

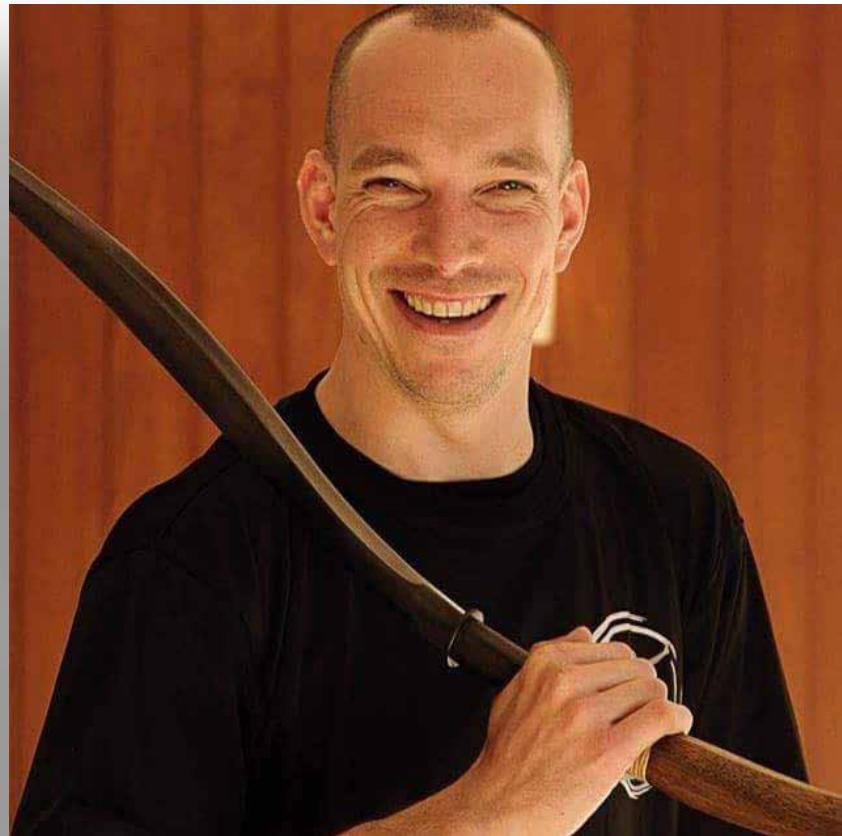


SILAT MEETS KEMPO

Fußarbeit, Distanz, Timing und Position zum Gegner – wer am 27. Februar beim großen Silat-Lehrgang von und mit Nikolas Sandrock dabei ist, wird danach ein ganz neues Gefühl für seine SV-Techniken bekommen.

Nikolas ist nicht nur der Gründer und langjähriger Leiter der erfolgreichen und bekannten Faustwerkstatt in Detmold, sondern hat seine Kampfsport-Wurzeln auch im ostwestfälischen Kempo und ist hier mit dem 2. DAN graduiert. Über Escrima, Kali und Modern Arnis gelangte er zum Silat.

Das „Silat Suffian Bela Diri“ basiert auf dem Kampf mit Waffen und ist eine reine Selbstverteidigungs-Kampfkunst. Kein Sport, kein Wettkampf, keine Graduierungen. Genau das, was jede Kampfsportart eigentlich als ihre Wurzeln hat. Also „back to the Roots“, zurück ganz zu den Ursprüngen der Kampfkünste.



In dem Seminar wird zunächst die Systematik von Messertechniken erarbeitet, um daraus dann waffenlose Techniken abzuleiten. Effektivität und Kreativität sind Trumpf. Genial: Nikolas wird dabei auch immer wieder Zusammenhänge zum Kempo aufzeigen!

- **Footwork**
- **Strategische Positionierung zum Gegner**
- **Distanz**
- **Timing**
- **Einsatz der Körper-Waffen**
- **Ausnutzung von Atemi-Punkten**

Und dass SV dabei trotzdem noch elegant aussehen kann, davon werden uns Niklas und sein Team im Laufe der fünf Stunden auch noch überzeugen!

Wann? **27. Februar 2016** von 11 bis 16 Uhr

Wo? Turnhalle Bavenhausen, Am Teimer 5

Womit? Wer hat, sollte Übungsmesser und Knieschoner mitbringen

Wie teuer? **20 Euro (10 Euro für Budo-SV-Mitglieder)**, bitte mitbringen

Anmeldung: lutzodewald@gmail.com