



Kuatsu - Goshindo - Close Combat



Der neue Ausbildungslehrgang führt über **Kuatsu** (Erste Hilfe im Sport und bei Notfällen / Nervendruckpunkte) inkl. dem neuen Buch mit Clip-Inhalten). Diese Ausbildung sollte bei keinem Trainer, Übungsleitung und Sporttreibenden fehlen, da sie auch in alltäglichen Situationen oft hilfreich sein kann.

Goshindo (ist eine moderne, alltagsnahe Selbstverteidigungsdisziplin, die Techniken aus verschiedenen traditionellen Kampfkünsten wie Judo, Karate und Aikido zu einem umfassenden System der Körperverteidigung vereint und auf den „Weg des Schutzes des Körpers“ abzielt, wobei auch mentale Aspekte wie Achtsamkeit und Konfliktverhalten wichtig sind, um auf Bedrohungen angemessen und effizient reagieren zu können.)

Fokus auf Alltagsrelevanz: Das Training simuliert reale Bedrohungssituationen, auch gegen mehrere Angreifer, und legt Wert auf Effizienz und Angemessenheit der Reaktion im Sinne der Notwehr.



Goshindo ist somit mehr als nur Sport: Es ist ein ganzheitlicher Ansatz zur Selbstverteidigung, der Körper und Geist schult, um in Konfliktsituationen souverän zu bestehen.

Und letztendlich zu **Close Combat in Verbindung mit Chi-Na** (beschreibt eine gewalttätige, physische Auseinandersetzung auf kürzeste Distanz zwischen einem oder mehreren Kämpfern. Solche Situationen finden typischerweise täglich in beengten Umgebungen wie Gebäuden, städtischen Gebieten, Tunneln oder in Bahn/Bus statt, wo Standard-Langstreckentaktiken nicht effektiv sind.

Die Hauptmerkmale von **Close Combat** sind:

Kurze Dauer und hohe Intensität: Gefechte sind oft sehr schnell vorbei, manchmal innerhalb von Sekunden.

Methoden: Es umfasst den Einsatz von Schusswaffen oder Nahkampfwaffen (Klingenwaffen, Hand-zu-Hand-Techniken).

Taktiken: Schnelligkeit, Überraschung und entschlossenes, koordiniertes Vorgehen sind entscheidend für den Erfolg, wobei wenig Spielraum für Fehler bleibt.

Personal: Diese Art der Kampfkunst wird primär mit hochspezialisierten Einheiten in Verbindung gebracht, wie militärischen Spezialeinheiten und polizeilichen SWAT-Teams, die in simulierten Umgebungen (bekannt als „Shoot Houses“) intensiv trainieren. Eine klein wenig abgeänderte Form gibt es auf dem Lehrgang.

Veranstaltungsort: Ratzeburg (bei Jan)

Datum: 28.02.2026

Lehrgangskosten: 165.– Euro (ab Gruppengröße von 3 Pers. 20% Nachlass) inkl. dem neuen Buch „Kuatsu“ mit Clip-Inhalten.



Anmeldungen über Mail: bvselbstverteidigung@gmail.com