

LESPROGRAMMA ORANJE JEUGD

TIMING	WEEK 1 (Aanval mes)	WEEK 2 (Bedreiging mes)	WEEK 3 (Aanval Stok)	WEEK 4 (Bedreiging Vuurwapen)
Theorie / Filosofie	<ul style="list-style-type: none"> – Stratageme nr 3 – Een mes lenen om iemand te doden – Uitleg: alibi-stratageme, plaatsvervanger-stratageme 	<ul style="list-style-type: none"> – Stratageme nr 4 – Uitgerust de uitgeputte vijand opwachten – Uitleg: Uitputting-stratageme 	<ul style="list-style-type: none"> – Stratageme nr 5 – Een grote brand benutten voor een beroving – Uitleg: aasgier-stratageme, tegenstander die in toestand van chaos verkeert aanvallen 	<ul style="list-style-type: none"> – Stratageme nr 7 – Iets uit het niets voortbrengen – Uitleg: creator stratageme, Illusie van gevaar ensceneren, van een mug een olifant maken
0000-0020	<ul style="list-style-type: none"> – Opwarming: Light – Introductie: Krav Maga 36 (LINK) 	<ul style="list-style-type: none"> – Opwarming: Bas Rutten 	<ul style="list-style-type: none"> – Opwarming: Light – Introductie: Krav Maga 36 (LINK) 	<ul style="list-style-type: none"> Opwarming: Bas Rutten
0020-0040	<ul style="list-style-type: none"> – Combo: E-E-FA-S-E – Info: (LINK) – Verdediging tegen Combo 	<ul style="list-style-type: none"> – Combo: E-E-FA-S-E – Info: (LINK) – Verdediging tegen Combo 	<ul style="list-style-type: none"> – Combo: E-E-FA-S-E – Info: (LINK) – Verdediging tegen Combo 	<ul style="list-style-type: none"> – Combo: E-E-FA-S-E – Info: (LINK) – Verdediging tegen Combo
0040-0100	<ul style="list-style-type: none"> – Referentie Handboek Hoofdstuk I: (LINK) – Steek vanaf voorzijde – onderhands (p18) 	<ul style="list-style-type: none"> – Referentie Handboek Hoofdstuk II: (LINK) – Bedreiging voor – keel (p54) 	<ul style="list-style-type: none"> – Referentie Handboek Hoofdstuk III: (LINK) – Horizontale slag – zijkant (p76) 	<ul style="list-style-type: none"> – Referentie Handboek Hoofdstuk IV: (LINK) – Bedreiging achter – op afstand (p94)
0100-0120	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen vastgrijpen pols (gekruid) 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen een frontale trap 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen een hoekstoot 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen vastgrijpen beide polsen
0120-0140	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen wurging langs achter 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging tegen wurging langs voor 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging bij vastgrijpen haar 	<ul style="list-style-type: none"> – Verdediging bij aanval stok ↓ ←
0140-0200	<ul style="list-style-type: none"> -Bull Ring -Cooling Down 	<ul style="list-style-type: none"> -Bull Ring -Cooling Down 	<ul style="list-style-type: none"> -Bull Ring -Cooling Down 	<ul style="list-style-type: none"> -Bull Ring -Cooling Down

Copyright Vermeulen Jeroen (www.kmtc.be)