

# NECOPA Sommercamp 2.0



## Jetzt erst recht!!

[www.necopa.de](http://www.necopa.de)

Anlässlich des 20. Jubiläums der NECOPA, laden wir alle Freunde der Kampfkünste herzlich zu unserem Sommercamp 2013 im Jugenddorf Teufelsfels ein.

Wir führen Euch in einem abwechslungsreichen und außergewöhnlichen Trainingsprogramm mit hochqualifizierten und -graduierten Trainern durch die verschiedensten Kampfkünste, von westlichem Boxen, philippinischem Arnis und Escrima, über japanisches Ninjutsu, chinesisches Gary Lam Wing Chun, bis hin zu Kuntao Silat und altrömischer Gladiatur.

Darüber hinaus erwarten Euch kulinarische Besonderheiten des Hunsrücks wie einem von Geburt an mit dem Spirit des NECOPA genährten Wollschwein auf Spansauart, trainingsbegleitend über offener Flamme zubereitet.

Für wetterfeste und bequeme Unterkunft stehen im Jugenddorf Teufelsfels festgebaute Mehrpersonen-Holzhäuser zur Verfügung. Bei vollständiger Belegung der Hütten können weitere Teilnehmer auch die vorhandenen Zeltmöglichkeiten nutzen, Zelte sind dann jedoch selbst mitzubringen.

**Veranstalter:** Deutsche Balintawak Group e. V.

**Veranstaltungsort:** Jugenddorf Teufelsfels, Soonwaldstr. 5, 55608 Schneppenbach  
Anreise siehe [www.jugenddorf-teufelsfels.de](http://www.jugenddorf-teufelsfels.de)

**Veranstaltungszeit:** 21.06.2013, 16.00 Uhr bis 23.06.2013, 20.00 Uhr

|                |   | Preise bei Anmeldung<br>bis 21.05.2013 | Preise<br>ab 22.05.12 |
|----------------|---|--|-----------------------|
| <b>Kosten:</b> | 3 Tage Training/Essen/Unterkunft Fr.- So. | 75 €                                   | 89€                   |
|                | 2 Tage Training/Essen/Unterkunft          | 60 €                                   | 74€                   |
|                | 1 Tag Training/Essen/Unterkunft           | 45 €                                   | 59€                   |

**Die Gesamtsumme ist zu überweisen auf das Konto der Deutschen Balintawak Group e.V.,  
BLZ 57069806, Kontonummer 183177 bei der VR- Bank Hunsrück Mosel,  
Verwendungszweck: SC 13, Name, Vorname.**

In den Kosten sind enthalten alle Trainingseinheiten des Tages, Frühstück, Mittag- und Abendessen sowie Nachmittagskaffee sowie Unterkunft (für die ersten 50 Anmeldungen stehen Holzhütten als Unterkunft zur Verfügung, spätere Anmeldungen sind in der Unterkunft nur durch eigenes Camping am Platz möglich (daher frühzeitig anmelden). Getränke außer Kaffee kosten extra und werden gesondert abgerechnet.

Am Veranstaltungsort werden Getränke durch den Veranstalter bereitgehalten und zum Erwerb angeboten.

## Speiseplan:

|                 |  |   |
|-----------------|--|---|
| <b>Freitag:</b> | Abend                                      | Spießbraten nach Obersteiner Art mit Beilagenbuffet   |
| <b>Samstag:</b> | Frühstück<br>Mittag<br>Nachmittag<br>Abend | Kaffee, Brötchen, Aufschnitt, Marmelade und sonstiger Brotaufstrich<br>Kaffee und Kuchen<br>Hunsrücker NECOPA- Spansau vom Wollschwein, am Spieß auf offener Flamme zubereitet mit Beilagenbuffet |
| <b>Sonntag:</b> | Frühstück<br>Mittag<br>Nachmittag<br>Abend | Kaffee, Brötchen, Aufschnitt, Marmelade und sonstiger Brotaufstrich<br>Kaffee und Kuchen<br>Regionales Grillgut auf offener Flamme gegrillt mit Beilagenbuffet                                    |

## Trainingseinheiten

| <b><u>Freitag 21.06.13</u></b> |               |   |                                    |
|--------------------------------|---------------|---|------------------------------------|
|                                | 16:00 - 17:00 | Begrüßung und Necopa warming up                           |                                    |
| 1. Einheit                     | 17:00 - 18:30 | NECOPA Pascal und Benjamin Hahn<br>(Arnis Praktiker)      | Push-Pull-Techniken                |
| 2. Einheit                     | 18:45 - 20:15 | Boxen Harald Lensch<br>(Boxtrainer des TV Bad Sobernheim) | Verteidigungstechniken<br>im Boxen |
|                                | 20:15         | Abendessen  |                                    |

| <b><u>Samstag 22.06.2013</u></b> |               |  |                                  |
|----------------------------------|---------------|--|----------------------------------|
|                                  | 08:30 - 09:30 | Frühstück  |                                  |
| 1. Einheit                       | 09:30 - 11:00 | NECOPA Thorsten Knopf<br>(2. Instructor NECOPA)                    | Take down mit Stock              |
| 2. Einheit                       | 11:15 - 12:45 | Gasttrainer - Stefan Jerzenbek<br>(Fullinstruktor AEK)             | Combat Arnis Gsiyam<br>Kali      |
|                                  | 12:45 - 14:15 | Mittagessen  |                                  |
| 3. Einheit                       | 14:15 - 15:45 | NECOPA GM- Training Toni Veeck<br>(Grandmaster NECOPA)             | Garndmaster Secrets of<br>NECOPA |
|                                  | 15:45 - 16:15 | Pause  |                                  |
| 4. Einheit                       | 16:15 - 17:45 | Gasttrainer - Grant Martin Scruggs<br>(SSBD Group- Leader Germany) | Messerabwehr                     |
| 5. Einheit                       | 18:00 - 19:30 | NECOPA Alexander Knopf<br>(3. Instructor NECOPA)                   | Prepare- und Snake-<br>Techniken |
|                                  | 20:00         | Abendessen Spansau   |                                  |

| <b>Sonntag 23.06.2013</b> |               |  |  |
|---------------------------|---------------|--|--|
|                           | 08:30 - 09:30 | Frühstück  |  |
| 1. Einheit                | 09:30 - 11:00 | Gasttrainer- Presidenten Seminar<br>Ulrich Hüster<br>(4.Dan Bujinkan Budo Taijutsu)        | Traditionelles Ninjutsu                    |
| 2. Einheit                | 11:15 - 12:45 | Michael Schneider<br>(4. Instructor NECOPA)<br>Christian Nau<br>(Chief -Instructor NECOPA) | Kombination<br>Pocketstick - Einzelstock   |
|                           | 12:45 - 14:15 | Mittagessen  |  |
| 3. Einheit                | 14:15 - 15:45 | Gasttrainer- Sifu Martin Ehlen<br>(Gary lam Wing chun)                                     | Wing Chun Body<br>Structure in Application |
|                           | 15:45 - 16:15 | Pause  |  |
| 4. Einheit                | 16:15 - 17:45 | Gladiatoren Training Jan Krüger<br>(Trainer der Gladiatorenschule Trier)                   | Einführung in die<br>Gladiatur             |
| 5. Einheit                | 18:00 - 19:30 | NECOPA Tobias Adams<br>(1. Instructor NECOPA)  | Open- Closesystem                          |
|                           | 20:00         | Abendessen   |  |

Änderungen Vorbehalten

## Meister und InstruktorInnen des Sommercamps 2013

### NECOPA- System

- |                      |                                    |
|----------------------|------------------------------------|
| 1. Toni Veeck        | Großmeister labingdako nga maestro |
| 2. Christian Nau     | 5. Instructor Chiefinstructor      |
| 3. Michael Schneider | 4. Instructor Turnierteamleiter    |
| 4. Alexander Knopf   | 3. Instructor                      |
| 5. Thorsten Knopf    | 2. Instructor                      |
| 6. Tobias Adams      | 1. Instructor                      |
| 7. Benjamin Hahn     | Arnis Praktika                     |
| 8. Pascal Hahn       | Arnis Praktika                     |



www.necopa.de

## Gasttrainer

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| 1. Stefan Jerzenbek     | Fullinstructor Combat Arnis Direktor Wekaf<br>Germany <a href="http://www.aek-berlin.de">www.aek-berlin.de</a> |
| 2. Harald Lensch        | Boxtrainer des TV Bad Sobernheim<br><a href="http://www.turnverein.org">www.turnverein.org</a>                 |
| 3. Grant Martin Scruggs | SSBD Group- Leader Germany<br><a href="http://www.ssb德国y.blogspot.de">www.ssb德国y.blogspot.de</a>               |
| 4. Ulrich Hüster        | 4. Dan Bujinkan Budo Taijutsu  |
| 5. Martin Ehlen         | Sifu Gary lam Wing chun  |
| 6. Jan Krüger           | Trainer der Gladiatorenschule Trier  |

### Achtung:

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung. Die Teilnahme geschieht auf eigenes Risiko.

**Die Anmeldung geschieht über unsere Homepage**



[www.necopa.de](http://www.necopa.de)

