

Kampfsportlexikon

Was ist eigentlich Vovinam Viet Vo Dao?

Vietnam, der langgestreckte Küstenstaat, der an China, Laos, Kambodscha und das südchinesische Meer grenzt, hat – wie alle Länder Südostasiens – seine ureigenen Kampf- und Kriegskünste. „Vovinam Viet Vo Dao“ ist darunter wohl die bekannteste.

Der Begriff „Viet“ steht dabei für das Land Vietnam selbst, während „Vo“ so viel wie Kampfkunst oder Faust heißt und „Dao“ den Weg meint. Ähnlich dem „Do“, haben wir hier also neben der rein technischen Seite auch einen sozialen und philosophischen Hintergrund, der von den Schülern Werte wie Selbstbeherrschung und Disziplin, aber auch Fairness und Toleranz einfordert: „Gemäß dem Motto ‚Eine harte Hand, ein gütiges Herz‘ dient Viet Vo Dao niemals allein der Selbstverteidigung, sondern soll uns letztendlich ein sinnvolles und erfülltes Leben ermöglichen“, erklärt Dietmar Thom, Vizepräsident im deutschen Fachverband und sieht sich damit in einer



Eingesprungene Beinschere

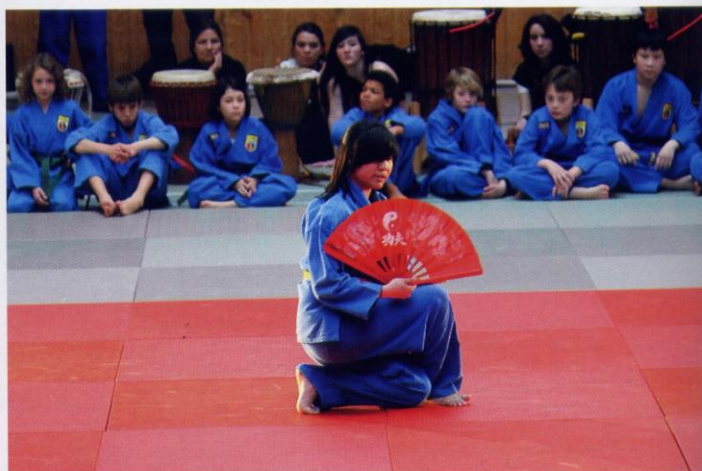
Linie mit all' jenen, die aggressive Schläger und ein reines Nahkampftraining ablehnen.

Vorbild Bambus

Typisch für die Kampfkunst, die dennoch sehr effektiv ist, sind Blocktechniken mit der offenen Hand sowie an- und eingesprungene Beintechniken. Dazu kommen tiefe Kampfstellungen, die jedoch ihren guten Sinn haben: „Typisch für Vovinam Viet Vo Dao sind Aktionen, bei denen der Verteidiger quasi ‚abtaucht‘, den Angriff des Gegners unterläuft und ihn dann, jenseits seines Körperschwerpunkts, angreift.“ Dabei wird nur selten die eigene Kraft gegen die des Gegners gesetzt. Vielmehr geht es darum, diese um oder zur Seite zu leiten und dann blitzschnell zu kontern. Dazu gehört laut Thom auch, den Gegner zu täuschen oder ihn ins Leere laufen zu lassen. Nur einer der Gründe, warum die Kampfkunst auch für Frauen oder Personen von kleinerer Körperstatur in Betracht

kommt. Der Gegenangriff erfolgt dann möglichst gleichzeitig mit der Abwehr. Typisch ist ein ständiger Wechsel – weiche, fließende Bewegungen, die mit einem harten Hineingehen in den Gegner kombiniert werden. Als Vorbild dient der Bambus, der biegsam und hart zugleich ist.

Eine Besonderheit des Viet Vo Dao sind die eingesprungenen Beinscheren, die die Knie des Angreifers, die Hüfte, den Oberkörper oder gar den Hals zum Ziel haben: „Voraussetzung dafür sind eine gute Fallschule, Sprungkraft und Körperbeherrschung, so dass diese Techniken nur Fortgeschrittenen gelehrt werden!“ Ab der Schwarzgurtstufe stehen zudem Waffen wie Stöcke unterschiedlicher Länge, Schwert, Säbel und Hellebarde, aber auch der Kampf mit zwei Messern auf dem Programm. Zudem wird der Umgang mit dem Kampffächer gelehrt, der im alten Asien von Männern und Frauen gleichermaßen benutzt wurde und so manchen Schwertkämpfer das Fürchten gelehrt hat.



Auch der Umgang mit dem Fächer wird gelehrt.





Wehrhafter Schmetterling

Dabei war der Fächer zunächst ein Gebrauchsgegenstand. Dadurch, dass er harmlos wirkte, konnte er auch auf Festen und Empfängen problemlos mitgeführt werden. Ein ganz normales Alltagsutensil, das kaum Aufsehen erregte und dennoch jederzeit zur Waffe „umfunktioniert“ werden konnte. Selbst Krieger trugen stets einen Fächer im Gürtel und konnten damit, sobald Not am Mann (und das Schwert zu weit weg) war, schlagen, stechen oder die Gelenke eines Angreifers verhebeln: „Zudem konnte man den Gegner mit seinem Fächer die Sicht nehmen und ihn irritieren“, erklärt Dietmar Thom eine der Strategien des Fächerkampfs, der bis heute in Form von zwölf Abwehrtechniken gegen Angriffe mit einem Schwert, dem Messer oder einem Säbel gelehrt wird: „Diese sind

in einer Quyen, einer Art Schattenkampf (vergleichbar der Hyong oder Poomsae im Taekwondo), zusammengefasst, wobei der Fächer mitunter einem fliegenden Schmetterling gleicht, was dieser Form dann ihren Namen gab.“

In der Anwendung am Partner dient der Fächer dazu, Angriffe zu blocken und den Gegner zu entwaffnen. Durch einen Hebel oder ein Brechen des Waffenarmes: „Zudem kann der Fächer, der zunächst vor allem aus Bambus oder Holz gefertigt wurde, jedoch auch für Stiche gegen den Hals oder in den Nacken des Angreifers genutzt werden.“ Dazu wurden im Laufe der Zeit spezielle Kampffächer mit spitzen Stäben aus Metall konstruiert, wobei die Techniken natürlich auch mit Tritten kombiniert wurden.

Entwickelt wurde das moderne Vovinam Viet Vo Dao von Meister Nguyen Loc

(1912–1960), der die Kunst in den 30er Jahren aus traditionellen Stilen zusammen gesetzt und neu konzipiert hat: Vietnamesische Emigranten brachten sie dann, vor allem nach dem Ende des Vietnamkrieges, in alle Welt und auch zu uns nach Europa. Wettkämpfe werden in den Bereichen Formen, Partnerübungen mit oder ohne Waffen sowie dem Freikampf durchgeführt. Der erfolgt, wie im Taekwondo, in Vollkontakt und mit Schutzausrüstung. Quasi die Kür stellen dann Vorführungselemente mit Beinscheren und einstudierte Kämpfe dar – eine spannende Choreographie, in der sich zum Beispiel eine Frau gegen mehrere Männer zur Wehr setzt. „Logisch, dass die dann fachgerecht besiegt und auf den Boden gelegt werden“, schmunzelt Thom.

Text: Peter Hoffmann
Fotos: Vovinam München