

## Situering

Iedereen die een krijgskunst beoefent, wordt bewust of onbewust geconfronteerd met drukpunten of Pressure Points.

Het doel van een krijgskunst en zijn technieken is op efficiënte wijze een tegenstander uit te schakelen.

Dit kan gebeuren door slagen, trappen, klemmen, werpen en dergelijke.

Het is duidelijk dat je op bepaalde plaatsen van het lichaam beter en sneller resultaat bereikt dan op andere. Niet toevallig komen die plaatsen overeen met de ligging van acupunctuur punten of, als we het Westers wetenschappelijk bekijken, met zenuwpunten of waar zenuwen aan de oppervlakte liggen.

Het is het doel van Pressure Point Fighting om de werking van deze punten te verklaren en het gebruik ervan te integreren in elke bestaande krijgskunst of zelfverdediging.

Hiervoor is het niet alleen belangrijk om de ligging van deze punten te kunnen bepalen (ook in een realistische gevechtssituatie), maar ook om te leren deze punten op de juiste wijze en met de juiste energie te activeren.



## Praktisch:

### Duur van de cursus:

De cursus loopt over een totaal van 6 modules van telkens 3 uren. Ze worden gegeven tijdens één weekend.

### Planning:

Weekend van 1, 2 en 3 mei 2009.  
Telkens van 10.00 tot 17.00 uur.

### Locatie:

Wilrijk: Edencenter, Edenplein 12.

### Kostprijs:

Volledig weekend = 210 euro.  
In de prijs zijn inbegrepen: lidmaatschap Daochi evenals een Daochi gi (oefenpak).

### Inschrijven:

Inschrijven per email naar: [info@daochi.eu](mailto:info@daochi.eu) en middels Storting van het deelnamerecht op rekening nr 132-5029231-16 (IBAN BE 72 1325 02 92 3116 BNAG BE BB) van vzw Daochi Dim Mak EWS

Inschrijving moet ons ten laatste bereiken op 1/03/2009.  
Inschrijving is pas definitief bij ontvangst van betaling.

### Inlichtingen:

Telefoon: 0032 11 611 576  
Email: [info@daochi.eu](mailto:info@daochi.eu)

[www.daochi.eu](http://www.daochi.eu)

## Basiscursus

# Pressure Point Fighting

(kyusho jitsu)



## Inhoud van de cursus en voorstelling

Over het gebruik van drukpunten in de krijgskunst bestaat er nogal wat controverse. Vooral dan over het praktische nut in een reëel gevecht en de zogenaamde 'lichte slag' knock outs.

Deze cursus toont aan dat Pressure Points wel degelijk bruikbaar zijn in de praktijk door gebruik te maken van de 6 principes van het gevecht en dat het dankzij de referentielijnen op het lichaam echt niet zo moeilijk is om ze te lokaliseren.

Bovendien is die lichte slag, niet zo licht als hij lijkt, zeker niet als we via deze cursus wat inzicht krijgen in Fa Jin of kinetische energie.

De voornaamste waarde van het gebruik van zenuwpunten is echter dat ze biomechanische reflexen genereren die het lichaam in een voorgeprogrammeerde positie brengen waardoor een volgende techniek mogelijk wordt.

In kata of stijloefeningen, maar ook in technieken van alle krijgskunsten zitten deze biomechanische reacties verwerkt of verborgen en overall wordt op de ene of de andere manier met kyusho punten gewerkt.

Kyusho Jitsu is de Japanse benaming van wat in de 13<sup>e</sup> eeuw in China ontwikkeld werd door Chang San Feng en toen als Dim Mak (death touch) bekend stond.

De originele benaming was echter h'ao ch'uan of 'loose boxing'. De term los boksen verwijst naar het gebruik van Fa Jin of het energetisch slagen door middel van ontspannen gewrichten.

In deze cursus benaderen we Pressure Point Fighting zowel vanuit de Oosterse hoek, met name de acupunctuur theorie als vanuit de Westers wetenschappelijke benadering middels neurologie en kwantum fysica.

Geen nood echter: alles wordt op een duidelijke en voor iedereen bevattelijke wijze uitgelegd.

## Programma:

- 6 principes van het gevecht
- 5 principes van kyusho jitsu
- Soorten punten, ligging en werking
- Oosterse verklaring werking punten
- Westers neurologische verklaring
- Biomechanische reflexen
- Pijnmechanisme
- Centerline fighting
- Werking kyusho KO
- Herstellen van KO: restoring
- Ligging punten, hoek en raakrichting
- Referentielijnen op het lichaam
- Hoe punten activeren
- One and no inch punch
- Fa Jin
- Werking innerlijke organen
- Yin en yang organen
- Werken met Qi of energie
- 5 elementen leer
- Toepassing kyusho in eigen discipline

## Aanpak:

De cursus omvat een belangrijke theoretische onderbouw, nodig voor een goed begrip van de werking van de punten en kyusho in het algemeen. Zowel Oosters als Westers benadert. Daarnaast is er een even belangrijk deel praktijk om PPF te leren integreren in je eigen discipline of om te zetten in Pressure Point zelfverdediging.

## Docent:

### Theo De Gelaen

Docent Sociale Humane en Management vaardigheden.  
Studeerde Toegepaste psychologie, Neurologie en kwantum fysica.  
Expert in werken met emoties en agressie beheersing.  
35 jaar ervaring in diverse krijgskunsten waarvan 20 jaar interne krijgskunsten als Qi Gong en Fa Jin.  
7<sup>e</sup> dan Daochi en hoofdinstructeur.

Auteur van diverse boeken.

Zie ook: [www.theodegelaen.be](http://www.theodegelaen.be)

## Examen en brevet.

Deze cursus is de eerste stap naar het behalen van het brevet van instructeur kyusho en de 1<sup>e</sup> dan Daochi.

Andere voorwaarden zijn:

- Wie reeds in het bezit is van een zwarte gordel of gelijkgesteld in een andere krijgskunst kan zich direct aanbieden voor het examen als hij of zij deelgenomen heeft aan minstens 1 weekend stage Integrale krijgskunst en 1 weekend stage Qi Gong (zie agenda op de site [www.daochi.eu](http://www.daochi.eu))
- Wie nog geen zwarte gordel heeft, moet minstens 3 weekend stages integrale krijgskunst bijgewoond hebben. Dit om de nodige praktijk ervaring op te doen.
- Het examen bestaat uit twee delen. Eerst legt men een praktisch examen af voor het behalen van de 1<sup>e</sup> dan Daochi.
- Wie al een zwarte gordel heeft of drie positieve beoordelingen tijdens de stages integrale krijgskunst kan dan direct het examen voor instructeur afleggen. Anderen hebben een wachttijd van één jaar.
- Het brevet van instructeur is 2 jaar geldig en wordt automatisch verlengd mits het regelmatig bijwonen van stages en workshops

