

Budocan Urban Defense

Am 20. und 21. August ludt der Budocan Frankfurt zum zweiten Mal zum Urban Defense Seminar ein. Gerne kam ich dieser Einladung nach, da sich mir hier die einmalige Möglichkeit bot, meine Fähigkeiten und trainierten Techniken in relativ realistischen Szenarien zu überprüfen. Also fuhr ich am Samstag mit drei meiner Schüler meines Vereins nach Frankfurt. Wie auch schon in 2009 wurde das Seminar an drei verschiedenen Orten abgehalten. Zuerst stand das „Speak Easy“ auf dem Plan, die letzte Hard-Rock-Kneipe in Sachsenhausen, danach ging es weiter zu „Dudek's Fun Park“, einem Schrebergarten der „etwas anderen Art“ in einer Laubenkolonie und zum krönenden Abschluß ging es in das Hallenbad der Dahlmanschule. Doch Stefan und Auge hatten sich ein weiteres Highlight für uns überlegt und veranstalteten am Sonntag noch für alle Teilnehmer und Interessierten ein Messerkampfturnier im Dojo des Budocan Frankfurt.

Tag 1: Aus dem Training in die Realität

Speak Easy:

Im ersten Teil des Seminars stellten sich die Teilnehmer den Kneipenszenarien. Zum Aufwärmen wurden zunächst verschiedene „Spielchen“ wie Slowfight, Bedrängung mit Prätzen, Aufstehen aus der Bodenlage usw. durchgeführt. Bereits nach kurzer Zeit stieg die Luftfeuchtigkeit auf gefühlte 99% an und der Sauerstoffgehalt sank ins Bodenlose. Schmerzhaft wurde mir bewusst, dass eine Auseinandersetzung in einer Kneipe höchste körperliche Fitness voraussetzt und das, obwohl das „Speak Easy“ frisch gelüftet und frei von Zigarettenqualm war.



Weiter ging es dann mit dem „Assassin“. Hier bekamen zwei der 12 Teilnehmer ein Übungsmesser, ohne dass die anderen davon wussten und griffen auf Pfiff wahllos alle an, die sich in ihrer Umgebung befanden. Dies war für mich wohl der ernüchterndste Moment des ganzen Seminars, da es mir unmöglich war, bei schlechter Sicht (Diskobeleuchtung, Nebel, Stroboskopleuchten) und lauter Musik einen überraschenden Angriff zu erkennen, geschweige denn abzuwehren. Standen die „Übeltäter“

erstmal fest, sah das schon anders aus und gemeinsam gelang es dann auch den Angreifer unschädlich zu machen. Doch wehe, man war das erste Opfer!

Zum Abschluss musste jeder Teilnehmer noch durch die „Geisterbahn“. Wer an der Reihe war, wartete so lange vor der Kneipe, bis die anderen Teilnehmer mit den unterschiedlichsten Aufgaben/Angriffen betraut waren und musste dann das „Speak Easy“ einmal durchqueren und wieder verlassen. Jetzt konnten einige Teilnehmer ihr verborgenes schauspielerisches Talent ausleben und liesen die Szenarien sehr real werden. Trotz der realitätsnahen Situationen, der schlechten Sicht, dem hohen Geräuschpegel und dem Umstand, dass eine Kneipe mit nichten den sicherheitstechnischen Vorgaben eines Dojos entspricht, kam es zu keinen Unfällen oder Verletzungen. Dafür gab es jede Menge „Aha“-Effekte und Adrenalin pur.

Dudek's Funpark:



Nachdem alle unbeschadet die Kneipenszenarien überstanden hatten, ging es weiter zu Dudek's Funpark, einem großen Gartengelände, das sich im Besitz eines bekannten Frankfurter Originals befindet, dem Dudek. Dieser hatte auch schon den Grill angeworfen und so konnten wir uns erstmal mit Steaks, Bratwürsten und leckeren Salaten stärken, bevor es weiter ging.

In der ersten Einheit unterrichtete Auge verschiedene Entwaffnungen von Pistolenangriffen bei naher Bedrohung. Hier erhielten die Teilnehmer eine sehr gute Einweisung in die Funktionsweise von Pistolen bzw. Revolvern und damit auch ein besseres Verständnis der Prinzipien der möglichen Abwehrhandlungen.

Bevor es dann mit dem Outdoor-Szenario weiterging, hatte Auge noch eine kleine Demonstration zur Wirkung von Klingenwaffen vorbereitet. Hierzu übte er mit den unterschiedlichsten Hieb- und Stichwaffen, Schnitte und Stiche an dafür vorbereiteten Schweinerückenspießen aus, die die anatomischen Eigenschaften eines menschlichen Oberarms simulierten und wir konnten uns von den gefährlichen Folgen solcher Attacken überzeugen.

Nun wurde die Teilnehmergruppe zweigeteilt und einzeln im Laufschrift auf einen Parcours mit fünf bis sechs Angriffssituationen geschickt. Um das Ganze noch etwas schwieriger zu gestalten und den Puls nach oben zu treiben, musste jeder Teilnehmer zuvor 20 Liegestütz und 20 Hock-Streck-Sprünge machen. Auf dem Parcours erwarteten uns dann die unterschiedlichsten Waffenangriffe mit Flaschen, Messern, Pistolen, Stöcken, mal frontal oder aus dem Hinterhalt, mal abgelenkt durch einen Komplizen uvm.

Bevor es dann zur letzten Einheit des Tages ins Schwimmbad ging, gab Auge noch eine weitere Trainingsstunde Pistolenabwehr.

Hallenbad der Dahlmannschule:

Zum Ausklang des Tages begaben wir uns ins Schwimmbad. Doch wer sich ein entspanntes Badevergnügen erhofft hatte, wurde jäh enttäuscht. Bei tropischen Wassertemperaturen ging es auch hier sofort körperlich anstrengend zur Sache.

Nachdem wir mit Tauchspielen und Wasserball aufgewärmt waren, zeigte Stefan uns sinnvolle Verteidigungen gegen verschiedene Umklammerungen und Würgeangriffe im Wasser. Anschließend wurden Rettungsmassnahmen wie das Abschleppen geübt, da ein vermeintlicher Angreifer im Wasser sich ja auch als Ertrinkender entpuppen kann.



Anschließend zeigten Stefan und Auge uns dann Tricks und Taktiken beim Verteidigen gegen einen oder mehrere Angreifer, die versuchten uns unter Wasser zu drücken. Doch bevor wir dies dann übten, sollte jeder Teilnehmer erstmal erfahren, wie sich eine „Nasenspülung“ anfühlte und dass kein Grund zur Panik besteht, sollte dies während einer Auseinandersetzung im Wasser geschehen.

Das Training im nassen Element war ebenfalls sehr lehrreich, aber wie auch schon die Einheiten zuvor sehr anstrengend. Und so genoss wohl jeder die Dusche nach ca. 8 Stunden realistischem SV-Training.

Zur erfolgreiche Teilnahme am diesjährigen Urban Defense Seminar erhielten wir dann von Stefan und Auge noch eine Urkunde und ein T-Shirt. Erschöpft aber stolz auf unsere Leistung liesen wir den Tag dann bei „Eppelwoi“ und deftigen frankfurter Spezialitäten ausklingen.

Als Resumee kann ich sagen, dass wir mit unserem Ju-Jutsu in Kombination mit dem Kalitraining schon sehr gut aufgestellt sind und auch „Lösungen“ für schwierige Situationen parat haben. Doch diese Techniken müssen auch hin und wieder in solch einem Szenariotraining auf den Prüfstand gestellt werden, zum einen um deren Praxistauglichkeit und zum anderen die eigenen Fähigkeiten zu testen. Denn leider laufen die Angriffe nicht immer so schön geordnet und übersichtlich ab, wie wir es vom regulären Training gewohnt sind.

Tag 2: Auf Messers Schneide

Am nächsten Tag fand das Messerkampfturnier im Dojo des Budocan Frankfurt statt. Doch bevor der eigentliche Wettkampf startete, wurden gemeinsam einige vorbereitende Übungen mit den Trainingsmessern durchgeführt, die den Umgang mit der Waffe aber auch die Verteidigung gegen selbige schulen sollten. Dies gab jedem Teilnehmer vorab schonmal die Möglichkeit mit seinen potentiellen Gegnern zu trainieren und Sparringkämpfe durchzuführen.

Dann war es endlich soweit. Das Turnier stand an und die Nervosität nahm langsam zu. Gekämpft wurde mit Farbmarkierungsmessern, die zuvor mit Lippenstift präpariert wurden. Wer zuerst 5 Treffer erzielte gewann das Match und kam eine Runde weiter, der Verlierer schied aus. Die Kämpfe waren durchweg schön anzusehen und auch wenn jeder natürlich versuchte zu siegen, wurde sehr fair und freundschaftlich miteinander umgegangen.

Im Finale stand ich dann Andrej gegenüber, der im Gegensatz zu mir keinerlei Erfahrung im Messerkampf hatte. Doch er war natürlich nicht grundlos ins Finale gekommen und ging auch sehr schnell mit zwei Treffern am Arm und Bein in Führung. Er machte es mir wirklich schwer meine Attacken ins Ziel zu bringen, da er sich hervorragend bewegte und auch schnell konterte. Am Ende gelang es mir dann doch, den Kampf 5 : 3 für mich zu entscheiden und ich konnte einen wunderschönen Pokal mit nach Fulda nehmen.

Auch am zweiten Tag des Seminars sammelten wir wieder sehr viele Erfahrungen. Für mich hat sich wieder einmal bestätigt, wie gefährlich ein realer Messerzweikampf wäre. Und dass selbst die beste Vorbereitung keine Garantie dafür ist, völlig unbeschadet aus einem solchen hervorzugehen.

Bevor wir den Heimweg antraten, stärkten wir uns noch beim „Italiener gegenüber“ und tauschten nochmal in gemütlicher Runde unsere Erfahrungen vom Wochenende aus. Vielen Dank an Stefan und Auge für die hervorragende Organisation und Durchführung des Seminars. Ich werde beim nächsten Mal bestimmt wieder dabei sein.

Wer Interesse hat ein solches Seminar zu veranstalten kann Stefan Lechthaler kontaktieren.