

Escrima Schülerprogramme der IUEWT/UFEWT

Grad	Formtraining	Drill	Grundtechniken/Sparring/SV	Theorie	Gradierungs- abzeichen	Mindestvorbereitungszeiten
10	Lange Waffen Vorbereitung: Kurzform mit langer Waffe Main Form komplett	Alter Drill mit freiem Schlagen des Ausbilders mit 1 und 2 Stöcken/auch Tonfa	- Anwendung der Form - Umgebungstraining/besondere Situationen/Höhentraining - Schläge mit Stockende - Fluchtsperren: (Hebel/Loslösung aus bedrängter Position)	- Anwenden der bisherigen Escrima Konzepte auf nicht schulmäßige Situations	rot	3-6 Monate
9	Grundform mit Tonfa Alle Formen bisher als freie Form	-Drill 4.SG mit Tonfa gegen Stock/Staff -Tri-Sparring mit Tonfa	- Anwendung der Form - Tonfa "Red Man" Übung - gegen mehrere Gegner - Kurze und lange Wendungen mit Stock/Tonfa - Tonfa Entwaffnungen alle Schläge	- Balance	rot	3-6 Monate
8	Grundform mit Einzelstock/ Doppelstock Largo + Corto Konzept (corto: kurze Schnitte zur Hand)	4. Doppelstockdrill (rlr lrl / rlr lrl - Heaven-six) Drills mit Largo	- Anwendung der Form - 5 Largo Schläge - Beindehnungen (leg stretches) - Knie und Ellbogen Angriff - Doppelstockentwaffnungen gegen 5 und weitere	- Prüfen der Largo Linie	blau	3-6 Monate
7	Grundform mit Stock und Messer (Espada y daga) Konzept	3. Doppelstockdrill (1: rlr / rlr rlr / rlr 2: lrl / lrl lrl / lrl)	- Anwendung der Form - Umgebungstraining Stock/Messer - 4 Sparringstechniken Stock & Stock/Messer - Stock gegen Messer - Lock & block - Doppelstockentwaffnungen 3 & 4	- Betonung von Stichen, Waffen- spitze ausrichten - Klingebewußt- sein	blau	3-6 Monate
6	Grundform mit Cadena di Mano Konzept (Stock an beiden Enden greifen): + kurze Kraftentwicklung + Nervenstock (palm stick)	2. Doppelstockdrill (hi-hi-lo) Verstecken der F8 (unterdrückte Schläge)	- Anwendung der Form - Alle Blockangriffe mit 2 Stöcken - Einzelstockdrills aus 4 mit 2 Stöcken - Doppelstockentwaffnungen 1 & 2	- Waffenbewußtsein und die Gefahr des Blockens sowie der Vorteil des Angreifens	weiß	3-6 Monate
5	Grundform mit Doppelstock Konzept (geschlossen, Stiche)	1. Doppelstockdrill (hi-lo-hi-lo - hi-lo-lo-hi) Kob-kob	- Anwendung der Form - F8 mit 2 Stöcken: [offen & geschlossen F(8)] - Doubleto/ aufgeladene und losgelösten Schlägen/mit Stichen - 4 Sparringstechniken: 2-1-1/ 2-5-5/2-5-1/5-2-1	- Geschwindigkeit/ Timing/ Distanz	weiß	3-6 Monate
4	Grundform mit Doppelstock Konzept (kob kob)	Einzelstock Drill (1/1 - 3/3 - 4/4) Doppelstockdrill: hi-lo-hi-lo	- Anwendung der Form - Weitere Entwaffnungen, locks + Festsetzungen (jams) - Durchführungs (Passing) Block Konzept mit Stich	- Box und V Prinzip	gelb	3 Monate
3	Grundform mit dem Alive Hand Konzept: Form mit stick up, Stichen, aggressive Box am Ende	Drill: Schläge unter Einbeziehung der Alive Hand	- Anwendung der Form - Punktfußarbeit Soloübungen - Stock greifen - Tiefe Blockangriffe (UNL) - Box und V Konzept - Übungen - Entwaffnungen gegen Stiche	- Focus	gelb	3 Monate
2	Grundform komplett	Einzelne F8 Schläge mit links und rechts gegen Ziel/Partner	- Anwendung der Form - direkte Schläge zur Hand/Arm - aufgeladene und losgelöste Schläge - Schulter/Aussenangriffs- konzept gegen 3/4 - Entwaffnungen gegen 3 & 4	- Qualität der Schläge - Kraft (Power)	grün	3 Monate
1	5 Grundschnitte als Vorbereitung für die Form	Kontrolliertes Schlagen gegen Ziele/alle 5 Schläge	- „Red Man“ Übung - Doubleto Konzept - Dachangriffskonzept gegen 1/2 - Cutting disarm Entwaffnung	- Escrima ist ein Angriffssystem	grün	3 Monate

Escrima Technikerprogramme der IUEWT/UEFWT

Grad	Formtraining	Drill	Grundtechniken/Sparring/SV	Theorie	Graduierungs- abzeichen	Mindestvorbereitungs- zeiten
1.TG	Lange Waffen Teil 1: Grundform mit langer Waffe Einsatz der 'Nicht-Waffen-Hand': Grundform mit einem Stock	Lange Waffen: - Anwendungsdrills Kurzform - Grunddrill 4.SG - sonstige - Grunddrill 4.SG mit der 'Nicht-Waffen-Hand' - Grunddrill 4.SG mit Doppelstock	- alle Trainingskonzepte der Schülergradprogramme mit langen Waffen - alle Grundblocks mit Langstock Einzelwaffe: - alle Grundblocks 'Nicht-Waffen-Hand'	Optional: Schriftliche Ausarbeitung oder mündlich: Darstellung des Focus-Prinzips		1 Jahr
2.TG	Grundform/Main Form mit Doppelstock 'Dos Manos' Konzept Lange Waffen Teil 2: Langstockform	Lange Waffen: - Anwendungsdrills Grundform Dos Manos (beidhändig/ offen): - Anwendungsdrills der Formen - Grunddrill 4.SG - sonstige	- Sparring Langstock gegen Langstock Einzelwaffe: - leichte Sparringsübungen mit der 'Nicht-Waffen-Hand' gegen die 'Waffen-Hand' des Partners - Freies Sparring mit Handchecks auf der rechten Seite gegen 2er und 4er Angriffe Doppelstock: - Anwendungen Dos Manos Konzept gegen alle Angriffe	Optional: Schriftliche Ausarbeitung oder mündlich: Darstellung des Power-Prinzips		1 Jahr
3.TG	Grundform/Main Form mit Klingenwaffen (Machete/ mittelalterliche Waffen) Konzept Grundform/Main Form mit Messer Konzept	Lange Waffen: - Anwendungsdrills Langstockform Klingenwaffen (einhändig): - Anwendungsdrills der Formen - Grunddrill 4.SG - sonstige	- Sparring Langstock gegen Doppelstock/Einzelstock Doppelstock: - Umgekehrte 8 Konter gegen alle Schläge - Normale Fig. 8 Konter gegen alle Schläge - Umgekehrte 8 Konter (von unten nach oben) nach vorne & seitlich - Normale Fig. 8 Konter nach vorne & seitlich Buckler	Optional: Schriftliche Ausarbeitung oder mündlich: Darstellung des Geschwindigkeit/ Timing/Distanz-Prinzips		2 Jahre
4.TG	Grundform/Main Form mit waffenlos Konzept	Messer: - Anwendungsdrills der Formen - Grunddrill 4.SG - sonstige Klingenwaffen (beidhändig): - Anwendungsdrills der Formen - Grunddrill 4.SG - sonstige	- Sparring Klingenwaffen mit verschiedenen Zusammensetzungen der Waffenarten Einzelwaffe: - alle Trainingskonzepte der Schülergradprogramme mit Klingenwaffen - Säbel Übungen - Nr. 4 Schlag Durchführungs (Passing) Block roll and climb auch gegen Schlag 3 mit Stock/Klingenwaffen - Sparring Messer gegen Messer	Optional: Schriftliche Ausarbeitung oder mündlich: Darstellung des Balance-Prinzips		2 Jahre
5.TG	Ab dieser Graduierung wird ausschließlich das waffenlose Escrima Programm behandelt. Die einzelnen Programmblöcke werden noch strukturiert.					