



INHALT

Vorwort	1
Aktuelles aus dem DAV	2
Aktuelles aus aller Welt	7
Informationen und Hintergründe	8
Internes	12
Kontakte und Ansprechpartner	13

VORWORT

Hallo liebe Mitglieder des DAV,

herzlich willkommen im Jahr 2021! Die Corona-Beschränkungen haben uns noch voll im Griff, so dass in den letzten drei Monaten kaum Veranstaltungen stattfanden. Immerhin konnten wir unsere 35-Jahr-Feier zumindest als Online-Event durchführen.

Wegen der Ungewissheiten im Hinblick auf die Dauer der Corona-Beschränkungen wurden für die ersten Monate dieses Jahres kaum Lehrgänge geplant, so dass wir in diesem Quartalsnewsletter auf die Terminplanung verzichten. Bitte schaut auf unsere Homepage, wenn wieder reale Veranstaltungen stattfinden dürfen.

Im Namen des Vorstandes wünsche ich Euch alles Gute für dieses Jahr, bleibt gesund!

Sven Barchfeld, 1. Vorsitzender

Zitat/Weisheit des Quartals

Strebe nach Ruhe, aber durch das Gleichgewicht,
nicht durch den Stillstand deiner Tätigkeit.

Friedrich Schiller



AKTUELLES AUS DEM DAV

1. 6. Dan für Meister Markus Kenkmann

Am Samstag, den 12.12.2020, während des Zoom Live Trainings des 35 Jahre-Jubiläums-Events wurde von Großmeister Datu Dieter Knüttel (Bundestrainer DAV) und Meister Sven Barchfeld (1. Vorsitzender DAV) der Lakan Anim und damit verbunden der Meistergrad an Markus Kenkmann verliehen.



v.l.n.r.: Meister Markus Kenkmann, Meister Sven Barchfeld (1. Vorsitzender DAV), Großmeister Datu Dieter Knüttel (Bundestrainer DAV)

Markus begann sein Arnis Training 1994 bei Hans-Peter Arto, 4. Dan, in Waltrop. 2003 wurde er auch Mitglied der Modern Arnis Gruppe in der TSC Eintracht in Dortmund und trainierte fortan auch regelmäßig unter GM

Datu Dieter Knüttel. Schon 1999 suchte die Gelsenkirchener Arnis Gruppe im Polizei Sport Verein nach einem neuen Arnis-Trainer und Markus übernahm die Gruppe mit großem Erfolg.

Markus machte die 2005 DAV Lizenztrainer-Ausbildung und die Gruppe wuchs. Seine Schüler wurden zu Dan-Trägern und selber zu Lizenztrainern, übernahmen auch Traineraufgaben im Verein und eine äußerst erfolgreich Kindergruppe entstand zusätzlich im PSV.

Die Gelsenkirchener Gruppe zeichnet sich durch eine enge Freundschaft zwischen den Mitgliedern aus was weit über das Training hinaus geht. Wie freundlich die Gruppe ist sieht man daran, dass sie, die Schalker, mit Markus einen Dortmunder BVB-Fan als Trainer haben. Und es funktioniert sehr gut. Gelebte Toleranz durch Respekt und Freundschaft!

Markus nimmt sehr häufig auf Lehrgängen und Sommerlagern teil und bildete sich so weiter. Er begleitete Datu Dieter zu internationalen Lehrgängen. Zwei mal in die USA (Buffalo und Detroit), sowie nach Dnepropetovsk in die Ukraine 2006 nahm er auch am 3. FMA Festival, dem ersten auf den Philippinen, teil.

Markus wurde erst Prüfer und dann auch Dan-Prüfer und später auch Mitglied der technischen Kommission sowie des DAV Vorstandes.

Seit 2005 gibt er regelmäßig Lehrgänge, besonders in Gelsenkirchen und Bielefeld, auf denen er durch seine technischen Fähigkeiten und seine Kompetenz als Trainer immer wieder überzeugt. te

Wir, der Vorstand des DAV und die Gruppe der Meister im DAV freuen uns sehr, mit Meister Markus Kenkmann ein neues, hoch qualifiziertes Mitglied im „Club der Meister“ begrüßen zu dürfen.

Für den DAV-Vorstand

GM Datu Dieter Knüttel



2. Online-Lehrgang 35 Jahre DAV

Der Deutsche Arnis Verband e.V. wurde im Oktober 1985 gegründet. Bereits im Juni wollten wir unser 35jähriges Jubiläum mit einem großen Lehrgang feiern, bei welchem viele der Lizenztrainer/innen unseres Verbandes unterrichten sollten. Wegen der Corona-Pandemie war dies leider nicht möglich. Bald war klar, daß auch der Ausweichtermin im Dezember nicht als "normaler" Lehrgang abgehalten werden konnte. So entschlossen wir uns, diesen kurzerhand ins Netz zu verlegen und als Online-Veranstaltung durchzuführen.

15 der ursprünglich geplanten Referenten sagten zu, auch online unterrichten zu können. Am 12. Dezember 2020 fand dann unsere 35-Jahr-Feier als Online-Lehrgang in Zoom statt. Es war die erste Veranstaltung des DAV in dieser Form und gleich ein voller Erfolg: 175 Teilnehmer/innen aus vielen Teilen der Welt waren dabei: Philippinen, Hongkong, Südkorea, USA, VAE, Israel, Russland, Schweden, Ungarn, Frankreich, Schweiz und natürlich Deutschland. Unter anderem waren auch GM Rene Tongson, GM Bambit Dulay, GM Brian Zawilinski, Meister Ginalyn Relos und Meister Ed Kwan dabei.

Sven Barchfeld (1. Vorsitzender) und Dieter Knüttel (Bundestrainer) eröffneten die Veranstaltung mit einer kurzen Begrüßung, danach übernahmen unsere Moderatoren Philipp Wolf und Carsten Raum und wechselten nach jeweils 15 Minuten zum nächsten Trainer. Folgende Themen wurden dabei unterrichtet:



- Maik Werner, 3. Dan: Aufwärmen
- Sebastian Wales: 3. Dan: Pratzen/waffenlose Technik
- Klaus-Dieter Armerding, 5. Dan: Espada y Daga
- Jörg Karpa, 4. Dan: Abanico-Corto-Hebel
- Sascha Knüttel, 2. Dan: Tapi-Tapi Eingänge im Corto auf dem Silbertablett
- Martin Kosa, 1. Klasse: Trapping Walo-Stock
- Meister Markus Kenkmann, 6. Dan: waffenlose Techniken
- Benedikt Eska, 5. Dan: Abanico-Umleiten
- Meister Carsten Hemmersbach, 6. Dan: Stockhebel
- Michael Naber, 5. Dan: Stockhebel als Verkettung
- Philipp Wolf, 5. Dan: Sonquete
- Meister Ingo Hutschenreuter, 6. Dan: Sinawali Essenz
- Meister Sven Barchfeld, 6. Dan: Techniken im Reversegriff
- Großmeister Hans Karrer, 8. Dan: Karanza mit Stock und waffenlos
- Großmeister Datu Dieter Knüttel, 10. Dan: Blitz Entwaffnung



Etwas Besonderes passierte während des Unterrichts von Markus Kenkmann, dazu ein Bericht von Martin Schulz:

"Dieses Jahr wollte der DAV sein 35 jähriges Bestehen mit einem großen Lehrgang feiern. Gegründet wurde der DAV am 12.10.1985 und ist durch sehr intensive und gut gepflegte internationale Kontakte inzwischen einer der größten europäischen Verbände für philippinische Kampfkünste.

Durch die Corona Pandemie konnte dieser Lehrgang leider nicht stattfinden. Viele Sportler haben sich gefreut, als bekannt gegeben wurde, dass es zumindest einen Onlinelehrgang geben wird. Außergewöhnliche Situationen erfordern halt auch außergewöhnliche Maßnahmen.

Mein Trainer Markus Kenkmann fragte mich, ob ich für ihn als Trainings-Dummy zu Verfügung stehen würde, da er eine Einheit während des Onlinelehrganges unterrichten würde. So kam es, dass Markus am 12.12. planmäßig um 15:55 Uhr mit seiner 15 minütigen Einheit starten konnte.

Seine Familie wurde zuvor instruiert, dass bitte keiner in das Zimmer kommen soll. Als Markus gerade ein Detail erklärte, ging plötzlich die Zimmertür auf. Markus und ich hatten wohl beide den gleichen Gedanken "das ist doch jetzt nicht wahr". In der Tür stand aber kein Familienmitglied, sondern Datu Dieter Knüttel und Sven Barchfeld.

Beide haben während des laufenden Lehrgangs sich auf den Weg gemacht, um einen völlig überraschten Markus Kenkmann den 6. Dan und den damit verbundenen Meistertitel zu verleihen. Da beide noch mit der weiteren Fortführung des Onlinelehrgangs involviert waren, mussten sie nach der Gratulation direkt wieder los und hinterließen einen fast sprachlosen neuen Meister.

An dieser Stelle mein Lob und Dank an alle Verantwortlichen und Teilnehmer für dieses tolle Event und meinen Glückwunsch an meinen Trainer Markus Kenkmann."

Ein weiterer Bericht zum Lehrgang kommt von Mirco Czarnecki:

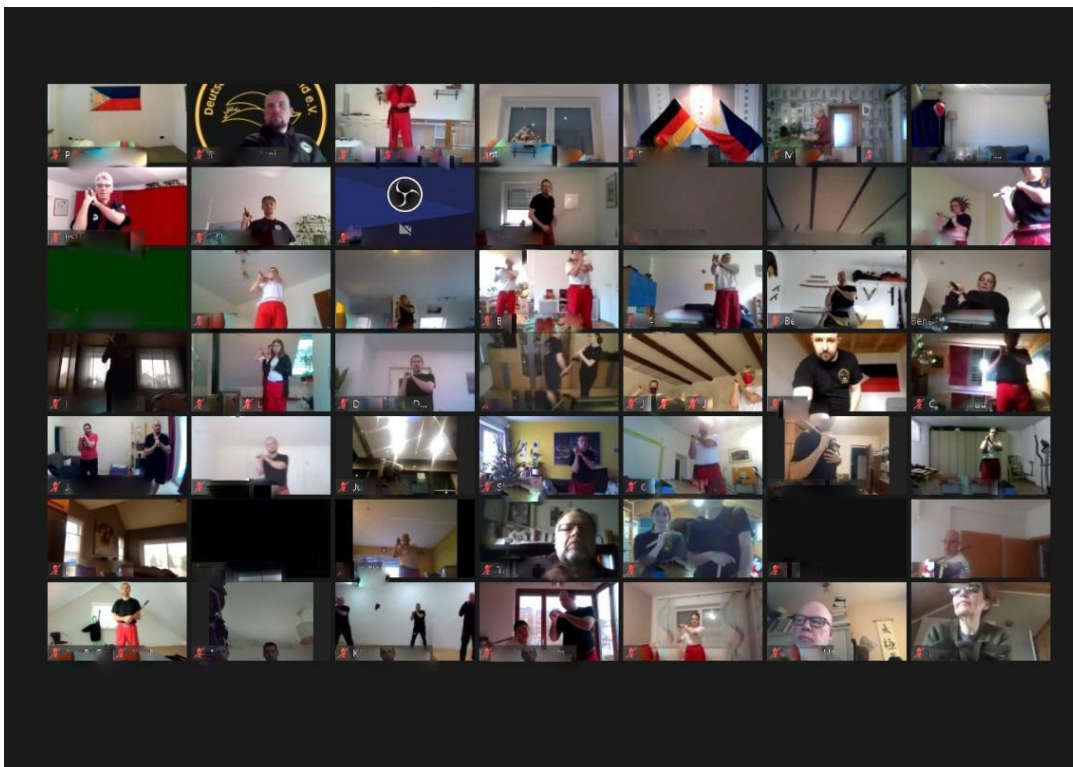
"Eigentlich wollten meine Trainingspartnern Patricia und ich in diesem Dezember zum Lehrgang nach Dortmund fahren. Da durch Corona diese Möglichkeit uns allen verwehrt wurde, kam glücklicherweise die Alternative als Online Lehrgang. Ich war von der ersten Sekunde an Feuer und Flamme und hab mich sehr darauf gefreut noch mal viele tolle Trainer in diesem Jahr wieder zu sehen.

Ich hab jede Einheit der verschiedenen Trainer mit Spannung und Spaß mitmachen können. Da ich alleine war, fand ich es total klasse, dass viele Elemente auch fürs Einzel Training gezeigt wurden. Es gab eine Menge an Inspiration für weitere Trainingseinheiten alleine und später fürs gemeinsame trainieren.

Ich persönlich fand den Online Lehrgang mit teilweise bis zu 175 Menschen aus aller Welt wahnsinnig gut und ein tolles Beispiel wie groß und leidenschaftlich unser Sport betrieben wird.



Ich selber habe keine Probleme während der Videokonferenz wahrnehmen können und konnte somit 4 1/2 Stunden tolles Arnis mit anderen erleben dürfen. Vielen Dank dafür und ich hoffe wir sehen uns bald auf gemeinsamen Lehrgängen gesund wieder."



Wir bedanken uns bei allen Referenten, Moderatoren und Teilnehmer/innen für einen gelungen und lehrreichen ersten Online-Lehrgang des DAV. Es wird nicht der letzte gewesen sein, auch wenn wir sehr hoffen, daß wir uns bald wieder in live sehen und zusammen trainieren können.

Alle Unterrichtseinheiten wurden aufgenommen, wir werden sie nacheinander in regelmäßigen Abständen veröffentlichen. Hier findet Ihr bereits Einheit 1 von Maik Werner:

<https://youtu.be/2jlfUjycYUQ>

Text: Sven Barchfeld, Martin Schulz, Mirco Czarnecki

Bilder: DAV



3. Neue Gruppe

Seit Oktober 2020 haben wir nun auch ein offizielles Dojo in Aying:

- Bushido-Aying e.V., Dojoleiter: Thomas Niedziela

Herzlich Willkommen!

>> [alle DAV-Dojos](#)

4. 1. Modern Arnis World Online Seminar

Der erste Online-Lehrgang des DAV zum 35jährigen Jubiläum war sehr erfolgreich. Wir haben daher bereits den nächsten Online-Lehrgang für Euch organisiert:

Am **13.03.2021** wird das **1. Modern Arnis World Online Seminar** stattfinden.

Datu Dieter Knüttel hat Referentinnen aus aller Welt kontaktiert. Wir freuen uns sehr, dass **15 Trainerinnen aus Asien, Amerika und Europa** zugesagt haben und unterrichten werden.

Auch dieses Seminar wird wieder kostenfrei sein. Hier ist der zeitliche Ablauf, in Kürze sind diese Infos auch auf der DAV Homepage verfügbar:

1. Modern Arnis World Online Seminar										
Zeitzone					Land	Name	Modern Arnis Grad	Thema		
DE NL, AUT	Japan/ PHIL	US Dubai	US Eastern	US Central						
13:55	21:55	16:55	07:55	06:55	Deutschland	DAV-Team		Willkommen		
14:00	22:00	17:00	08:00	07:00	Japan	Mildred Nakamura	Puno	Messer Eingänge und Beinarbeit		
14:15	22:15	17:15	08:15	07:15	Philippinen	Chona Enriquez	Dalubhasa	Klassisch: Figure 8		
14:30	22:20	17:30	08:30	07:30	Philippinen	Sherylin Padre	Ganap	Klassisch: Labugay – Stock und waffenlos		
14:45	22:45	17:45	08:45	07:45	Dubai	Ginalyn Jadia	6. Dan	Krusada		
15:00	23:00	18:00	09:00	08:00	Österreich	Gabriele Laritz	2. Dan	12er Kombination mit Variationen		
15:15	23:15	18:15	09:15	08:15	Pause	Pause				
15:25	23:25	18:25	09:25	08:25	Deutschland	Carola Maucher	5. Dan	Hirada Batangueña		
15:40	23:40	18:40	09:40	08:40	Deutschland	Simone Koch	4. Dan	Beinarbeit und Hand-Fuss Koordination		
15:55	23:55	18:55	09:55	08:55	Deutschland	Birgit Füller	3. Dan	4 Schläge: Verschiedene Ausführungen		
16:10	00:10	19:10	10:10	09:10	Deutschland	Beatrice Reinisch	3. Dan	Butt Variationen im Tapi-Tapi		
16:25	00:25	19:25	10:25	09:25	Pause	Pause				
16:35	00:35	19:35	10:35	09:35	Niederlande	Wendi Dragonfire	2. Dan	Single Sinawali		
16:50	00:50	19:50	10:50	09:50	Niederlande	Beth Holt	4. Dan	Sinawali Muster, Double Zero		
17:05	01:05	20:05	11:05	10:05	USA	Janet Aalfs	7. Dan	Trapping und Transformationen		
17:20	01:20	20:20	11:20	10:20	USA	Jackie Bradbury	3. Dan	Messer Drill: Elastico/Elasticiso		
17:35	01:35	20:35	11:35	10:35	USA	Ashley Sullivan	4. Dan	Hindernisse beseitigen: 2 Arten, Folgetechniken		
17:50	01:50	20:50	11:50	10:50	Deutschland	DAV-Team		Verabschiedung		
18:00	02:00	21:00	12:00	11:00	Deutschland			Ende		



AKTUELLES AUS ALLER WELT

PHILIPPINEN

Spendenaufruf GM Godofredo Fajardo



Anfang November 2020 ist das Haus von Großmeister Godofredo Fajardo in Manila komplett abgebrannt. Wir hatten für ihn einen Spendenaufruf gestartet. Es sind in sehr kurzer Zeit viele Spenden eingegangen, so daß wir in Summe **1383,- €** an GM Godofredo senden konnten. Vielen Dank an alle, die sich beteiligt haben!

>> [Spendenaufruf DAV-Homepage](#)



GM Godofredo ist sehr dankbar für die Hilfe, hier seine Antwort im Original:

„As off now still recovering the money that you send is 63k, i temporary rent a small flat 10k a month but they have 2 monhts advance + 1 month deposit cause of 30k not included water and electricity,for my first month i pay 10k in total of 40k out of 63k remaining 23k i buy some imfortant material for daily use, My be i move to my unfinished under constructed small house in Marikina small property 3 meter x 8 meter square,if i recovered i well construct to put slab,wall,and selling my be i expend hard money to finished, because of my situation. Now is hard to have regular job,for now i am teaching arnis in school.its hard because of pandemic, small salary, and my un forgetable incident experienced total of ground zero. Thanks for your full support "GOD BLESS" Pugay....“

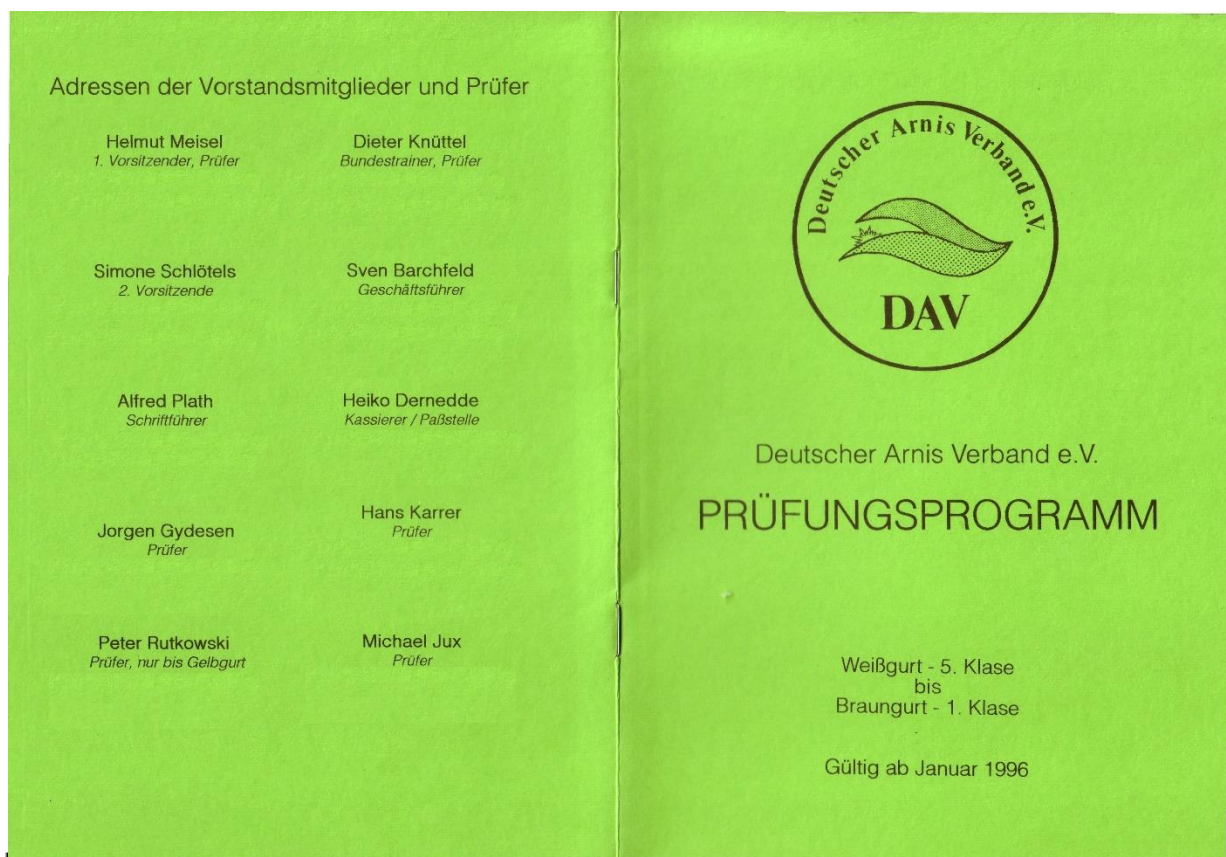


INFORMATIONEN UND HINTERGRÜNDE

Historisches - das Prüfungsprogramm des DAV von 1996

Die dritte Version des Praxis-Prüfungsprogramms ist die erste nachdem der DAV begann, mit GM Prof. Remy Presas zusammenzuarbeiten und seine Form des Modern Arnis stärker zu unterrichten. So sind zum Beispiel bereits die ersten Techniken des Tapi-Tapi enthalten:

(für eine größere Ansicht bitte auf die Bilder klicken)



Allgemeines zu den Prüfungen

Um zu den Prüfungen zugelassen zu werden sind bestimmte Zeiten zwischen den Prüfungen einzuhalten. Diese sind:

- auf Weiß ca. 4 bis 6 Monate
- auf Gelb ca. 6 Monate
- auf Grün ca. 9 bis 12 Monate
- auf Blau ca. 9 bis 12 Monate
- auf Braun ca. 12 Monate

Eine weitere Voraussetzung für Prüfungen ist, daß man den gültigen, also den mit der entsprechenden Jahresmarke versehenen, und unterschriebenen DAV-Sportpaß bei der Prüfungsanmeldung vorlegt. Bei der Prüfungsanmeldung ist die Prüfungsgebühr zu entrichten. Bei Nichtbestehen der Prüfung besteht kein Anspruch auf eine Rückerstattung der Prüfungsgebühr. Zur Prüfung wird in der korrekten Arnis-Trainingsbekleidung angetreten.

Hinweis

Bestellung von Trainingsbekleidung und Prüfungsprogrammen nur über:

Friedhelm Detjen
Materialwart
Avensermoor 2
21258 Heidenau
Tel.: (0 41 80) 460

Bankverbindung Kleiderkonto
DAV / Detjen
Kreissparkasse Harburg
BLZ 207 500 00
Konto 60 22 578

Alle anderen Angelegenheiten, wie z.B. Beitrags- und Paßabwicklung, Kostenerstattung, etc. laufen ausschließlich über die Paßstelle (Adresse siehe letzte Seite) unter folgender Bankverbindung:

Bankverbindung Paß, Beiträge, etc.:
Deutscher Arnis Verband e.V.
Postgironamt Hannover
BLZ 250 100 30
Konto 605 860 - 307

Weißgurt - 5. Klasse

Verbeugung mit einem und zwei Stöcken sowie ohne Stock
Verteidigungsstellung: vordere Ferse auf Höhe der hinteren Fußspitze
Angriffsstellung

Grundlagen

Bewegungslehre: Ganze Schritte, Gleitschritte, vorwärts und rückwärts mit Auslagenwechsel
leichte Meid-Bewegungen im Stand
Fallschule: Rückwärts und seitwärts aus dem Sitzen mit Partner

Sinawali

Single Sinawali im Stand
Doppel Sinawali im Stand

Modern Einzelstock

Angriffe und Blöcke: 8 Angriffe
8 Blöcke
Kurz-Anyo (6)
Gegenangriffe: Block - Schlag; Block - doppelter Schlag; Block - Butt
Drills: Block auf Reaktion im Stand und in der Bewegung (Ganze- und Gleitschritte)
Modern 1 - 1 mit Varianten (2 - 2, mit Schritten, ...)
Wirbeln: Grundlagen mit einem Stock

Waffenlos

Schlagtechniken: Jab, Gerade, Horizontalhaken, Fastrückenschlag
Trittechniken: Vorwärtsfußtritt mit dem vorderen und hinteren Bein
Verteidigungen: Modern Prinzip gegen waffenlosen Angriff und gegen Stockangriff
Drills: Block auf Reaktion mit dem Modern Prinzip
Entwaffnungen: 2 freie Entwaffnungen

Befreiungstechniken

3 Techniken (Prinzipien) gegen Fassen - des Stockes
- der Stockhand
- der Hand

Theorie

Gelbgurt - 4. Klasse

Grundlagen

Bewegungslehre: diagonale Schritte nach vorne und hinten, auch in Verbindung mit der Schritttechnik des Weißgurtprogramms
Fallschule: Rückwärts und seitwärts aus der Hocke und aus dem Stand mit Partnerhilfe

Sinawali

Ab 4. Klasse alle Sinawalis in der Bewegung
Reverse Sinawali
Doppel up Sinawali

Modern Einzelstock

Angriffe und Blöcke: 12 Angriffe und Blöcke
Gegenangriffe: Stiche
Kombinationen mit - Butt-Techniken
- Schlag-Techniken
- Stich-Techniken
Block - Gegenangriff mit links
3 Prinzipien gegen waffenlose Angreifer
Entwaffnungen: 1. Serie - mit einem Stock
(re. und. li.) - mit einem Gegenstand (z.B. Kuli)
- mit einem flexiblen Gegenstand (z.B. Gürtel)
- waffenlos

Anwendungen: Techniken mit einem Spazierstock oder Regenschirm

Drills: Block auf Reaktion mit Ganzen- und Gleitschritten und Durchziehen der Angriffe
Modern 1 - 1 mit Handwechsel
Grundlagen Presas "Tapi Tapi"

Wirbeln:

Diagonalschläge
Handwechsel
Einfache Techniken mit 2 Stöcken
Redonda

Anyo: Modern Arnis Anyo Isa

Klassisches Arnis

Banda y Banda
Rompida
1. Serie Doppelstock mit Anwendung Single Sinawali

Waffenlos

Trittechniken: Lowkick
Sipat
Verteidigungen: Prinzip der 1. Doppelstockserie gegen
- Stockangriff
- waffenlosen Angriff
- Vorwärtsfußtritt
Modern-Prinzip mit links
Drills: Grundlagen des Modern Drills (ohne Variationen)
Drill zum Prinzip der 1. Serie Doppelstock
Entwaffnungen: 1. Serie (siehe - Modern Einzelstock)

Befreiungstechniken

5 Techniken gegen Fassen der Stockhand

SV

Lösen von Klammer- und Würgegriffen mit Hilfe eines kleinen Gegenstandes

Theorie



Grüngurt - 3. Klasse

Grundlagen

Bewegungslehre: Ausweichen mit anschließender 90° Drehung

Rollen

Fallschule: Rückwärts und seitwärts aus dem Stand

Sinawali

X Sinawali rechts und links auch mit Übergang

Doppel Doppel Sinawali mit Variationen innen, außen und oben-unten

Doppel Reverse Sinawali

Modern Einzelstock

Blöcke: Reverse Blöcke

Gegenangriffe: Abanico Grundtechniken

Diagonal Angriffe und Verteidigung

Kombination von 2 Distanzen (Schlag, Butt oder Stich) Ökonomie der Bewegung

Kurzstock

Entwaffnungen: 2. Serie - mit einem Stock

(re. und li.) - mit einem Gegenstand (z.B. Kuli)

- mit einem flexible Gegenstand (z.B. Gürtel)

- waffenlos

1. Serie links

Anwendungen: Block-Gegenangriffe-Entwaffnung-Gegenangriffe

Zeitung, Schuh

Drills: Abanico Drill

Modern 1 - 1 mit Handwechsel und Entwaffnungen

Butt 1 - 1

Anwendung aus dem Modern-Einstock-Programm

im Presas "Tapi Tapi"

über den Kopf mit einem und zwei Stöcken

Wirbeln: Anyo: Modern Arnis Anyo Dalawa

Klassisches Arnis

Figure 8: largo

corto

Wirbel

Hirada Balanguenia: (z.B. mit Schnitt, Doppelschnitt, Sonquete usw.)

2. Serie Doppelstock mit Anwendung Doppel Sinawali

Drills: Doppelstock 1 - 1

Waffenlos

Schlagtechniken: Uppercuts

Ellbogentechniken

Knietechniken

Verteidigungen: Prinzip der 2. Doppelstockserie gegen

- Stockangriff

- waffenlosen Angriff

Ausweichen (Meiden, Rollen)

Mehrfachkonter

Drills: Modern Drill (Gegenangriffs Variationen, Ellbogen)

Presas Drill zum Prinzip der 2. Serie Doppelstock

Fluß Drill zum Prinzip der 2. Serie Doppelstock

2. Serie (siehe - Modern Einzelstock)

Entwaffnungen: Prinzip des

Hebeltechniken: - Streckhebels (Ellbogen, Finger)

- Beugehebels (Ellbogen, Handgelenk)

- Drehhebels (Handgelenk)

Befreiungstechniken

8 Techniken gegen: Fassen der Hand

SV

Lösen von Klammer- und Würgegriffen ohne Gegenstand

Theorie

Blaugurt - 2. Klasse

Grundlagen

Bewegungslehre: Verbindung der Schritt/Ausweichbewegungen in Abhängigkeit zur Waffe:

- 1 Stock (Schwert) - largo (schweres Schwert)

- corto (leichtes Schwert)

- Modern (Stock)

- 2 Stöcke

- ohne Stöcke

Fallschule: Fallen durch Fremdeinwirkung

Sinawali

Alle Sinawalis in Verbindung mit oder ohne Zwischenschlag

2 gegen 1 rechts und links, Doppelstock auf Einzelstock und zurück

Peitschenschlag Sinawali (10er horizontal)

Modern Einzelstock

Blöcke: Schlagblöcke innen und außen

Schlagblöcke mit Entwaffnung auf 1, 2 und 12

Gegenangriffe: 5-7 facher Gegenangriff (mit Entwaffnung, wenn es paßt)

Direkter Konter (Körper/Kopf)

Entwaffnungen: 3. Serie - mit einem Stock

- mit einem Gegenstand (z.B. Knirps, Schlüssel, Kuli)

- waffenlos

2. Serie links

Ein fortgeschrittenes Gürtelprinzip

Anwendungen: Schlüssel

Drills: Wechsel von Modern 1-1 in Butt 1-1 und zurück mit möglichem Handwechsel und möglicher Entwaffnung (Basic Sparring im Video als Hilfe)

Flow Drill (auch Stock waffenlos,waffenlos-waffenlos)

Presas "Tapi Tapi":

- 12er Reihenfolge Auflösen

- 4 Single Schläge

- Butts aus 1 und 2 mit Butts 'rauslenken

danach auch Umleiten von Schlag 1

Wirbeln: freies Wirbeln

Anyo: Modern Arnis Anyo Tatio

Messer

Stock gegen Messer

Klassisches Arnis

Palis Palis: largo - Doublete

- Gegenangriffe mit korrekter Körpermechanik

corto

Abanico: largo

corto

Largo Largo

3. Serie Doppelstock

Drills: Flow Drill

6 count

klassisch 1-1

Largo 1-1

Waffenlos

Hebeltechniken: 1. Hebelkette (Armhebel)

Anwendung: z.B. Streckhebel, Drehhebel usw.

(Befreiung, Faustangriff, Stock-waffenlos, Stock-Stock)

2. Hebelkette (Finger, die ersten 4 Techniken)

Block - Mehrfachkonter gegen

- waffenlosen Angriff

- Stockangriff (Stock jeweils sichern)

Drills: Modern Drill - Wechsel auf links

Decadena (Modern 1 - 1 waffenlos)

Befreiungstechniken

Hebel mit dem Stock (z.B. über Bizeps, Hals, Ellbogen, Nacken/Schulter)

SV

Reversfassen (gebeugter und gestreckter Arm). dann Angriff Gerade oder Schwinger

Verteidigung gegen Schwitzkasten - von vorne und hinten

Verteidigung gegen mehrere Angreifer

Theorie



Braungurt - 1. Klasse

Grundlagen

Bewegungslehre: Verbindung der Schritt/Ausweichbewegungen mit einem Messer

Sinawali

Stichtechniken: Single, Doppel, x Sinawali
 Drills: Single Drill (2-1, Stiche und Butts)
 Prinzip der 16 Single Sinawali

Modern Einzelstock

Gegenangriffe: 5-7 facher Gegenangriff (mit Entwaffnung und/oder Hebel, wenn es paßt)
 Direkter Konter (Schlaghand)
 Block - Entwaffnung, Hebel, Wurf (einzeln oder in Kombinationen möglich) - mit Stock
 - waffenlos (Baukasten)

Entwaffnungen: 4. Serie - mit einem Stock
 - mit einem Gegenstand (z.B. Knirps, Schlüssel, Kuli)
 - waffenlos
 5. Serie - mit einem Stock
 - waffenlos

Wurftechniken: 1. Wurfserie (mindestens 3 Techniken von 5 gezeigt)

2 fortgeschrittene Gürtelprinzipien

Anwendungen: Spazierstock (Einsatz des Hakens)

Drills: Hebel in Drills einbauen
 Wechsel von Modern 1-1 in Butt 1-1 und zurück mit möglichem Handwechsel und möglicher Entwaffnung, Übergang in Stock-waffenlos 1-1 mit möglicher Entwaffnung, waffenlos 1-1
 Presas "Tapi Tapi": Handwechsel, links Butts, rechts Faustrücken
 Butts aus 1 und 2 mit Butts rauslenken danach auch Umleiten von Schlag 1
 Anyo: Modern Arnis Anyo Apat

Messer

Umgang mit dem Messer
 Messer - Stock (Banda y Banda, Rompida, Figure 8)
 Messer - Messer (Modern Technik)
 Grundlagen Balisong
 waffenlose Verteidigung: 1. Messer-Prinzip (diagonal), einfaches Umleiten gegen - Messerhaltung
 - Dolchhaltung

Klassisches Arnis

Cinco Teros: largo
 corto
 Sonquete Figure 8
 4. Serie Doppelstock
 Espada y Daga: 3 verschiedene Eingänge (Blöcke) Nummer 1 + 2
 Drills: klassisch 1-1, Doppelstock
 klassisch 1-1, Espada y Daga
 go with the force 1-1

Waffenlos

Hebeltechniken: 2. Hebelkette (Finger) weiterführen
 Verteidiger löst die trappende Hand des Angreifers (auch Hebel möglich)
 gegen: - Stockangriff
 - waffenlosen Angriff
 Drills: Trapping Drill mit und ohne Stock
 Einstieg: Modern Freestyle waffenlos (Kombination von waffenlosen Drills)

SV

Gegen auf dem Bauch sitzenden Angreifer: Lösen mit Nerventechniken und Drehhebel usw.
 Verteidigung gegen mehrere Angreifer

Theorie



INTERNES

Hinweis Sommerlager 2021

Das 17. Internationale Arnis Sommerlager wird aus jetziger Sicht wie geplant vom **02. bis 08. August 2021** in der Sportschule Schöneck in Karlsruhe stattfinden. Wir sind noch immer optimistisch und planen die Durchführung wie in den vergangenen Jahren.

Wenn Ihr teilnehmen möchtet, meldet Euch bitte wie üblich über das Online-Formular bzw. mit der ausgedruckten Version per Post an und überweist die Anzahlung. Derzeit sind noch einige Plätze verfügbar.

Sollte das Sommerlager aufgrund Corona-Beschränkungen doch nicht stattfinden können, werden die Anmeldegebühren natürlich zeitnah zurückerstattet!

Den folgenden Beschluss hatten wir Euch im letzten Quartalsnewsletter bereits mitgeteilt:

Ersatz für Danvorbereitungslehrgänge

In diesem Jahr mussten viele Lehrgänge ausfallen, unter anderem auch einige Dan-Lehrgänge, welche zur Prüfung auf den 1. Dan als Vorbereitungslehrgänge notwendig sind. Um die Prüfungen trotzdem zu ermöglichen, hat der Vorstand die folgende Ausnahme beschlossen:

Ein Lehrgang (1 Tag) kann durch vier Stunden spezielle Danvorbereitungseinheiten im normalen Training vor Ort ersetzt werden. Diese Stunden sind von der/dem jeweiligen Trainer/in zu dokumentieren und vom Prüfling bei der Prüfung nachzuweisen. Es sollte dazu vorab eine Koordination mit dem Bundestrainer erfolgen.

Dies ist eine Übergangsregelung und gilt bis auf Weiteres.

Ergänzend dazu haben wir auch die entsprechende Voraussetzung für Braungurtprüfungen angepasst:

Lehrgänge bei Danprüfern für Prüfung zum Braungurt

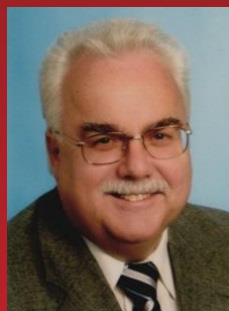
Laut Prüfungsordnung sind zwei Lehrgänge bei Danprüfern als Voraussetzung für die Prüfung zur 1. Klasse nachzuweisen. Ein Sinn dieser Regel war und ist, dass man nicht immer nur innerhalb der eigenen Gruppe trainiert (zumindest potenziell), sondern auch mit anderen. Mit den Kontaktbeschränkungen während der Corona-Zeit ist dies etwas schwierig, selbst wenn wir wieder "normal" trainieren dürfen. Daher hat der Vorstand diesen Punkt (1.4.1 der Prüfungsordnung) bis auf Weiteres außer Kraft gesetzt.



KONTAKTE UND ANSPRECHPARTNER

Geschäftsstelle Deutscher Arnis Verband e.V.

Cunnersdorfer Str. 16
01458 Ottendorf-Okrilla
Ansprechpartner: **Christian Helbig**
Festnetz: 035205 – 890114
Mobil: 0176 – 64787895
geschaeftsstelle@modern-arnis.de
Erreichbar zu folgenden Zeiten:



Di 09:00 - 12:00 Uhr
Do 15:00 - 18:00 Uhr

Vorstand

1. Vorsitzender	Sven Barchfeld	sven.barchfeld@modern-arnis.de
2. Vorsitzender	Philipp Wolf	philipp.wolf@modern-arnis.de
Geschäftsführer	Alexander Friedrichs	alexander.friedrichs@modern-arnis.de
Sportwart	Dieter Knüttel	datu@modern-arnis.de
Kassenwart	Carsten Raum	carsten.raum@modern-arnis.de
Schriftführer	Markus Kenkmann	markus.kenkmann@modern-arnis.de
Materialwartin	Gerda Thiel	gerda.thiel@modern-arnis.de

Homepage

Technischer Webmaster:	Sebastian Wales	sebastian.wales@modern-arnis.de
Inhaltlicher Webmaster:	Alexander Friedrichs	alexander.friedrichs@modern-arnis.de

Redaktion Quartalsnewsletter

	quartalsnewsletter@modern-arnis.de
Patricia Kowalik	patricia.kowalik@modern-arnis.de
Sven Barchfeld	sven.barchfeld@modern-arnis.de

Bankverbindungen

Verbandskonto

Deutscher Arnis Verband e.V.
Deutsche Bank Chemnitz
IBAN: **DE90** 8707 0024 0874 1233 **01**
BIC: DEUTDEBCHE

Materialkonto

Deutscher Arnis Verband e.V.
Deutsche Bank Chemnitz
IBAN: **DE20** 8707 0024 0874 1233 **00**
BIC: DEUTDEBCHE

