

KAMI

STREET MMA

***** Schülerzertifikate *****

Level 1

BASIC SELF-DEFENSE

Grundelemente FMA, Jeet Kune Do, Stockkampf & Boxen
Hauptziele: korrekte Körperhaltung, korrekte Bewegung und Deckung.

Level 2

FLOWING ARMS & LEGS

Erweiterte Elemente FMA, Jeet Kune Do, Stockkampf, Boxen, Kung-Fu & Ringen
Hauptziele: flüssige Abläufe der Arme und Beine, kontrollierte Gegenangriffe,
Entwaffnung von Kampfstöcken, Hebelgriffe und Kicks

Level 3

ADVANCED INFIGHT

Erweiterte und vertiefte Elemente FMA, Jeet Kune Do, Boxen, Kung-Fu & Ringen
Hauptziele: Kontrolle über den ganzen Körper, ob Verteidigung oder Gegenangriff.
Schlagkraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Kicks, Ellbogen, Knie und eine starke Psyche.

Level 4

FULL CONTACT & BASIC GROUND FIGHT

Erlernte Elemente FMA, Jeet Kune Do, Boxen, Kung-Fu & Ringen gefestigt,
Grundelemente Brazilian Jiu-Jitsu / Bodenkampf
Hauptziele: Beherrschung der drei Kampfdistanzen stehend, Box- und Kickdistanz,
Nahkampfdistanz, Grappling/Ringerdistanz + von oben auf den Boden und wieder
hoch, Grundelemente Fallen, Aufstehen und Bodenkampf

Level 5

FULL CONTACT & GROUND FIGHT ADVANCED

Alle erlernten Elemente beherrschen und anwenden, ob oben oder auf dem Boden.
Hauptziele: Alle vier Kampfdistanzen beherrschen und anwenden.
Starker Geist, Schnelligkeit, Ausdauer, Kontrolle, fließender Bewegungsapparat,
Wechsel zwischen diversen Kampfkunst- und Kampfsportarten.