

Sicherheit kann man lernen

05.04.2012, 10:09 | Sport

Pressemitteilung von: *WingTsun Schule Reinhardshagen*



WingTsun Schule Reinhardshagen-Effektive Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für jedes Alter.

Kostenlose Einführung in eine effiziente Selbstverteidigung

Reinhardshagen, 04.04.2012

WingTsun wurde von einer Frau entwickelt, um sich als schwächere Person gegen Gewalt schützen zu können.

In der WingTsun-Schule Reinhardshagen kombiniert man dieses traditionelle Wissen mit modernen Mitteln der Deeskalation zu einer effektiven Selbstverteidigung. Jeden Dienstag von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr und Samstags von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr sind kostenlose Probetrainings möglich.

Viele Reinhardshäger haben Kurse in der WingTsun-Schule belegt. Das liegt besonders an der Logik des Kampfsystems WingTsun. Dieses ist nicht „versportlicht“ und verfügt daher über keinen festen Regelkanon. Was zählt, ist körperliches Reaktionsvermögen in jeder Situation, denn kein Angreifer hält sich an Regeln, wie Schulleiter Björn Suter weiß: „Es ist wichtig, dass man realistische Situationen trainiert. Und diese sind für Frauen, Männer und Kinder unterschiedlich. Die körperlichen WingTsun-Techniken sind zwar identisch, aber die Kommunikation muss der jeweiligen Situation angepasst sein.“ Deshalb üben Männer gezielt, wie sie einen Kneipenschläger beruhigen oder ihn mittels Kampftechniken außer Gefecht setzen können. Frauen hingegen werden selten Opfer von Schlägern. Sie lernen in der WingTsun-Schule Reinhardshagen vor allen Dingen Belästigungen zu kontern; denn wer selbstbewusst auftritt, wird auch kein Opfer. „Täter wollen keine Gegner“, erklärt Sihing Björn. „Die richtige Körperhaltung, der passende Blick zur richtigen Zeit können bereits abschrecken. Genau das üben wir.“

Immer beliebter werden auch die WingTsun-Kindergruppen, bei denen die Kleinen lernen, sich gegen andere Kinder zu wehren, aber auch trainieren, wie man sich gegenüber Erwachsenen zu verhalten hat. „Ein Fünfjähriger kann einen Erwachsenen nicht besiegen. Aber er kann lernen, dass man niemandem die Haustür öffnet, am Telefon nicht sagt, dass die Eltern nicht zuhause sind und nie jemandem zum Auto folgt, weil Süßigkeiten oder Hundewelpen versprochen wurden. Die meisten dieser Punkte haben die Eltern den Kindern bereits erklärt. Das hilft aber nicht. Man muss es trainieren. Immer und immer wieder“, verdeutlicht Sihing Björn. Deshalb besteht ein Großteil des Kindertrainings aus Rollenspielen. Kinder lernen: „Feuer“, zu schreien, bewusst andere Erwachsene um Hilfe zu bitten und Codewörter zu benutzen, wenn die Eltern einen

Bekannten bitten, die Kinder von einem Treffpunkt abzuholen. Positiver Nebeneffekt: Die WingTsun-Techniken schulen die Motorik. Das hilft nicht nur den Grundschulern in ihrer Entwicklung, sondern bietet den Erwachsenen einen guten Ausgleich für deren oft einseitigen Tätigkeiten.

Nähere Informationen über die WingTsun-Schule Reinhardshagen und das Training findet man im Internet unter www.wt-reinhardshagen.de

Portrait

WingTsun Schule Reinhardshagen-Effektive Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für jedes Alter.

News-ID: 622266 • Views: 176 (Stand: 31.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/622266/Sicherheit-kann-man-lernen.html>