

## Presseinformation

# 咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®



Internationaler Verband für Selbstverteidigung, Fitness & Gewaltprävention

Head Office / Kontakt:

Boehlig Defense Systems  
Friedrich-Krupp-Str. 5  
40764 Langenfeld

Tel.: +49 2173 297 2015

Fax: +49 2173 297 2016

Mail: [headoffice@wingsjun.com](mailto:headoffice@wingsjun.com)

Web: [www.wingsjun.com](http://www.wingsjun.com)

# **DACHVERBAND**

**咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®**

**咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®**

Gegründet wurden die **Boehlig Defense Systems** (damals noch unter dem Namen **Wing Tsjun International**) im Juli 2005 von den Wing-Tsjun-Großmeistern Thommy Luke Böhlig und Allan W. Fong.

Ursprünglich diente die **Wing Tsjun International** dazu, der chinesischen Kampfkunst Wing Tsjun nach Auslegung der beiden Meister als internationaler Dachverband vorzustehen.

Da es mit der Zeit allerdings nicht beim alleinigen Angebot des Wing Tsjun blieb und weitere Zweige hinzu kamen, musste die gesamte Vertriebsstruktur neu überdacht werden.

2007 übergab Allan Fong offiziell die alleinige Geschäftsführung an Böhlig, welcher daraufhin die Firmierung in **Boehlig Defense Systems (BDS)** änderte und damit sämtlichen, innerhalb des Verbandes unterrichteten Stilen, die BDS-Signatur verpasste.

Dem Mission Statement der Organisation folgend, vereinen die **Boehlig Defense Systems international** Disziplinen, die der Fitness, dem Selbstverteidigungsvermögen und einer Erhöhung des Selbstbewusstseins zuträglich sind.

Derzeit gehören die folgenden Angebote zum Spektrum der BDS:

- **BDS Wing Tsjun** (klassisches chinesisches Wing Tsjun Kung Fu - Jugend- und Erwachsenenbereich)
- **BDS Kids Kung Fu** (Kinderbereich - ab 4 Jahren)
- **BDS Prävention** (Kurse für Gewaltprävention - alle Altersgruppen)
- **BDS Tactical** (Deeskalations- und Sicherungstechniken - Polizei, Militär und Sicherheitsdienste)
- **BDS Combat Fitness** (Fitnesskurse, die ursprünglich der Idee folgten, die Leistung von Wing-Tsjun-Kämpfern/innen zu erhöhen)
- **BDS Vollzeit-Ausbildung** (tägliche Ausbildung mit dem Ziel, alle Trainerscheine zu erlangen um in die Selbstständigkeit zu starten)
- **Ausbildung zum Sport- und Fitnesskaufmann/frau**  
(seit 2006 bilden die BDS-Deutschland für die IHK zu Köln junge Leute in diesem Bereich aus)

*Im Februar 2015 gehörten den BDS Ausbildungsstätten in folgenden Ländern an:*

- Australien
- Belgien
- Brasilien
- Deutschland
- Griechenland
- Kolumbien
- Luxemburg
- Nord-Irland
- Österreich
- Puerto Rico
- Schottland
- Spanien
- Sri Lanka
- USA

### *Vom historischen Bürgerkrieg in die Moderne*

Wing Tsjun (WT) kommt aus China und ist der Familie des Kung Fu (chinesisch für „harte Arbeit“) zuzuordnen.

Der Legende nach wurde dieses Kampfkunst-System vor ca. 300 Jahren im chinesischen Bürgerkrieg von zwei Frauen entwickelt und über viele Jahre hinweg im engsten Verwandten- und Bekanntenkreis weitergegeben und verbessert.

Der wohl berühmteste Vertreter des Stiles war der 1973 verstorbene Schauspieler Bruce Lee, der durch seine Filme weltweiten Ruhm erlangte und maßgeblich zur Popularität chinesischer Kampfkünste beitrug.

In jüngster Zeit erlebte der Stil durch die Filmreihe “Ip Man”, welche sich mit dem Leben des gleichnamigen Wing-Tsjun-Meister befasst, einen erneuten Popularitätsschub.

### *Die Kraft des Gegners gegen ihn nutzen*

Wing Tsjun ist nicht als Kampf’sport, sondern als Selbstverteidigungskunst zu sehen. Da im Wing-Tsjun-Unterricht reelle und unter Umständen gefährliche Techniken unterrichtet werden, sind sportliche Vergleiche wie etwa Turniere o.ä. nicht möglich, daher trifft der Begriff „Sport“ nicht zu.

Um zu gewährleisten, dass diese Techniken nicht in falsche Hände geraten, unterweist jeder Schulleiter Interessenten zunächst in zwei kostenlosen Probetrainings, denn Schläger sind in BDS-Schulen nicht erwünscht.

WT folgt wenigen einfachen, aber äußerst durchdachten Prinzipien, die sich auf alle Situationen eines Kampfes anwenden lassen und ist daher schnell für jeden zu erlernen – und das Besondere – ohne den Einsatz der eigenen Kraft. Somit ist es auch einer körperlich schwächeren Person möglich, sich gegen einen physisch stärkeren Gegner zur Wehr zu setzen.

Das Ausnutzen der gegnerischen Energie macht WT zur idealen Selbstverteidigungsmethode für Frauen, die sich in einer Auseinandersetzung nicht immer auf ihre Körperkraft verlassen können.

### *Gefahren erkennen und vermeiden*

In Rollenspielen wird den Schülern beigebracht, sich auf Situationen aus dem Alltag einzustellen und souverän mit ihnen umzugehen (Anmache in der Diskothek, Prüfungsängste, der Umgang mit Angst, Nothilfe etc.). Das Wing-Tsjun-Motto lautet: „Jeder vermiedene Kampf ist ein gewonnener Kampf.“ Sollte sich ein solcher dennoch nicht vermeiden lassen, erlernt der Wing-Tsjun-Schüler effektive Techniken, um schnellstmöglich der Gefahr zu entgehen.

## ***Selbstbewusst im Alltag***

Selbstbewusstsein ist das A und O in jeder Situation. Selbstbewusste Kinder sind in der Regel sehr viel erfolgreicher in der Schule, sie strotzen vor Lebensfreude und Gesundheit und haben normalerweise einen stark ausgeprägten Gerechtigkeitsinn. Kinder, denen es an Selbstbewusstsein mangelt, reagieren oft verschüchtert und ängstlich in neuen Situationen oder schlagen ins Gegenteil über, in dem sie schnell über-reagieren oder sich ungewohnten Situationen mit Hyperaktivität oder sogar Aggressivität stellen.

## ***Das Kung Fu-Kinderprogramm***

Das vom Großmeister Böhlig entwickelte Kung Fu-Kinderprogramm der BDS vermittelt den Kindern Einblicke in alle gängigen Kampfsportarten.

So lernt der Schüler z.B. was ein Leberhaken aus dem Boxen oder ein Schulterwurf aus dem Judo ist und wie diese Techniken angewandt und abgewehrt werden.

## ***Moralisches Denken erwünscht***

Doch nicht nur das Erlernen von Kampftechniken gehört zum Programm. Die Trainer legen ebenfalls großen Wert auf die Vermittlung von moralischen Werten wie Ehrlichkeit, Treue, Integrität und Disziplin. Jeder Schüler erhält eine monatliche Hausaufgabe zum Thema Moral, die er zu Hause lösen und von den Eltern unterschreiben lassen muss. Die Eltern sind zur Zusammenarbeit aufgefordert um am Hauptziel des Kung Fu-Unterrichts aktiv mitzuwirken: Eine generelle positive Verhaltensänderung für die Zukunft!

## ***Persönlichkeitsentwicklung durch Kung Fu***

Egal ob ein Kind zu aktiv oder zu still scheint; Kung Fu-Training wirkt sich ausgleichend auf den Schüler aus. Die Kinder lernen zwar, dass man sich manchmal „durchboxen“ muss und erhalten die dafür notwendigen Mittel, aber ihnen wird ebenfalls vermittelt, dass die gelernten Techniken nur im Notfall anzuwenden sind und dass sie sich als Kung Fu-Kämpfer als Helfer für Menschen in Not sehen sollten. Kung Fu bietet damit eine wunderbare Kanalisierung von Energie, die es erlaubt, sich auszuzeichnen oder Energie zu tanken.

## ***Höchstes Trainerniveau***

Die Ausbildung der Kindertrainer im BDS-Dachverband unterscheidet sich erheblich zu der, der regulären Wing-Tsjun-Ausbilder. So durchlaufen die Absolventen zuerst einen Kurs, der sie neben technischem Fachwissen ebenfalls in den Bereichen Didaktik, Pädagogik, Psychologie und Unterrichtsaufbau schult. Im Anschluss erfahren sie im “Learning-by-doing-Verfahren” innerhalb eines halbjährigen Praktikums in der Deutschen BDS Akademie den “Ernstfall”.

# PRÄVENTION

咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®

咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®

Bereits seit 1996 unterrichten Ausbilder der BDS dieses speziell auf Deeskalation und Gewaltprävention ausgelegte Programm an Schulen, KiTa's Behörden und Firmen.

Hauptziel dieser stark auf Rhetorik aufgebauten Kurse ist es, Selbstbewusstsein zu vermitteln sowohl verbale als auch physische Techniken an die Hand zu geben, mit denen die Teilnehmer/innen sich im Notfall aus einer gefährlichen Situation befreien können. Viel Wert wird im Rollenspiel auf ein starkes Auftreten gelegt und die Teilnehmer/innen lernen, bewusst Nein zu sagen und Situationen abzuschätzen.

Die Aufnahme- und Konzentrationsfähigkeit wird geschult und es wird offen über die Themen Belästigung und Vergewaltigung gesprochen, um Aufmerksamkeit und Bewusstsein zu stärken.

Hier einige weitere Themen, die in den BDS-Präventionskursen behandelt werden:

- Übungen zu gestärktem Selbstbewusstsein und zum Verlassen der Opferrolle
- Deeskalation durch Mimik und Gestik
- Gefahrenerkennung und Sensibilisierung der Reflexe
- Handlungsalternativen außerhalb traditioneller Geschlechterrollen erfahren
- Ängste, eigene und fremde annehmen und verstehen können
- Rollenspiele zum Grenzen erfahren und setzen
- Nonverbale und verbale, konfrontative und deeskalierende Selbstbehauptungstechniken, z.B. durch klare und deutlich für jedermann verständige Kommunikation
- Erlernen vieler einfach umzusetzender Selbstverteidigungstechniken und -Strategien
- Notreaktionen verbaler und physischer Natur

Die Teilnehmer/innen können nach Geschlecht getrennt, oder nach Alter entsprechend ausgewählt und zugeordnet werden, das muss aber nicht so sein und ist keine zwingende Voraussetzung.

Dank seiner Effektivität und seiner Einsetzbarkeit unter Berücksichtigung der Verhältnismäßigkeit der Mittel, wurde Wing Tsjun 2003 mit in die Ausbildung der Polizeibeamten in Nordrhein-Westfalen aufgenommen.

Das Programm BDS Tactical entspringt zwar dem chinesischen Wing Tsjun, wurde allerdings in Deutschland optimiert, um Beamten im Polizeidienst und anderen Ordnungsbehörden den Dienstalltag zu erleichtern.

**Selbstverteidigung beginnt gerade bei Beamten nicht erst, wenn sie versuchen, einen Angreifer physisch abzuwehren.**

Vielmehr beginnt die Verteidigung bereits mit den Entscheidungen, die sie ganz beiläufig im Arbeitsalltag treffen, zum Beispiel beim bewussten Zurechtlegen einer Strategie beim Annähern an einen potentiellen Aggressor oder beim Achten auf das Gefahrenradar in Situationen in denen man sich unsicher fühlt.

BDS Tactical schult die Aufmerksamkeit.

Eine antrainierte Beobachtungsgabe hilft Beamten im Polizeidienst, gefährliche Situationen rechtzeitig zu erkennen und mit dieser Erkenntnis richtig umzugehen.

Das Programm zeigt intelligente Wege, um sicher aus unangenehmen Situationen herauszugehen, sollten sie nicht unmittelbar deeskaliert werden können.

Mit eingeschlossen ist der körperliche Einsatz alleine und im Team, definiert in fünf Verteidigungsphasen, sowie dem effektiven Rückzug aus heiklen Situationen.

***Sicheres Auftreten im Umgang mit dem polizeilichen Gegenüber.***

Auch wenn der Werte-orientierte Umgang mit dem polizeilichen Gegenüber immer als oberste Maxime gilt, das Wissen darüber, in der Lage zu sein, sich im Notfall effektiv wehren zu können, bewirkt Wunder bei der Entwicklung des eigenen Selbstbewusstseins.

Das dadurch gestärkte Selbstvertrauen sorgt für eine ruhige, ausgleichende Art, die erheblich zur Vermeidung von schwierigen Situation führen kann.

Die Botschaft lautet im Konsens:

*Ich weiß was ich kann, daher fällt es mir leicht, meinem Gegenüber mit Respekt zu begegnen.*

# **COMBAT FITNESS**

**咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®**

**咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®**

BDS Combat Fitness wurde von Wing-Tsjun-Großmeister Thommy Luke Böhlig in Zusammenarbeit mit mehreren Fitness-Experten ursprünglich dazu entwickelt, um die Leistungen von Top Wing-Tsjun-Kämpfer/innen zu erhöhen.

Heraus gekommen ist ein Programm, das das Fitness-Level eines jeden signifikant erhöht und der beste Weg zur Traumfigur ist!

## ***Athletisch und stark - Schnell!***

BDS Combat Fitness liegt „High Intensity Interval Training“ (HIIT) zugrunde, durch welches lange Trainingssequenzen überflüssig werden. Maximal 30 - 45 Minuten dauern die Trainingseinheiten, die nicht nur Kraft und Ausdauer pushen und den Kreislauf anregen, sondern ebenfalls das Muskelwachstum ankurbeln.

Resümierend ist BDS Combat Fitness also ein Selbstverteidigung unterstützendes Krafttraining, das folgende Vorteile mit sich bringt:

- Schnelligkeit in Angriffsbewegungen
- Agilität, Geschicklichkeit und Geschmeidigkeit
- Schulung des Gleichgewichts
- Verbesserung der Körpereinheit
- Kraft-Ausdauer
- Steigerung der Bewegungsmotivation



# AUSBILDUNG

咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®

咏春拳 BOEHLIG DEFENSE SYSTEMS®

## *Ausbildung zur Selbstständigkeit*

Die Vollzeit-Ausbildung des internationalen Dachverbandes findet in den rheinländischen Städten Langenfeld und Leichlingen statt.

Von Montag bis Freitag findet dort zwischen 14:30 und 22:00 die Berufsausbildung zum BDS-Übungsleiter statt.

Neben den klassischen und kampftechnischen Bereichen werden die Anwärter auf Ausbilderschaft ebenfalls in den Bereichen Mitgliederbetreuung, Marketing, Gruppenpädagogik, Mahnwesen, Buchführung, Import und Export von Bekleidung und Schutzausrüstungen, IT und Werbung geschult.

Doch nicht nur Anfänger lassen sich in der Akademie zum Übungsleiter ausbilden. Selbst Wing-Tsjun-Ausbilder und sogar Nationaltrainer diverser Länder nehmen hier ihren Unterricht bei den höchsten Lehrern des Verbandes.

## *Ausbildung zum/zur Sport- und Fitnesskaufmann/frau*

Welcher sportlich begeisterte Mensch hat nicht schon einmal davon geträumt, sein Hobby zum Beruf zu machen und mit Sport seinen Lebensunterhalt zu verdienen.

Bei den Boehlig Defense Systems kann nicht nur die Ausbildung zum BDS-Übungsleiter wahr werden, sondern der Verband bildet ebenfalls Sport- und Fitnesskaufleute für die Industrie- und Handelskammer zu Köln aus.

Auf Anfrage informiert das Head Office gerne detaillierter über dieses Feld.



## Verbandsleiter Thommy Luke Böhlig

Wing-Tsjun-Großmeister Thommy Luke Böhlig betreibt Wing Tsjun bereits seit 1991 und trägt durch sein Engagement als international tätiger Seminarleiter und Chefprüfer der Boehlig Defense Systems maßgeblich zur Verbreitung des Stiles bei.

Seit 1995 unterrichtet er Wing Tsjun hauptberuflich und gilt mittlerweile als einer der renommiertesten Kampfkunstlehrer der Welt. Sein Lehrer war Großmeister Allan Fong, dessen Ausbilder GM Leung Ting in der selben Schule trainierte, wie der legendäre Bruce Lee.

Böhlig ist Buchautor und Ausbilder für Deeskalation & Eingriffstechniken diverser Behörden und Polizeikräfte. So sind seine Programme Bestandteil der Ausbildung für Beamte an der Polizei-Akademie in Colombo, Sri Lanka. Die Polizei-Spezialeinheit BOPE in Maceio, Brasilien, sowie die Brasilianische "Policia Environmental" wird von ihm unterwiesen und auch Deutsche Behörden greifen seit vielen Jahren auf seine Kenntnisse zurück. Seit 2005 bildet er für die IHK-Köln Sport- und Fitnesskaufleute aus und ist weltweit in Sachen Wing Tsjun unterwegs.

### Lebenslauf:

- Geboren wurde Thommy Luke Böhlig am 13. April 1976.
- Im Alter von 6 Jahren begann er mit Judo. Es folgten Shotokan-Karate und Thai-Kickboxen.
- 1991 begann er damit, Wing Tsjun zu trainieren.
- 1996-2000 zog er nach Australien und leitete dort die EWTO-Schulen in Perth und Fremantle unter Nationaltrainer Sifu Stefan Fischer.
- 1997 schloss er die Berufsausbildung zum Personenschützer bei der IPSO-Sicherheits-Akademie in Wiesenbach bei Heidelberg ab und eröffnete seinen eigenen Sicherheitsdienst „Proserv-Security“ mit Partner Christopher Nwazuoke.
- Zwischen 2000 und 2002 kleine Auftritte in den TV-Serien „Die Wache“ und „Unter Uns“. Zu dieser Zeit arbeitete Thommy ebenfalls intensiver an seiner musikalischen Karriere. Mit dem Projekt „Das Motiv“ veröffentlichte er das Udo Lindenberg-Cover „Hinterm Horizont“ (Dance Street Records) und nahm Unterricht in den Bereichen Schauspiel, Hip Hop, Gesang, Gitarre, Bass und Schlagzeug.
- 2002 wurde er zum Nationaltrainer für WT in Schottland innerhalb der EWTO ernannt.
- 2002 Ernennung zum „Sifu of WT“ durch GM Kernspecht.
- Zwischen 2000 und 2003 erschien er wieder in der Serie „Die Wache“ und arbeitete als Stunt-Koordinator für die Soap „Unter Uns“ in Köln.
- 2004 arbeitete er als Personenschützer für den buddhistischen Hohenpriester Zuiou Inuoe und Kardinal Felix Machado vom Päpstlichen Rat im Vatikan.
- 2005 bestand er die Prüfung zum 4. Lehrergrad in der EWTO.

- 2005 verließ er die EWTO und gründete er mit GM Allan Fong die Wing Tsjun International, sowie mit diversen anderen Kampfkunst-Meistern Suro die Martial Arts International als Kampfkunst-übergreifenden Dachverband für Wing Tsjun, Eskrima und ChiKung.
- 2005 wurde er zum von der Industrie- und Handelskammer zu Köln ernannten Ausbilder für Sport- und Fitnesskaufleute.
- 2005 Ernennung zum Wing-Tsjun-Meister durch Sifu Allan Fong.
- 2006 Verpflichtung zum internationalen Chefprüfer der Wing Tsjun International.
- 2006 Ausbilder des Ordnungsamtes der Stadt Langenfeld im Rheinland für Eingriffstechniken.
- 2007 Ausbilder des Ordnungsamtes der Stadt Hilden für Eingriffstechniken.
- 2007 Buchautor des Werkes „Die Kunst des Kämpfens“.
- 2007 Autor und Hauptdarsteller der Lehr-DVD „Wing Tsjun - Die DVD“.
- 2007 wurde er von Sifu Allan Fong zum Dai-Sifu und damit seinem Nachfolger ernannt.
- 2009 ernannte er seinen ältesten Schüler zum Meister und stieg dadurch zum Großmeister für Wing Tsjun Kung-Fu auf.
- 2010 änderte er aufgrund der mittlerweile mannigfaltigen Angebote seines Verbandes den Namen auf Boehlig Defense Systems (BDS).  
Seit diesem Zeitpunkt gehört der Bereich BDS Wing Tsjun (für Erwachsene und Jugendliche), BDS Kung Fu (für Kinder ab vier Jahren) und BDS Prävention (deeskalierende Gewaltpräventionskurse) zum Angebot.
- 2011 wurde das Angebot der BDS um den Bereich BDS Tactical (ein Programm für Deeskalations- und Sicherungstechniken im Polizei- und Justizdienst) erweitert.
- 2013 veröffentlichte er sein zweites Buch „Siu Nim Tau – eine kleine Idee“.
- Seit 2014 ist das Fitness-Programm BDS Combat Fitness ebenfalls fester Bestandteil des BDS-Spektrums.
- Seit 2014 unterrichtet er die Bediensteten der Justiz-Vollzugs-Anstalt Iserlohn in Deeskalations- und Sicherungstechniken.
- 2014 wurde Böhlig von Schauspieler Dirk Heinrichs (Träger der Ehrenkriminalmarke des Bundes deutscher Kriminalbeamter) zum wissenschaftlichen Beirat im Bereich „Deeskalations- und Sicherungstechniken“ für die Initiative „Sprache gegen Gewalt e.V.“ ernannt.

Heute ist Thommy Luke Böhlig eine der prominentesten Figuren im Bereich Kampfkunst und Gewaltprävention.  
Sein Verband hat Vertretungen in 13 Ländern und er reist weltweit für Seminare.  
Böhlig lebt mit seiner Familie in Langenfeld Rhld.

#### Impressum:

Boehlig Defense Systems  
Friedrich-Krupp-Str. 5  
40764 Langenfeld  
Bundesrepublik Deutschland

Tel.: +49 2173 297 2015  
Fax: +49 2173 297 2015  
E-Mail: [headoffice@wingtsjun.com.com](mailto:headoffice@wingtsjun.com.com)  
Web: [www.wingtsjun.com](http://www.wingtsjun.com)