# FACHVERBAND für Kampfsport

**www.deutsche-allkampf-union.de**

# Einladung

## Zum Breitensport- und Fachlehrgang
## Für Allkampf-Jitsu – Taekwon-Do – Kickboxen –Bo-Jitsu
## und NEU BJJ

| | |
|---|---|
| **Wann:** | Am **Samstag**, den **09.03.2024** von 08:45 bis 16:30 Uhr |
| **Wo:** | Sporthalle der Grundschule Burgau |
| **Adresse:** | Remsharter Straße 2, 89331 Burgau |
| **Ausrichter:** | Deutsche Allkampf Union e. V. |

Teilnahmevoraussetzung: ab 13 Jahre

**Ein absolutes Muss für alle Schwarzgurtträger!**
**Dieser Lehrgang wird auch als Sichtungslehrgang für Dan-Prüfungen anerkannt**
**Gilt auch zur Verlängerung des Fachtrainerscheins der DAU**

**Themen:**

- **Traditionelles Allkampf-Jitsu**
- **Taekwon-Do**
- **Kickboxen**
- **Bo-Jitsu**
- **Neu: BJJ**

**Begrüßung / Einleitung**

**Friedrich Kosak, 8. Dan, Großmeister**
Präsident der Deutschen Allkampf Union.
Ehem. Trainer und Cheftrainer in Jettingen, Leipheim, Günzburg/Reisensburg, Steinekirch, Graben und Untermeitingen. Einer der ersten Allkampf-Jitsu Schüler und Trainer von Großmeister Jakob Beck. Schwarzgurt seit 1976.

## Referenten im Allkampf-Jitsu

**Fritz Kinzel, 7. Dan, Großmeister**
Wettkampfreferent und Kampfrichterobmann der DAU e.V. für den Kampfbereich, Behördentrainer (Polizei) und über 30 Jahre Kampfsporterfahrung in verschiedenen Systemen und Wettkampferfahrung.

**Jürgen Löhning, 4. Dan**
Trainer. Mehrfacher Meister im Allkampf-Jitsu, Allkampf-Fight, sowie im Taekwon-Do. Mehr als 25 Jahre Kampfsporterfahrung.

**Michael Hinz, 6. Dan Großmeister**
Schulleiter Allkampf-Rosenheim, 48 Jahre Kampfsport Erfahrung, 24 Jahre aktive Wettkampferfahrung im Judo und Taekwon-Do

**Alexander Schu, 3. Dan**
Trainer. Erfolgreicher Wettkämpfer im Allkampf-Fight und im traditionellen Allkampf-Jitsu.

**Bernd Bigelmayr, 5. Dan**
Trainer, über 30 Jahre Kampfsorterfahrung, Prüfer und Kampfrichter, Meister im Allkampf-Jitsu-Fight

## Referent für BJJ

**Kerim Övgür, Schwarzgurt im BJJ**
Kader Athlet
Teilnahme an der Weltmeisterschaft in Las Vegas
Silbermedaille bei der EM in Lissabon
Mehrfache Erfolge bei nationalen Turnieren

## Referenten für Kickboxen

**Simon del Rosso, 4. Dan**
Über 20 Jahre Kampfsport Erfahrung und Wettkampferfahrung im Allkampf und Kickboxen.
Ehem. Mitglied im national Team der ISKA.
Erfolgreicher Wettkämpfer im traditionellen Allkampf-Jitsu und Kampf sowie im Kickboxen, 20 Jahre Kampfsporterfahrung

## Referenten für Taekwon-Do

**Joachim Veh, Großmeister 8. DAN Taekwon-Do,**
47 Jahre Kampfsport, Mehrfacher Bayer. und Deutscher Meister

**Fridolin Thanner, Großmeister 7. DAN Taekwondo**
Trainer und Schulleiter, über 35 Jahre Kampfsport und Wettkampf Erfahrung im Taekwon-Do und Kickboxen

## Referent für Bo-Jitsu

**Dr. Bernd Reitz, 4. Dan**
Über 15 Jahre Kampfsport Erfahrung und Wettkampferfahrung

## Bitte mitbringen:

- Anzug / Tobok
- **nach Möglichkeit** Schutzausstattung (Zahnschutz, Kopfschutz, Schienbein-/Spannschutz, Fußschutz, Unterleibschutz, Ellbogen- und Knieschützer, Grapplinghandschuhe, Boxhandschuhe)
- einen Stock
- Messer

- **Kampfsportpass**,
- Essen und etwas zum Trinken

- **Für das BJJ: Budo Anzug oder kurze Hose und T-Shirt**

- **Kickboxen: (Semikontakt nur mit Schützer) Kopfschutz, Zahnschutz, Schienbeinschutz, Fußschutz und Boxandschuhe**

**Schutzausstattung soll jeder mitbringen, dann ist ein effektives Training in der SV richtig gut umsetzbar!**

## Inhalte:

## Allkampf-Jitsu:

**Formen und Kombinationen:** **auch nach Bedarf und Anfrage!**
Kombinationen aus dem Allkampf (1 bis 3)
Hyong aus dem Allkampf 1 bis 2
Hyong aus dem Allkampf 3 bis 4 und 5 bis 6
**Dan Techniken nach Bedarf und Anfrage!**

**Selbstverteidigungstechniken:**
Waffenangriffe Stock und Messer
realistische SV, richtiges angreifen
Fallen und Bewegung am Boden,
effektive Fallschule auch mit Partnereinwirkung und freie
Selbstverteidigung für die Straße im Stand und am Boden
Bruchtest-Übungen und Pratzentraining
einfache Selbstverteidigung für alle

**Wettkampf Allkampf:**
Training aller 3 Parts (Schlagbereich, Übergang vom Stand zum Boden, Bodentechniken, Hebeltechniken für den Wettkampf), Würfe aus der Bewegung

## Taekwon-Do:

Hyongs
auch höhere Hyongs
Ilbo-taeryon
Technik und Taktik für den Freikampf im traditionellen Taekwon-Do
Kicktraining mit Pratzen
und weitere Themen auf Nachfrage und Wunsch

## Kickboxen:

***Anfänger und Fortgeschrittene***

Grundtechniken
Basisübungen für den Semikontakt
Aufbautecknicken und leichtes Sparring im Boxen und Kickboxen
Rundkick und Seitkick mit Finten

## Bo-Jitsu:

***Anfänger und Fortgeschrittene***

Einführung in das Bo- und Tonfa-Jitsu der DAU
Techniken
Kombinationen und Formen

## BJJ - Brasilian Jiu-Jitsu

Grundlagen der Bewegung
Angriff und Verteidigung aus unterschiedlichen Positionen
Sparring

## Meldung:

Schriftlich bitte bis **02.03.2024**

Bei Fritz Kinzel, Bgm.-Wiedenmann-Straße 15, 89364 Rettenbach
Tel: 08224-804877 oder 0173-9634829 Email: Sportschule-Kinzel@freenet.de

| | | |
|---|---|---|
| **Kosten:** | **€ 30,00.-** | **für alle Sportler** |
| | **€ bezahlen nichts** | **Schulleiter** |
| | **€ 20,00.-** | **Fachtrainer der DAU (nur mit Nachweis)** |

**Die Gebühr ist bis zum 02.03.2024 per Überweisung zu entrichten**

**Bitte auf folgendes Konto:**

**Deutsche Allkampf Union e.V.**
**IBAN: DE 98 7315 0000 0000 353433**
**Bankname: Sparkasse Schwaben-Bodensee**

**Verwendungszweck: Dau Lehrgang 2024**

Wir freuen uns auf Euer Kommen zu diesem hochinteressanten Lehrgang.

**Deutsche Allkampf Union e.V.**
**www.deutsche-allkampf-union.de**

**Friedrich Kosak, 8. Dan**
**Präsident**

**Fritz Kinzel, 7. Dan**
**2. Vorstand der D.A.U. Lehrgangsleiter**