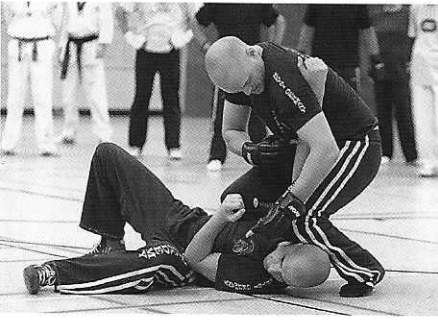


## Keysi-Lehrgang in Eichstätt



*Einen sehr kurzweiligen und hoch interessanten Tag erlebten die circa 100 Teilnehmer aus 32 Vereinen, die zum „Keysi Fighting Method“-Lehrgang in die Eichstätter Turnhalle der Bayerischen Bereitschaftspolizei kamen.*

Der Großteil von ihnen wusste nur, dass der Begriff „Keysi“ für so etwas Ähnliches wie Straßenkampf steht und wollte einfach mal über den eigenen Tellerrand hinaus schauen.

decken des Kopfes mit beiden Händen und ständig kreisenden Bewegungen – der so genannte „Pensador“ – etwas irritierend. Die Teilnehmer gewöhnten sich aber erstaunlich schnell daran, den Pensador in

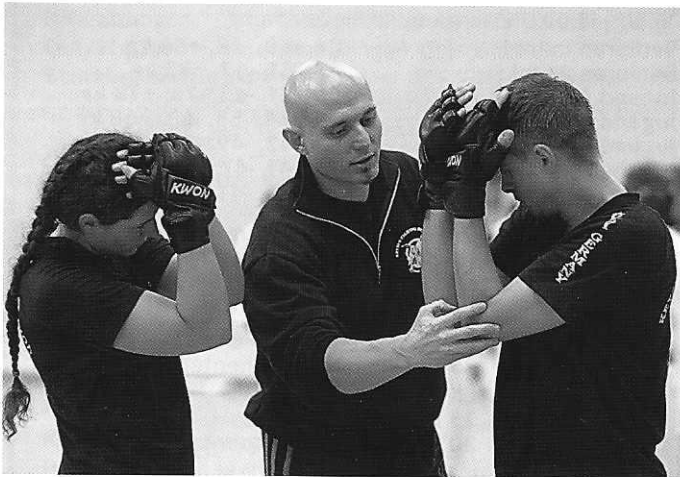
allen Lagen einzuhalten. Pensador bedeutet so viel wie „Der denkende Mann“ und ist verantwortlich für das Gleichgewicht und die Koordination. Und da man beim Keysi immer wieder „in den Gegner reingeht“, gab es dank des Pensador keine Platzwunden. Im Gegensatz zum Taekwondosport gibt es beim Keysi keine Regeln. Der gesamte Körper

des Angreifers wird zum Ziel. Die Kampftechniken werden hart und kompromisslos ausgeführt. Da die Techniken sowohl im Stand als auch am Boden geübt wurden, konnte nahezu jeder nach drei Einheiten einige blaue Flecken vorweisen.

Ein Dank gebührt an dieser Stelle vor allem Vizepräsident Siegmund Lang, der mit der Organisation des Keysi-Lehrgangs wieder einmal ein echtes Highlight auf die Beine

gestellt hat. Die BTU-Sportler sind schon gespannt, was ihm als nächstes einfällt!

*Text und Fotos:  
Peter Bolz*



Der Lehrgang fand für die Erwachsenen und die Kinder in separaten Hallen statt. Da sich gleich fünf von den angereisten acht Trainern um die Erwachsenen kümmerten, konnten Fragen sofort beantwortet werden. Sofern der Ablauf einer Technik beim ersten Mal nicht so richtig klappte, war immer ein Trainer zur Stelle, der den Teilnehmern hilfreich zur Seite stand. Für einen Außenstehenden war das Ab-

