

EXAMEN EISEN (Special Combat Realistic Selfdefence System) **8e 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.

- 1 Men dient in ieder geval *66 maanden actief* lid te zijn van de Sport & Opleidings 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 een klein beetje theoretische kennis te hebben van de 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.

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

Theoretische gedeelte:

GEWELD OP STRAAT

Wat moet iemand doen die getuige is van geweld op straat?

Naar schatting vinden jaarlijks zo'n 25.000 geweldsdelicten plaats in de zogenaamde ‘openbare ruimtes’, waarbij dader en slachtoffer onbekenden van elkaar zijn.

De meeste incidenten komen voor in woonwijken (34,5%, meer dan 1 op de 3 dus), het verkeer (24,4%, bijna 1 op de 4 dus) en uitgaansgebieden (19,2% bijna 1 op de 5). Ook in winkelcentra, op schoolpleinen, bij haltes van het openbaar vervoer (stations, taxistandplaatsen e.d.) en op sportvelden komt het voor. De term zinloos geweld is –helaas - inmiddels ingeburgerd. Wat moet iemand doen die getuige is van (zinloos) geweld op straat?

In principe: er niet bij betrokken raken als sprake is van overmacht. Uiteraard kunnen twee stevige mannen fysiek tussenbeide komen als een jongere jongen iemand aftuigt, maar een goede inschatting van de risico's is geboden.

Altijd doen:

Mobiliseer omstanders.

Bel alarmnummer 1-1-2. Zelfs wanneer u geen bereik heeft of uw beltegoed is op, kunt u altijd 1-1-2 bellen. Ook in telefooncellen is 1-1-2 te bereiken zonder dat u daarvoor hoeft te betalen.

Meld plaats en aard van de mishandeling, ook om hoeveel daders het gaat. Wie geen GSM heeft: in telefooncellen is het nummer gratis.

Onthoud kenmerken van de dader(s). Als u niet tussenbeide kunt komen, kunt u proberen de daders zo goed mogelijk te observeren.

Laat het slachtoffer niet alleen. Om twee redenen: iemand die werd mishandeld voelt zich al erg alleen en de mentale steun van een troostende man of vrouw in de nabijheid doet psychisch goed. Sla je jas om het slachtoffer en spreek hem of haar geruststellend toe.

Twee, uiteraard: kijk wat voor letsel iemand heeft opgelopen. Misschien moet de ambulance ook komen of kunt u of een voorbijganger alvast EHBO-hulp verlenen.

Meld u aan als getuige (achteraf). Dit kan van belang zijn om de daders veroordeeld te krijgen. In overleg met de politie kunt u wellicht een ander woonadres opgeven, als u bang bent voor represailles van de dader(s).

NB: U mag de verdachte aanhouden; iedere burger is bevoegd om een verdachte aan te houden. Daarbij is het wel zo dat het gebruikte geweld tegen de verdachte niet verder mag gaan dan nodig is om te voorkomen dat hij of zij er vandaar gaat. Zo mag u bijvoorbeeld de verdachte tegen de grond houden tot de politie is gearriveerd. Maar schat de situatie in en beoordeel wat de juiste actie is. En natuurlijk staat uw eigen veiligheid altijd voorop! Met betrekking tot de kenmerken van de dader, *moet u op het volgende letten:*

Geslacht; man of vrouw.

Huidskleur; blank of getint.

Leeftijd; vergelijk de dader met iemand die je kent.

Postuur; atletisch, dik of mager.

Lengte; wat is het verschil met uw lengte?

Gezicht; een bril, een rond of lang gezicht.

Opvallende zaken; flaporen, littekens, grote neus, tatoeages.

Kleding; soort kleding, kleuren, stof.

Extra: gebruik je mobiel als memorecorder of filmcamera.

Extra informatie: Vanaf level 7 zijn VOG, NABV of KNSA verplicht.

Technische gedeelte

Ontwijken:	Ontwijken van diverse aanvallen (verdediger op de grond).
Bevrijdingen:	Bevrijdingen van diverse pakkingen/grepen/klemmen (verdediger op de grond).
Weringen:	Afweren van diverse aanvallen met wapens stok en mes.
Verdedigingen:	Verdedigingen tegen verschillende aanvallen (vrije keus).
Multi Attack:	Verdedigen tegen meerdere personen (vrije keus).
Padstraining:	Pads-vaardigheden diverse stootcombinaties.
Padstraining:	Trapkussen diverse trapcombinaties.
Padstraining:	Arm-pads diverse stoot en trapcombinaties

EHBO: *Om door te kunnen stromen naar het volgende level, moet men in het bezit zijn van een geldig EHBO diploma/certificaat.*

Eerste Hulp Bij Ongelukken of Eerste Hulp bij Ongevallen (**EHBO**), tegenwoordig bekend onder de naam Eerstehulpverlening en onder de naam Spoedeisende Hulpverlening bij Slachtoffers, is hulp die door leken geboden kan worden in afwachting van professionele eerstehulpverleners, zoals de ambulancezorgverlening. EHBO wordt verleend in elke situatie waar (levensbedreigende)letsels\en\stoornissen zijn opgetreden, maar ook kleinere letsels kunnen door EHBO'ers worden behandeld.

Wereldwijd worden vrijwilligers door het Rode Kruis en andere organisaties getraind om dergelijke hulp te kunnen verlenen. Het opleidingsniveau kan variëren per organisatie en behoefte of noodzaak, van een basisreanimatiecursus tot een volwaardige en uitgebreide EHBO-cursus.

AED: *Om door te kunnen stromen naar het volgende level, moet men in het bezit zijn van een geldig AED diploma/certificaat.*

Een automatische externe defibrillator, open en klaar voor pads worden gehecht

Een **automatische externe defibrillator** of **AED** is een draagbaar elektronisch apparaat dat automatisch diagnoses de potentieel levensbedreigende cardiale aritmieën van ventrikelfibrillatie en Ventrikeltachycardie in een patiënt, en is in staat om ze te behandelen door de defibrillatie, de toepassing van elektrische therapie die de aritmie stopt, waardoor het hart om te herstellen van een effectieve ritme.

Met eenvoudige audio en visuele opdrachten, AED's zijn ontworpen om eenvoudig te gebruiken voor de leek, en het gebruik van AED's wordt onderwezen in vele eerste hulp, eerste-responderen fundamentele leven ondersteunen (BLS) niveau CPR klassen.

CASUS (rollenspel) 3 & 4

Technisch en Tactisch inzicht: inschatten van gevaarlijk situaties (binnen en buiten)

Technisch en Tactisch inzicht: handelen in noodsituaties (overlevingstechnieken)

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.

Wet Wapens en Munitie:

Zie wetboek diverse categorieën.

Wapenvaardigheden:

Handboeien: Het gebruik van handboeien (aanleggen)

Wapenstok: Het gebruik van wapenstok

Peperspray: Het gebruik van peperspray

Trainen met echte vuurwapens kan alleen maar bij officiële organisaties (instanties).

Diverse handelingen van kali/escrima stok, mes, palmstick (yawara), axe, karambit, rope, en airsoft.

Wapendrills Diverse wapendrills bijv: stok naar mes, mes naar plamstick, etc, etc.

Airsoft	Uitleggen veiligheidsregels airsoft wapens.
Airsoft	Basis handelingen diverse airsoft wapens.
Airsoft	Basis schiethoudingen, staand zittend en liggend.

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

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.