

Afweer tegen agressie ^{30/8} -74

BUSSUM — Donderdag 5 september zal in Bussum een bijzondere cursus van start gaan, die tot doel heeft de verschillende vormen van agressie het hoofd te bieden. Het initiatief daartoe is genomen door een aantal judoleraren in den lande. In het gymnastieklokaal van de Koningin Wilhelminaschool aan de Piet Heinlaan in Bussum-Zuid zal de cursus wekelijks gehouden worden en duurt drie maanden. De steeds toenemende gevallen van agressie, zoals aanrandingen, berovingen en overvallen hebben bij de judoleraren geleid om te komen tot een afweer. De heer Volleberg met wie we een gesprek hadden, zal de cursus met een assistent gaan geven en de verwachting is wel, dat er een preventieve werking van zal uitgaan.

Het ligt in de bedoeling, aldus de heer Volleberg, dat de cursisten een 20 tot 25 verdedigingsgrepen worden aangeleerd, die men dan bij eventuele aanvallen zal kunnen toepassen.

De Bussumse judoleraar is van mening, dat er zeker wel wat te doen is tegen de agressie die zich de laatste tijd in Nederland manifesteert. Men moet, aldus de heer Volleberg, de verschillende vormen van de aanvallen onderscheiden, zoals gijzelingen, kapingen, bankovervallen, die op benzinestations en zedendelicten.

„Bij een goed georganiseerde bankoverval met gewapende lieden staat een ongewapend mens machteloos, maar gelukkig is dat niet een dagelijks voorkomende zaak.”

Veel meer komen berovingen op straat voor, vrouwen worden lastig gevallen door mannen of winkeliers worden bedreigd.

Tegen dit soort agressie voelt de burger zich tamelijk machteloos en weet vaak niet hoe hij of zij dan handelen moet.

Aan dit machteloze gevoel dacht de heer Volleberg met zijn cursus wel iets te doen. Men kan man of vrouw

trainen door in een benarde situatie dussdanige handelingen te verrichten, dat men de grootst mogelijke kans heeft zijn of haar agressor onschadelijk te maken.

Niet iedereen kan nu zo maar leren als een James Bond op te treden, maar wel is aan te leren niet direct in paniek te geraken en een mentale hardheid weet op te brengen om zich met zorgvuldig geoefende grepen te kunnen verdedigen.

In samenwerking met een tiental collega's heeft de heer Volleberg uit het enorme arsenaal van grepen en klemmen van het judo, jiu-jitsu en karate een zelfverdedigingsprogramma opgesteld met als doel een tegenstander zo snel mogelijk uit te schakelen.

De heer Volleberg vindt het overigens geen sport in de ware zin van het woord, maar men behoeft ook niet sportief te zijn tegenover de aanvallers, die weinig goeds in het vooruitzicht stellen.

De cursus is uitsluitend bedoeld voor iedereen, die zich met succes tegen een aanvaller wil leren verdedigen.



Herman Volleberg:
op de bres voor
zelfverdediging