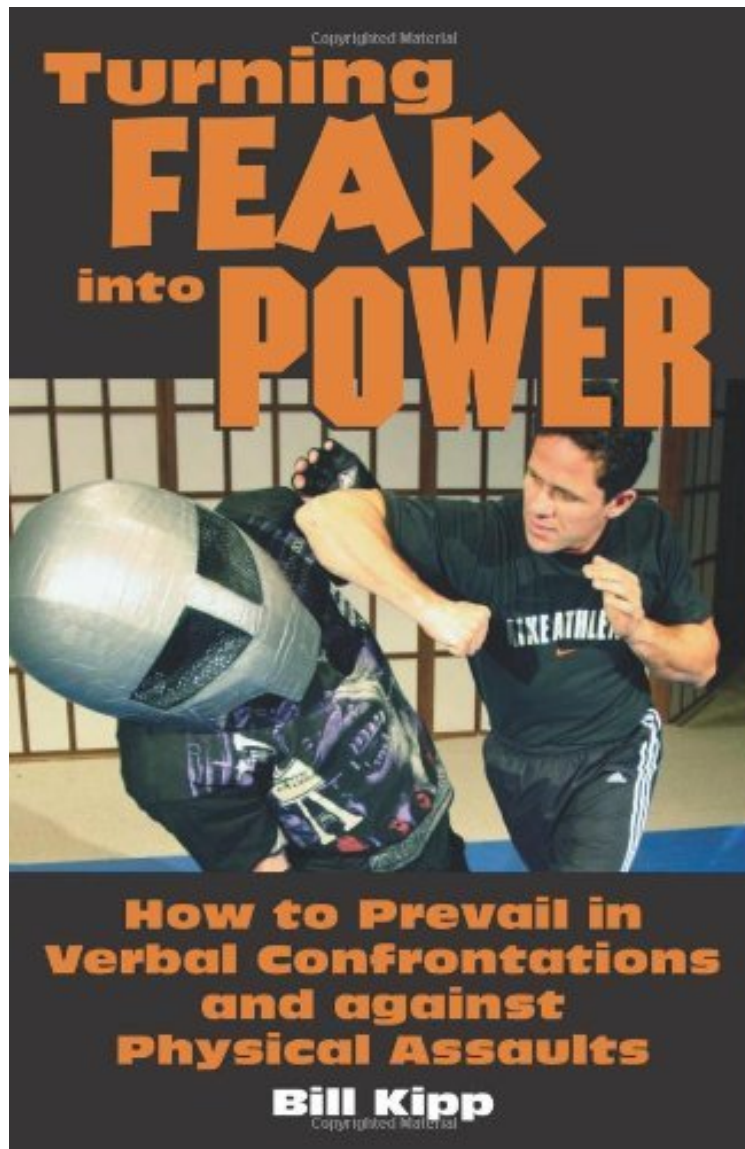


(Read free ebook) Turning Fear Into Power: The FAST Defense System

Turning Fear Into Power: The FAST Defense System

Von Bill Kipp

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #870878 in eBooksVerffentlicht am: 2005-11-01Erscheinungsdatum: 2005-11-01File Name: B004VVDWXG | File size: 71.Mb

Von Bill Kipp : Turning Fear Into Power: The FAST Defense System before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Turning Fear Into Power: The FAST Defense System:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen9 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Hochinteressant!Von ParsecBill Kipp war mir seit der sehenswerten "Combatant" DVD ein Begriff - und seine Ausfhrungen und sein gesamtes Auftreten gefielen mir bereits dort mit Abstand am Besten.Bei Bill Kipp handelt es sich nmlich nicht um den archetypischen Selbstverteidigungs-Guru, der ein System mit aller rhetorischer Gewalt

hochjubeln will und sich dem so verbreiteten Unbesiegbareitswahn hingebt, sondern um einen bodenständig gebliebenen Selbstverteidigungsexperten (mit beeindruckender Laufbahn), der zur Thematik "Was ist realistische Selbstverteidigung?" tatsächlich mal neue Aspekte beisteuert. Kipp geht nämlich von der interessanten Grundlage aus, dass vielfach Selbstverteidigungstraining nicht ernstfalltauglich ist, schlichtweg weil man diesen Ernstfall nicht trainiert. Seiner Ansicht nach wird viel zu viel Betonung auf Techniken, Übungen und (bestenfalls) Sparring gelegt - all dies ist seiner Ansicht nach einfach nicht maßgeblich für das was im Ernstfall abläuft, und auch für SV geschaffene Systeme würden nicht dem Stress des Ernstfalls genug Rechnung tragen. Aus diesem Grund setzt Kipp in seinen Schulungen auf verbale Deeskalation und, sollten diese scheitern, auf möglichst simple, furiose und letztlich ungezielte Techniken. Seiner Ansicht nach geht es nach gescheiterter Deeskalation für den Verteidiger darum, Angst und Panik zu berwinden und möglichst schnell den Angreifer durch entschiedenes Handeln einzuschlechtern. All dieses Praxistraining findet bei Kipp in der sicherlich vielen Kampfkünstlern bekannten "Bulletman-Armor" statt - der schwerst gepolsterte Instructor lässt sich quasi von den Schlägen regelrecht vermbeln. Kipp's vorliegendes Buch erlutert diese Trainingsmethode und stellt seine Ansichten zum Thema "Realistische Selbstverteidigung" umfangreich da. Dabei geht er auch auf klassische Szenarien ein und erlutert die seiner Ansicht nach bestehenden Mängel klassischer Selbstverteidigung. Meiner Ansicht nach handelt es sich um ein sehr sympathisch geschriebenes Martial Arts Buch, welches sich auf diesem Markt sehr positiv abhebt. Kipp argumentiert ehrlich und persönlich, schlichtweg glaubwürdig - und SEHR überzeugend. In meinen Augen wirft Kipp Fragen auf, deren Beantwortung sich Vertreter aller Stile stellen müssen... und liefert seine Antworten. Diese Antworten laufen mal nicht auf das blöche "Mein Stil ist so unglaublich effektiv und alles andere ist Müll"-Gerede vieler Bücher in dieser Kategorie heraus, sondern auf Fragen nach realistischem Training und realistischem Agieren unter Stress. Hier findet sich eben NICHT eine neue Auflistung von Techniken und viele Fotos mit Bewegungsabläufen, sondern eben um die Darstellung eines neuen Denkansatzes und einer Trainingsmethode. Im Endeffekt schreibt Kipp hier ein ganz wesentlichen Beitrag zur Rubrik "Selbstverteidigung verstehen". Viele von Kipp's Gedanken sprechen einem dabei aus dem Herzen, und viele seiner Ideen lassen sich problemlos in das Training beliebiger Kampfkünste implementieren (auch ohne Bulletman-Anzug, denn wer hat schon so ein Teil?). Insgesamt kann ich dieses Buch als hochinteressante Lektüre jedem Kampfkunst- und SV-Interessierten ans Herz legen - es hebt sich qualitativ und inhaltlich sehr deutlich vom blöchen Standart auf dem Martial Arts Markt ab und bietet diskussionswürdige Denkanstöße für Vertreter aller Systeme. Alles in allem eines der wichtigsten Bücher zum Thema - und sicherlich das Wichtigste der letzten Jahre.

Kurzbeschreibung Discover how to transform fear from dreaded enemy into powerful ally. Here Bill Kipp describes how the FAST Defense system develops awareness and communication skills that can help you avoid being targeted as a victim, desensitize you to the verbal abuse and threats that attackers use to control their victims and equip you with verbal defense skills that will stop most altercations before they ever become physical. Finally, he reveals how this fast, effective scenario-based training methodology empowers you to unleash the fearsome force of adrenaline to fight for your life when all else fails.

Kurzbeschreibung Discover how to transform fear from dreaded enemy into powerful ally. Here Bill Kipp describes how the FAST Defense system develops awareness and communication skills that can help you avoid being targeted as a victim, desensitize you to the verbal abuse and threats that attackers use to control their victims and equip you with verbal defense skills that will stop most altercations before they ever become physical. Finally, he reveals how this fast, effective scenario-based training methodology empowers you to unleash the fearsome force of adrenaline to fight for your life when all else fails.

ber den Autor und weitere Mitwirkende Bill Kipp is a black belt martial artist and former special forces recon marine who worked as a stuntman, bodyguard, bouncer and self-defense instructor before becoming certified to teach scenario-based adrenal stress response conditioning in 1988. As the founder and president of FAST Defense, he now leads workshops and conducts instructor training in his FAST Defense and EZ Defense systems internationally.