

Sven Kohlenberg

BAND 1 Basiswissen Kubotan

Der SV – Stab

Ein genialer Gegenstand zur
Selbstverteidigung.

www.selbstschutzakademie.de



Bildernachweis

S.Kohlenberg und mit freundlicher Genehmigung
Christian von Praun und den Mitgliedern des KKB
@Schnüffler, @Knife und @Stickman

© S.Kohlenberg

1. Auflage August 2009

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk, inklusive aller seiner Teile, ist nach deutschem Urheberrecht geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des deutschen Urheber- und Zitatrechts ist ohne Zustimmung des Autors strafbar. Insbesondere gilt dies für die Vervielfältigung, Übersetzungen und Mikroverfilmungen sowie für die Einspeicherung und/oder Bearbeitung in elektronischen Systemen.

Für Verbesserungsvorschläge und Hinweise auf eventuelle Fehler bedankt sich der Autor.

Danksagung

Ich danke allen, die mir geholfen haben dieses Werk zu realisieren. Im Besonderen natürlich meinem Meister Holger Kühl, der mir immer mit Rat und Tat zur Seite stand. Auch möchte ich mich bei der großen Gemeinschaft des KKB für ihre Mithilfe, Anregungen und Inspirationen bedanken.

ACHTUNG

Alle hier aufgeführten Techniken und Tipps bergen ein hohes Gefährdungspotential und können unter Umständen zu lebensgefährlichen Verletzungen führen.

Der Autor und alle Beteiligten übernehmen keinerlei Haftung für eventuelle Verletzungen.

Ein regelmäßiges Training unter qualifizierter Anleitung ist daher unumgänglich. Gerade bei Aktionen zum Kopf ist absolute Vorsicht geboten.

Sven Kohlenberg

Der SV – Stab

Ein genialer Gegenstand zur
Selbstverteidigung.



www.selbstschutzakademie.de

Inhalt

Vorwort	06
Geschichte	07
Erscheinungsbilder	09
Alternativen zum SV - Stab	10
Gesetzestexte	11
Vitalpunkte	16
Haltearten	22
Tragearten	27
Grundsätzliche Anwendung	29
Einsatzzeitpunkt	33
Erste Hilfe	34
Quellen/Literatur	35
Autoreninfo	37
Kontakt	38
Notizen	39

Vorwort

Kaum ein Gegenstand hat die Szene in den letzten Jahren so aufgewirbelt, wie der Selbstverteidigungsstab oder kurz SV – Stab. So ziemlich jeder SV – Stil aber auch viele traditionelle Kampfkünste arbeiten mit ihm. Bekannt unter einer Vielzahl von Namen ist der SV – Stab daher ein idealer Begleiter. Um den alltägliche Gefahren zu trotzen, bedarf es Lösungen die einerseits legal und andererseits kostengünstig zu beziehen sind. Hier bietet sich der SV – Stab gerade zu an.

Gerade auf Grund der Vorkommnisse der letzten Jahre, wie in Erfurt oder Winnenden und den daraus resultierenden Änderungen des deutschen Waffengesetzes, kann es unter Umständen nötig über eine legale Form der Bewaffnung nachzudenken. Hier bietet sich der SV – Stab in optimaler Weise an. Vom Gesetzgeber her ist der SV – Stab nicht als „Waffe“ eingestuft und darf daher legal erworben und bei sich getragen werden.¹ Gerade weil man damit mannigfaltige Möglichkeiten der Anwendung hat, ist es möglich ihn auch „sanft“ einzusetzen und trotzdem überzeugend zu agieren.

Ich hoffe Ihnen ein Überblick über das Wirken mit dem SV – Stab geben zu können. Eventuell erzeuge ich Ihr Interesse für diesen kleinen universellen Gegenstand.

Natürlich muss ich darauf hinweisen, dass der Umgang mit dem SV – Stab, ebenso wie alle anderen SV – Techniken, regelmäßig gelernt werden sollte. Nur so können Sie sich im Ernstfall adäquat verteidigen. Im Anhang erhalten Sie einige Tipps, wo sie den Umgang erlernen können.

1 http://www.bka.de/profil/faq/waffenrecht/feststellungsbescheide/pdf/fb_170_kubotan.pdf

Geschichte

Die wohl älteste Waffe der Menschheit ist, neben dem Stein, der Stock! Schon Affen wurden beobachtet, wie sie sich mit Hilfe eines Stockes, den Angriffen eines Raubtieres erwehrt. Ob lang, mittellang oder kurz. Der Stock war seit Anbeginn der Menschheit ein nützlicher Begleiter.

Zwar gab/gibt es auch alte und neue europäische Systeme, die sich auch mit dem Stockkampf auseinandersetzen.² Die strukturierte Erforschung und Weitergabe als Kampfkunst wurde aber hauptsächlich im asiatischen Raum entwickelt und der Umgang mit dem Stock und dem Einsatz als Waffe perfektioniert.

Noch vor Japan und China sind wohl die Philippinen zu nennen, wenn es um Stockkampf geht. Hier gibt es eine jahrhundertealte Tradition des Stockkampfes. Schon die Legenden erzählen sich von „Lapu Lapu“, einem kriegerischen Stammesfürst, der sich im Jahre 1521 als einer der ersten historisch erfassten Krieger der philippinischen Kampfkünste, erfolgreich gegen die Eroberung durch die Spanier unter Führung von Ferdinand Magellan zur Wehr setzte. Dies allein mit Hilfe von Stockwaffen. Durch diese Tat ging er als frühester Freiheitsheld der Philippinen in die Geschichte ein.

Der SV - Stab hat viele Namen. Neben dem am meisten gebrauchten Ausdruck „Kubotan“ gibt es auch noch die Begriffe: „Dulo y Dulo“, „Palmstick“, „Powerstick“, „Nervenstock“, „Yawara“, „Persuader“, „Tessen“ und viele weitere mehr.

² Hauptsächlich verbreitet in Irland, England, Italien aber auch im sonst. Mitteleuropa.

Eine einfache Version wurde in den 1980ern von dem Japaner Takayuki Kubota, einem in USA lebenden Kampfsportler und Filmschauspieler, entwickelt und vertrieben. Takayuki Kubota hat sich einen Schlüsselanhänger aus Aluminium patentieren lassen, der ursprünglich SV – Stab nachempfunden ist. Durch ihn und dem großen kommerziellen Erfolg hat sich ziemlich schnell - abgeleitet von seinem Nachnamen - der übergreifende Name “Kubotan” eingebürgert. Er war also Vorreiter und hat einen großen Anteil an der derzeitigen Verbreitung des SV – Stabes.



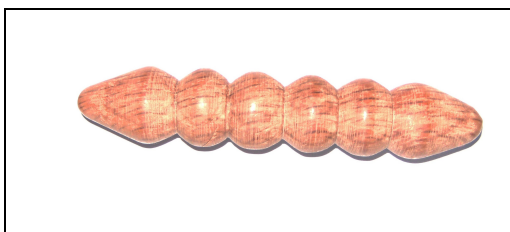
Abbildung eines Kubotan wie ihn Takayuki Kubota entwickelt hat.³

³ Kontakt zu Takayuki Kubota unter <http://www.ikakarate.com/>

Erscheinungsbilder

Fasst so vielseitig wie der Name ist auch die Erscheinungsform des SV – Stabes. Vom sehr einfachen Holzstab über den Aluminium – Kubotan bis hin zum filigran gearbeiteten Kamagon⁴ oder Büffelhorn.

Nachfolgend sehen Sie einige kleine Abbildungen von gängigen Formen.



⁴ Hartholzart , philippinisches Ebenholz (Eisenholz). Je nach Schreibweise auch Kamagong genannt.

Alternativen zum SV - Stab

Nicht immer hat man den SV – Stab dabei oder griffbereit. Hier muss man dann innerhalb einer Gefahrensituation auf eine andere Alternative ausweichen. Hat man die richtige Handhabung des SV - Stabes aber gründlich erlernt, ist man sehr schnell in der Lage, sich auch mit anderen Alltagsgegenständen effektiv zu verteidigen.

Einige Beispiele von Alternativen sind



Kugelschreiber
Taschenlampe
Mobiltelefon
Ein aufgerolltes Magazin
Löffel
Brillenetui
Kamm/Bürste

Bei Kugelschreibern sollt man darauf achten, dass es sich dabei um Metallkugelschreiber handelt, da sonst die Verletzungsgefahr zu hoch ist. Will man mit Kunststoffkugelschreibern hebeln, drücken oder zwicken können diese zerbrechen.

Man muss auch darauf hinweisen, dass diverse Alternativen doch recht rutschig sind. Dies muss beachtet werden. Einerseits um Verletzungen zu vermeiden andererseits auch um einen Verlust des Verteidigungsmittel zu verhindern.

Da die Techniken und Bewegungen alle recht ähnlich sind, muss man nicht erst „umdenken“, um sich zu verteidigen. Hat man einmal den Umgang mit dem SV – Stab erlernt, ist es kein Problem sich z.B. mit einem Löffel zu verteidigen.

Gesetzestexte

Aus nahe liegendem Anlass muss hier auch auf die Gesetzestexte eingegangen werden. Es sollen einige Gesetze gezeigt werden, die unter Umständen zum Tragen kommen könnten.⁵

Die gesetzliche Basis einer jeden potenziellen Notwehrhandlung bilden die Paragraphen § 32 des Strafgesetzbuches (StGB) und § 227 des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB). Der Text beider Paragraphen ist identisch, da sich sehr schnell aus einer unrechtmäßigen Selbstverteidigung eine sowohl strafrechtliche als auch zivilrechtliche Konsequenz ergeben kann.

§ 32 StGB Notwehr

(1) Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig.

(2) Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen, rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

In diesem Zusammenhang bedeutet „gegenwärtig“, dass der Angriff bereits stattfindet oder offensichtlich unmittelbar bevorsteht.

§ 33 StGB: Überschreitung der Notwehr

Überschreitet der Täter die Grenzen der Notwehr aus Verwirrung, Furcht oder Schrecken, so wird er nicht bestraft.

⁵ Die Gesetze lassen sich nachlesen unter <http://www.dejure.org>

Eine Überschreitung der Notwehr wird als **Notwehrexzess** bezeichnet. Dieser wird in aller Regel strafrechtlich sowie auch zivilrechtlich geahndet. Ist der Verteidiger jedoch im Rahmen der sog. **Beweislastumkehr** in der Lage nachzuweisen, dass er aus Verwirrung, Angst oder Schrecken unverhältnismäßig gehandelt hat, geht er straffrei aus.

§ 34 StGB: Rechtfertigender Notstand

Wer in einer gegenwärtigen, nicht anders abwendbaren Gefahr für Leben, Leib, Freiheit, Ehre, Eigentum oder ein anderes Rechtsgut eine Tat begeht, um die Gefahr von sich oder einem anderen abzuwenden, handelt nicht rechtswidrig, wenn bei Abwägung der widerstreitenden Interessen, namentlich der betroffenen Rechtsgüter und des Grades der ihnen drohenden Gefahren, das geschützte Interesse das beeinträchtigte wesentlich überwiegt. Dies gilt jedoch nur, soweit die Tat ein angemessenes Mittel ist, die Gefahr abzuwenden.

Notstand ist Notwehr gegen Gegenstände (Tiere gelten ebenso wie Pflanzen rechtlich als Sachen). Kann ein Menschenleben durch das Beschädigen einer Sache gerettet werden, so ist dies erlaubt.

Als Beispiel sei hier das Töten eines Kampfhundes genannt, der sich auf ein Kind stürzt.

„Angemessenes Mittel“ bedeutet hier natürlich, dass die Verteidigungshandlung der jeweiligen Situation und der Schwere des Angriffes angemessen sein muss. Wenn ein Angriff mit verschiedenen Mitteln gleichermaßen sicher abgewehrt werden kann, ist immer dasjenige Mittel auszuwählen, das dem Angreifer natürlich am wenigsten schadet.

§ 35 StGB: Entschuldigender Notstand

(1) Wer in einer gegenwärtigen, nicht anders abwendbaren Gefahr für Leben, Leib oder Freiheit eine rechtswidrige Tat begeht, um die Gefahr von sich, einem Angehörigen oder einer anderen ihm nahe stehenden Person abzuwenden, handelt ohne Schuld. Dies gilt nicht, soweit dem Täter nach den Umständen, namentlich weil er die Gefahr selbst verursacht hat oder weil er in einem besonderen Rechtsverhältnis stand, zugemutet werden konnte, die Gefahr hinzunehmen; jedoch kann die Strafe nach § 49 Abs. 1 gemildert werden, wenn der Täter nicht mit Rücksicht auf ein besonderes Rechtsverhältnis die Gefahr hinzunehmen hatte.

(2) Nimmt der Täter bei Begehung der Tat irriige Umstände an, welche ihn nach Absatz 1 entschuldigen würden, so wird er nur dann bestraft, wenn er den Irrtum vermeiden konnte. Die Strafe ist nach § 49 Abs. 1 zu mildern.

Aus der Strafbarkeit bzw. Rechtswidrigkeit des Angriffes ergibt sich, dass jedes Rechtsgut durch Notwehr verteidigt werden darf. Inwiefern es jedoch ratsam ist, wegen ein paar Euro im Portmonee, einer beschmutzten Jacke oder einer üblen Beschimpfung, eine wohl möglich gefährlichen, körperliche Auseinandersetzung und deren mögliche Folgen in Kauf zu nehmen, sollte vorher bedacht werden.

Wer einem anderen in einer Notwehrsituation zu Hilfe kommt, ist ebenfalls durch die obigen Paragraphen rechtlich abgesichert. Hier möchte ich an Ihre Zivilcourage appellieren und Sie bitten wann immer Sie können, sich für andere einzusetzen. Bedenken Sie bitte, dass Sie sich in einer Notlage auch über Hilfe freuen würden.

Folgender Paragraf sollte auch bedacht werden, wann immer man sich mit Gegenständen aller Art verteidigt. Es kommt doch recht häufig vor, dass ein Opfer vor Gericht sehr schnell zum Täter wird. Auch kommt es vor, dass man vom Täter verklagt wird, obwohl er einen selbst angegriffen hat und man sich in einer Notwehrsituation befunden hat. Der/Die Täter versuchen so, doch noch Genugtuung zu erlangen, auch wenn sie unterlegen waren.

§ 224 StGB: Gefährliche Körperverletzung

(1) Ist die Körperverletzung mittels einer Waffe, insbesondere eines Messers oder eines anderen gefährlichen Werkzeugs oder mittels einer das Leben gefährdenden Behandlung begangen, so ist die Strafe Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder Geldstrafe.

(2) Der Versuch ist strafbar.

Das Merkmal „Waffe“ bzw. „gefährliches Werkzeug“ umfasst alle beweglichen Gegenstände, die benutzt werden können, um den menschlichen Körper zu schädigen. Hiermit sind also nicht nur Waffen im herkömmlichen Sinne (z.B.: Schusswaffen, Messer, Totschläger, etc.) gemeint, sondern auch Gegenstände wie der SV - Stab. Es kommt dabei auf die Handhabung des Gegenstandes an. Einen Kugelschreiber würde man grundsätzlich nicht als „Waffe“ ansehen; verwendet man ihn jedoch als Stichwaffe gegen Vitalpunkte eines Menschen, wird er zu einem „gefährlichen Werkzeug“ im Sinne des Gesetzes.

§ 323c Unterlassene Hilfeleistung

Wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist, wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft.

Die Zumutbarkeit schränkt hier die Pflicht zur Hilfeleistung ein: Man braucht sich nicht heldenhaft in eine Horde Aggressoren werfen, die eine andere Person malträtieren. Ob und inwieweit man allerdings selber in einer solchen Situation eingreift, obliegt jedem selbst, aber man sollte natürlich Hilfe holen und/oder die Polizei verständigen.

Vitalpunkte

In einer echten Notsituation ist es von Nöten, das Sie mit aller Energie handeln, die Ihnen zur Verfügung steht. Wenn Sie erst groß nachdenken müssen, was Sie machen und was Ihre Aktionen bewirken, kann es unter Umständen schon zu spät sein. Intuitives und energisches Handeln bringt Ihnen einen Zeitgewinn, der unter Umständen Ihr Leben rettet.

Die für Sie wichtigen, geltenden Gesetze haben Sie ja schon vorher kennen gelernt. Allerdings möchte ich auch ein Sprichwort aus dem angelsächsischen Sprachraum erwähnen. Es lautet im übertragenem Sinne :

"Lieber von Dreien gerichtet, als von Sechsen getragen."

In einer eskalierenden Auseinandersetzung zwischen Panikschüben, Atemnot, Tunnelblick und eventueller Lähmung und natürlich den Aktionen des Aggressors, dürfte es ziemlich schwer sein, einen kühlen Kopf zu behalten. Leider sehen das einige Richter nicht so. Gerade dann, wenn man seine Freizeitstunden mit Kampfsport oder dem Erlernen von Selbstverteidigung verbringt, denken und erwarten sie gerade zu, dass man mit bloßen Händen einer Horde von bewaffneten Angreifern mühelos und ungefährdet gegenüber tritt und diese auf schnellste Weise und ohne die Angreifer zu verletzen, außer Gefecht setzt. Dass dies durch Hollywood geprägte unrealistische Wunschvorstellungen sind, dürfte auf der Hand liegen. Da ein Aggressor sich natürlich auch bewegt, sollte man sein Hauptaugenmerk auf große und damit leicht zu treffende Körperregionen legen.

In den asiatischen Kampfkünsten werden die Begriffe "Dim Mak" oder auch "Atemi" benutzt. Im deutschen Sprachgebiet und in der Selbstverteidigung hat sich der Begriff "Vitalpunkte" etabliert. Ab und zu wird auch der Begriff "Nervendruckpunkte" benutzt. Dieser trifft den Sinn aber nicht ganz. Allen gemein ist der Wunsch den Gegner möglichst schnell von einem Angriff abzubringen/abzuhalten und/oder sich die Möglichkeit zu Flucht zu erarbeiten.

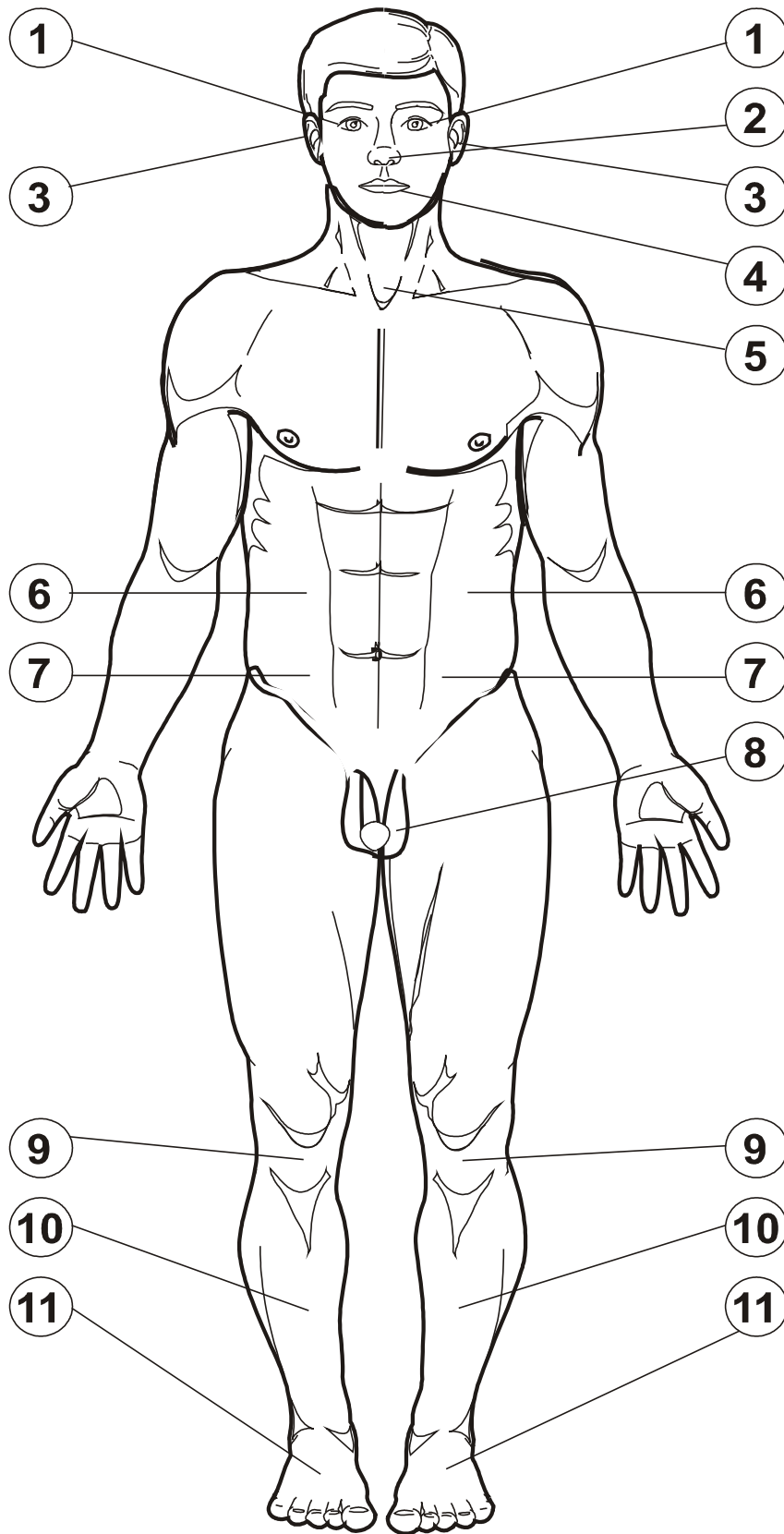
Nachstehend habe ich einige Körperstellen angegeben, die Ihnen helfen können, sich effektiv zu verteidigen. Die Wirkung auf diese Stellen können mit dem SV - Stab noch um ein Vielfaches verstärkt werden.

Ich habe mich bei dieser Aufstellung nur auf die wirklich funktionellen und schnell zu erreichenden Punkte konzentriert. Es gibt - gerade im asiatischen Raum - hunderte von weiteren Punkten. Teilweise überschneiden sich diese auch mit den Akupunkturpunkten.

Viele dieser Punkte sind in einem Kampf aber nicht, oder nur schwer zu erreichen oder eine Stimulanz ist nur schwer möglich. Deswegen bietet folgende Tafel nur eine kleine Übersicht.

Bedenken Sie bitte auch, dass in unseren Breitengraden überwiegend Jacken oder Pullover getragen werden. Hier ist es schwer möglich, an die Stellen zu gelangen, auf die man abzielt bzw. dort die gewünschten Effekte zu erreichen.

Es muss auch erwähnt werden, dass die Menschen recht unterschiedlich auf solche Vitalpunkte reagieren. Was bei dem einen immensen Schmerz hervorruft, bewirkt wohl möglich bei einem anderen nur ein müdes Lächeln. All dies muss berücksichtigt werden.

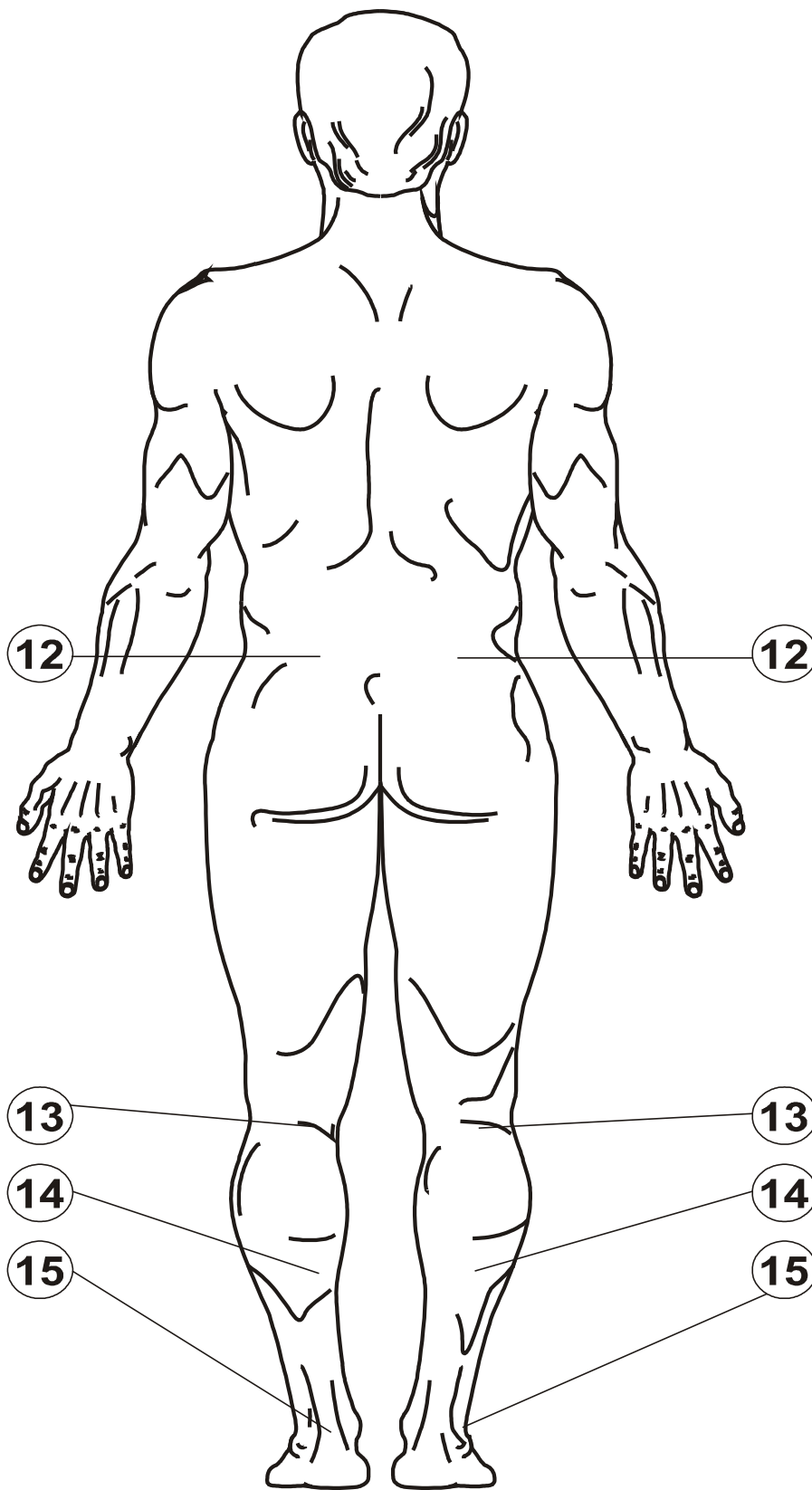


Vorderer Bereich

- | | |
|--|----------------------------|
| 1.) Augenbereich | 7.) Unterer Bauchbereich: |
| 2.) Nasenbereich | Leber, Milz, Magen, untere |
| 3.) Ohrenbereich | Rippen |
| 4.) Mundbereich | 8.) Hoden |
| 5.) Drosselgrube | 9.) Knie |
| 6.) Oberer Bauchbereich:
Solar Plexus, Obere Rippen | 10.) Schienbein |
| | 11.) Spann/Fussrist |

Wirkungen Vorderer Bereich

- 1.) Beeinträchtigung des Sehvermögens, Blutungen, Blindheit
- 2.) Schmerz, Verletzungen des Hirns, Nasenbeinbruch
- 3.) Schmerz, Trommelfell platzt, Gleichgewichtsbeeinträchtigung
- 4.) Schmerz, Starke Blutungen der Lippen, Kieferbruch, Ohnmacht
- 5.) Schmerz, Brechreiz
- 6.) Schmerz, Kreislaufkollaps, Ohnmacht, Verletzung der Lunge
- 7.) Schmerzen, Milz-, Magen-, Leberriß möglich, Verblutungsgefahr bei Nichtbehandlung
- 8.) Schmerzen, Bluterguss, Bewusstlosigkeit, Quetschungen, Zeugungsunfähigkeit
- 9.) Schmerzen, Bruch der Kniescheibe, Meniskusschaden bzw. Riss, Verletzung der Kreuzbänder
- 10.) Schmerz, Bruch
- 11.) Schmerz, Bruch der Knochen



Hinterer Bereich

12.) Nieren

14.) Waden

13.) Kniekehlen

15.) Achillessehne
/ Hacken

Hinterer Bereich

12.) Schmerz, Quetschungen, Zerstörung

13.) Gefäß - und Nervenverletzung -
Gehbehinderung bei Nichtbehandlung !

14.) Schmerz

15.) Schmerzen, Riss

! Bitte bedenke Sie, dass der Aggressor sich bewegt. Dazu kommt: Je kleiner das Ziel, desto schwieriger ist das Treffen. Sie sollten sich also - gerade auch als Neuling - mehr auf die einfach zu treffenden Zonen konzentrieren.

Haltearten:

Es gibt natürlich die verschiedensten Haltearten, für den Umgang mit dem SV – Stab. Je nach persönlichen Vorlieben und Verwendungszweck variieren diese. Egal ob man schlagend, drückend oder hebelnd arbeitet. Mit dem SV – Stab ist man für alle Situationen gewappnet. Jedoch ist der richtige Griff, die richtige Haltung von Bedeutung.

Nachfolgend finden Sie die wichtigsten Griffe als Bilder, mit kurzen Erläuterungen und wichtigen Hinweisen. Aber auch Nachteile werden nicht verschwiegen. So ist man in der Lage sich mit dem SV – Stab richtig zu verteidigen, sollte man in eine Gefahrensituation geraten.

Bitte beachten Sie auch, dass verschiedene, äußere Einflüsse wichtige Auswirkungen, bei der Handhabung des SV – Stabes , haben können. So kann der Kontakt mit Feuchtigkeit (Regen, Schnee, Blut) schnell zum Verlust des SV – Stabes führen.

Sollten Sie den SV – Stab als Schlüsselanhänger nutzen, ist stets auch die Gefahr gegeben, das Sie sich selbst verletzen. Je nach Halteart kann das Schlüsselbund zur Gefahr für einen selbst werden.

Der „Hammer“ - Griff

Hier wird nur mit einer Seite (Spitze) agiert. Der Griff verstärkt Hammerfaustschläge und eignet sich besonders für Angriffe auf harte Körperregionen. Auch kann man durch kippen des Handgelenkes Extremitäten (Finger/Arm) des Aggressors einklemmen und damit Festlegen oder aus den Weg räumen, um sich so den Platz zu schaffen, den man für eine Abwehraktion benötigt.



Der „Mittel“ - Griff 1

Dieser Griff eignet sich besonders, um mit dem kompletten SV – Stab zu arbeiten. Es wird dabei mit beiden Enden getroffen. So ist es möglich schnell und ökonomisch am Aggressor zu arbeiten. Wird der SV – Stab als Schlüsselanhänger bei sich getragen, ist der Einsatz von beiden Enden unter Umständen nur eingeschränkt möglich. Es besteht bei dieser Halteart auch die Gefahr des „Durchrutschens“. Der SV – Stab verrutscht dann innerhalb der Hand.



Der „Mittel“ - Griff 2

Bei diesem Griff stehen Drucktechniken im Vordergrund. Kontrolltechniken, durch Dosierung des Druckes, sind hiermit ebenso möglich, wie auch Aktionen auf Vitalpunkte des Aggressors. Es kann auch hieraus sehr schnell in den „Klemm“ - Griff gewechselt werden.



Der „Klemm“ - Griff

Dieser Griff ist eine kleine Besonderheit, da hierbei die haltende Faust geöffnet ist. Hierbei wird darauf abgezielt den Aggressor durch „zwicken“ und/oder „quetschen“ von seinem Angriff abzubringen bzw. ihn zu kontrollieren, bis Hilfe und/oder die Polizei eintrifft. Diese Form des Haltens dient auch der Vorbereitung bzw. dem wechseln zu verschiedenen Hebelansätze.



Tragearten

Den SV - Stab kann man in sehr verschiedenen Arten tragen. Zum Beispiel lose, ähnlich einem Kugelschreiber, in Hemd-, Hosen- oder Jackentasche.

Natürlich ist auch das Tragen in einem Holster möglich. Ein Holster ist eine Tasche, die für Messer, Pistolen aber auch andere Gegenstände, wie dem SV - Stab, zum schnellen Zugriff hergestellt wird. Sie soll z.B. den SV - Stab sicher und griffbereit am Mann halten und vor Verschmutzung schützen. Am häufigsten findet der Gürtelholster Verwendung. Es gibt aber auch Holster für das Tragen an Arm, Bein oder als Achselholster bzw. Schulterholster.

Ein Holster ist in vielen verschiedenen Materialien herstellbar. So finden man am häufigsten Holster aus Stoff, Leder, Polyamid (Nylon) und Kydex.

Stoffholster lassen sich einfach selber herstellen. Vorteile sind hierbei die leichte und schnelle Verarbeitung. Des Weiteren kann ein Stoffholster auch leicht gewaschen werden.

Leder ist weniger leicht zu verarbeiten als Stoff. Es ist stark abhängig von der Dicke des Materials. Will man hier ein Holster selbst herstellen, sollte man über das entsprechende Werkzeug verfügen. So kann sich das Nähen von Leder z.B. äußerst mühsam gestalten. Es gibt allerdings spezielle Nähnadeln, sowohl für die Nähmaschine als auch für die manuelle Verarbeitung.

Der Name „Nylon“ (chemische Bezeichnung: Polyhexamethylenadipinsäureamid) wurde von der E. I. DuPont de Nemours für Fasern aus Polyamid 6.6 erstellt. Nylon wird vor allem im angelsächsischen Sprachraum als Gattungsname für lineare aliphatische Polyamide verwendet. Es war die erste synthetische Faser, die vollständig synthetisch (aus Kohlenstoff, Wasser, Luft) hergestellt wurde. Für Holster wird im allgemeinen eine spezielle Art des Nylon, das „Cordura“ verwendet. „Cordura“ ist eine eingetragene Textilarke der Firma Invista, einem Tochterunternehmen von DuPont. Im Gegensatz zum normalen Nylon ist „Cordura“ reißfester und im Allgemeinen strapazierfähiger.

Kydex ist der Markenname einer Produktlinie thermoplastischer Kunststoffe. Das Material zeichnet sich durch hohe Festigkeit und Härte sowie gute chemische Eigenschaften und Feuerbeständigkeit aus. Es liegt meist in Platten vor und wird langsam erhitzt. Danach kann es in Form gebracht werden. Nach der Abkühlung können mögliche Kanten einfach geschliffen und poliert werden.

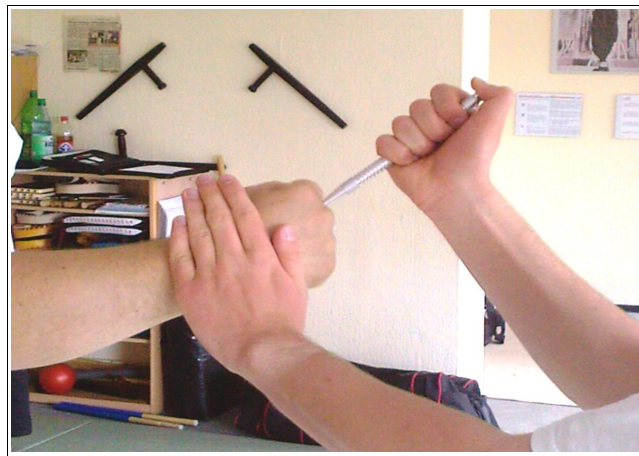
Eine weitere Tragemöglichkeit ist das Tragen des SV – Stabes an einem Lederband/Seil. Es kann um den Hals gelegt werden und somit quasi „unsichtbar“ unter der Kleidung getragen werden. Diese Trageart ist aber recht ungünstig, da in einer Gefahrensituation der SV – Stab unter Umständen nicht schnell genug zur Verfügung steht und auch die Gefahr durch Strangulieren besteht.

Bei der Nutzung des SV – Stabes als Schlüsselanhänger muss auch der Verlust mit beachtet werden. So hat möglicherweise der Aggressor ihnen nicht nur den SV – Stab entwendet, sondern ist somit auch gleich im Besitz Ihrer Haus- und/oder Autoschlüssel.

Grundsätzliche Anwendungen

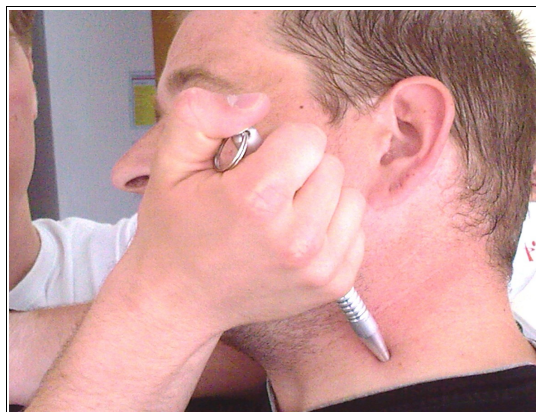
Schlagverstärkung

Hier wird mit Hilfe des SV - Stabes eine größere Kraftentwicklung geschaffen. Somit ist es natürlich auch schwächeren Menschen möglich, sich effektiv zu verteidigen, auch gegen körperlich stärkere Aggressoren.



Drucktechniken

Es sind all die Techniken gemeint, mit denen ich mich mithilfe durch Druck gegen empfindliche Regionen des Aggressors aus einer gefährlichen Situation befreien kann.

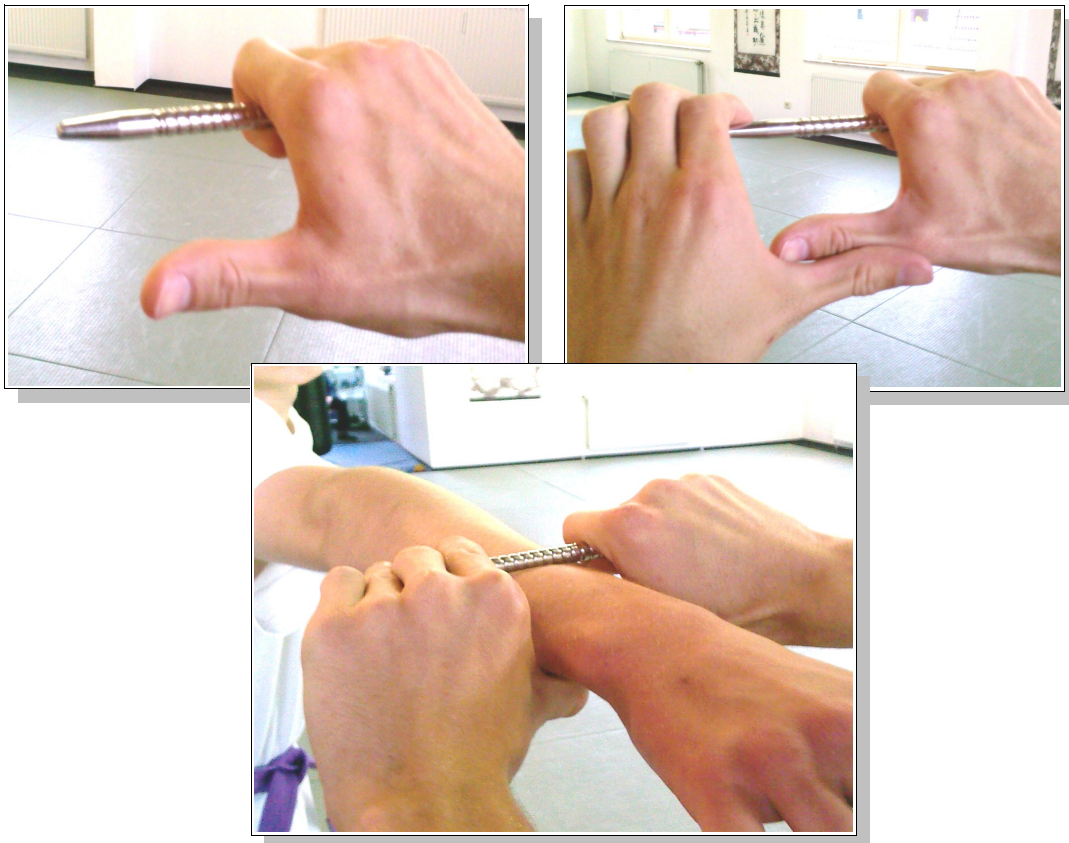


Kontrolltechniken

Um einen Aggressor – nach dem man ihn kampfunfähig gemacht hat – so lange zu kontrollieren, bis die Polizei oder anderweitige Hilfe eintrifft, eignen sich diese Techniken hervorragend. Natürlich auch um den Aggressor an einen anderen Ort zu verbringen. Hierfür können natürlich Quetsch-, Hebel-, Zwick-, Drucktechniken verwendet werden.

Quetschen

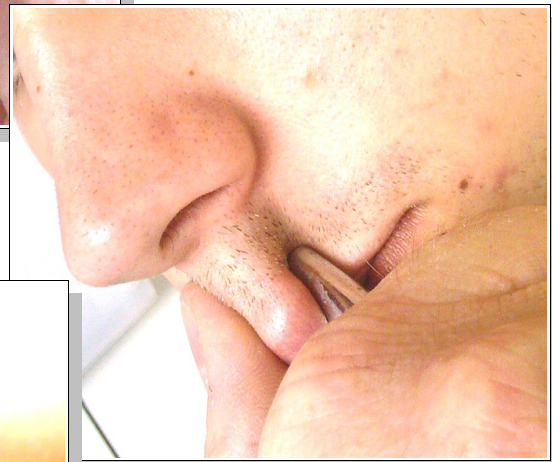
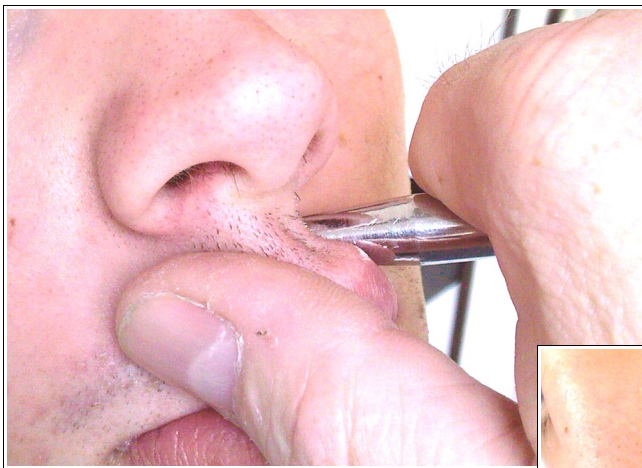
Diese Art der Techniken zielen darauf den Aggressor unter Schmerzen in eine Positionen zu manövrieren, die es ermöglicht den Aggressor unter Kontrolle zu bringen oder in eine andere vorteilhaftere Technik (z.B. Wurf) zu wechseln. Hierbei werden Muskeln und/oder Knochen mithilfe des SV - Stabes schmerzhaft manipuliert.



Zwicken

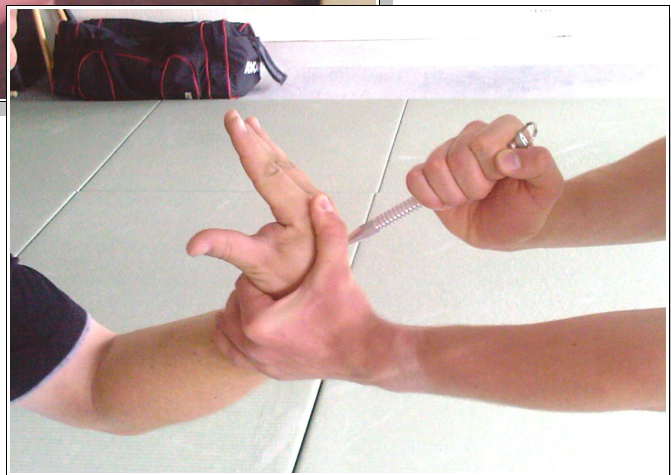
Im Gegensatz zum „Quetschen“ werden beim „Zwicken“ eher „weiche“ Regionen angegriffen. Als Beispiel sei hier das Ohr, die Oberlippe oder Hautfalten und Hautlappen allgemein genannt.

So kann z.B. zwischen Daumen und der Spitze des SV - Stabes Haut eingeklemmt werden und so ein äußerst starker Schmerz erzeugt werden.



Hebel

Wird die Bewegung eines Gelenks oder einer Gelenkkette über die natürliche Bewegungsamplitude hinaus fortgeführt, spricht man von einer Hebeltechnik. Dies kann natürlich auch mit Hilfe des SV - Stabes erfolgen. Auch hier wird die jeweilige Hebel - Techniken verstärkt. Hierbei werden Gewebestrukturen (Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenkkapseln) überdehnt. Es kommt zu starken Schmerzwirkungen und ggf. zu Funktionseinbußen.



Einsatzzeitpunkt

Oft stellt sich die Frage nach dem richtigen Zeitpunkt für den Einsatz des SV – Stabes. Viele Menschen können in einer Stresssituation nicht so gut beurteilen, wann der richtige Moment für den Einsatz gegeben ist. Sie ziehen den SV - Stab dann, wenn es in der Situation gar nicht von Nöten ist.

Bei einem zu frühen Ziehen des SV – Stabes kann es durchaus sein, dass der Aggressor den SV – Stab erblickt und dadurch seine Chancen schwinden oder aber auch eine Gefährdung für sich selbst sieht. Er kann sich genötigt sehen, ein ursprünglich nur körperlich geplanten Übergriff, aufgrund der neuen Lage, nun mit stärkeren Mitteln, zu vollenden. Ob und wie ein Aggressor bewaffnet ist kann man im Vorfeld nicht sehen. Auch wird das Lösen der Gefahrensituation durch eine Aktion **ohne** Einsatz des SV – Stabes zunichte gemacht. Die Nachteile eines zu späten Ziehens liegen auf der Hand. Man vergibt die Chance, sich adäquat zu verteidigen.

In unbekanntem Situationen, fremden und dunklen Gegenden, kann ein Ziehen und parat Halten des SV-Stabes von Vorteil sein. So ist ein Bereithalten in einem Parkhaus, auf dem Weg zum Auto, sicher sinnvoll. Auch in Situationen, in denen man sich bewusst in die Abhängigkeit von anderen begibt, ist es besser den SV – Stab einsatzbereit zu haben. Beispiele wären hier in Autos (Taxi, beim Trampen usw.) aber auch in Bus und Bahn, sofern es dort zu brenzligen Situationen kommen könnte.

Gerade auch beim Bewegen in unbekanntem Gegenden, auf abgelegenen Straßen, beim Spazieren in unbekanntem und unübersichtlichen Gelände, bietet sich diese Strategie an.

Erste Hilfe

Schäden und mögliche spätere, negativen Auswirkungen sind bei Verletzungen im Training nur selten umgehend erkennbar. Daher empfiehlt es sich immer, eine Verletzung sofort zu behandeln, um so den Schaden möglichst gering zu halten, die Heilung zu beschleunigen und eventuelle Folgeschäden zu vermeiden. Als Sofortmaßnahme hilft die Erstbehandlung nach der sehr einfach anzuwendenden P.E.C.H. -Formel:

P = Pause. Vermeiden Sie weitere Belastungen!
Sorgen Sie für eine sofortige Ruhigstellung des verletzten Körperteiles !

E = Eis. Kühlen Sie das verletzte Körperteil im Intervallen von mindestens 20 bis 40 Minuten **Bitte beachten Sie:** Keine Kühlung auf offene Wunden !

C = Compression (Engl.). Versuchen Sie Blutungen zu stoppen und Schwellungen zu reduzieren, indem Sie das verletzte Körperteil bandagieren.

H = Hochlagern. Blutungen und Schwellungen werden auch durch Hochlagern des verletzten Körperteiles reduziert.

Bei akuten Verletzungen sollte der Verletzte nach den Sofortmaßnahmen umgehend den Arzt aufsuchen. Nur dieser kann genaue Diagnosen und eine fachgerechte Behandlung geben. Bei schwereren Verletzungen sind neben den Sofortmaßnahmen erweiterte Erste - Hilfe - Maßnahmen notwendig und der Notarzt ist unverzüglich zu informieren.

Literatur-/Quellennachweis:

Bücher

TAKAYUKI KUBOTA, J.G.PETERS

„Official Kubotan Techniques“

TAKAYUKI KUBOTA,

„Kubotan Keychain“

Dragon Books

G.SIEBERT

„Arnis Escrima Kali“ - Die Kunst der wirbelnden Stöcke.

Weinmann

CHRISTIAN BRAUN

„Kali-Arnis-Escrima“ - Die philippinischen Kampfkünste

Band 1

Meyer & Meyer

GERHARD SCHÖNEBERGER

„Kobudo: Traditionelle Waffenkunst aus dem Fernen Osten“

Schönberger, Gerhard

CORD SANDER

„Mini Stick“ Ein Schlüsselanhänger als effektives
Verteidigungsmittel.

Books on Demand

DIETER ROSER

„Philippinische Kampfkunst: Techniken und Konzepte des
Balintawak-Arnis“

Pietsch

REMY PRESAS

„Modern Arnis: The Filipino Art of Stick Fighting“

Ohara Publications

Web

<http://www.dejure.org>

Gesetze und begleitende Informationen.

<http://www.ikakarate.com>

Webseite vom „Erfinder“ des Kubotan.

<http://www.worthprotectionsecurity.com/kubotans.htm>

Englische Webseite mit Informationen zum Kubotan.

<http://www.safetyenforcement.com/kubandyawsti.html>

Englische Webseite mit Informationen zum Kubotan.

<http://www.senki-ma.com/>

Alles über die Kampfkunst des Autors.

<http://www.kampfkunst-board.info>

Das KKB ist das größte deutsche Kampfkunstforum.

Autoreninfo:



Sven Kohlenberg Jahrgang 1965, ist Unternehmer und seit Mitte der 1980er leidenschaftlich dem Kampfsport verfallen.

Er hält mittlerweile mehrere Meistergrade in Kampfkünsten verschiedener Art. Darüber hinaus widmet er sich seit Jahren dem interessanten wie auch auch fesselnden Thema der Selbstverteidigung, in all seinen Facetten.

Neben seiner Tätigkeit als Unternehmer ist er auch als Leiter der Selbstschutzakademie erfolgreich. Hier engagiert er sich verstärkt für Zivilcourage, Gewaltprävention und gegen Kindesmissbrauch. Des Weiteren gibt er diverse Kurse rund um den Selbstschutz und trainiert als Advanced Instruktor und als Diplom-Selbstverteidigungslehrer, in seiner derzeitigen Kampfkunst, dem „SENKI Combat“, mehrere Jugend - und Erwachsenengruppen.

Er ist auch gefragt als Referent für Seminare, Kurse und als Punktrichter und Referee für Prüfungen und andere Veranstaltungen.

Kontakt:

Sie haben Interesse am Umgang mit den SV – Stab ? Sie sind Trainer einer Kampfkunst, eines Kampfsportes oder eines SV -Stiles und möchten Ihren Schülern das Training mit dem SV - Stab näher bringen?

Innerhalb der „*SENKI - Martial Arts Deutschland*“ finden regelmäßig Weiter-/Ausbildungen für Trainer statt.

www.senki-ma.com

Auch über die Selbstschutzakademie erhalten Sie professionellen Unterricht und können qualifizierte Trainer für Lehrgänge oder Seminare buchen.



Selbstschutzakademie
Leiter Sven Kohlenberg
Königsbergerstr. 6
27711 Osterholz – Scharmbeck

www.selbstschutzakademie.de
mail@selbstschutzakademie.de

