

Auf den folgenden Seiten findet ihr eine Zusammenstellung von Informationen rund um ATK sv.

1. Was ist ATK sv?
2. ATK-Trainer beim JSC Gerthe
3. Der Keikogi, Patches und deren Bedeutung
4. Ausrüstung, Schützer
5. Waffen
6. Verbände
7. Graduierungen
8. Kurzdarstellung Prüfungsordnung
9. Seminare
10. Survival „Close Combat“
11. Literatur, Links



Wege mit Kampfkunst  
Verband und Akademie seit 1970



## 1. Was ist ATK sv?

„HÄRTE WALTEN LASSEN, WO HÄRTE NOTWENDIG IST.  
FAIRNESS WALTEN LASSEN, WO SIE ANGEBRACHT IST.“

Horst Weiland



Die ATK-Selbstverteidigung ist ein modernes System, das speziell für europäische Bedürfnisse entwickelt wurde. Der Nutzen des ATK besteht vor allem in seiner Realitätsnähe und seinen direkten, natürlichen und damit leicht zu erlernenden Bewegungen.

Im Training werden ATK-Sportlern sowohl die technischen und taktischen Fertigkeiten als auch das notwendige Wissen und die richtige Einstellung vermittelt, um einen realen Angriffsfall ebenso wie alltägliche Konflikt- und Gefahrensituationen sicher bewältigen zu können.

Ziel der ATK-Ausbildung ist es, einerseits durch souveränes Verhalten im Vorfeld eine kritische Situation entschärfen zu können und andererseits im Falle eines Angriffs sich effektiv zu verteidigen und den Gegner kampfunfähig zu machen.

Die Entwicklung mentaler Stärke gehört daher ebenso zu den Trainingsinhalten wie das Erlernen der hochwirksamen ATK-Techniken.

Die Handkralle,  
das Markenzeichen des ATK



## 2. ATK-Trainer beim JSC Gerthe

Das ATK-Training beim JSC Gerthe wird geleitet von:



Albert Behrenbeck  
Trainer, EDC-Lehrer  
Referent, Seminarleiter  
1. Vorsitzender

## 3. Der Keikogi des ATK



Der Keikogi - kurz Gi - (jap. Trainingsanzug) des ATK.  
Schwarz mit goldenem Krallenemblem auf  
der Rückseite.



## Patches und deren Bedeutung

Aufnäher  
JSC Gerthe e.V.

Gehört auf den Gi  
jedes Vereinsmitglieds



Aufnäher  
Abzeichen  
ATK sv

Disziplinabzeichen  
aller ATK'ler



Aufnäher  
Abzeichen ATK sv  
„rote Kralle“

Zu tragen mit Erreichen  
des Grüngurt



Aufnäher  
„Survival“

Disziplinabzeichen  
Zu tragen nach der  
ersten erfolgreichen  
Teilnahme eines  
Survivallehrgangs



Aufnäher  
Nationalflagge

Auf den Gi über dem  
Vereinsaufnäher zu  
plazieren



Aufnäher  
Graduierungen  
Survival

Farbe und Anzahl je  
nach abgelegter  
Prüfung im Survival



Aufnäher  
Abzeichen  
BAE-Assistenztrainer



Aufnäher  
Abzeichen  
BAE-Trainer



Aufnäher  
Abzeichen  
BAE-Lehrer



Aufnäher  
Abzeichen  
EDC-Lehrer  
European DAN  
College



Die Abzeichen BAE-Assistent, BAE Trainer und BAE Lehrer können durch entsprechende Lehrgänge nebst bestandener Prüfung bei der BAE erreicht werden.

Vereinzelte langjährige, verdiente BAE-Lehrer können durch ein EDC-Gremium zum EDC-Lehrer berufen werden. Hierzu ist es u.a. erforderlich bereits als Seminarleiter oder Referent tätig gewesen zu sein.

Positionen der Patches auf dem Gi



4. Ausrüstung, Schützer für ATK

Kopfschutz



Schienbein-  
schoner



Fußschoner



Faustschutz



Tiefschutz Herren



Tiefschutz  
Damen



Zahnschutz



Brustschutz  
Damen



Lederhandschuhe

Notwendig!



Trainingsstiefel

Leder weich  
schwarz

Zur Prüfung zum  
1. DAN sind  
Trainingsstiefel  
Pflicht



Hersteller und Farbe sind egal.  
Lederhandschuhe und Trainingsstiefel müssen schwarz sein.

## 5. Waffen für Training und Prüfung

Escrima

Länge ca. 65-70 cm



Trainings-  
Pistole



Trainingsmesser



Abgeschlagene  
Glasflasche



Trainingsbeil



Schlagstock



Baseballschläger



Regenschirm



## 6. Verbände

### BAE

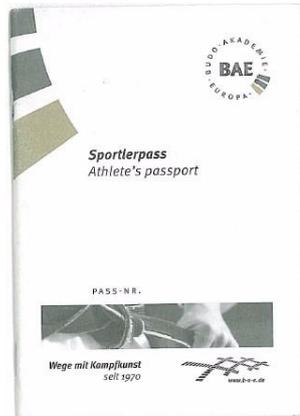
Budo Akademie  
Europa

Eintragung von:

ATK- und Survival-  
Graduierung

Seminare

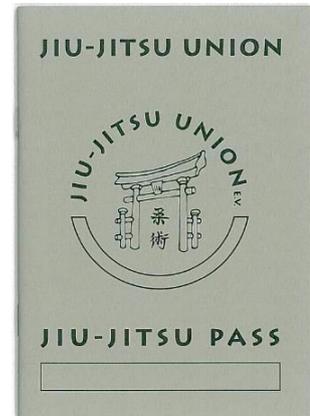
Für alles sportlich  
Relevante



### JJU

Jiu Jitsu Union

Erweiterte  
Sportunfall-  
versicherung  
durch den  
Landessport-  
bund



## 7. Graduierungen des ATK

Graduierung  
5. Kyu  
gelb



Graduierung  
4. Kyu  
orange



Graduierung  
3. Kyu  
grün



Graduierung  
2. Kyu  
blau



Graduierung  
1. Kyu  
braun



Graduierung  
Meistergrad  
1.-5. DAN  
schwarz



Graduierung  
Großmeister

6.-8. DAN  
rot-weiß

Kann nur verliehen  
werden



Graduierung  
Großmeister

9. DAN  
gold mit dünnem  
schwarzen  
Streifen

10. DAN  
gold

Kann nur verliehen  
werden



Die aktuell höchste Graduierung (8. DAN) trägt ATK-Großmeisterin Hanna Weiland, der Ehefrau des Entwicklers des modernen ATK Horst Weiland. Darüber hinaus gibt es mit Norbert Fritz einen Großmeister mit dem 7. DAN und insgesamt 5 Großmeister mit dem 6. DAN.

## 8. Kurzdarstellung Prüfungsordnung ATK gelb bis zum 1. Meistergrad

### 1. Schülergrad - Gelber Gürtel



Mindesttrainingszeit 6 Monate  
7 Techniken, gelb  
Grundfallübungen einseitig  
Bewegungsschule gelb  
Theorie:  
Dojo-Etikette, Disziplindefinition  
Benötigte Seminare: -

### 2. Schülergrad - Oranger Gürtel



Mindesttrainingszeit 6 Monate  
11 Techniken, orange  
Grundfallübungen beidseitig  
Bewegungsschule orange  
Zusatzaktionen:  
Schlagtechniken, Eingänge  
Theorie:  
Notwehr, BAE-Organisation, ATK-Prinzipien  
Benötigte Seminare: -

### 3. Schülergrad - Grüner Gürtel



Mindesttrainingszeit 8 Monate  
20 Techniken, grün  
Fallübungen beidseitig  
Bewegungsschule: grün  
Zusatzaktionen:  
8 Techniken mit Stock, Schirm  
3 Techniken aus gelb-grün aus Ferndistanz  
Theorie:  
Erste Hilfe, Budo  
Benötigte Seminare: -

### 4. Schülergrad - Blauer Gürtel



Mindesttrainingszeit 8 Monate  
24 Techniken, blau  
Fallübungen beidseitig, auch auf hartem Boden  
Bewegungsschule: blau  
Zusatzaktionen:  
8 Messertechniken, 3 Fingerstiche, Stöße  
3 Fußsprungtechniken  
Verteidigung gegen mehrere Angreifer  
Theorie:  
Anatomie, Trainingslehre  
Trainerausbildung:  
min. Assistenzschein  
Survival: 25 „N“-Stunden mit Prüfung  
Benötigte Seminare:  
1 regioSeminar

### 5. Schülergrad - Brauner Gürtel



Mindesttrainingszeit 10 Monate  
29 Techniken, braun  
Fallübungen beidseitig, auch auf hartem Boden  
Bewegungsschule: braun  
Zusatzformen: Standkata  
Zusatzaktionen:  
10 Würgetechniken, 5 freie ATK-Techniken,  
6 freie ATK-Verteidigungen in Bodenlage,  
3 Techniken aus gelb-braun mit  
verbundenen Augen  
Theorie:  
Nervensystem  
Trainerausbildung:  
min. Assistenzschein  
Survival: 50 „N“-Stunden mit Prüfung  
Benötigte Seminare:  
2 regioSeminar, 1 germanySeminar

### 1. Meistergrad - Schwarzer Gürtel



Mindesttrainingszeit 12 Monate  
Komplettes Prüfungsprogramm gelb-braun  
Fallübungen beidseitig, auch auf hartem Boden  
Zusatzformen:  
Atemkraftkata  
ATK-Bewegungsschule in Zeitlupe  
Pflicht-Messerform  
Zusatzaktionen:  
5 Judo-, 5 Jiu-Jitsu, 5 Box-, 5 Karatetechniken  
4 frei entwickelte ATK-Techniken gegen Waffen  
2 frei entwickelte ATK-Techniken gegen Waffen  
mit Waffe  
Sonstige Leistungen: Bruchtest  
Theorie: umfassende Theoriekenntnisse  
Trainerausbildung:  
min. Assistenzlizenz  
Survival: 100 „N“-Stunden mit Prüfung  
Benötigte Seminare:  
2 regioSeminare, 2 germanySeminare

## 9. Seminarangebote

BAE regioSeminar	regionale Seminare, fortlaufend
BAE comboSeminare	Seminar mit verschiedenen Disziplinen
BAE germanySeminar	nationale Seminare (auch italia, swiss und austria)
BAE expertSeminar	z.B. DAN-Träger-Fortbildungen
BAE worldseminar	internationales Seminar, max. 1x jährlich

Workshops und disziplinübergreifende Seminare/Lehrgänge anderer Verbände.

## 10. Survival „Close Combat“

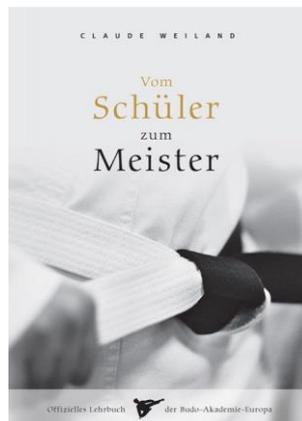
Das Survival vereint eine praxisbezogene, moderne Art der Selbstverteidigung (Nahkampf/Close Combat) mit Überlebenstraining im Gelände. Gelehrt werden Gruppenverhalten, Knotenkunde, Abseilkunde, Wassergewinnung/Gewässerkunde, Ernährung nebst Kräuterkunde, Feuerstellen/-zündarten, Ausrüstung, Hüttenbau, Waffen- und Fallenbau, Tarnung, Orientierung, Erste Hilfe, Hygiene, Wetterkunde, u.v.m.

## 11. Literatur, Links

BAE  
Prüfungsordnung

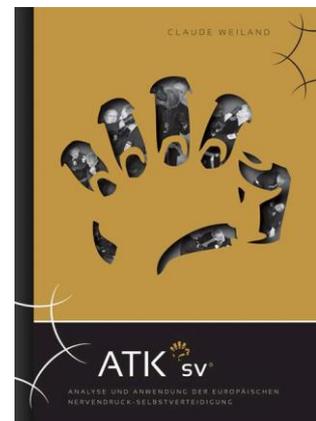
„Vom Schüler  
zum Meister“

8. Auflage



ATK sv

1. Auflage



Budo-Akademie-Europa

[b-a-e.de](http://b-a-e.de)

Offizielle Homepage ATK sv

[atk-sv.de](http://atk-sv.de)

BAE Shop

[depice.com](http://depice.com)

Jiu Jitsu Union

[jju-nw.de](http://jju-nw.de)

Landessportbund NRW

[lsb-nrw.de](http://lsb-nrw.de)

Gürtel binden ;-)

[youtube](https://www.youtube.com)