

Kriminelle denken und handeln, und welche Abwehrtechniken und Gegenmaßnahmen im echten Leben wirklich funktionieren. Weil es auf der Straße keinen Schönheitspreis zu gewinnen gibt, lehrt Wagner keine komplizierten Kampfkunsttechniken, die zwar hübsch anzusehen, aber erst nach Jahren des Trainings im Ernstfall eventuell mit Erfolg anwendbar sind. In einem Reality-Based Knife Survival-Kurs geht es vielmehr darum, sich auf die Gefahrenquelle (also das Messer in der Hand des Kontrahenten) zu fokussieren und sie durch Schulung der Reflexe möglichst reaktionsschnell abwehren zu können, um eine Gegenoffensive (oder die schlaunere Flucht) starten zu können. Prinzipiell gibt es nur zehn Richtungen oder Winkel, aus denen man mit dem Messer im Stich oder Schnitt angegriffen werden kann: Frontal von vorne, horizontal, vertikal und diagonal (X) sowie jeweils die Gegenrichtung (siehe auch abgebildetes Diagramm). Demnach gibt es auch nur zehn Blocktechniken, um solche Angriffe abzuwehren. Dennoch ist natürlich die Distanz und vor allem das Timing mehr als entscheidend, um einen Messerangriff überleben zu können, so daß in einem Wagner-Kurs die Praxis definitiv im Vordergrund steht. Nach einer kurzen Einweisung von Dietmar Pohl über verschiedene Tragmethoden von klappbaren und feststehenden Messern erläuterte Jim Wagner die Bedeutung der richtigen Distanz. Denn ein Messerangreifer kann selbst eine Entfernung von etwa sieben Metern so schnell überwinden, daß ein gut gerüsteter Verteidiger seine Pistole in dieser Zeitspanne kaum aus dem Holster bekommen würde. Eine erfolgreiche Gegenwehr mit Schußwaffe wäre somit nur machbar, wenn der Verteidiger durch Rückwärtsgang die Distanz aufrecht erhält oder vergrößert. Nach dieser kurzen Einführung ging es direkt ans Eingemachte, denn die ersten Partnerübungen - also der Messerkampf Mann gegen Mann - standen auf dem Programm, wobei das "shielding" (Blocktechniken) noch recht langsam ausgeführt wurde. Dennoch:

Sich mit bloßen Händen einen Messerangreifer über einen Zeitraum von fünf oder gar zehn Sekunden vom Leib zu halten, ist schon eine ganz besondere Herausforderung. Erst danach erfolgte übrigens ein 15minütiges Warm-Up mit Konditions-, Dehn- und Kraftübungen, denn im echten Leben würde man sich wohl auch kaum aufwärmen können. Im weiteren Kursverlauf wurden die Partnerübungen immer dynamischer, und auf Kommando wechselte man beispielsweise die Rollen des Angreifers und Verteidigers, beschleunigte die Angriffsequenzen oder ließ das Messer fallen, um sich ausschließlich mit bloßen Händen im tatsächlichen Sinne des Wortes seiner Haut zu erwehren.

### Kein Kindergeburtstag

In einem Wagner-Kurs bekommen die Teilnehmer nichts geschenkt, so daß auch in den High Speed-Vollkontakt-Sparrings mit den Trainingsmessern aus flexiblem Gummi oder starrem Plastik nur Schutzbrillen, aber keine (sonst gerne schon mal üblichen) Armmanschetten getragen wurden, die den Schlag absorbieren. Bei Treffern

oder gar unabsichtlich im Gefecht verlorenen Waffen (vergessen Sie den klassischen Fechtgriff, nur die geschlossene Faust gilt!) standen für jeden Teilnehmer sofort fünf Liegestützen auf dem Programm. Die blauen Flecken und Blutergüsse am linken Blockarm oder der geprellte Ringfinger an der linken Hand des Autors wurden durch



**Alles Theater:** Zum Ende des Seminars wurde auf engstem Raum gearbeitet, wobei auch künstliches Filmb Blut zum Einsatz kam.

#### Redaktioneller Warnhinweis!

Verlag, Redaktion und Verfasser weisen darauf hin, daß dieser Artikel keinesfalls zu irgendwelchen Nachahmungen animieren möchte, zumal alle Taktiken und Techniken nur unter Anleitung professioneller Instrukturen erlernt werden können. Die Abbildungen, auf denen Kunstblut zu sehen ist, sollen keineswegs sensible Gemüter schockieren, sondern dienen lediglich dazu, die potentielle Gefahr bei jeglichem Umgang mit scharfen Gegenständen zu verdeutlichen.

