

Doce Pares Eskrima

Diese nunmehr seit drei Jahren bestehende Gruppe des MTV Altendorf ist auf fast 50 Mitglieder angewachsen. 12 Frauen und 36 Männer im Alter von 19-53 Jahren, die viel Spaß daran haben eine sehr abwechslungsreiche **philippinische Kampfkunst** zu erlernen und bei denen auch der gesellige Teil nicht zu kurz kommt. Einzige Voraussetzung für die Teilnahme am Eskrima-Training, ist ein Mindestalter von 18 Jahren.



Trainingsteilnehmer vom letzten Training in 2012

Am 14.01.2012 fand zum **zweijährigen Bestehen** der Doce Pares Eskrima Gruppe des MTV Altendorf ein 3 1/2 stündiger Kampfsportlehrgang in Holzminden statt. Geleitet wurde der Lehrgang vom Doce Pares Eskrima Bundestrainer Hubert Mayr. Unterstützt wurde er von Engelbert Wallek einem erfahrenen Bielefelder Kampfsporttrainer. Engelbert Wallek ist Schwarzgurtträger im Doce Pares Eskrima sowie 5. Dan (Schwarzgurt) im Ju-Jutsu.

Die 50 teilnehmenden Sportler kamen aus 8 verschiedenen Kampfsport Vereinen und Schulen. Die weiteste Anreise hatten die Sportler aus Georgsmarienhütte in der Nähe von Osnabrück. Aber auch zwei Vereine aus der Umgebung, folgten der der Einladung des MTV Altendorf, dies waren der Budoclub Bodenwerder und der Yawara Ju-Jutsu Verein aus Neuhaus.

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.

Die während der Übungsphasen aufkommenden Fragen blieben auch nicht lange unbeantwortet, denn unter den Teilnehmern befanden sich noch 7 weitere Eskrima Trainer, die gerne ihr Wissen an die anderen Sportler weiter gaben. Auch für eine Stärkung vor Lehrgangsbeginn und in den zwei Pausen war gesorgt. Die Gruppe des MTV Altendorf hatte für diesen Zweck eine kleine Cafeteria eingerichtet. Nach Lehrgangsende ging es dann mit dem Trainerteam ins Allersheimer Tor, um dort das zweijährige Bestehen der Eskrima-Gruppe in Holzminden zu feiern und den tollen Lehrgang sowie die letzten 2 Jahre noch einmal Revue passieren zu lassen.



Lehrgangsteilnehmer am 14.01.2012 mit den Trainern Hubert Mayr und Engelbert Wallek

Das **kampfsportliche Highlight 2012** für die Eskrimadores aus Holzminden war die Teilnahme am alle 2 Jahre in Deutschland stattfindenden Doce Pares Eskrima Europa Camp in Landessportzentrum Sachsen Anhalt. Geleitet wurde dieses Kampfsportcamp von Frans Stroeven 6. Dan und Chef Ausbilder für ganz Europa und seinem 6 köpfigem Trainerteam. An diesem nahmen 40 Sportler aus Deutschland, Frankreich, Italien und der Schweiz teil.

Darunter auch 8 Eskrimadores des MTV Altendorf. Diese waren: Sven Ahlborn, Rüdiger Mendyk, Jörg Ohlbrock, Matthias Pooock, Stefan Rössel, Ralph Schönfelder, Leif Schregel sowie Karin Oberthür.

Trainiert wurde 3 mal täglich 2 Stunden in unterschiedlichen Leistungsstufen in denen alle Inhalte des Doce Pares Eskrima anschaulich vermitteln und ausgiebig geübt bzw. trainiert wurden. Von taktischer Bewegungsschule bis zu der Selbstverteidigung gegen Messerangriffe, von der Fallschule bis zum sogenannten Chaostraining bei dem eine Person von mehreren Personen mit unterschiedlichsten Angriffen angegriffen wird und sich effektiv und schnell verteidigen muss.

Am Ende des 5. Tages nach 24 Stunden Training im Camp stellten sich 10 Eskrimadores einer weiteren Prüfung im Doce Pares Eskrima. Da runter auch Karin Oberthür, Matthias Pooock und Stefan Rössel des MTV Altendorf. Für Karin Oberthür und Matthias Pooock war es die erste Prüfung im Doce Pares Eskrima. Die 3 Eskrimadores des MTV Altendorf legten vor der höchsten Prüfungskommission in Europa unter der Leitung von Frans Stroeven ihre Prüfungen mit einem wirklich guten Ergebnis ab.



Auf dem Foto von links nach rechts Karin Oberthür, Frans Stroeven 6. Dan Doce Pares Eskrima, Matthias Pooock und Stefan Rössel

Ein Zitat von Frans Stroeven:

Wenn ihr euch gegen einen bewaffneten Angriff erfolgreich zur Wehr setzen wollt, dann müsst ihr lernen und wissen wie die Waffe funktioniert, mit der ihr angegriffen werdet und ihre „kleinen“ Schwächen kennen. Ihr müsst blitzschnell sein, ohne zu zögern und habt sehr wahrscheinlich nur eine einzige Chance.

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 z.B.:

02/2012 Kampfsportwochenende in Balve/ Sauerland, 05/2012 Knifecamp in Bielefeld unter der Leitung von Frans Stroeven und dem Trainer der holländischen Vollkontakt Nationalmannschaft Bram Hoogendorn, 06/2012 Verbandslehrgang in Heeßen/ Bad Eilsen und Teilnahme am Knifeday in Utrecht/ Holland, 07/2012 Lehrgang mit Frans Stroeven in Bielefeld, 10/2012 Lehrgang beim Polizeisportverein Georgsmarienhütte sowie an einigen weiteren Fortbildungsmöglichkeiten mit dem Schwerpunkt Prüfungsvorbereitung im Laufe des Jahres.



Stefan Rössel, Christian Clavecilla, Ralph Schönfelder, Sven Ahlborn sowie Jörg Ohlbrock haben sich unter der Leitung ihrer Trainer intensiv mit der richtigen Selbstverteidigung bei Messerangriffen beschäftigt bzw. sich fortgebildet

Etwas ganz besonderes war auch dieses Jahr wieder die Teilnahme an einigen **Fortbildungsmöglichkeiten in Utrecht/ Holland** zu den unterschiedlichsten Inhalten des Doce Pares Eskrima wie z.B.: Schläge, Tritte, Hebel, Bodenkampf, Entwaffnungen, Pratzentraining um hier nur einige zu nennen.

Gurt-Prüfungen

Im Laufe des Jahres 2012 gab es 4 Prüfungstermine, an denen die Eskrimadores eine Prüfung in Deutschland ablegen konnten.

Die Prüfung zum Grüngurt haben bestanden: Andree Eisfelder und Rohit Patel

Die Prüfung zum Orangegurt haben bestanden: André Lehmberg, Rüdiger Mendyk, Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder, Leif Schregel, Christian Clacecilla sowie Sven Ahlborn.

Die Prüfung zum Gelbgurt haben bestanden: Kolja Behrens, Matthias Pooock, Karin Oberthür, Florian Werner

Die zweite Prüfung im Fachbereich Messer/ Verhalten bei Messerangriffen haben bestanden: Christian Clavecilla, Jörg Ohlbrock, Ralph Schönfelder, Sven Ahlborn.

Unser Verbandszeichen



Unser Verbandszeichen mit Ortsangabe entwickelt von den Eskrimadores des MTV Altendorf

Der gesellige Teil kam im Laufe des Jahres auch nicht zu kurz. So organisierten die Eskrimadores z.B.: 01/2012 einen gemeinsamen Abend im Allerheimer Tor zum zweijährigen Bestehen, 03/2012 Grünkohlwanderung, 06/2012 auch beim Sommerfest in Altendorf waren wir dabei, 07/2012 Brauereibesichtigung in Allersheim und natürlich wurde auch eine gemeinsame, sehr gesellige Weihnachtsfeier im Weserstübchen organisiert sowie eine gemeinsame Bahnfahrt zum Weihnachtsmarkt nach Goslar mit Partnern und Familie.

Vorschau 2013:

Im nächsten Jahr werden der Eskrima-Gruppe 4 Trainer bzw. Trainer in Ausbildung zur Verfügung stehen, um der regen Trainingsbeteiligung und den unterschiedlichen Elementen des Doce Pares Eskrima gerecht zu werden.



Auf dem Foto von links nach rechts: Stefan Rössel, Leif Schregel für den Bereich: Grundlagen, Jörg Ohlbrock für den Bereich: Messer bzw. richtiges Verhalten bei Messerangriffen und Fabian Schulz für den Bereich: Wettkampf.

Am 19.01.2013 zum dreijährigen Bestehen, wird die Eskrima-Gruppe einen Lehrgang unter der Leitung des Bundestrainers Hubert Mayr in Holzminden ausrichten. Die Inhalte werden sein Einzel-Stock, Doppel-Stock, Stock- Messer in Kombination, waffenlose Selbstverteidigung sowie das richtige Verhalten bei Messerangriffen.

Weitere geplante Höhepunkte und Ziele in 2013 im Überblick:



Ein Ziel heißt: Wettkampfteilnahme unserer Eskrimadores

- April: 3 tägiger Lehrgang in Bielefeld zum Thema: Richtiges Verhalten bei Messerangriffen sowie ein 3 tägiger Lehrgang unter der Leitung eines 6. Dan in der Schweiz/ Luzern
- Mai: Lehrgang unter der Leitung des Bundestrainers in Heeßen/ Bad Eilsen
- Juni: Lehrgang in Bielefeld unter der Leitung von Frans Stroeven (6. Dan Doce Pares Eskrima)
- August: 5 tages Eskrima Camp in Utrecht/ Holland unter der Leitung eines hochkarätigen Danträger-Teams.
- November: 4 tages Eskrima Camp in Luzern/ Schweiz

Und natürlich wird auch der gesellige Teil in 2013 nicht zu kurz kommen. Starten werden wir mit einer Grünkohlwanderung Anfang des Jahres.