

Inhalte von Allkampf-Jitsu

Die wesentlichen Inhalte von Allkampf-Jitsu gliedern sich in 4 Grund-Disziplinen:

- 1.) Kombinationen/Formen
- 2.) Selbstverteidigungstechniken
- 3.) Bruchtest.
- 4.) Allkampf – Jitsu Fight (diese Disziplin wurde durch die DAU ergänzt).

Kombinationen/Formen

Im Kombinations- und Formenlauf kämpft der Ausübende gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner, mit genau vorgegebenen Abwehr- und Angriffstechniken. Der Übende konzentriert sich dabei vollkommen auf die Fiktion. Mit ganzer Kraft und vorgesehener Technik wehrt er den oder die „Gegner“ ab, weicht ihnen aus und führt Gegenangriffe.

Selbstverteidigungstechniken

Der Bereich Selbstverteidigungstechniken bietet dem Übenden die Möglichkeit, sich auf einen möglichen Kampf vorzubereiten. Auf einen vorgegebenen Angriff erfolgt eine genau vorgegebene gezielte Abwehr- und Kontertechnik. Hierbei lernt man das Gefühl und die korrekte Ausführung der Technik. Im Vordergrund steht dabei immer die Beachtung der Notwehr und die Gesundheit des Trainingspartners.

Anschlußtechniken, wie z.B. ein Fauststoss oder Fußkick nach oder während der Technik in Richtung des Gegners, soll keine Überschreitung der Notwehr darstellen, sondern die Kontrolle des Verteidigers über seinen eigenen Körper ausdrücken, ähnlich wie z. B. beim Ilbo Taeryon (1 Schritt Sparring) im Taekwondo.

Bruchtest

Der Bruchtest wird im Allkampf-Jitsu selten trainiert, seine Ausführung und sein Gelingen sind der ultimative Maßstab für die Beherrschung der erlernten Techniken. Mit dem Bruchtest wird demonstriert, dass der Geist imstande ist, Materie zu überwinden. Er bedient sich lediglich des Körpers. Das kann nur mit Willensstärke, Entschlossenheit, Tatkraft, Ausführung und Durchsetzungsvermögen gelingen.

Fight

Im Fight (in den wesentlichen Punkten ähnlich dem Ju -Jitsu-Kampf) werden alle Erfahrungen, Kenntnisse und Techniken, die der Übende im Allkampf-Training erlernt hat, angewendet. Verletzungen des Gegners, der ja auch Trainingspartner und Sportkamerad ist, sind durch konzentrierte und disziplinierte Kampfübungen in bestmöglicher Weise auszuschließen. Seit 2002 werden regelmäßig Fight - Meisterschaften durchgeführt. Die Teilnahme an diesen Meisterschaften ist offen).