

EXAMENEISEN (Special Combat Realistic Selfdefence System) 1e level

Inleiding

Alvorens men mag deelnemen aan een examen, dient men de onderstaande punten in acht te nemen en onze reglementen na te leven. Men zal zich niet bezig houden met criminele activiteiten en discriminatie. Het gebruik van alcohol en/of drugs is ten strengste verboden. Het trainen en/of gebruiken van wapens is alleen maar toegestaan onder begeleiding van gekwalificeerde assistenten en/of leraren. Voor sommige functies/opleidingen is een VOG wettelijk verplicht, vraag deze i.v.m. uw functie(s)opleiding(en) tijdig aan.

- 1 Men dient in ieder geval *6 maanden actief* lid te zijn van Sport & Opleiding Instituut "**Kam-Lung**".
- 2 Men behoort de Kwoon (Dojo) etiquette-procedures en de sportschool gedragscode te kennen.
- 3 Zonder officieel tenue van de school kan men **niet** aan de examens mee doen.
- 4 Er kunnen extra accreditatie punten behaald worden door het volgen van o.a. demonstraties/stages/seminars/survivalruns, extra trainingen en/of wedstrijden.
- 5 Het examenformulier dient minimaal 1 week voor het examen te zijn ingeleverd (duidelijk leesbaar)
- 6 Men behoort theoretische kennis te hebben van de sport/stijl die men beoefent.
- 7 **Sijou** kan je uitsluiten van een examen bij o.a. wangedrag, bij achterstand van contributie en het niet naleven van de reglementen en de bovenstaande punten.

Theoretische gedeelte

Noodweer is in het Nederlandse strafrecht een algemene wettelijke strafuitsluitingsgrond, neergelegd in artikel 41 lid 1 Wetboek van Strafrecht. De wettekst is sinds de invoering in 1886 ongewijzigd:

Noodweerecxc is in het Nederlandse strafrecht een wettelijke strafuitsluitingsgrond. Art. 41 lid 2 van het Wetboek van Strafrecht luidt: "Niet strafbaar is de overschrijding van de grenzen van de noodzakelijke verdediging, indien zij het onmiddellijk gevolg is geweest van een hevige gemoedsbeweging, door de aanranding veroorzaakt".

Extra informatie: vanaf level 5 wordt er om een verklaring van goed gedrag (VOG) gevraagd. Vanaf level 6 is een pasje van de KNSA of NABV een pre. Vanaf level 7 zijn VOG, NABV verplicht.

Aantoonbare eerder behaalde resultaten: Externe seminars en opleidingen worden in het Special Combat system aangemerkt als extra trainingen (zie examinering).

Technische gedeelte

Conditietraining en lenigheidsoefeningen algemeen (ca 8 -10 minuten)

Ontwijken:	Ontwijken van diverse pakkingen naar de pols/arm
Grondwerk:	Voorwaarts en achterwaarts bewegen over de grond
Traptechnieken:	Trap naar het kruis, met de wreef van de voet Trap naar de maag, met de bal van de voet Kniestoot naar het gezicht
Handtechnieken:	Voorwaartse handpalmstoot naar het gezicht Voorwaartse vuiststoot naar de maag
Afweertechneiken:	Afweren van pakkingen naar de pols/arm
Verdedigingen:	1° tot en met de 3° polsklem (enkelvoudige pakking)
Sparren:	1 partij van 2 minuten (staande gevecht)
Sparren:	1 partij van 2 minuten (grond gevecht)

Veiligheidsregels wapens

Behandel een (elk) wapen altijd als echt en check alle wapens altijd vooraf op veiligheid (degelijkheid). Gebruik altijd oefen wapens (hout, rubber, kunststof en of metaal). Bij het gebruik van airsoft en of vuurwapens gelden de volgende regels:

- 1. Alle wapens zijn altijd geladen. Ook als ze dat niet zijn. Behandel ze alsof ze dat wel zijn.*
- 2. Richt de loop en/of wapen(s) nooit op iets dat u niet wilt raken (voor degenen die erop staan dat dit specifieke wapen wordt gelost, zie Regel 1).*
- 3. Houd uw vinger van de trekker totdat uw vizier op het doel is gericht.*
- 4. Identificeer uw doel en wat er achter zit. Schiet nooit op iets dat je niet positief hebt geïdentificeerd.*

Wapenkennis:

Wapenkennis of wapenleer van diverse wapens is een pre.

Wapenvaardigheden:

Diverse basis handelingen van kali/escrima stok en mes.

Voordat men verder kan gaan met de volgende exameneis moet men het bovenstaand examen met een voldoende hebben afgesloten (zie ook volgende examen).

Overige belangrijke aandachtspunten.

Examinering:

Examinering (Eerder behaalde resultaten in de krijgskunst/vechtsport).

Het nemen van beslissingen over inhoud en niveau van examens van een beroepsopleiding, procedures en voorwaarden waaronder examens worden afgenomen, alsmede het vaststellen van de uitslag van examens.

Vanaf het 7e level is het verplicht om minimaal twee keer per jaar accreditatie punten te behalen bij externe seminars en/of opleidingen.

Externe lessen zoals: schieten (vuurwapens), abseilen, autoslippen, auto te water, handboeien training, BOA, AZV-technieken e.d. Worden alleen maar gegeven in overleg met en door erkende instructeurs (docenten) en/of organisaties.

Speciale opleidingen alleen op aanvraag. Deze worden altijd in het buitenland onderwezen. Tactical shooting, tactical driving, abseilen, duiken, survivaltraining, bodyguard training, medische hulp etc. Alle lessen worden gegeven door voormalige instructeurs van de Politie, defensie en/of Speciale eenheden.

Sijou van der Spek behoudt zich het recht om de examen eisen waar nodig eventueel aan te passen of aan te vullen.