

ANTIK- TERRORE KAMP

Utallige ubehagelige associationer fremkommer for det indre øje første gang navnet for dette selvforsvarssystem introduceres. Bedre bliver det ikke, da man kort efter stifter bekendtskab med udøvernes træningsudstyr: sorte handsker, sort gi og sorte sko. TEKST: Danny Petterson FOTO: Carl Knudsen

For tiden får et stort antal gadekamps-systemer med mere eller mindre paranoide tankegange en del opmærksomhed. Derfor var det selvsagt med en smule uro i kroppen, at jeg troppede op til en træningstime og efterfølgende interview med systemets danske chefinstruktør John Hjorth, 4. dan i ATK på klubbens adresse i Sønderso lidt uden for Odense.

Døren til klubben var ulåst, da jeg tog i den til trods for, at lokalerne var ubefolkede. Igen, hvem skulle

have modet til at betræde dette sted uden forudgående aftale? Eller måske var udøverne allerede ankommet og placeret på strategiske steder for at bevise en pointe i min manglende overvågenhed og generelle mangel på teknikker til overlevelse i gadekampsmiljøer?

Mine tvangstanker blev dog gjort til skamme, da jeg trådte ind i dojo'en. Klubbens lokaler havde en stor mangel på camouflage, sorte flag med dødningshoveder og smadret interiør. Tværtimod emmede stedet af dansk hygge med stort "H". Flotte nyistandsatte lokaler med masser af billeder af udøvere og læsesvis af pokaler. For yderligere at afdramatisere tingene var hovedparten af billederne præget af Zanshins (klubbens navn) store antal af Jiu-Jitsu-udøvnede børn. Sidst men ikke mindst som det mest afvæbnende i hele klubbens tema – den grundlæggende farve lilla! Både dojo, gardiner, og rekreative områder er gennemsyret af farven lilla, og her må selv de mest hærdede gadekrigere løsne op og overgive sig

til den hyggelige stemning. Træningen i sig selv burde heller ikke afskække udøvere fra andre systemer eller nybegyndere ud i kampkunsten i almindelighed, da både opvarmningen, tekniktræningen og stemningen burde appellere til alle, uanset baggrund og motivation for at starte på denne stilart.

Kort fortalt startede træningen med en let opvarmning, der kunne minde om opvarmningen til boksning. Efterfølgende var der træning i diverse faldøvelser som rullefald etc. Disse adskilte sig i særdeleshed fra andre systemer ved, at de alle var helt lydlose, uanset om de var på tatamen eller på det omkringliggende hårde trægulv. Resten af træningspasset var baseret på forskellige teknikøvelser, hovedsageligt for at give mig en fornemmelse af systemet. Mange af de viste teknikker var bygget på blokeringer, undvigelse, nedtagninger og låse. Alt sammen krydret med en god mængde nervepunktsmanipulation, så selv store og brutale overfaldsmænd nemt og uden brug af overdreven



Ørevridning er enormt smertefuld. I ATK benytter man alle midler og de sorte handsker bruges så udøverne ikke kommer til at kradse hinanden i ansigtet, når de over teknikker som for eksempel denne.

"Det primære mål for systemet var, at det skulle være for europæere, af europæere"

vold kunne neutraliseres og afvæbnes, hvis det skulle vise sig nødvendigt.

Da træningen var overstået, var der ingen tvivl om, at systemets noget militante navn dækker over et mere brugervenligt selvforsvarssystem, som i høj grad burde appellere til de fleste. Man behøver ikke arbejde i politiets specialenhed til hverdag eller være en slagsbror fra det lokale diskotek for at få et stort udbytte af ATK. Snarere tværtimod.

Efterfølgende var hele holdet, Jiu-Jitsu-instruktør og 6. dan Ulla Lundberg og Danmarks chefinstruktør i ATK John Hjorth samlet i klubbens hyggelige og meget lilla café. ATK gruppen var samlet om kage, cigaretter og nylavet kaffe. Før det egentlige interview, forsøgte jeg mig med et sidste forsøg på at afsløre udøverne som en gruppe hærde politibetjente, dørmænd og gadekæmpere, da alle ved bordet blev spurgt om deres bevægegrund til at træne ATK. Selv dette sidste krampagtige forsøg faldt til jorden, da der var generel enighed om de vigtigste dyder for disse ATK-udøvere: Det sociale aspekt, muligheden for at komme væk hjemmefra samt muligheden for at få luftet den indre drengerøv. En enkelt at holdets deltagere havde til dels

valgt systemet, da han ikke mente, det kunne passe, at udøvere af kampkunst generelt ikke kunne klare sig i en situation på gaden. Efter dette startede det egentlige interview.

Kan FIGHTERS læsere få en kort indføring i ATK, hvad det er, og hvor det stammer fra?

- Systemet er udviklet af tyskeren Horst Weiland i 1963 og er baseret på, hvad man kan kalde "docerbare teknikker" forstået således, at teknikerne kan udføres med kun den voldsomhed, der er nødvendig for at få en angriber neutraliseret. Jo mere voldeligt angrebet er, jo mere kraftigt vil forsvaret også være.

Weillands egen baggrund stammede blandt andet fra Rusland, hvor han havde siddet i krigsfangelejr i Sibirien. Her lærte han selvforsvar af russerne. Han har også været i Fremmedlegionen, hvor han ligeledes fik inspiration til sit eget system.

Det primære mål for systemet var, at det skulle være for europæere, af europæere. Asiatisk kampkunst kan ikke direkte oversættes til europæisk eksempelvis grundet fysik, da europæere oftest er større end asiater. Endvidere skulle systemet også kunne bruges uden den

store brug af muskler, således, at også piger kunne forsvare sig mod en væsentligt større angriber. En af basis-teknikkerne i systemet er "klohånden", der er udgangspunktet for diverse nervetryk og nervemanipulationer med mere.

Til at starte med var der få, der trænede systemet, især grundet systemets uheldige navn, der i begyndelsen blot var "terrorkamp". Man skiftede navnet til ATK, hvilket gav lidt mere succes i Danmark og endte med at have to klubber. Først en i Korup (på Fyn, red.), og i 1994 her i Sønderø. Systemets navn blev der også ændret til ATK-selvforsvar. Systemet har stort set været det samme frem til 1990'erne.

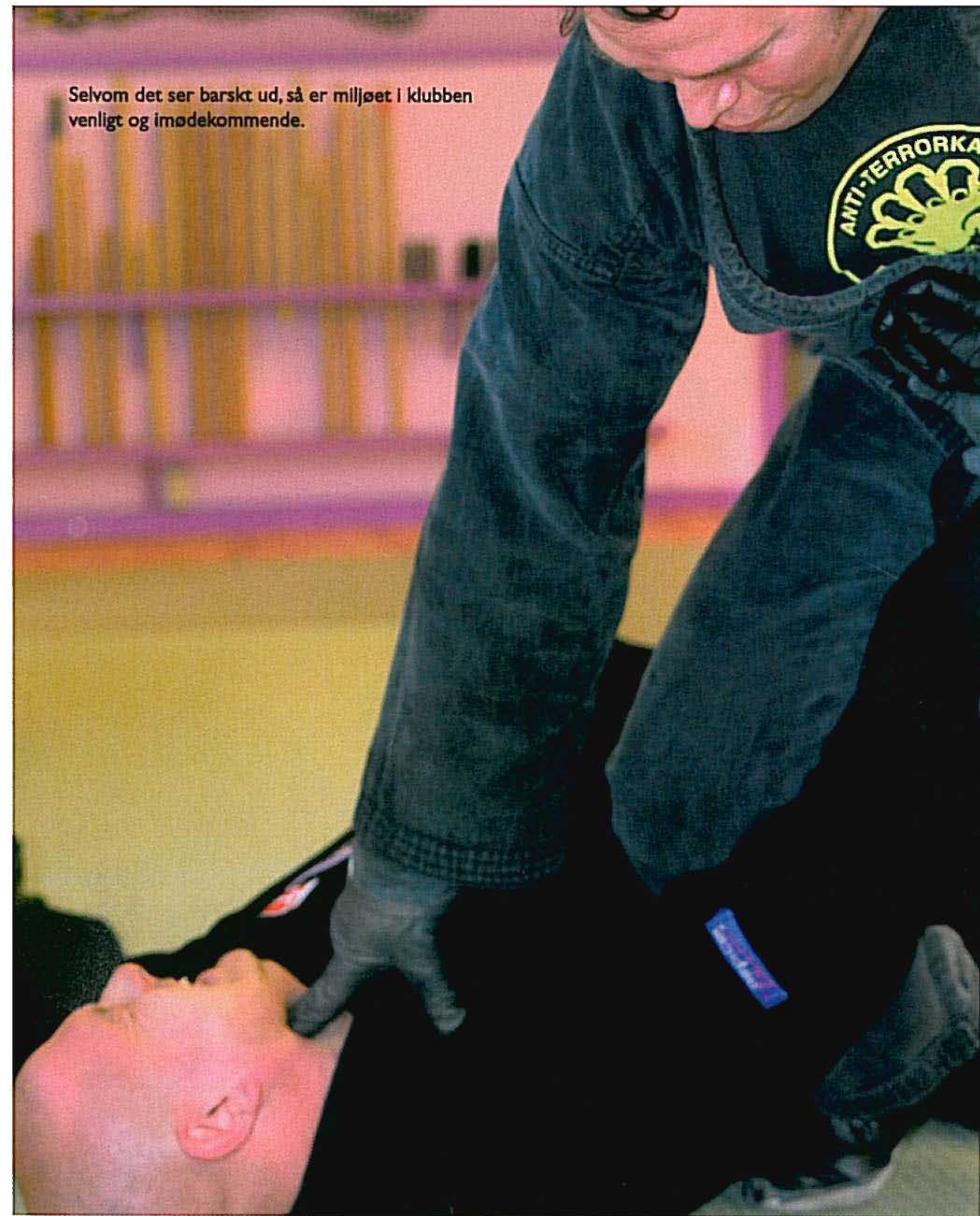
Hvad ændrede sig på det tidspunkt?

- En ny våbenlov i Tyskland gjorde udslaget. Fokus blev fjernet fra våben, da det ikke længere var så sandsynligt, at man behøvede at forsvare sig imod den slags, og en del af teknikerne baseret på brug af kniv blev fjernet fra systemet. Endvidere gav systemet, når man blev graderet, også mulighed for at udøveren hen af vejen kunne lave sine egne teknikker baseret på ATK's principper. Eksempelvis har ATK's dan-graderede fra Zanshin lavet teknikker>>

Kontrol gennem en armlås og trykken
på et nervepunkt.



Selvom det ser barskt ud, så er miljøet i klubben venligt og imødekommende.



baseret på forsvar med Dan-kort, hvis man skulle blive overfaldet ved en hæveautomat.

Der er tale om at ATK lige nu er ved et organisationsskifte. Hvad er det lige præcis der foregår på den front?

- Hidtil har Zanshin været medlem af Budo Akademie Europa, BAE, i mange år. BAE er en privat organisation i Tyskland, hvor mange medlemmer har skoler, og hvor instruktører og ejere lever af at undervise på fuld tid i systemer som Jiu-Jitsu, Judo, ATK etc. Derfor er BAE med tiden blevet en organisation, hvor medlemsomkostningerne er blevet meget høje på grund af dyre månedlige betalinger og obligatoriske kurser. BAE bliver ikke længere drevet af den oprindelige initiativtager men dennes søn. Derfor er årskontingenter, kursusr priser og så videre steget markant. Faktisk mener mange, at "B"et i BAE ikke længere står for "Budo", men for "Business". Som følge af dette, har 14 klubber med i alt cirka 1200 medlemmer sagt fra og derpå forladt BAE. Vi har i vores klub betalt kontingentet for 2007, så at blandt andet vores to brun-bælter kan gå til 1. dan-graduering i det "gamle" regi.

Hvad så efter BAE?

- Sammen med de andre udbrydere har vi meldt os ind i en i Europa ganske ny organisation kaldet World Combat Association (WCA), der har rødder tilbage til Okinawa. Præsidenten er Norbert Schiffer, der blandt andet har baggrund som redaktør for diverse tyske kampsportsmagasiner. WCA har ikke tidligere haft et fast stæde i Europa, men med udbryderne fra BEA er der nu lavet et solidt fundament.

Der bliver selvsagt nogle ændringer i forbindelse med gradueringer. Alle gradueringer til og med 5. dan bliver flyttet med fra BAE til WCA, hvilket giver den fordel, at disse gradueringer også bliver anerkendt af WCA i Japan. Et enkelt problem i forbindelse med organisations-skiftet er, at navnet ATK er mønsterbeskyttet og ejet af BAE. I WCA skifter systemet navn til ACS, som står for Atemi Combat System og er i den forbindelse også blevet opdateret til et rent selvforsvarssystem. ATK indeholdt også angrebsrelaterede teknikker, men nu i forbindelse med navneskiftet til ACS er det reelt blevet opdateret til et rent selvforsvarssystem til brug i det 21. århundrede.

250 teknikker fra gul til brunt bælte er blevet lagt sammen til gul-grøn, og kun de mest

effektive teknikker er blevet bibeholdt. I den forbindelse bliver det sådan, at allerede fra blåt bælte bliver teknikkerne mere "frie" således, at de kan tilpasses den enkelte udøvers fysik, personlige stil, baggrund med mere. I ATK var dette først muligt brunt bælte og kun i begrænset omfang.

Generelt bliver systemet også mindre rigtigt. I ATK var en sort ATK-gi, med relevante mærker og så videre et krav. Dette bliver mere løst i ACS, hvor kravet bare er en sort gi i almindelighed. En anden fordel ved WCA er også, at organisationen er meget mere behjælpelig med at tilpasse materiale til det danske marked, således at WCA generelt men også ACS bliver mere kendt i Danmark.

I 2007 er kun jeg og Ulla (Lundberg, red.) medlem af både WCA og BEA. Alle klubbens Jiu-Jitsu og ATK-udøvere er medlem af BEA året ud, hvorefter de også skifter til WCA. Det har selvsagt været et svært skifte, da vi gennem årene har fået mange personlige venner gennem BEA.

For at vende tilbage til selve ATK/ACS; bliver systemet benyttet professionelt nogen steder?

- Det tyske anti-terrorkorps, GSG9, har brugt teknikker fra ATK i mange år. Også lokalt er systemet brugt. Blandt andet har Odense Kontrollør Forening taget kurser, og en del dørmænd fra diverse diskotekskæder har deltaget. Vi har endda i samarbejde med Odense Politi lavet certifikatkort, der viste at eksempelvis foromtalte dørmænd har deltaget og bestået kurser i ATK. Også elever på AMU's vagtkursus i Århus er blevet instrueret i ATK-teknikker. Selv plejere fra Lindebjerg er blevet undervist i relevante teknikker fra systemet. Mange teknikker i ATK/ACS er meget "skjulte" i deres udførsel og er derfor meget anvendelige til eksempelvis dørmænd, da de ikke skræmmer andre gæster ved at se voldsomme ud.

Kan ATK sammenlignes med andre selvforsvarssystemer som Wing Tsun, Jeet Kune Do, Krav Maga og lignende?

- ATK/ACS er ikke baseret på samme brutale princip som mange af disse. Jeg har blandt andet prøvet Krav Maga hos nogle københavnske instruktører, og det virkede meget brutalt, hvor næsten alt var meget baseret på at blive afsluttet med knæ i skridtet og slag i ansigtet. Teknikker i ATK er, som tidligere nævnt doserbare, og man behøver ikke at benytte sig af den mest brutale mulighed for at uskadeliggøre en angriber.

Er der aldersgrænse for udøvere af ATK?

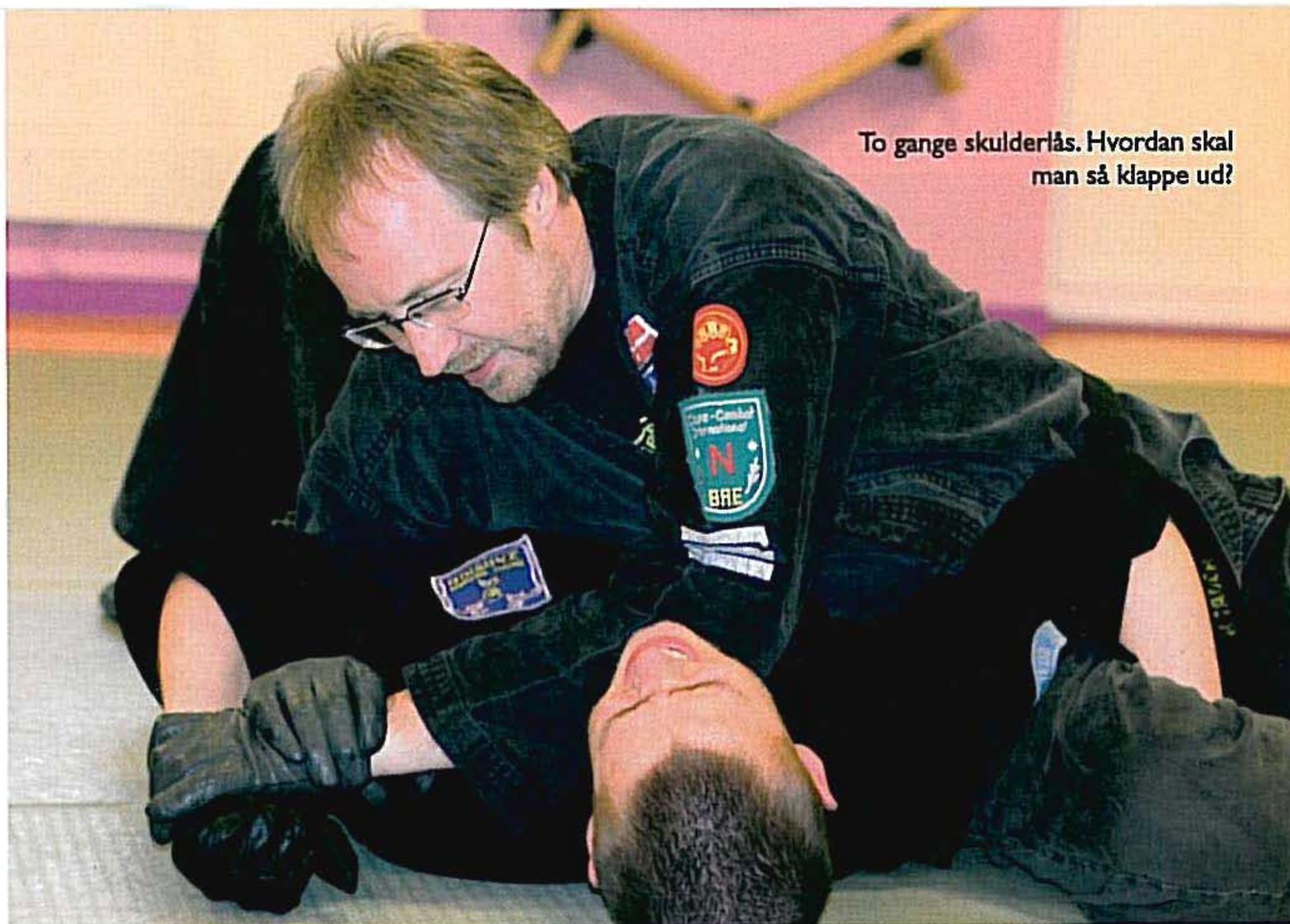
- Ja, man skal være mindst 14 år for at deltage i undervisningen. Er man yngre, bør man gå til vores Jiu-Jitsu, hvor vi har rigtig mange børn, som også deltager i diverse konkurrencer rundt om i verdenen. Både i ATK men også i undervisningen for børn gør vi meget ud af at undervise i teori, så både anatomi, nødværge-

paragraffer og førstehjælp er en del af pensum. Når børn bliver gradueret skal de eksempelvis kunne lægge en person i aflåst sideleje, og endvidere vise viden om skelettets opbygning, diverse knogler, led med videre.

Er våben en del af pensum i ATK?

- Det er en meget stor del af pensum, og der er indeholdt forsvar mod kniv, stok, baseball-køller, pistol, knuste flasker, økser og så videre. I de frie teknikker bruger vi selv ting som våben, Dankort, samt nøglebundter, kæder eller hvad der ellers måtte være ved hånden.

En ting vi også gør meget ud af er eksempelvis, hvis en pige er ved at blive voldtaget. Hvis angriberen ikke har et våben, er der altid en mulighed for at forsvare sig selv. Enten ved at kradse, skringe, bide med mere. Kun hvis man eksempelvis har en kniv for struben, er man forsvarsløs. I sådanne tilfælde kan man kun gøre hvad min gamle selvforsvarslærer sagde, "lig stille og nyd det".



To gange skulderlås. Hvordan skal man så klappe ud?

"TIL AT STARTE MED VAR DER FÅ, DER TRÆNEDE SYSTEMET, ISÆR GRUNDET SYSTEMETS UHELDIGE NAVN, DER I BEGYNDELSEN BLOT VAR "TERRORKAMP""

Men det vigtige er aldrig at gå i panik, og det gælder uanset hvilket system, man træner. Har man trænet ACS i et halvt år og lært ikke at gå i panik, så kan enhver 14-årig pige, der tror på sig selv, foretage sig et eller andet effektivt i en selvforsvarssituation.

Undgår man at blive ramt af en kniv, hvis man træner systemet?

- Nej, men det er efter princippet, at det er bedre at blive snittet end at blive stukket. Hvis nogen påstår, at de kan undervise i et system, der gør man ikke bliver ramt i en ægte knivkamp, lyver de.

Et sidste spørgsmål, hvad byder fremtiden på?

- Der vil ske meget spændende efter skiftet fra BEA til WCA. Vi vil forsøge at promovere systemet og organisationen med ved hjælp af hjemmesider, men også via det danske materiale, der nu bliver tilgængeligt gennem WCA, og via dette informere de klubber, vi allerede nu har kontakt med.

Den 21. - 22. april er der WEBBS-kursus i Hedensted, hvor jeg blandt andet skal undervise i ATK/ACS. I slutningen af juli tager vi til Holland, til "5. Kidz- und Jugend

Budo-Camp" hvor der er mange forskellige stilarter repræsenteret. Endvidere deltager vi også i den 17. internationale Budo-Camp i Thailand til oktober. Så der er masser af spændende ting i fremtiden.

Herefter fortsatte den hyggelige dialog i lang tid, og først sent kom jeg hjem fra Zanshin. Helt uden at have været blevet lemlæstet eller at have skulle forsvare sig mod angreb fra emsige gadekrigere i Sønderøs mørke stræder.

For yderligere information, se klubbens hjemmeside på www.zanshin.dk. □

Din leverandør af kampsportsudstyr 1974 - 2007

BUDO SPORT

Budo Sport, Godthåbsvej 142, 2000 Frederiksberg Tlf. 3819 7393

www.budosport.dk