

Jedermann kann lernen, sich selbst zu verteidigen. „Jedermann“ meint auch Rollstuhlfahrer.

Realistische Selbstverteidigung:

Gemeinsamer Prüfungstermin am Sa., 16.07.2011 für 4 Ortsgruppen in der Mehrzweckhalle 82281 Aufkirchen.

Die Einladung kam von Norbert Spring, Abteilungsleiter Jiu-Jitsu des FSV Aufkirchen e.V. (www.fsv-aufkirchen.de). Und aus vier Dojos/Ortsgruppen von München über FFB bis Aufkirchen haben sich aktive Budo-Sportler zum „Prüfungs-Event“ eingefunden. Dass sich Sportler, Wettkämpfer und „Hobby-Budokas“ gerne auf der Matte tummeln, das nimmt man als selbstverständlich. Von Polizisten, Securitys und anderen Sicherheitskräften wird es geradezu erwartet.

ABER mit schwerer körperlicher Bewegungseinschränkung braucht es sehr viel mehr Energie und Überwindung, sich auf ein Budo-Training einzulassen. Und so war es schon eine Besonderheit, dass sich neben zwölf weiteren Aktiven der Wolfgang mit seinem Rollstuhl der Prüfung stellen wollte. In der offenen Selbstverteidigung (Goshin-Jitsu) ist auch die Prüfungsordnung sehr praxisbezogen. Um den angestrebten Gelbgurt (5. Kyu) mit nach Hause nehmen zu können, musste Wolfgang aber ebenso 14 Verteidigungs-Aktionen auf verschiedene Angriffe zeigen wie auch alle anderen – aber natürlich in anderen, angepassten Variationen, die gemäß seiner Behinderung zusammen mit ihm erarbeitet wurden.

Um die Gesamtgruppe nicht aus den Augen zu verlieren: Alle haben sie ihre neuen Gürtel bekommen, diesmal ging die Prüfung von Gelb- bis zum Grüngurt, also vom 5. bis 3. Kyu (Schülergrade). Und sie haben ihre Sache gut gemacht, bei keinem musste „ein Auge zugeedrückt“ werden. Als Prüfer waren die Cheftrainer der beteiligten Ortsgruppen dabei und insgesamt sechs Danträger (Meister) haben das Geschehen aufmerksam verfolgt.

Wir haben den Wolfgang gefragt, ob wir die Bilder mit ihm veröffentlichen dürfen. Es war sein ausdrücklicher Wunsch, dass dadurch evtl. auch weitere Behinderte den Mut zu dem Schritt in ein Dojo finden. Ihm selber macht der Budo-Sport viel Freude – ganz abgesehen von der hilfreichen körperlichen Bewegungslehre, der Förderung von Selbstbehauptung und Selbstwertgefühl und dem guten sozialen Kontakt mit den anderen Aktiven. Was er an Techniken gar nicht machen kann (etwa „Fallschule“), das gleicht er z. B. in Vielseitigkeit mit Stocktechniken wieder aus.

Bilderfolge: Würge-Angriff!

Verteidigung durch Ellbogenstoß, weitere Befreiung über Armhebel, Übergang in die Bodenlage bis zum Festhaltegriff.

