



40 JAHRE DEUTSCHE BALINTAWAK  
ARNIS GROUP E.V.  
1985 - 2025



**PART II**

## Deutsche Balintawak Group e.V.

Stockkampf –

waffenlose Selbstverteidigung – Vollkontakttraining

[www.necopa.de](http://www.necopa.de)

### Sparringstreffen nach GSBA-Regeln

Wann? Samstag, 15.03.2025, 09:30 – 16:00 Uhr  
Wo? Turnhalle des Gymnasium Kirn  
Turnstraße 2, 55606 Kirn (Eingang Treppe runter links)

#### Programm

<b>09:30 – 09:45 Uhr</b>	<b>Begrüßung</b>
<b>09:45 – 10:30 Uhr</b>	<b>Theorie und GSBA-Regelüberblick</b> Kurze Präsentation der GSBA-Regeln für Semikontakt, Padded Stick, Mixed Padded, Vollkontakt Einzel- und Doppelstock
<b>10:30 – 11:00 Uhr</b>	<b>Warm-Up</b> Aufwärmen und lockern der Muskeln und Gelenke, um Verletzungen vorzubeugen inkl. Techniktraining
<b>11:00 – 15:45 Uhr</b>	<b>Sparring Session</b> In den Disziplinen Semikontakt, Padded Stick, Mixed Padded, Vollkontakt Einzel- und Doppelstock. Aufgeteilt in verschiedene Ringe und Runden, damit jeder die Möglichkeit hat, gegen verschiedene Gegner zu kämpfen. Zusätzlich Sparring mit

verschiedenen Aufgaben, Game Plan und Taktik Training.  
Anschließend eine gemeinsame Analyse der Kämpfe.

**15:45 – 16:00 Uhr**

**Cool Down, Feedbackrunde, Ausblick auf weitere  
Veranstaltungen**

## Referenten

- Großmeister Alexander Knopf
- Großmeister Christian Nau
- Professional Arnis Teacher Michael Schneider

## Teilnahmegebühr

- Die Teilnahmegebühr beträgt 25,- Euro, NECOPA Mitglieder sind gebührenfrei.

## Ausrüstung

Soweit vorhanden, bitte Vollkontakt Schutzausrüstung, leichte Ausrüstung  
für Semikontakt und Padded Stick, Safetysticks und normale Stöcke mitbringen.

## Ausrichter

Deutsche Balintawak Group e.V.

[www.necopa.de](http://www.necopa.de)

## Haftung:

Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden an Material und Gesundheit.

Die Teilnehmer sind darüber informiert und erkennen mit der Wahrnehmung der Veranstaltung an, dass:

1.) seitens des Ausrichters und des Veranstalters keinerlei Versicherungen, insbesondere Unfallversicherungen, vorgehalten werden und die Teilnahme insofern auf eigene Gefahr erfolgt, sowie

2.) Ausrichter und Veranstalter keinerlei Haftung für Unfälle oder sonstige Schäden von Teilnehmern übernehmen; dies gilt nicht für Fälle, in denen ein Haftungsausschluss gesetzlich ausgeschlossen ist. Die Teilnehmer haften gegenüber Veranstalter und Ausrichter für alle bei der Wahrnehmung der Veranstaltung verursachten Beschädigungen an Geräten, Einrichtungen und Räumlichkeiten

## **Anmeldungen**

- Für die Anmeldungen bitte folgenden Link verwenden:

<https://necopa.de/events/>

## **Kontakt**

- [info@necopa.de](mailto:info@necopa.de)