

# Szenario - AntiGroundFight

In Situationen, in denen ein Straßenkampf mit zusätzlichen Risiken durch Dritte oder Waffen verbunden ist, ist es unsere Priorität, den Kampf in der Bodenlage zu vermeiden. Es ist von großer Bedeutung, die möglichen Angriffe zu verstehen, denen du jederzeit auf der Straße ausgesetzt sein könntest, und wie sich das Risiko in einer Bodenlage vervielfacht.

In der heutigen Zeit, in der Kopfritte in der Bodenlage fast zur Normalität geworden sind, möchten wir unseren Teilnehmern die Möglichkeit bieten, sich in einer sicheren Umgebung intensiv mit dieser Thematik auseinanderzusetzen. Solltest du trotz aller Bemühungen in eine Bodenlage gebracht werden, lernst du bei WTplus, dich gegen Tritte und Schläge schnell und unkompliziert zu verteidigen und anschließend sicher wieder aufzustehen.

Durch das Verlassen deiner Komfortzone und das Durchführen realitätsnaher Szenarien möchten wir dir helfen, selbstbewusst und geschützt in potenziellen Notfallsituationen zu reagieren. Unser Ziel ist es, dass du unter Stress handlungsfähig bleibst und dadurch deine Überlebenschancen erhöhst.

## Inhalte

- Schulung des Gleichgewichts
- Fallschule und Beweglichkeit in der Bodenlage
- Steigerung der Schlag und Trittkraft in der Bodenlage
- Steigerung der Widerstandsfähigkeit (Resilienz)

## Szenarien

- Vs. Angriffe außerhalb des Wirkungskreises
- Vs. Boden-Angriffe innerhalb des Wirkungskreises
- Vs. Boden-Angriffe in „worst case“ Situationen

## Equipment & Sicherheitsmaßnahmen

- Alltagsbekleidung und Turnschuhe
- Tiefschutz und Zahnschutz
- Kopfschutz wird empfohlen

Wir behalten uns das Recht vor, Personen, die wir als ungeeignet einschätzen, gegen Kostenerstattung abzulehnen, um die Qualität und den Nutzen des Seminars für alle Teilnehmer zu gewährleisten. Das Seminar ist für Members und Anfänger gleichermaßen geeignet.

## Organisatorisches

- Wo? WTplus Akademie Wien  
Liniengasse 14/1  
1060 Wien
- Wann? Sonntag, den 23. September 2023  
10.00 – 12.30
- Seminar – Gebühr: EUR 50.00
- Anmeldung: [headoffice@ewto.at](mailto:headoffice@ewto.at)