



Das sind **WIR**, eine interessante, effektive und abwechslungsreiche Kampfkunst, die ihren Ursprung auf den Philippinen hat und in der auch die Möglichkeit besteht an Wettkämpfen teilzunehmen. Sie beinhaltet einen hohen Anteil an Selbstverteidigung gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe, sowie gegen einen oder mehrere Angreifer. Sie wird beim MTV Altendorf seit mittlerweile 12 Jahren für alle interessierten Sportler, Männer und Frauen mit einem Mindestalter von 18 Jahren angeboten.

WIR freuen uns sehr, dass wir nach langer Zeit endlich wieder ein Kampfsportwochenende in Holzminden ausrichten konnten und dies dann von 30 Aktiven wahrgenommen wurde.

Das Teilnehmerfeld setzte sich zusammen aus Sportlern mit den Graduierungen von Neueinsteiger bis zum 3. Schwarzgurt.

Geleitet wurde dies von Frans und Leonora Stroeven, zwei Großmeister der philippinischen Kampfkünste. Die beiden haben einen großen Teil ihres Lebens auf den Philippinen verbracht und Eskrima im Herkunftsland den Philippinen studiert. Sie reisen seit vielen Jahren um die ganze Welt, um Seminare zu geben. Sie haben bereits Sondereinsatzkommandos der brasilianischen Militärpolizei und Teile verschiedener Armeen rund um den Globus ausgebildet.

Trainiert wurde am ersten Tag, Samstag von 12:00 – 16:30 Uhr, unterteilt in 4 Einheiten und am zweiten Tag, Sonntag von 10:00 – 14:00 Uhr unterteilt in 3 Einheiten.

Die Schwerpunkte lagen in den Bereichen: Einzelstock (Angriffe, Blocktechniken und Entwaffnungen), dem Fachbereich Messer/Verteidigung gegen Messerangriffe sowie dem „Espada y daga“. Als „Espada y daga“ bezeichnet man in den philippinischen Kampfkünsten den Kampf mit 2 Waffen, dem Stock und dem Messer. Ursprünglich war dies der Kampf mit Schwert und Dolch.



Unser Team mit den Seminarteilnehmern im November

Mit 10 unserer Sportler beim Eskrima Wochenende in Werdohl/Sauerland.

Nach sehr langer Zeit waren wir auch wieder bei unseren Sportsfreunden im Sauerland, für 2 großartige, sportliche Tage mit reichlich Prüfungsvorbereitung für die unterschiedlichsten angestrebten Graduierungen. Treffpunkt/Abfahrt war Samstagmorgen 5:45 Uhr vor der Bäckerei Klingenberg, Allersheimer Straße. Nach ca. 4 Stunden Fahrzeit erreichten wir unser dann unser Ziel. Es wurde Samstag von 10 - 15 Uhr und Sonntag von 11 - 14:30 Uhr in den unterschiedlichsten Bereichen der philippinischen Kampfkünste mit Stock, Messer und waffenlos trainiert. Dabei waren: Tasja, Kajetan, Marvin, Stefan, Ralph, Hakan, Frank, Norbert und Dirk. Eins ist sicher! Beim nächsten Sauerländer Eskrima Wochenende sind wir wieder dabei.



Wir beim Seminar in Werdohl/ Sauerland

Kampfsporttraining, Trainerfortbildung und Familienurlaub in der niederländischen Region Utrecht.

Für ein Wochenende war unser Trainer Stefan bei seinem/unserem Trainer Frans Stroeven zur Fortbildung im Sportcenter „ALL INN“ in Utrecht.

Unser Trainingsjahr unter CORONA.

Anfang Juli ging es endlich für uns als Kontaktsportler wieder richtig los, ohne Kontakteinschränkungen beim Training. Natürlich aber unter strenger Einhaltung der jeweils gültigen niedersächsischen Corona-Verordnung. Wir steigerten uns innerhalb von wenigen Wochen wieder von einer Trainingseinheit die Woche, auf drei gut besuchte Trainingseinheiten die Woche, die Ferienzeiten im Sommer und Herbst wurde nicht pausiert, sondern ohne Unterbrechung durchtrainiert. Ein großes Dankeschön hierfür an die Verantwortlichen unserer Sportstätten von Verein, der Stadt Holzminden und dem Landkreis Holzminden. Zur Erklärung, die von uns genutzten Sportstätten gehören/ unterliegen 3 verschiedenen Trägern/ Verantwortungsbereichen. Was die Organisation des Trainings nicht immer ganz einfach gestaltet.



Auf dem Foto von links nach rechts, obere Reihe: Ralph Schönfelder, Marvin Mittwoch, Tasja Duwe, Swenja Müller, Norbert Steins, Natalie Simoncini, Kajetan Nowak, Leonora Stroeven, Frans Stroeven, Stefan Rössel

Vordere Reihe: Hakan Celik, Heiko Beck, Bernd Lahme, Sascha-René Meier



Trainerfortbildung in Utrecht/ Niederlande

ESKRIMA-Prüfungen 2021

Alle angetreten Kampfsportler des MTV Altendorf konnten im November am Ende der ca. zweistündigen, schweißtreibenden Prüfung ihre Prüfungszertifikate vom Prüferteam entgegennehmen. Folgende Erfolge sind zu verzeichnen: Die Prüfung zum **Blaugurt** haben bestanden: Norbert Steins, Hakan Celik und Kajetan Nowak. Die Prüfung zum **Grüngurt** hat bestanden Bernd Lahme mit Prüfungspartner Frank Rössel. Die Prüfung zum **Orangegurt** haben bestanden: Natalie Simoncini und Sascha-René Meier. Die Prüfung zum **Gelbgurt** haben bestanden: Tasja Duwe, Swenja Müller, Heiko Beck und Marvin Mittwoch.



Grillen im Vereinsgarten

Der gesellige Teil war leider dieses Jahr Corona-bedingt auch etwas kürzer. Allerdings hatte wir nach unserer Gartenarbeit im August eine tolle Grillfeier am Vereinsheim organisiert, zu unserem 2-Tages-Event in Holzminden, eine beeindruckende, selbst organisierte Cafeteria, mit vielen deftigen und süßen, selbstgemachten Leckereien, wir waren mit fast 30 Sportlern und Partnern/ Familie in der Gaststätte „zum Weserpiraten“ und hatten eine super Weihnachtsfeier mit 3D-Schwarzlicht-Minigolf im Bolzano in Höxter.

Unsere Gedanken und Planungen für das nächste Jahr. Wir hoffen sehr, dass sich auch unser sportlicher Alltag im nächsten Jahr weiter normalisieren wird. In der Hoffnung, dass dies geschieht, werden wir Einiges sportlich und gesellig auf die Beine stellen bzw. nachholen:

- 📌 *Schnupper-Kurs*
- 📌 *Selbstverteidigungs-Kurs*
- 📌 *Seminare in Holzminden ausrichten*
- 📌 *Trainerfortbildungen*
- 📌 *Prüfungen und zusätzliche Trainingseinheiten am Samstag*
- 📌 *Winterwanderung mit Familie*
- 📌 *Vereinsgrillen und gesellige Abende in der ortsansässigen Gastronomie*

UND wir möchten natürlich wieder möglichst viele unserer Sportler vom „Sofa“ zurück in die Sporthalle holen.

Zum Abschluss, das Trainerteam sagt DANKE und freut sich sehr über die Ehrung vom Verein/Vorstand auf der diesjährigen Jahres-Hauptversammlung. Sehr gern sind wir für unser Team da und freuen uns auf viele weiter erfolgreiche Jahre mit einer großartigen Kameradschaft.

Mit einem Lächeln: Stefan, Ralph, Hakan und Kajetan

Wenn ihr mehr über uns erfahren wollt, schaut doch mal auf unsere Webseite und gebt bei „YOU TUBE“ oder „GOOGLE“ Frans Stroeven ein.

STEFAN RÖSSEL



Weihnachtsfeier im Bolzano/ Höxter



Ehrung Eskrima Trainerteam