



TEENCOMBAT by CLOSECOMBAT

Selbstbehauptung / Selbstverteidigung (Alter 12 – 16)

Zeit: ca. 1 Samstag pro Monat, 13:30 – 15:00 Uhr

Daten: <https://calendar.google.com/calendar/embed?src=pr4oj7756lg778ggg6d84k78jg%40group.calendar.google.com>

Ort: Asia Sport Center, Culmannstrasse 56, 8006 Zürich (www.asc.ch)

Einsteiger

- Besuch des ENTRY LEVEL Moduls inkl. Lernkontrolle (Total ca. ½ Tag inkl. Pausen)
- Eltern und Jugendliche entscheiden anschliessend gemeinsam, ob weiter trainiert wird
- wir führen eine Warteliste und melden allen Interessenten, wann der nächste ENTRY LEVEL Kurs stattfindet (derzeit 1 Kurs-Halbtage am Wochenende; Termine ca. 2 – 3 Mal pro Jahr)
- Bitte alle Angaben auf dem Anmeldeformular inkl. Vertragsbedingungen zur Kenntnis nehmen (s. Beilage)

Wie weiter?

- Besuch der weiteren aufbauenden Module, mehrere Stufen trainieren gemeinsam
- Kursdaten s. oben, kein Training während Sommer-/Herbstferien (Stadt Zürich & Adliswil)
- Jedes Modul wird einzeln gebucht (ohne weitere Verpflichtung) und mit einer Lernkontrolle abgeschlossen
- 3 Blöcke (Stufen) à je 2 Module: BEGINNERS 1 + 2, INTERMEDIATE 1 + 2, PRACTITIONERS 1 + 2 (s. auch unser [PROGRESS SHEET](#)).
- Open Level Training als Vorbereitung auf das Training mit Erwachsenen

Kosten




- | | | |
|--|-----|-------|
| ▪ ENTRY LEVEL Modul: | CHF | 60.- |
| ▪ BEGINNERS Module jeweils: | CHF | 150.- |
| ▪ INTERMEDIATE Module jeweils: | CHF | 150.- |
| ▪ PRACTITIONERS Module jeweils: | CHF | 150.- |
| ▪ OPEN LEVEL Training pro Semester: | CHF | 220.- |
| ▪ TEENCOMBAT T-Shirt (1 Shirt pro Stufe ab BEGINNERS): | CHF | 35.- |

Kursleitung

- Leo Chin (Gründer & Inhaber CLOSECOMBAT, J+S Experte Karate, 6. Dan Karate, 5. Dan Kobudo, KMM Advanced Instructor)
- Kristin Buchbinder, Beat Kohler, Thomas Schmidt (TEENCOMBAT Instruktoren)

11.09.2019/LC

KIDSCOMBAT Progress Sheet

| | | | |
|-------------------------------|---|---|---|
| | <h3>Open Level Training</h3> <p>Anwendung unter neuen Voraussetzungen, Erhöhung der Stressresistenz, Vorbereitung für das Training mit Erwachsenen</p> | <p>Pro Semester CHF 220.- (September – Februar & März – August)</p> | |
| Block 3 (ca. 14Mt.) | <h3>Practitioners Level 2</h3> <p>Anwendung aller gelernter Techniken unter körperlichem und mentalem Stress, neue Abwehrtechniken, Varianten</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> |  |
| | <h3>Practitioners Level 1</h3> <p>Anwendung aller gelernter Techniken unter erschwerten Bedingungen + neue Abwehrtechniken</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> | |
| Block 2 (ca. 14Mt.) | <h3>Intermediate Level 2</h3> <p>Alle vorherigen Level + Nutzung von Hilfsmitteln zum Selbstschutz</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> |  |
| | <h3>Intermediate Level 1</h3> <p>Alle vorherigen Level + Alarmierung von Polizei, div. neue Abwehr- und Kontertechniken gegen Würgeangriffe sowie weitere Falltechniken</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> | |
| Block 1 (ca. 15Mt.) | <h3>Beginners Level 2</h3> <p>Alle vorherigen Level + Alarmierung von Passanten, div. Abwehr- und Kontertechniken</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> |  |
| | <h3>Beginners Level 1</h3> <p>Entry Level + Koordinative Fähigkeiten, Selbstschutz, Abwehr gegen Festhalte-Angriffe und Ausdauer</p> | <p>10 Lektionen + Lernkontrolle CHF 150.-</p> | |
| | <h3>Entry Level</h3> <p>Selbstbehauptung, Körperbeherrschung, Verhaltensschulung, Handbefreiung und Falltechnik</p> | <p>ca. ½ Tag mit Lernkontrolle CHF 60.-</p> | |

KIDSCOMBAT Progress Sheet

BLOCK 1

Entry Level (3 x 90 Min.)

1. Verhaltenstraining, Handbefreiungen
2. Falltechnik, Handbefreiungen
3. Repetitionen, Lernkontrolle

Beginners Level 1 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

4. Verhaltenstraining, Abwehr Festhalter
5. Falltechnik, Abwehr Festhalter
6. Verhaltenstraining, Handbefreiungen
7. Einführung Angriffe von Hinten
8. Repetitionen
9. Lernkontrolle

Beginners Level 2 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

10. Verhaltenstraining, Abwehr Stossangriffe
11. Falltechnik, Abwehr Festhalter
12. Alarmierung, Abwehr Stossangriffe
13. Vertiefung Angriffe von Hinten
14. Repetitionen
15. Lernkontrolle

KIDSCOMBAT Progress Sheet

BLOCK 2

Intermediate Level 1 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

16. Falltechnik, Abwehr Würger
17. Verhaltenstraining, Abwehr Würger
18. Falltechnik, Abwehr Festhalter
19. Einführung Gefahr aus dem Auto
20. Repetitionen
21. Lernkontrolle

Intermediate Level 2 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

22. Falltechnik, Einsatz Kurzstock, Abwehr Würger
23. Vertiefung Gefahr aus dem Auto, Einsatz Trillerpfeife, Abwehr Festhalter
24. Falltechnik, Einsatz Kurzstock, Abwehr Handbefreiungen
25. Alarmierung, Einsatz Stift/Schulheft, Abwehr Stossangriffe
26. Repetitionen
27. Lernkontrolle

KIDSCOMBAT Progress Sheet

BLOCK 3

Practitioners Level 1 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

28. Verhaltenstraining, Abwehr Schlagangriffe
29. Verhaltenstraining, Techniktraining im Dunkeln
30. Falltechnik, Techniktraining mit Trainingstasche
31. Alarmierung, Techniktraining in Winterkleidung
32. Repetitionen unter erschwerten Bedingungen
33. Lernkontrolle, z.T. unter erschwerten Bedingungen

Practitioners Level 2 (5 x 90 Min. + Lernkontrolle 90 Min.)

34. Falltechnik, Abwehr Schlag-/Stossangriffe im Kreis
35. Verhaltenstraining, Abwehr Festhalter & Handbefreiungen am Boden
36. Falltechnik, Verhalten bei Bedrohung durch mehrere Gegner
37. Alarmierung, Techniktraining im Kreis
38. Repetitionen unter Stress
39. Lernkontrolle, z.T. unter Stress

KIDSCOMBAT – Q&A's

(v1.1a/05.02.2016/LC)

WER STEHT HINTER KIDSCOMBAT?

Mauro Richina und Leo Chin, beide J+S Experten für Karate und langjährige Instruktooren für Kinderkurse gewähren einen hohen Qualitätsstandard für die Teilnehmer.

IST KIDSCOMBAT EINE ANDERE ART VON KINDERKARATE?

Nein – das System beinhaltet Elemente der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Typische Elemente von Karate, wie z.B. Kata und Kihon sind in KIDSCOMBAT nicht zu finden.

WERDEN DIE KINDER UND JUGENDLICHE ZU SCHLÄGERTYPEN AUSGEBILDET?

Nein – Ziel von KIDSCOMBAT ist es, dass die Teilnehmenden altersgerecht an die Themen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung herangeführt werden. Durch Verbessern der allgemeinen körperlichen Fitness und Stärkung des Durchhaltewillens werden sie selbstsicher und können mögliche Bedrohungen früher erkennen und gezielter reagieren.

DÜRFEN DIE ELTERN DIE LEKTIONEN BESUCHEN? WIE KÖNNEN DIE ELTERN DIE FORTSCHRITTE DER KINDER UND JUGENDLICHEN VERFOLGEN?

Wir heissen die Eltern gerne zu den Lektionen willkommen, solange die Kinder durch deren Anwesenheit nicht abgelenkt werden. Bitte stellen Sie Ihre Fragen an das Instruktoorenteam vor oder nach den Lektionen. Am Ende jedes Moduls wird zudem eine Lernkontrolle mit allen Teilnehmenden durchgeführt. Zu dieser Abschlusslektion sind jeweils alle Eltern herzlich willkommen und können die Fähigkeiten ihrer Schützlinge verfolgen.

WERDEN DIE ERFOLGE DER TEILNEHMER MIT GRADUIERUNGEN ODER FARBIGEN GÜRTELN AUSGEZEICHNET?

Nach regelmässigem Besuch der Lektionen und nach erfolgreichem Absolvieren der Lernkontrolle erhalten die Teilnehmer jeweils eine Urkunde zur Bestätigung. Die beste Bestätigung für die Kinder und Jugendlichen ist jedoch das Interesse der Eltern am Trainingsverlauf.

WIE OFT TRAINIEREN DIE TEILNEHMER?

Das Training wird jeweils in Doppellektionen (total ca. 90 Minuten) einmal monatlich angeboten. Andere Trainingsintervalle sind denkbar und können bei genügender Nachfrage angeboten werden.

WIESO MÜSSEN ALLE MODULE EINZELN BEZAHLT WERDEN – GIBT ES KEIN JAHRESABO?

Die Teilnehmenden können sich nach jedem Modul frei entscheiden, ob sie weiter trainieren möchten oder nicht. Nur Kinder und Jugendliche, welche aus freiem Willen ins Training kommen und Freude am Training verspüren, haben optimale Trainings- und Lernbedingungen. Zudem wird die Kursgebühr so in bezahlbare 'Raten' unterteilt.

WIE KANN MAN NACH EINER TRAININGSPAUSE WIEDER EINSTEIGEN?

Zu jedem Block wird ein Repetitions-Modul angeboten. Dieses umfasst die wichtigsten Punkte des Blocks und bildet eine ideale Möglichkeit für alle die pausiert haben, den Anschluss wieder zu finden.

KANN KIDSCOMBAT MIT ANDEREN KURSEN (KARATE, KUNG-FU, ETC.) KOMBINIERT WERDEN?

Durch die vorgesehenen Trainingsintervalle von ca. 3-4 Wochen zwischen den Doppellektionen ist KIDSCOMBAT die ideale Kombination zu anderen Sportarten und Hobbies. Wir begrüßen es, wenn die Teilnehmer möglichst polysportiv trainieren.

LERNT MEIN KIND BEI DIESEM KURS ZURÜCKZUSCHLAGEN?

Ja und nein – Die Teilnehmenden lernen eine mögliche Bedrohung frühzeitig zu erkennen und richtig einzuschätzen. KIDSCOMBAT steigert dadurch die Sensibilität der Kinder und Jugendlichen für Risiken und Gefahren, so dass es oftmals gar nicht zu Tötlichkeiten kommen muss. Eine tätliche Auseinandersetzung birgt grosses Gefahrenpotential und sollte so lange wie möglich vermieden werden. Sogar bei tätlichen Angriffen können einfache Schutzmassnahmen helfen, das Problem ohne einen eigentlichen Kampf zu lösen. Dennoch sind Abwehr- und Schlag-/Tritt-Techniken auch Teil des Trainings.

IST KIDSCOMBAT GEFÄHRLICH?

Solange die Teilnehmer gesund sind und die Anweisungen des Instruktorenteam befolgen, ist das Training nicht gefährlicher als andere Sportarten (z.B. Fussball, Kampfsport für Kids, etc.). Ab einer gewissen Stufe und Trainingsintensität ist eine persönliche Schutzausrüstung empfehlenswert. Die Kursleiter geben gerne Auskunft.

WELCHE SCHUTZAUSRÜSTUNG MUSS FÜR DAS TRAINING GETRAGEN WERDEN?

Zu Beginn sind keine Schützer vorgeschrieben. Für realitätsnahe Übungen arbeiten wir gerne mit einer adäquaten Schutzausrüstung. Wir empfehlen den Teilnehmern und Eltern mit fortschreitendem Training die jeweils nötige Ausrüstung. Empfehlenswert sind insbesondere Tiefschützer für Knaben.

WO WERDEN DIESE KURSE ANGEBOTEN?

Derzeit finden die Kurse im ASIA SPORT CENTER in Zürich statt. Andere Kursorte folgen bei entsprechender Nachfrage.

WER IST DIE ZIELGRUPPE – FÜR WELCHE TEILNEHMER IST KIDSCOMBAT GEDACHT?

Dieses Angebot richtet sich an Schülerinnen und Schüler der Primar- und Oberstufen und deren Eltern. Wer Spass an Bewegung hat und gleichzeitig etwas über Selbstschutz lernen möchte, ist bei uns richtig. Mobbing, verbale Erniedrigungen, Angst auf dem Pausenplatz, schlechtes Gefühl auf dem Schulweg, Schwächeren helfen, sich besser fühlen – sprechen Dich diese Themen an? Dann komm ins KIDSCOMBAT!

* * *

Ameldung KIDSCOMBAT / TEENCOMBAT



Spezielles

Personalien Kunde / Kundin

weiblich männlich

| | | | |
|---------------------|-------|------------|-------|
| Name | _____ | Vorname | _____ |
| Ges. Vertreter (18) | _____ | Adresse | _____ |
| Geburtsdatum | _____ | PLZ/ Ort | _____ |
| Tel. Privat | _____ | Tel. Natel | _____ |
| E-Mail | _____ | | |

Preise in CHF

ENTRY LEVEL = 60 / BEGINNERS LEVEL = 150 / INTERMEDIATE LEVEL = 150 / PRACTITIONERS LEVEL = 150 / OPEN LEVEL = 220 pro Semester

Vertragsbedingungen (Version September 2019)

- Grundlage für die Berechtigung der Kundin / des Kunden zur Kursteilnahme ist die verbindliche Kursanmeldung zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses.
- Verträge für Kurse sowie Abonnemente für den Bezug von Dienstleistungen in Einzellektionen sind **persönlich, nicht übertragbar und innerhalb der Gültigkeitsdauer zu beziehen**. Nichtbenutzung der Angebote oder Leistungen von CLOSECOMBAT berechtigt die Kundin / den Kunden **nicht** zur Rückforderung der Kurs- oder Abonnementsgebühren.

Die Kundin / der Kunde ist angehalten, zum jeweiligen Kurs die vom Organisator **vorgeschriebene Kleidung und ggf. Schutzausrüstung zu tragen**.

3. Die Gebühren und Beiträge sind innert 10 Tagen nach Vertragsabschluss (Banküberweisung oder Barzahlung), spätestens jedoch bei Kursbeginn (nur Barzahlung) direkt an CLOSECOMBAT zu bezahlen. Warenlieferungen sind grundsätzlich in Bar bei Übergabe zu begleichen. Auf Anfrage werden Debit- (EC Karte, keine Postcard) und Kreditkarten (Mastercard & Visa) akzeptiert, wobei für alle Kartenzahlungen Gebühren anfallen (2 – 3%). Alle Preise sind in CHF, CLOSECOMBAT ist nicht MWST-pflichtig. Bankverbindung: IBAN CH84 0028 3283 8011 3141 Z (UBS AG, Inhaber: Leo Chin, Krebsbachweg 6, 8134 Adliswil).

4. Die Kundin / der Kunde verpflichtet sich, CLOSECOMBAT die zur Registrierung als Teilnehmerin / Teilnehmer notwendigen Daten und allfällige Änderungen **wahrheitsgetreu** anzugeben. CLOSECOMBAT kann bei Bedarf von einzelnen oder allen Kundinnen / Kunden weitere relevante Daten verlangen (z.B. Auszug aus dem zentralen Strafregister) und den Abschluss oder die Fortsetzung des Vertrags vom Erhalt sowie vom Inhalt des Datensatzes abhängig machen. CLOSECOMBAT speichert und benützt die erhaltenen Daten ausschliesslich zu eigenen Zwecken und gibt keine Daten an Dritte weiter. CLOSECOMBAT speichert relevante Kundendaten in der BEXIO Buchhaltungssoftware online und anderweitig, u.a. auch um ihrer gesetzlichen Aufbewahrungspflicht nachzukommen. Für die online gespeicherten Daten gelten die BEXIO Datenschutzbestimmungen (<https://www.bexio.com/de-CH/datenschutz>). CLOSECOMBAT wird ausdrücklich ermächtigt, Bildaufzeichnungen von Kursen für eigene Werbezwecke zu verwenden (Flyer, Social Media, u.s.w.), dies unter der Auflage, dass die Gesichter und Namen der abgebildeten Kinder durch geeignete Filter verändert oder unlesbar gemacht werden. Ungefilterte Bilder werden nur nach Rücksprache mit den Eltern und Kindern publiziert.

5. Die Kundin / der Kunde verpflichtet sich, die Einrichtungen der Kursorte mit der gebotenen Sorgfalt zu benützen und auf die übrigen Benützer Rücksicht zu nehmen. Die Kundin / der Kunde verpflichtet sich, den Anweisungen des Personals am Kursort sowie den CLOSECOMBAT Instruktoren strikte Folge zu leisten. Bei Missachtung kann ein **sofortiger Ausschluss** aus dem Kurs **ohne** Anspruch auf irgendwelche Rückerstattungen oder Entschädigungen erfolgen.

6. Die Teilnahme an den Kursen und die Benützung der gesamten Infrastruktur der Kursorte (Fitness-Geräte, Hilfsmittel im Kampfsport, Duschen etc.) erfolgt auf **eigene** Gefahr und Kosten der Kundin / des Kunden. CLOSECOMBAT, allfällige Co-Organisatoren sowie das Personal am Kursort haften **nicht** für Schäden infolge Unfall, Verletzung oder Krankheit. Der Abschluss einer Versicherung ist **Sache der Kundin / des Kunden**. CLOSECOMBAT sowie allfällige Co-Organisatoren **haften** sodann **nicht** für den Verlust von Effekten, Gegenständen, Wertgegenständen, Geld etc.

7. Ausschliesslicher Gerichtsstand für Streitigkeiten aus diesem Vertrag ist **Zürich**.

Mit der Unterschrift anerkennt die Kundin / der Kunde die Kursanmeldung sowie die Vertragsbedingungen als verbindlich.

Die Kundin / der Kunde

(Bei Minderjährigen unter 18 Jahren der/die gesetzliche Vertreter/in)

Quittung (bei Barzahlung)

CHF _____

CLOSECOMBAT Kursleitung

Zürich/Adliswil

Ort / Datum / Unterschrift

Ort / Datum / Unterschrift