

Ryûkyû Kobudô - weapons - Tekkô -

Print-Book:
ISBN: 978-3-7375-0993-0
Preis: 29,00 EUR + Versand

Ausstattung:
* Hardcover
* A5 Format
* 344 Seiten
* Deutsch / Englisch / Russisch
* ca. 50 s/w Fotos & Grafiken

RYÜKYÛ KOBUDÔ - weapons / TEKKÔ basiert auf der Buchserie "RYÜKYÛ KOBUDÔ TESSHINKAN" von Frank Pelný. Alle Informationen zur Okinawa-Faustkampfwaffe Tekkô wurden hier in einem Buch gebündelt:

- * Geschichte,
- * Grundlagen,
- * Grundtechniken,
- * Kata,
- * Partnerübungen,
- * Terminologie.



Selbstschutz für Mitarbeiter

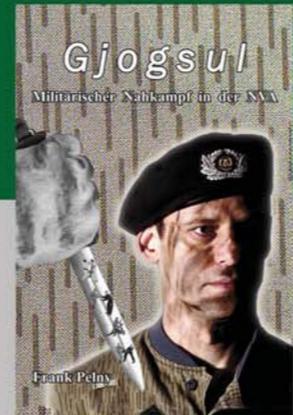
Print-Book:
ISBN: Eigenverlag
Preis: 15,00 EUR + Versand

Ausstattung:
* Paperback
* A5 Format
* 76 Seiten
* Deutsch
* zahlreiche Farbfotos

Dieses kleine Handbuch soll allen Mitarbeitern, die in pädagogischen, gesundheitlichen oder dienstlichen Arbeitsbereichen mit Angriffen auf ihre Gesundheit oder sogar ihr Leben konfrontiert werden können, eine grundsätzliche Anleitung zu situationsgerechten Reaktionen geben.

Aus dem Inhalt:
* Rechtliche Grundlagen,
* Taktile Stopp-Signale,
* Festlegetechniken,
* Trennen von Personen,

- * Rahmenbedingungen,
- * Handlungsketten,
- * Transporttechniken,
- * Freiheitsentziehende Maßnahmen.



Gjogsul Militärischer Nahkampf in der NVA

Print-Book:
ISBN: 978-3-8334-2228-7
Preis: 29,00 EUR + Versand

E-Book:
ISBN: 9783848239061
Preis: 18,99 EUR

Ausstattung:
* Hardcover
* A5 Format
* 352 Seiten
* Deutsch
* ca. 550 s/w Fotos & Zeichnungen

Militärischer Nahkampf in der NVA - ein Thema, das bis zum heutigen Tage der Mantel eines Geheimnisses umgibt. Die militärischen Spezialisten der Nationalen Volksarmee (NVA) der ehemaligen Deutschen Demokratischen Republik (DDR) wie Fallschirmjäger, Kampfschwimmer und Aufklärer waren berühmt für ihre Fähigkeiten im Kampf Mann gegen Mann.

Doch wie entwickelte sich die Nahkampfausbildung in der NVA? Welche Techniken ohne und mit Waffen und mit welchen Waffen wurden gelehrt? Wie kam das geheime nordkoreanische Gjogsul-Nahkampfsystem in das NVA-Ausbildungsprogramm und was umfasst es? Dieses Buch gibt darauf erstmals anschaulich Antworten.



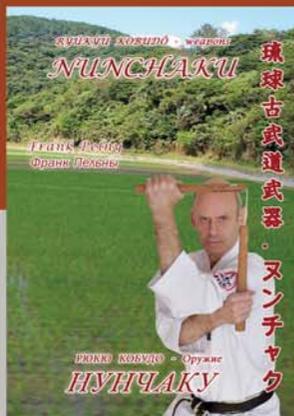
www.kobudo-tesshinkan.eu

Ryûkyû Kobudô

Kampfsport- Fachbücher von Frank Pelný

Fitness, Selbstverteidigung & Militärischer Nahkampf

www.saco-defense.de



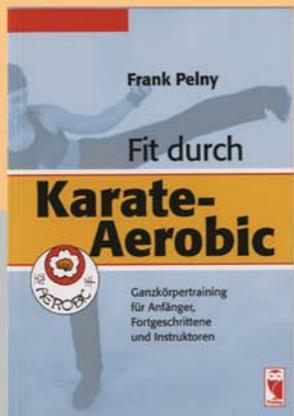
Ryûkyû Kobudô - weapons - Nunchaku -

Print-Book:
ISBN: 978-3-7375-0995-4
Preis: 29,00 EUR + Versand

Ausstattung:
* Hardcover
* A5 Format
* 380 Seiten
* Deutsch / Englisch / Russisch
* ca. 60 s/w Fotos & Grafiken

RYÜKYÛ KOBUDÔ - weapons / NUNCHAKU basiert auf der Buchserie "RYÜKYÛ KOBUDÔ TESSHINKAN" von Frank Pelný. Alle Informationen zur Okinawa-Waffe Nunchaku wurden hier in einem Buch gebündelt:

- * Geschichte,
- * Grundlagen,
- * Grundtechniken,
- * Kata,
- * Partnerübungen,
- * Terminologie.



Fit durch Karate-Aerobic

Print-Book:
ISBN: 978-3-8280-1861-7
Preis: 6,80 EUR + Versand

Ausstattung:
* Paperback
* A5 Format
* 96 Seiten
* Deutsch
* 105 s/w Fotos

Powertraining zu rasanter Pop-Musik zur Figurbildung und Verbesserung der Fitness nach dem Tae-Bo-Prinzip. Vor allem die richtige und gesunde Ausführung der verschiedenen Bewegungen wird aus der Sicht des erfahrenen Kampfkunstlehrers verständlich erläutert.

Aus dem Inhalt:
* Geschichte, * Oberkörper-Workout, * Cuing, * tabellarische Übersicht der Fachbegriffe,
* Grundlagen, * Boden-Workout, * Musikauswahl,
* Atmungsprinzipien, * Trainingsaufbau, * Bekleidung.



Das Theorie-Handbuch für Kampfsport-Trainer

Print-Book:
ISBN: Eigenverlag
Preis: 42,00 EUR + Versand

Ausstattung:
* Hardcover
* A5 Format
* über 440 Seiten
* Deutsch
* zahlreiche Abbildungen

Gerade im Bereich Kampfkunst / Kampfsport / Selbstverteidigung / Nahkampf sind umfangreiche Grundlagenkenntnisse aus den unterschiedlichsten Bereichen erforderlich, um den entsprechenden Lehrstoff ohne Gefahren oder Schäden für die Schüler / Sportler / Unterstellten kompetent vermitteln zu können. Der Trainer muss über Kenntnisse aus den Bereichen allgemeine und spezielle Trainingslehre, rechtliche Grundlagen, psychologische Grundlagen, Anatomie des Menschen, Pädagogik und Waffentechnik verfügen. Dieses Buch stellt dem Kampfsporttrainer die wichtigsten Themen aus den angesprochenen Fachbereichen komprimiert in nur einem Nachschlagewerk zur Verfügung.



Über den Autor

Frank Pelný (* 1960)

Hochschulingenieurökonom
Hauptmann a.D.
IHK Geprüfte Werkchutzfachkraft
DOSB Trainer-A-Lizenz Karate
Fachbuchautor



„Willst Du 100 Prozent - übe 300 Prozent!“

Vita Kampfsport:

- 1974 Beginn des Kampfsporttrainings mit Judō
- 1981 Beginn des Trainings im Militärischen Nahkampf und Karate
- 1987 6. Platz, NVA-Armeemeisterschaften (DDR) im Militärischen Nahkampf
- 1994 Beginn des Trainings im Kobudō
- 1995 1. Meistergrad ESDO
- 1995 4. Meistergrad SaCO, Gründer & Präsident der SaCO
- 1997 1. Dan Hanbō-Jitsu (Kobudo-Kwai Deutschland e.V.)
- 2001 3. Dan Karate-Dō Shôtōkan-Ryū (JKA)
- 2001 3. Dan Kobudō (Kobudo-Kwai Deutschland e.V.)
- 2003 „2003 Okinawa Karatedō & Kobudō World Tournament“ - 19. Platz (Bō adult)
- 2006 Deutscher Meister in Kobudō (Kobudo-Kwai Deutschland e.V.)
- 2008 Deutscher Meister in Kobudō (Kobudo-Kwai Deutschland e.V.)
- 2009 „2009 Okinawa Traditional Karatedō World Tournament“ - 5. Platz (Bō senior)
- 2015 Vizeweltmeister (Bō senior) - „2015 Okinawa Traditional Kobudō World Tournament“
- 2018 Shihan Menkyo (Ryūkyū Kobudō Teshshinkan Kyōkai)
- 2018 Shibu-Chō for Europe (Ryūkyū Kobudō Teshshinkan Kyōkai)
- 2018 „1st Okinawa Karate International Tournament“ - Teilnahme (Bō adults II)
- 2019 7. Dan Karate-Dō Shôtōkan-Ryū (Deutscher Karate Verband e.V. / WKF)
- 2019 „2019 Okinawa Traditional Kobudō World Tournament“ - 9. Platz (Bō middle age)
- 2022 6. Dan Ryūkyū Kobudō Teshshinkan und Renshi
- 2022 „2nd Okinawa Karate World Tournament 2022“ - 3. Platz (Bō senior)
- international tätiger Trainer (Deutschland, Tschechische Republik, Russische Föderation, Belarusland, Kanada, Sri Lanka, Brasilien, Japan, Italien)

Bestellung → Bezahlung → Versand

Bestellung Print-Book:

- ☞ Buchhandel - mittels der jeweiligen ISBN
- ☞ E-Mail - info@kobudo-tesshinkan.eu
- info@saco-defense.de

Bestellung E-Book:

- ☞ Bitte in offiziellen E-Book Shops kaufen!

Bezahlung:

- ☞ Barzahlung
- ☞ Paypal

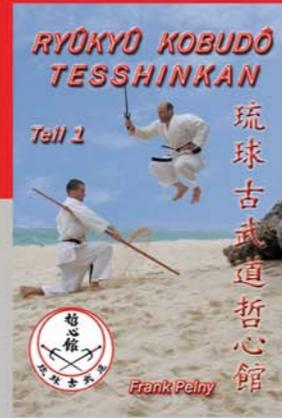
Versand: Auf Risiko und zu Kosten des Bestellers!



<http://www.kobudo-tesshinkan.eu>



<http://www.saco-defense.de>



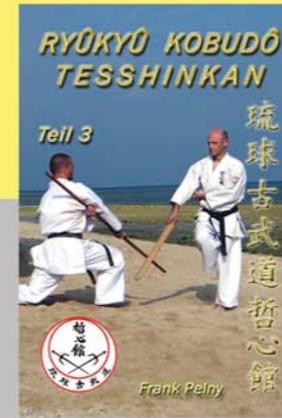
Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Teil 1 -

Print-Book:

ISBN: 978-3-7375-1126-1
Preis: 42,00 EUR + Versand

Ausstattung:

- * Hardcover
- * A5 Format
- * 512 Seiten
- * Deutsch
- * ca. 1500 s/w Fotos & Zeichnungen
- ☞ inkl. aller Kata bis zum 3. Dan



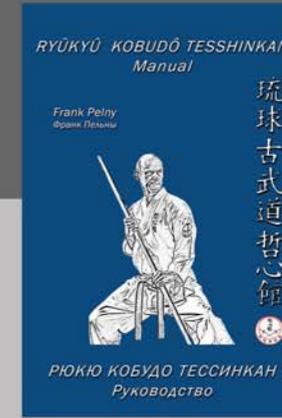
Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Teil 3 -

Print-Book:

ISBN: 978-3-7375-0991-6
Preis: 42,00 EUR + Versand

Ausstattung:

- * Hardcover
- * A5 Format
- * 428 Seiten
- * Deutsch
- * ca. 1000 s/w Fotos & Zeichnungen
- ☞ inkl. aller Kata ab 6. Dan



Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Manual - Teil 5

Print-Book:

ISBN: 978-3-7375-1129-2
Preis: 42,00 EUR + Versand

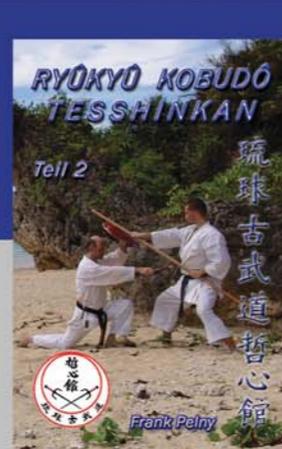
Ausstattung:

- * Hardcover
- * A5 Format
- * 360 Seiten
- * Deutsch / Englisch / Russisch

RYŪKYŪ KOBUDŌ ist eine Kampfkunst unter Verwendung historischer Arbeitsgeräte und Waffen, die sich vor 400 Jahren auf den japanischen Ryūkyū-Inseln zu entwickeln begann. Lange Zeit konnte sie nur im Geheimen geübt werden und bis in die Gegenwart existieren kaum schriftliche Aufzeichnungen über diese effektive Form des Kampfes und der Schulung von Körper und Geist. Gemeinsam mit dem Tōde, dem Vorläufer des modernen Karate, entstand und entwickelte sich das Ryūkyū Kobudō bis heute zu seiner eigenen Form. Erstmals werden in diesem Buch Hintergründe, Techniken, Kata und Kampfübungen der Stilrichtung "Teshshinkan" der Öffentlichkeit anschaulich dargestellt.

RYŪKYŪ KOBUDŌ ist auch ein Weg zur Persönlichkeitsbildung durch praktische Übung. Spezialeinheiten auf der ganzen Welt üben heute den Umgang mit Kobudō-Waffen, was beweist, dass diese Techniken bis in die Neuzeit nichts von ihrer Effektivität eingebüßt haben. Dieses ist der dritte Teil der Buchserie "RYŪKYŪ KOBUDŌ TESSHINKAN". Erstmals seit 40 Jahren, seit der Trilogie „RYŪKYŪ KOBUDŌ“ (-JŌKAN, -CHŪKAN, -GEKAN) von Inoue Motokatsu (1918-1993) aus den Jahren 1972-1974, liegt mit dieser Buchserie weltweit erst zum zweiten Mal überhaupt die komplette Beschreibung eines Okinawa Waffenkampfstils vor.

Dieser fünfte Teil der Buchserie „RYŪKYŪ KOBUDŌ TESSHINKAN“ vollendet die vollständige Beschreibung dieses originalen Kampfsystems von Okinawa. Ergänzend zu den Teilen 1-3 und dem Kompendium werden im vorliegenden Buch keine technischen Abläufe beschrieben, sondern die ihnen zugrundeliegenden biomechanischen Konzepte allgemeinverständlich erklärt.



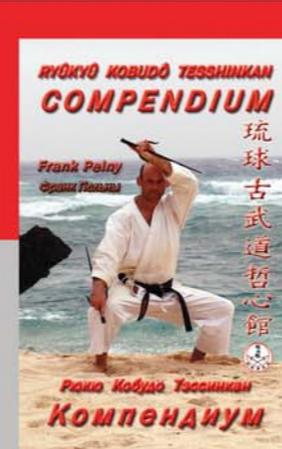
Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Teil 2 -

Print-Book:

ISBN: 978-3-7375-1128-5
Preis: 42,00 EUR + Versand

Ausstattung:

- * Hardcover
- * A5 Format
- * 456 Seiten
- * Deutsch
- * ca. 1400 s/w Fotos & Zeichnungen
- ☞ inkl. aller Kata zum 4. & 5. Dan



Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Compendium - Teil 4

Print-Book:

ISBN: 978-3-7375-0994-7
Preis: 42,00 EUR + Versand

Ausstattung:

- * Paperback mit Ringbindung
- * A5 Format
- * 344 Seiten
- * Deutsch / Englisch / Russisch
- * 170 Tafeln mit hunderten s/w Fotos
- ☞ inkl. aller festgelegten Formen

Dieser vierte Teil der Buchserie „RYŪKYŪ KOBUDŌ TESSHINKAN“ enthält, erstmalig weltweit, das vollständige Lehrprogramm der traditionellen Waffenkampfkunst Ryūkyū Kobudō Teshshinkan von Okinawa in einem Buch.

Alle Abläufe sind auf übersichtlichen Schritt-für-Schritt Bildtafeln dargestellt. Ergänzend wurden ein kurzer geschichtlicher Abriss und das Prüfungs- und Wettkampfprogramm mit aufgenommen. Ausgestattet mit einer Ringbindung ist dieses Buch ein handliches Nachschlagewerk für Training, Prüfung und Wettkampf.



Ryūkyū Kobudō Teshshinkan - Lehrtafeln -

- * A3 Format
- * haltbar laminiert
- * Preis: 10,00 EUR / pro Stück + Versand

Lehrtafeln aus den Büchern „RYŪKYŪ KOBUDŌ TESSHINKAN“ Teil 1-3 im gut lesbaren A3-Format, für Zuhause oder zum Anbringen im Dōjō.

Verfügbare Lehrtafeln:

- * BŌ-NO-KIHON
- * TEKKŌ-NO-KIHON
- * NUNCHAKU-NO-KIHON
- * SAI-NO-KIHON
- * BŌ-KATA: SHŪSHI-NO-KUN (SHŌ)
- * YAKUSOKU KUMITE: BŌ-TAI-SAI
- * TESSHINKAN KEITOUZU (Stammbaum)