

## DEFENSE & SECURITY POW



Wir bieten Ihnen neben dem professionellen Erlernen der Kampfkünste auch die Stärkung Ihres Selbstbewusstseins und der Körpersprache, um diese im Falle eines Konfliktes richtig einzusetzen.

Konfliktbewältigungstraining durch rhetorische Deeskalationsmaßnahmen, Anti-Gewalttraining sowie das richtige Anwenden von Selbsthilferechten, Notwehr /-hilfe und Notständen, aber auch das verhältnismäßige Reagieren auf einen rechtswidrigen Angriff bilden eine wichtige Grundlage.

**Defense & Security POW** bietet Ihnen außerdem eine anerkannte Ausbildung zum **Instructor POW**

mit IHK –Zertifizierung. In nur sechs Teilmodulen werden Sie auf Trainingsmethoden im Umgang mit Menschen mit Handicap professionell geschult und leisten somit einen wertvollen Beitrag zur Inklusion dieser Menschen. Wollen Sie Verantwortung übernehmen, dann sind Sie bei uns richtig.



## Ausbildung zum IHK zertifizierten **Instructor POW**

Die **6 Module** der Ausbildungsreihe **Instructor POW** werden zusammen mit den Mitarbeitern der Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) im Dojo 3R Bushido Kampfkünste im Regelfall in Bayreuth abgehalten, wobei sich ein Modul auf 2 Unterrichtseinheiten beschränkt. Innerhalb dieser 6 Module wird ein Anteil Theorie geschult und schriftlich geprüft. Modul 3 stellt bereits eine erste praktische Zwischenprüfung dar, ob der angehende **Instructor POW** das nötige Feingefühl für Menschen mit Handicap besitzt und die Gruppe leiten kann. Beim Modul 6 leitet der angehende **Instructor POW** die Gruppe selbst und wird nochmals einer mündlichen, sachspezifischen Prüfung unterzogen.

**Zeitraum:** Die Ausbildung findet jeweils am Freitag, 10:15 bis 11:45 Uhr im Dojo 3R Bushido Kampfkünste (Fight Club OF, Hinter der Kirche 1a, Bayreuth) statt. Die Ausbildungsreihe muss, außer zwingende Gründe liegen vor, innerhalb von 6 Monaten abgeschlossen werden.

**Vorraussetzungen:** Diese Ausbildung gibt Ihnen die Möglichkeit einer beruflichen, hochwertigen Zusatzqualifikation, welche durch uns erstmals mit einem IHK Zertifikat der IHK Bayreuth lizenziert wird und die Möglichkeit zur Selbständigkeit bietet. Darum legen wir Wert auf:

- Motivation und hohe, soziale Kompetenz (Mindestalter 21 Jahre)
- Rechtsbewusstsein und gute Umgangsformen
- Fundiertes Wissen in Selbstverteidigung

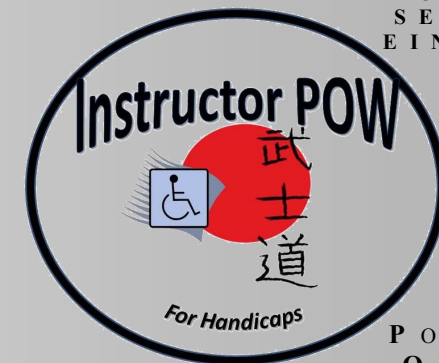


Inhalte und Konzept sind urheberrechtlich für 3R Bushido Kampfkünste, Roland Rausch, geschützt.

3R BUSHIDO  
KAMPFKÜNSTE

DEFENSE & SECURITY  
PRÄSENTIERT DAS  
PROJEKT

MIT  
GEIST  
UND  
SEELE  
EINS...



POWER  
OHNE  
WUT

POWER OHNE WUT (POW) FÜR  
„MENSCHEN MIT HANDICAP“  
EIN ANTIGEWALT- UND  
ANTIAGGRESSIONSTRaining MIT  
SELBSTVERTEIDIGUNGSMUSTERN

# GEWALTPRÄVENTION UND INTEGRATION SIND DIE VORRANGIGEN MOTIVE.

## DAS KONZEPT

Ziel ist es, das gemeinsame Training von Frauen und Männern mit unterschiedlicher Behinderung zu einer Selbstverständlichkeit zu machen. **Gewaltprävention und Integration sind unsere vorrangigen Motive.**

Viele der bestehenden Selbstverteidigungs- und Kampfsportvereine sind im Bereich der Arbeit mit Menschen mit Behinderung und der Integrationsarbeit nicht aktiv. Dies liegt zum einen an der nicht vorhandenen Zugänglichkeit der Räume/Trainingsräume für Personen mit Gehbehinderungen. Zum anderen liegt es aber auch an der weit verbreiteten Ignoranz gegenüber Menschen mit Behinderungen sowie den Berührungspunkten und Vorurteilen der nichtbehinderten Trainerinnen und Trainer. Hinzu kommt meist das unzureichende Wissen

über die Arbeit mit behinderten Menschen in Selbstverteidigung und den Kampfkünsten und die dadurch entstehende Überforderung der einzelnen Trainer.



**Mit Geist  
und Seele  
eins...**

## AUSFÜHRUNG

Die typische Sozialisation geistig eingeschränkter und körperlich behinderter Menschen zwingt sie zu Rücksichtnahme, Dankbarkeit und Unauffälligkeit und macht sie zu „leichten Opfern“, die stillhalten und stillschweigen. Selbstverteidigungs- und auch Kampfkunstkurse sollen das Selbstbewusstsein stärken und helfen, die Menschen mit „Handicap“ zu starken Persönlichkeiten werden zu lassen, die „NEIN“ sagen und sich wehren können. Da ihnen die meisten Kurse nicht zugänglich sind, bleibt dieser Weg Behinderten oft verwehrt.

3R Bushido Kampfkünste und Defense & Security POW hat sich u.a. zum Ziel gemacht, für Menschen mit „Handicap“ nicht nur die Möglichkeit eines gleichberechtigten und integrativen Trainings zu schaffen, sondern insbesondere ihnen die Gelegenheit zu geben, ihren Körper neu kennenzulernen, die Feinmotorik auszuprägen und durch den zwischenmenschlichen Ansatz an Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein zu gewinnen.



## IM EINZELNEN

- Training der Fitness und der Motorik, abgestimmt auf den Behinderungsgrad
- Verbesserung des intuitiven Handelns
- Spezielle Dehnungs-/Streckübungen
- Stressabbau am Trainings-Dummy
- Antiaggressions- / Antigewalttraining
- Konfliktbewältigungstraining mit rhetorischen Deeskalationsübungen im Umgang mit Menschen, Eigensicherungsverhalten, positives Stellungsverhalten
- Angemessene und verhältnismäßige Selbstverteidigungsmuster für Menschen mit „Handicap“, unter Beachtung der rechtlichen Gesetzesvorgaben
- Selbstvertrauen, Selbstbehauptung fördern und somit Selbstsicherheit / Selbstbewusstsein erzeugen. Weder Täter noch Opfer werden!

## KONTAKT:

Renshi Roland Rausch  
Tel: +49 921-9515634  
Mobil: +49 172-3031765  
www.3r-bushido.de

Office Leitung KIAB: Frau P. Bening  
Tel: +49 170-5352829  
E-Mail: office@kiab.de

