

Realistisch, einfach und effektiv

In der Abteilung Karate hat man sich Gedanken über effektive und einfache, aber vor allem realistische Techniken zur Selbstverteidigung gemacht. Das bestehende SV-Konzept wurde aktualisiert und weiterentwickelt.

Real Self Defence community beinhaltet die Auswahl von Techniken, die sich den veränderten Formen der Gewalt in unserer Gesellschaft anpasst. Bei der Auswahl der Techniken stehen Realität, Effektivität und Einfachheit im Vordergrund. Einflüsse aus verschiedenen Kampfkunststilen finden dabei ihre Anwendung. Das System nutzt Erfahrungen von SV-Experten, ist flexibel und entwickelt sich ständig weiter. Vor allem Einsteigern soll es möglich sein, sich schnell und effektiv zu verteidigen.

Der Anhang **community** bezeichnet die Gemeinschaft der Trainierenden, der Kampfkunststile und generell Gleichgesinnter, die sich in der Ausübung an rechtsstaatliche Prinzipien der Notwehr und dem Schutz der eigenen Gesundheit orientieren.

Die **RSD-Community** versteht sich als Trainingsgemeinschaft, die Interesse, Freude und Spaß am SV-Training hat, zueinandersteht, sich wertschätzt und im gegenseitigen Respekt weiterentwickeln möchten.

Interessant für alle, die Selbstverteidigung über die klassischen Konzepte hinaus erfahren wollen. Mitmachen lohnt sich!