

Doce Pares Eskrima

Eine interessante, abwechslungsreiche philippinische Kampfsportart für alle interessierten Sportler mit einem Mindestalter von 18 Jahren.

Diese seit vier Jahren bestehende Abteilung des MTV Altendorf hat 50 Mitglieder. Frauen und Männer im Alter von 20-50 Jahren, die viel Spaß daran haben eine sehr abwechslungsreiche **philippinische Kampfkunst** zu erlernen und bei denen auch der gesellige Teil und die Hilfsbereitschaft nicht zu kurz kommt.

Drei Jahre philippinischer Kampfsport beim MTV Altendorf



Foto 1: Bundestrainer Hubert Mayr erläutert Konter und Entwaffnungen

Am 19.01.2013 fand zum dreijährigen Bestehen der Doce Pares Eskrima Abteilung ein 3 1/2 stündiger Kampfsportlehrgang in Holzminden statt.

Nach einer kurzen Begrüßung durch unsere Sportwartin, Katrin Schliephake, erlebten die fast 50 teilnehmenden Sportler unter der Leitung vom Doce Pares Eskrima Bundestrainer Hubert Mayr sowie Engelbert Wallek einem weiteren erfahrenen Bielefelder Kampfsporttrainer wie diese philippinische Kampfkunst in Perfektion aussieht. Männer und Frauen mit und ohne Kenntnisse im Bereich Kampfsport nutzten die Möglichkeit Doce Pares Eskrima unter fachkundiger Leitung kennen zu lernen.

Das Trainerteam demonstrierte eindrucksvoll wie philippinische Kampfkunst und effektive Selbstverteidigung in Perfektion aussieht. Es wurde gezeigt und trainiert wie man (Frau) sich effektiv bewegen und zur Wehr setzen kann.

Anschließend wurden die demonstrierten Techniken in gut strukturierte Übungen für die Lehrgangsteilnehmer umgesetzt, ohne die Teilnehmer durch zu viele neue Bewegungsmuster und Techniken zeitgleich zu überfordern.

Die während der Übungsphasen aufkommenden Fragen blieben auch nicht lange unbeantwortet, denn unter den Teilnehmern befanden sich noch 5 weitere Eskrima Trainer, die gerne ihr Wissen an die anderen Sportler weiter gaben.

Auch für eine Stärkung vor Lehrgangsbeginn und in der 30 minütigen Pause war gesorgt.

Die Gruppe des MTV Altendorf hatte für diesen Zweck eine kleine Cafeteria eingerichtet.

Nach Lehrgangsende ging es dann ins Allersheimer Tor, um dort das dreijährige Bestehen noch gebührend zu feiern und den tollen Lehrgang sowie die letzten 3 Jahre noch einmal Revue passieren zu lassen.

6. Dan im Doce Pares Eskrima in Holzminden



Foto 2: Frans Stroeven vermittelt eindrucksvoll mit Trainer Stefan Rössel wie effektive Kontertechniken aussehen

Am 14.04.2013 richteten wir einen Eskrima Lehrgang unter der Leitung des Chefausbilders für Europa Frans Stroeven in Holzminden aus.

Frans Stroeven ist 6. Dan im Doce Pares Eskrima und Repräsentant für das Doce Pares Eskrima in Europa und kann mittlerweile auf über 35 Jahre Kampfsporterfahrung zurück blicken. Er ist außerdem Ausbilder und hochgraduierter Schwarzgurtträger in weiteren

Kampfsportsystemen wie z.B. Doce Pares Multistyle, Inosanto-Kali, Wing Chun, Jeet Kune Do und WKFS (World Knife Fighting System).

An diesem Lehrgang nahmen 40 Sportler teil, die zum Teil eine weite Anreise auf sich genommen hatten und unter anderem aus Osnabrück, Lörrach und der Schweiz anreisten, um Frans Stroeven zu erleben und von ihm zu lernen.



Foto 3: Gruppenbild mit Teilnehmern und Trainern

Sponsor ermöglicht weiteren, allerdings vereinsinternen Lehrgang mit Frans Stroeven für die Eskrimadores des MTV Altendorf

Am 24.11.2013 richteten wir einen weiteren Kampfsportlehrgang unter der Leitung von Frans Stroeven und seiner Frau Leonora statt. Leonora Stroeven stammt aus einer der Begründer Familien des Eskrima und ist mit der philippinischen Kampfkunst aufgewachsen und hat es schon bis zur Formenweltmeisterin gebracht. Auch der Bundestrainer des Doce Pares Eskrima, Hubert Mayr ließ es sich nicht nehmen an diesem Event teilzunehmen, dass durch eine großzügige Spende für die Eskrimadores erst ermöglicht wurde, den dieses besondere Event war den Eskrimadores des MTV Altendorf vorbehalten.

Trainiert wurde 3 1/2 Stunden, verteilt auf 3 Einheiten mit Stock, Messer, Schwert und waffenlos. So dass jeder Teilnehmer auf diesem Lehrgang, sein Wissen und seine Fähigkeiten erheblich erweitern konnte und eindrucksvoll demonstriert bekam, wie Kampfkunst in Perfektion aussieht, denn schließlich standen für 20 Teilnehmer 3 hochkarätige, hilfsbereite Trainer zur Verfügung. Auch für eine Stärkung vor dem Lehrgang, sowie in den Pausen war gesorgt. Die Eskrimadores hatten mit der Unterstützung einiger Partner für diesen Zweck eine kleine Cafeteria eingerichtet.

Nach Lehrgangsende ging es mit dem Trainerteam noch gemeinsam in die Brücktorklausur, wo der Lehrgang bei einem guten Essen seinen Ausklang fand.

Fortbildung im In- und Ausland

Um ihre Kenntnisse und Fähigkeiten zu erweitern nahmen die Eskrimadores im Laufe des Jahres an einigen Fortbildungslehrgängen Bundes- und Europa weit teil wie z.B.:
17.-19.05.2013 Kampfsportwochenende im Kampfsportzentrum Bielefeld, 31.05.2013 Prüfungsvorbereitung unter der Leitung des Bundestrainers in Bielefeld, 09.06.2013 Teilnahme am Knifeday in Utrecht/ Holland, 14.12.2013 Teilnahme am OPEN MINDED Lehrgang in Gelsenkirchen mit den Inhalten: Doce Pares Eskrima, Krav Maga und Modern Arnis

Wettkämpfe:

Am 31.08.2013 wurde die Deutsche Meisterschaft im Doce Pares Eskrima in Bielefeld ausgetragen, an dieser nahm Fabian Schulz im Einzelstock teil.

Gurt-Prüfungen und Trainerausbildungen 2013

Im Laufe des Jahres 2013 gab es 3 Prüfungstermine, an denen die Eskrimadores eine Prüfung in Deutschland ablegen konnten.

Die Prüfung zum Grüngurt haben bestanden: Christian Clavecilla, Ernst-August Floto, Ralph Schönfelder, Fabian Schulz

Die Prüfung zum Gelbgurt haben bestanden: Nadine Schormann, Norbert Jacke, Marvin Küppers

Die erste Prüfung im Fachbereich Messer haben bestanden: Rüdiger Mendyk, Matthias Pooch

Die dritte Prüfung im Fachbereich Messer haben bestanden: Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder

Leif Schregel ist nach 2 jähriger Ausbildung beim Bundesverband, **geprüfter und zugelassener Trainer im Doce Pares Eskrima.**



Foto 4: Urkundenübergabe: Von links: Bundestrainer Hubert Mayr, Leif Schregel sowie Trainer Stefan Rössel

Der gesellige Teil kam im Laufe des Jahres auch nicht zu kurz. So organisierten die Eskrimadores unter anderem: 01/2013 einen gemeinsamen Abend im Allerheimer Tor zum dreijährigen Bestehen, 02/2013 Grünkohlwanderung, 03/13 Poller Burg Nachtwächterführung, 04/13 nach dem Lehrgang mit Frans Stroeven ging es gemeinsam in

die Brücktorklause, 05/13 Spalierstehen am Standesamt, 08/2013 Teilnahme am Schützenfest und natürlich wurde auch eine gemeinsame, sehr gesellige Weihnachtsfeier mit Weihnachtsmarktbesuch und anschließender Essen im Weserstübchen organisiert.



Foto 5: Spalierstehen bei der Hochzeit von Katja und Stefan Rössel

Hilfe beim Umzug von Vereinskameraden

Auch bei 2 Umzügen von Vereinskameraden fassten die Eskrimadores kräftig mit an.

Vorschau 2014:

Am 25.01.2013 zum vierjährigen Bestehen, wird die Eskrima-Abteilung einen Lehrgang unter der Leitung des Bundestrainers Hubert Mayr in Holzminden ausrichten. Die Inhalte werden sein Espada y Daga (Schwer bzw. Stock und Messer in Kombination), Prüfungsprogramm sowie Wettkampf vorbereitendes Training, den am 22.03.2014 werden wir das erste Mal einen bundesweit ausgeschriebenen Doce Pares Eskrima Wettkampf für Einsteiger und erfahrene Wettkämpfer in Holzminden ausrichten.

Den ersten: DOCE PARES ESKRIMA WESERBERGLAND-CUP

Weitere geplante Höhepunkte und Ziele in 2014 im Überblick:

23.-27.04.2014, Doce Pares Eskrima: 5 Tages-Camp in Luzern/ Schweiz unter der Leitung von Frans Stroeven

06.-08.06.2014, WKFS (World Knife Fighting System): 3 Tages-Camp in Bielefeld unter der Leitung von Frans Stroeven, 6. Dan

21.-25.07.2014, Doce Pares Eskrima: Eskrima-Camp unter der Leitung von Frans Stroeven in Utrecht/ Schweiz

15.12.2014, Doce Pares Eskrima: Wettkampf in Weißenhorn / Deutsche Meisterschaft

20.-24.10. 2014, Doce Pares Eskrima: Eskrima-Camp in Haachen/ Sauerland unter der Leitung von Frans Stroeven

Und natürlich wird auch der gesellige und familiäre Teil in 2014 nicht zu kurz kommen. Starten werden mit einem geselligen Abend nach dem Lehrgang mit unserem Bundestrainer in Holzminden.