



NO-GI PRESSURE PASSING

Seminar am 16. Juli 2023 in Obertshausen

No-Gi Pressure Passing: Wie man die Guard im BJJ eng und mit viel Druck passiert

Die Guard ist das vielleicht prägenste Element des Brazilian Jiu Jitsu und stellt eine absolute Schlüsselposition da. Während der Anwender aus der Unterlage sehr viele Angriffsmöglichkeiten und aktive Elemente hat, liegt das Ziel des Anwenders der sich in der Guard befindet darin, diese zu passieren. Für den Anwender aus der oberen Position ist es essentiell, an den Beinen des Gegners vorbei zu kommen, denn nur so bieten sich ihm dominante Positionen (Side Mount, Mount, Back Mount) mit den entsprechenden Submission Möglichkeiten.

Grundsätzlich gibt es zwei Stile die Guard des Gegners zu passieren. Entweder eher stehend, schnell und mit viel Bewegung, oder eng, meist auf den Knien und mit sehr viel Druck und dem Einsatz des eigenen Körpergewichts. Beide Stile haben Ihre Vor- und Nachteile und ihre Anwendung ist zu einem großen Teil auch sehr abhängig von Körpertyp, Alter und Fitness Level.

Während das schnelle passieren, doch sehr viel Kondition und Fitness erfordert, ist das Pressure Passing, eher zeitlos und benötigt weniger Ausdauer und körperliche Attribute. Das macht es gerade auch für ältere BJJ Anwender interessant.

Darüber hinaus ist ein gutes Pressure Passing Game, die beste Antwort auf das moderne, gefährliche Leglock Spiel, denn wer versucht die Guard im Stehen zu passieren, ist viel anfälliger für Beinhebel, als wenn er die Guard von den Knien aus mit viel Druck passiert.

Wer sein Guard Passing verbessern möchte und nach technischen Lösungen sucht, die relativ wenig Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit erfordern, findet bei unserem Seminar einen systematischen Ansatz, der ihm dabei hilft, sein Spiel auf ein neues Niveau zu bringen.

Kampfkunstschule Friedrich
Inhaber: Björn Friedrich
Steinheimer Str. 40, im Hinterhaus
63179 Obertshausen
Telefon: 01577 / 3393881
Fax: 06104 / 79 97 215
E-Mail: Info@Fighter-Fitness.com
Internet: <http://www.Fighter-Fitness.com>
Steuernummer 4481901469
Finanzamt Offenbach / Land
Umsatzsteueridentifikationsnummer DE 235 746 214

Auf diesem Seminar lernen Sie:

- Das Passieren der Guard und die Anwendung von Pressure
- Wie man mit den verschiedenen Variationen der Guard umgeht
- Wie man gegnerische Angriffe vermeidet und auch während des passieren sicher ist
- Wie man eine „Connection“ mit dem Gegner aufbaut, um ihn besser zu kontrollieren
- Bodylock, Cradle und Smash Pass Variationen von den Knien aus

Was dieses Seminar Ihnen bietet:

- ca. 4 Stunden hochwertigen Unterrichts mit einer effektiven Didaktik und einem strukturierten Lehrplan. Es wird keine Zeit mit Aufwärmen oder Sparring verschwendet, sondern die gesamte Zeit wird für das Erlernen verschiedener Techniken genutzt.
- Sie haben die Möglichkeit, das gesamte Seminar aufzuzeichnen. Dadurch können Sie alle Techniken zu Hause sinnvoll und fehlerfrei vertiefen und trainieren.
- Die Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt, um sicherzustellen, dass jeder Teilnehmer ausreichend Aufmerksamkeit erhält und alle Fragen beantwortet werden können.

Wer leitet den Unterricht:

Seminarleiter ist Björn Friedrich 3rd degree Blackbelt im Brazilian Jiu Jitsu. Björn Friedrich war Submission Wrestling Europameister, hat eine 20 jährige Erfahrung als Seminarleiter und ist Autor von ca. 20 verschiedenen englischsprachigen BJJ Lehrvideoserien. Er ist zur Zeit der einzige deutsche Schwarzgurt, der international so viele BJJ Videos veröffentlicht hat.

Wann und wo findet das Seminar statt:

Am Sonntag, dem 16. Juli 2023

Von 10.00 Uhr bis ca. 14.00 Uhr (Die Schule ist ab 09.45 Uhr geöffnet)

Dojo 610

Steinheimer Str. 40 (Im Hinterhaus 1.Stock)

63179 Obertshausen

Kampfkunstschule Friedrich
Inhaber: Björn Friedrich
Steinheimer Str. 40, im Hinterhaus
63179 Obertshausen
Telefon: 01577 / 3393881
Fax: 06104 / 79 97 215
E-Mail: Info@Fighter-Fitness.com
Internet: <http://www.Fighter-Fitness.com>
Steuernummer 4481901469
Finanzamt Offenbach / Land
Umsatzsteueridentifikationsnummer DE 235 746 214

Sie haben Fragen?

Wenn Sie Fragen zu dem Seminar haben, können Sie uns gerne unter 01577/ 3393881 (Montag – Freitag, zwischen 9.00 Uhr – 18.00 Uhr) oder uns jederzeit eine E-Mail an Info@Fighter-Fitness.com schicken. Wir melden uns schnellstens bei Ihnen.

Kampfkunstschule Friedrich
Inhaber: Björn Friedrich
Steinheimer Str. 40, im Hinterhaus
63179 Obertshausen
Telefon: 01577 / 3393881
Fax: 06104 / 79 97 215
E-Mail: Info@Fighter-Fitness.com
Internet: <http://www.Fighter-Fitness.com>
Steuernummer 4481901469
Finanzamt Offenbach / Land
Umsatzsteueridentifikationsnummer DE 235 746 214

Anmeldung zum Seminar „No-Gi Pressure Passing“

Am 16. Juli 2023 in Obertshausen

- o Frühbucher-Anmeldung (Zahlung bis zum 08.07.2023) 99,00 Euro
- o Reguläre-Anmeldung (Zahlung nach dem 08.07.2023) 119,00 Euro

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar „No-Gi Pressure Passing“ an. Das Seminar findet am Sonntag, dem 16. Juli 2023, von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr statt.

Die Anmeldung ist verbindlich und die Unterrichtsgebühr kann bei Nichterscheinen nicht erstattet werden. Ersatzweise kann jedoch nach Rücksprache, jemand anders den Seminarplatz übernehmen.

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr hin. Die Kampfkunstschule-Friedrich übernimmt keinerlei Haftung für eventuelle körperliche oder materielle Schäden, ausgenommen davon sind Vorsatz und Fahrlässigkeit. Jeder Teilnehmer sorgt selber für ausreichenden Versicherungsschutz.

Name: _____ Vorname: _____

Adresse: _____ Wohnort: _____

Postleitzahl: _____

Telefon: _____ E-Mail: _____

Ort / Datum

Unterschrift

Kampfkunstschule Friedrich
Inhaber: Björn Friedrich
Steinheimer Str. 40, im Hinterhaus
63179 Obertshausen
Telefon: 01577 / 3393881
Fax: 06104 / 79 97 215
E-Mail: Info@Fighter-Fitness.com
Internet: <http://www.Fighter-Fitness.com>
Steuernummer 4481901469
Finanzamt Offenbach / Land
Umsatzsteueridentifikationsnummer DE 235 746 214

Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung ausgefüllt und unterschrieben an:

Kampfkunstschule-Friedrich

Steinheimer Str. 40

63179 Obertshausen

Deutschland

oder faxen Sie sie an:

06104 / 7997215

Unsere Bankverbindung

Björn Friedrich

Kontonummer 3116787

Sparkasse Langen-Seligenstadt

BLZ 506 521 24

IBAN: DE67 5065 2124 0003 1167 87

SWIFT-BIC.: HELADEF1SLS

Kampfkunstschule Friedrich
Inhaber: Björn Friedrich
Steinheimer Str. 40, im Hinterhaus
63179 Obertshausen
Telefon: 01577 / 3393881
Fax: 06104 / 79 97 215
E-Mail: Info@Fighter-Fitness.com
Internet: <http://www.Fighter-Fitness.com>
Steuernummer 4481901469
Finanzamt Offenbach / Land
Umsatzsteueridentifikationsnummer DE 235 746 214