

Philippinische Kampfkunst beim MTV Altendorf

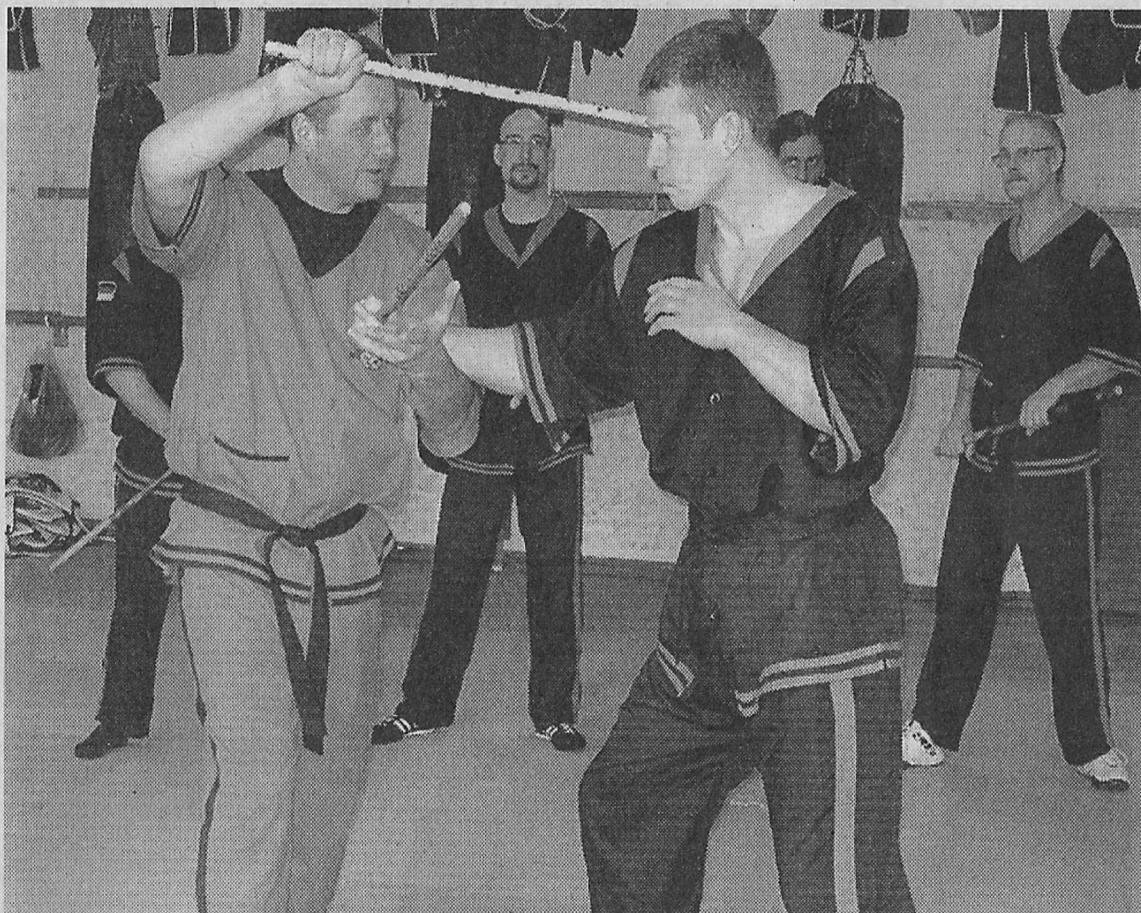
Doce Pares Eskrima startet mit Eröffnungslehrgang

Holzminden (r). Beim MTV Altendorf wird eine neue Kampfsportart angeboten. Der Name dieser Kampfkunst ist Doce Pares Eskrima und sie wurde 1932 von 24 Großmeistern auf den Philippinen entwickelt. Eskrima stammt von dem spanischen Wort Eskrima ab und bedeutet Fechten sowie Verteidigung mit und ohne Waffe. Zum Trainingsinhalt gehören Philippinisches Boxen, Bodenkampf, Tritte, Würfe, der Umgang mit dem Stock, dem Messer und die Verteidigung mit alltäglichen Gegenständen. Zu den praktischen Anwendungen und Techniken werden in einem abwechslungsreichen Training noch Koordination, Beweglichkeit, Kampfgeist sowie Selbstvertrauen geschult und gesteigert.

Gesundheitsfördernde Inhalte

Diese neue Sportart enthält viele sportliche und gesundheitsfördernde Inhalte, ist für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet und wird in Holzminden ab Anfang Januar unter der Leitung von Stefan Rössel beim MTV Altendorf angeboten. Das Mindestalter für die Teilnahme am Eskrimatraining ist 18 Jahre.

Eröffnet wird diese neue Abteilung des MTV Altendorf mit einem Eröffnungslehrgang unter der Leitung von Hubert



Eskrima-Bundestrainer Hubert Mayr und der Gruppenleiter des MTV Altendorf, Stefan Rössel, im Trainingsbetrieb.

Foto: TAH

Mayr, Bundestrainer des Doce Pares Eskrima, am Sonnabend, 16. Januar, von 14 bis 17.45 Uhr in der Turnhalle des MTV Altendorf an der Paulikirche in Holzminden. Er soll Neueinsteigern im Bereich Kampfsport und Kampfsportlern mit Vorerfahrung einen

Einblick in das Doce Pares Eskrima und die zukünftige Trainingsgestaltung in Holzminden geben.

Der reguläre Übungsbetrieb findet anschließend jeweils am Donnerstag in der Zeit von 18.30 bis 20.30 Uhr in der Turnhalle der Schule an der

Weser statt. Weitere Informationen über das Doce Pares Eskrima gibt es auf der Verbandswebseite: www.eskrimadeutschland.de, auf der Webseite des MTV Altendorf unter www.mtv-altendorf.de, oder telefonisch bei Stefan Rössel, 0151/24285822.



Eröffnungslehrgang ist ein voller Erfolg

Holzminden (r). Der Eröffnungslehrgang der neuen Doce Pares Eskrima Abteilung des MTV Altendorf war ein voller Erfolg. Fast 50 Männer und Frauen nutzten die Möglichkeit, Doce Pares Eskrima unter der Leitung von Bundestrainer Hubert Mayr und seinem Trainerteam kennenzulernen. Es wurden die Grundprinzipien dieser philippinischen Kampfkunst vermittelt. Trainiert wurde mit Stock und waffenlos. Es gelang dem Bundestrainer Hubert Mayr, der auch Erfahrungen in vielen anderen Kampfsportarten hat, über die gesamte Lehrgangsdauer ein interessantes und abwechslungsreiches Training zu gestalten. Der zukünftige Trainingsbetrieb findet jeweils donnerstags in der Zeit von 18.30 bis 20.30 Uhr in der Sporthalle der Schule an der Weser statt. Das Mindestalter für die Teilnahme am Eskrimatraining ist 18 Jahre. Foto: TAH

19.05.2010



Eskrimadores des MTV Altendorf beim Bundestrainer

Holzminden (r). Unter Leitung von Bundestrainer Hubert Mayr hat ein Doce Pares Eskrima-Lehrgang in Balve/Sauerland stattgefunden. Daran nahmen sieben Eskrimadores des MTV Altendorf teil, wobei die Grundprinzipien des Doce Pares Eskrimas (Philippinische Kampfkunst) vermittelt wurden. Die Teilnehmer trainierten mit Stock, Messer und waffenlos. Mit Erfahrungen in vielen anderen Kampfsportarten, gelang es Bundestrainer Hubert Mayr, über die gesamte Lehrgangs-

dauer ein vielschichtiges Training zu bieten. Der Trainingsbetrieb beim MTV Altendorf findet immer donnerstags von 18:30 bis 20:30 Uhr in der Sporthalle der Schule an der Weser statt. Dabei beträgt das Mindestalter für die Teilnahme am Eskrimatraining 18 Jahre. Weitere Infos über das Doce Pares Eskrima sind auf der Verbandswebseite: www.eskrima-deutschland.de, unter: www.mtv-altendorf.de oder beim Übungsleiter Stefan Rösse, 0151/24285822 erhältlich. Foto: TAH

13.07.2010

Schwerpunkt liegt beim Messerangriff

Eskrima / MTV Altendorf trainiert auf internationalem Lehrgang

Holzminden (r). In Utrecht/Niederlande fand ein internationaler Doce Pares Eskrima Lehrgang mit weit über 100 Teilnehmern aus Belgien, Deutschland, England, Holland und der Schweiz unter der Leitung von Franz Stroeven statt. Franz Stroeven trägt den 6. Dan im Doce Pares Eskrima und ist Repräsentant für Doce Pares Eskrima in Europa.

Die Schwerpunkte des Lehr-

gangs lagen in den Bereichen Verhalten und Reaktion bei Messerangriffen. Über einfache Annahmen des angreifenden Waffenarmes, bis hin zu Kontern und Entwaffnungen baute Franz Stroeven das gesamte Training gut strukturiert auf. Mit differenzierten Optionen für Anfänger und Fortgeschrittene forderte und förderte Stroeven die Teilnehmer entsprechend ihres Könnens.

Durch einfache aber effektive Entwaffnungen, sowie ein äußerst ökonomisches Bewegungsmuster begeisterte er alle Teilnehmer des Lehrgangs. An diesem Lehrgang, der aufgrund seiner Inhalte ein Mindestalter von 18 Jahren bei den Teilnehmern voraussetzte, nahmen auch neun Mitglieder der erst im Januar neu gegründeten Doce Pares Eskrima Gruppe des MTV Altendorf teil.



Die Teilnehmer des MTV Altendorf beim Lehrgang in den Niederlanden.

Foto: TAH



Eskrimadores trainieren in Bad Oeynhausen

Holzminden (r). Die Eskrimadores des MTV Altendorf trainierten mit vielen anderen Kampfsportlern und Mitarbeitern verschiedener Sicherheitsdienste unter der Leitung von Frans Stroeven für die Situationen im Leben, in die niemand kommen möchte. Frans Stroeven ist 6. Dan im Doce Pares Eskrima und Chef-Ausbilder im Doce Pares Eskrima für ganz Europa und wird von vielen Ländern mit der Ausbildung ihrer Polizei und Sicherheitseinheiten beauftragt. Bei diesem Lehrgang, der in der Kampfsportschule Tosan stattfand, vermittelte Frans Stoeven eindrucksvoll und sehr gut strukturiert wie man sich mit einfachsten Techniken unter der Zuhilfenahme von Alltagsgegenständen gegen einen überlegenen Gegner erfolgreich zur Wehr setzen kann.

Foto: TAH

Waffenlose Selbstverteidigung

Eskrimadores des MTV Altendorf trainieren in Antwerpen/ Belgien

Holzminden (r). In der Nähe von Antwerpen/Belgien fand im Sportzentrum Axion der Stadt Geel ein Fortbildungslehrgang der philippinischen Kampfkunst Doce Pares Eskrima unter der Leitung von Frans Stoeven (Chefausbilder im Doce Pares Eskrima für ganz Europa) und des belgischen Nationaltrainers Ivano Turelincky statt. Die Schwerpunkte dieses Lehrgangs lagen bei: Stock, Messer und waffenloser Selbstverteidigung sowie der Effektivität der angewandten Verteidigungstechniken.

An diesem fast vier stündigen Lehrgang mit circa 50 Teilnehmern aus Deutschland, Belgien und Holland nahmen auch fünf Eskrimadores des MTV Altendorf teil, um ihre Fähigkeiten und Kenntnisse im Doce Pares Eskrima zu verbessern und zu erleben mit welcher Perfektion man sich bewegen, reagieren und sich somit erfolgreich gegen einen Angreifer zur Wehr setzen kann.

Zum krönenden Abschluss bekamen die Eskrimadores aus Holzminden vom Lehrgangsleiter Frans Stoeven das Angebot für einen vergleichbaren Lehrgang Anfang nächsten Jahres nach Holzminden zu kommen.

Dieses Angebot nahmen die Sportler aus Holzminden natürlich gerne an und werden einen Lehrgang in Holzminden unter der Leitung von Frans Stoeven im Frühjahr 2011 in Holzminden ausrichten.



Die Lehrgangsteilnehmer des MTV Altendorf.

Foto: TAH



Eskrimadores legen auf Europa-Camp erste Prüfung ab

Holzminden (r). In Osterburg, im Landessportzentrum Mecklenburg-Vorpommern fand das alle zwei Jahre in Deutschland ausgetragene Europa-Camp des Doce Pares Eskrima unter der Leitung von Frans Stroeven 6. Dan und Chef-Ausbilder für ganz Europa und seinem Trainer-team statt. Sportler aus sechs verschiedenen Ländern nahmen teil. Trainiert wurde dreimal täglich zwei Stunden in unterschiedlichen Leistungsstufen. Von der Fallschule bis zu der Verteidigung gegen Messerangriffe und vom Wettkampftraining bis zum sogenannten Chaotraining bei dem eine Person von mehreren Personen mit unterschiedlichsten Techniken angegriffen wird. Am Ende des sechsten Tages nach 22 Stunden Training im Camp stellten sich 18 Eskrimadores einer weiteren Prüfung. Darunter auch Stefan Siebert und Fabian Schulz vom MTV Altdorf. Für die beiden Eskrimadores war es die erste Prüfung, die sie mit einem guten Ergebnis ablegten. Foto: TAH

Mehrmonatige Vorbereitung von Erfolg gekrönt

Eskrima / MTV Altendorf legt erste Prüfung ab

Holzminden (r). Sechs Eskrimadores aus Holzminden stellten sich nach mehrmonatiger Vorbereitungszeit ihrer ersten Prüfung im Doce Pares Eskrima.

Die Eskrimadores waren extra mit Trainer Stefan Rössel nach Bielefeld gereist, um dort ihre erste Prüfung beim Bun-

desprüfer Hubert Mayr abzulegen. Die Prüfungsinhalte waren unter anderem: Grundtechniken, Schlag- und Schrittkombinationen, Angriffe, Blöcke, Konter und Entwaffnungen mit wechselnden Gegnern (Partnern). Des Weiteren wurden ihre Fähigkeiten in den Bereichen: Kondition, Koordina-

tion und Konzentration überprüft.

Am Ende der zweistündigen Prüfung, in der alle Prüflinge gute Leistungen zeigten, konnten alle Teilnehmer ihre Prüfungsurkunde vom Bundesprüfer Hubert Mayr persönlich in Empfang nehmen.

Doce Pares Eskrima ist eine

philippinische Kampfkunst und beinhaltet den Kampf mit und ohne Waffen und wird seit Januar beim MTV Altendorf angeboten. Für das Erlernen dieser Kampfkunst wird ein Mindestalter von 18 Jahren vorausgesetzt und sie ist für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet.



Die erfolgreichen Eskrima des MTV Altendorf, von links: Trainer Stefan Rössel, Rohit Patel, Jörn Lönneker, Jörg Ohlbrock, Leif Schregel, Mirco Ci-mander und Bundesprüfer Hubert Mayr.

Foto: TAH