ich Michael Spethmann, das Sportivo schon für den Samstag vorbereitet. Da stieg schon die Spannung darauf, was morgen wohl alles passieren sollte. Eines wussten wir, es würde ein Tag der „Messer – Angriffe“ werden.

Den Samstagvormittag hat Jürgen genutzt um uns mit diversen Übungen, z.B. Abwehr von geraden Schlägen und Schwinger Angriffen auf den Nachmittag vorzubereiten. Zwischendurch haben wir uns sogar die Augen verbunden, um die Reaktionen und unsere Fähigkeiten im Dunkeln nachzustellen. Zwischendurch kamen natürlich immer wieder wertvolle Tipps und Tricks von Jürgen, und wir konnten die eine oder andere Frage stellen, die er sofort in einer kleinen praktischen Übung erläuterte bzw. vorführte.

Am Nachmittag wurden wir dann auf die Messer - Angriffe vorbereitet. Übungen erstmal mit Kunststoffmessern standen auf dem Programm. Allen Teilnehmer wurde im Vorfeld gesagt, dass sie bitte „alte“ T-Shirts mitbringen sollten, weil wir im Laufe des Lehrganges mit roter Farbe agieren sollten.

Jetzt ging es zur Sache. In dem aufgebauten Szenario mit Tischen und Stühlen waren nun die Messer mit der roten Farbe im Einsatz. Erst eins zu eins Situation, dann im Laufe kamen immer mehr Menschen mit und ohne Messer in das Quarre, bis alle 20 Teilnehmer gegeneinander kämpften.

Jeder hat nun ein Verständnis von dem was Jürgen im Vorfeld als „Tunnelblick“ bezeichnet hat. Wir sollten im Gerangel dann auch den Überblick behalten, in dem wir „Messer, Messer, Messer“ rufen sollten, wenn man mit dem Kunststoffmesser angegriffen oder getroffen wird. Unser Gehirn hat vielen dann aber den Streich gespielt, das man erst beim gefühlt fünften Stich „Messer, Messer, Messer“ gerufen hat.

Ein Riesenspaß (!) aber auch sehr ernüchternd, was die Abwehrmöglichkeiten von Messer - Angriffen betrifft.

Ich glaube jeder weiß, dass die Angriffe gefährlich sind, aber das man so gar keine Chance hat, war mir nicht klar. Unsere T-Shirts waren an jeder Stelle übersät mit roter Farbe. Es gibt auch für erfahrene Kämpfer (fast) keine Chance unverletzt aus so einer Situation rauszukommen.

**Mein Rat:** bei der ersten Möglichkeit **Rennen, Rennen, Rennen** was dein Körper hergibt, und anschließendes Löschen aller YouTube Videos über „defense against knife attacks“!

Der ganze Tag war eine sehr, sehr interessante Erfahrung. Bei einem anschließend gemütlichen Essen haben wir dann den Tag Revue passieren und ausklingen lassen. Vielen Dank an Jürgen und Sven für den gelungenen Tag und das tolle Seminar.

Michael Spethmann