

Krav-Maga-Workshop an der Realschule



Hauzenberg. In der Turnhalle der Realschule Hauzenberg fand ein Selbstverteidigungskurs für interessierte Schüler der Klassen sieben bis zehn statt. Unter professioneller Leitung durch Federico Marrone und Mathias Kempf von Krav Maga

Passau gewannen 25 Teilnehmer in eineinhalb Stunden Einblick in verschiedene und Selbstverteidigungstechniken und probierten diese selbst aus. „Natürlich ist es schwer, sich gegen große und starke Männer wehren zu können“, meinte Kempf, „aber in den 90 Minuten zumindest den einen oder anderen Trick kennenzulernen, um möglichen Angriffen etwas entgegenzusetzen zu können, ist unser heutiges Ziel. Oberste Priorität hat jedoch immer die Deeskalation – aus der Gefahrensituation herauskommen, ohne Gewalt anwenden zu müssen. Das Wichtigste ist der Selbstschutz!“. Themen des Workshops waren zum Beispiel die richtige Abwehrhaltung bei tätlichen Übergriffen („Zuerst den Kopf schützen!“), „Was tun, wenn man an den Haaren gezogen wird?“ oder „Wie kann man aufdringliche Verehrer in ihre Schranken weisen?“. Diese Techniken wurden von den Trainern eindrucksvoll und mit Humor demonstriert. Dass der Kurs bei den Mädchen und Jungen ankam, bewies der tosende Applaus am Ende. Der Schnupperkurs wurde von der Courage AG der Schule organisiert, die sich gegen Diskriminierung und für Gleichbehandlung sowie für selbstbewusstes Handeln einsetzt. Vielleicht kann bald ein weiterer Kurs mit Marrone und Kempf an der Schule angeboten werden, um bereits erlerntes Wissen zu festigen, einzuüben oder auch um neue interessierte Schüler fit zu machen. – red/Foto: Realschule