



Die zehn Workshopteilnehmer lernten in Balve auch den richtigen Umgang mit dem Rattan-Stock. ■ Foto: Jentzsch

Mayr zeigt die richtigen Techniken

KAMPFSPORT Zehn Teilnehmer lernen beim Workshop in Balve vom Schwarzgürtelträger und Bundesverbandsvorsitzenden Hubert Mayr aus Bielefeld Doce Pares-Techniken

BALVE ■ Ranghoher Besuch fand sich am Sonntag in der Sporthalle der Realschule in Balve ein. Hubert Mayr, Inhaber des schwarzen Gürtels und Vorsitzender des Bundesverbands der philippinischen Kampfsportart Doce Pares Eskrima, gab sein Wissen an die zehn Workshopteilnehmer weiter.

Aufmerksam verfolgten die Nachwuchskämpfer die Demonstrationen des Meisters. Scheinbar leichte Abläufe stellten dann aber doch koordinative Herausforderungen dar. Mayr stand aber jederzeit parat und zeigte den Teilnehmern die Bewegungen so

lange im Detail, bis sich der Erfolg einstellte, die Schlagkombinationen oder Entwaffnungsmethoden funktionierten. Die Workshopteilnehmer rekrutierten sich aus zwei Gruppen, aus Balve und Werdohl. Oswald Hesse, Hans Thelen und Axel Weber hatten ihre Schüler mitgebracht und lernten selbst noch einiges dazu.

Der Werdohler Axel Weber zog ein absolut positives Fazit und will sich bemühen, im nächsten Jahr einen Lehrgang unter der Leitung von Hubert Mayr in Werdohl anzubieten.

Am Sonntag unterrichtete

Mayr den Umgang mit dem Schlagstock aus Rattan, dem Messer und den Kampf ganz ohne Waffen. Nachdem sich die Sportler während der Pause gestärkt hatten, standen Schlagabwehrtechniken aus dem Bereich Largo Mano auf dem Plan. Gezielte Schläge auf die angreifende Hand lagen hier im Fokus.

Ausnahmslos alle Teilnehmer waren im Anschluss vom Workshop, dem Lehrmeister und den Inhalten begeistert. Wer Interesse hat, die philippinischen Kampfsportart zu erlernen, dem stehen zwei Möglichkeiten zur Verfügung. In Balve leiten

Oswald Hesse und Hans Thelen das Training, das jeweils sonntags zwischen 9.30 Uhr und 12 Uhr in der Realschul-Sporthalle stattfindet. Nach den Herbstferien wird eine zweite Einheit am Samstag zwischen 16 und 18 Uhr angeboten. In Werdohl ist Axel Weber der richtige Ansprechpartner. In den Räumen der Fitness AG in Ütterlingsen wird samstags zwischen 13.30 Uhr und 15 Uhr trainiert. Ausführliche Informationen sind auf den Internetseiten www.doce-pares-sauerland.de beziehungsweise www.fitness-AG.de zu finden. ■ maj