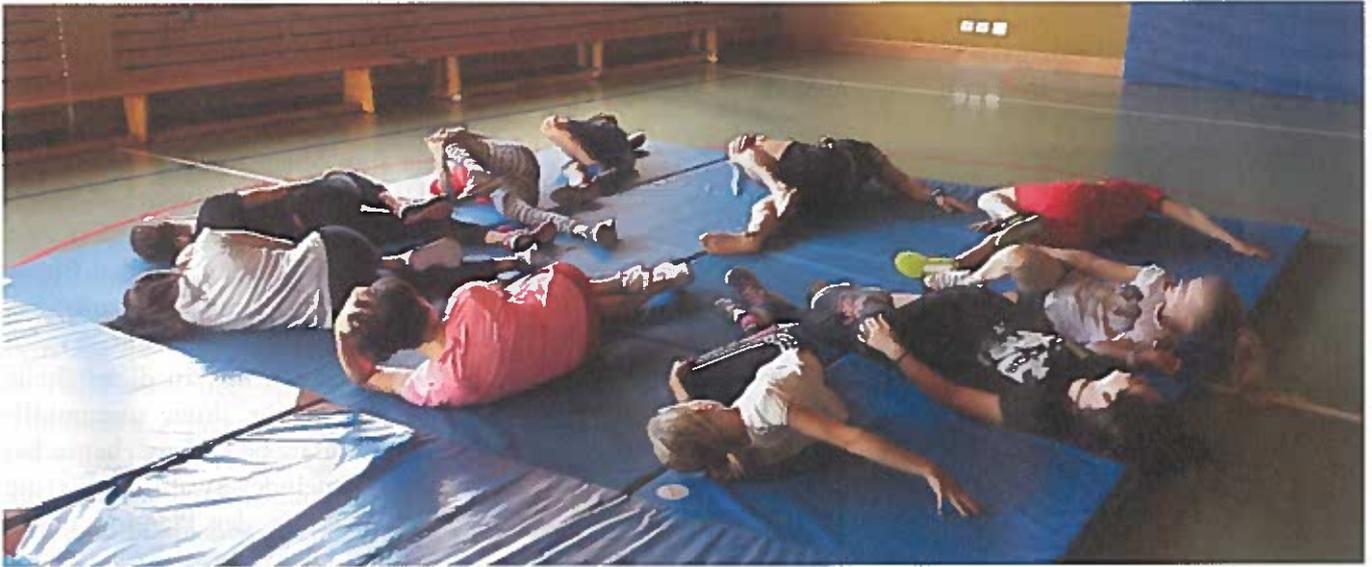


Selbstverteidigungskurs für Kinder und Jugendliche



Bildungsausschuss
Tscherm's



Schon zum zweiten Mal organisierte der Bildungsausschuss vom 4. Mai bis 2. Juni einen Selbstverteidigungskurs für Kinder und Jugendliche ab 11. In fünf zweistündigen Treffen, die jeweils am Samstagvormittag von 9.30 bis 11.30 stattfanden, erfuhren die Teilnehmer/innen grundlegende Hinweise zur eigenen Sicherheit und erlernten einige Grundbegriffe von Kampftechniken zur Verteidigung.

Den Kurs leitete ein Trainerteam des Fighting Club Meran, bestehend aus Hartmann Stragonegg, Profi-Europameister im Kickboxen und geprüfter Übungsleiter des weltweiten Boxverbandes AOB, Patrick Benetti, Träger des Schwarzen Gürtels im Brazilian Jiu Jitsu, und Roberto Salgaro, geprüfter AOB-Übungsleiter im Boxen. Beim ersten Treffen am 4. Mai kam außerdem Alessandro Carbuicchio zum Einsatz, Profi im sogenannten Kali, dem philippinischen Stockkampf.

Auch wenn damit Kampfsportarten auf höchstem Niveau vertreten waren, ging es im Kurs um mehr das reine Vermitteln von Kampf- oder Verteidigungstechniken. Als geschulte Vertreter der Initiative Protactics, die vom bekannten

Gewaltpräventionsberater Michael Stahl ins Leben gerufen wurde und seit bald 20 Jahren an Schulen in Deutschland gegen Mobbing und Aggression auftritt, arbeiteten die Trainer in der Vergangenheit auch mit Schulklassen und Jugendgruppen in den Bereichen Soziales Lernen und Anti-Aggressionstraining. So hatte der Kurs in einem theoretischen Teil auch einen starken sozialen Aspekt. Zu den Inhalten gehörten das Erkennen und rechtzeitige Einschätzen von Gefahren und aggressiven Haltungen, die rechtliche Seite von körperlichen Auseinandersetzungen und dem Einsatz von Kampf- oder Verteidigungstechniken im Alltag der Jugendlichen, interkulturelle Unterschiede im Ausdruck und in der Wahrnehmung von Körpersprache und Aggression sowie das Stärken von Selbstbewusstsein und Selbstbehauptung in Bezug auf Mobbing-situationen.

Den Großteil der Zeit nahm jedoch das praktische Training in Anspruch, in dem die Teilnehmer/innen Grundtechniken der genannten Kampfsportarten ausprobieren konnten und hilfreiche Tipps zum Abwehren von körperlichen Angriffen erhielten. Dabei betonten die

Trainer immer wieder, der Königsweg im Alltag bestehe darin, Gefahren rechtzeitig zu erkennen und Aggressionen auszuweichen. Im Ernstfall sollten die Abwehrtechniken aber helfen, Gelegenheitsangreifer und alltägliche Auseinandersetzungen erfolgreich abzuwehren. Auch hier gelte, wie in jedem Bereich: Je länger und intensiver trainiert wird, umso sicherer werden die Techniken zum Erfolg führen. Es verwundert daher nicht, dass sich die Teilnehmerzahl vom ersten Kurs im November bis zur zweiten Auflage im Mai verdoppelte, sodass nun 13 Jugendliche den Selbstverteidigungskurs besuchten, von denen mehrere auch schon im November dabei gewesen waren. In einer Feedbackrunde, mit der Trainer Patrick Benetti den Kurs am 2. Juni abschloss, sagten die Jugendlichen, es hätte ihnen gut gefallen und sie hätten viel gelernt, und prompt kam von einem Teilnehmer auch die Frage nach einer Fortsetzung. Bei entsprechender Nachfrage ist diese nicht ausgeschlossen. Abschließend erhielten alle Teilnehmer eine Urkunde des Fightingclub als Teilnahmebestätigung.

Ulrike Königsrainer