

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort zur zweiten Auflage	7
Vorwort zur ersten Auflage	9
Vorwort zur zweiten Auflage	10
Autoren	11
Wichtige Hinweise der Autoren	12
1 Mentale Einstellung	13
2 Geschichte	21
3 Ausrüstung	27
4 Trageweise der Ausrüstung	37
5 Stand	41
6 Schritttechnik	45
7 In- und Offline-Prinzip	53
8 Waffen- und Bereitschaftshaltung	61
9 Fünf Grundschnitte	85
10 Schlagkombination Figur 8	97
11 Trefferzonen	101
12 Blöcke	105
13 Power	125
14 Kontertechniken mit der Waffe	135
15 Kontertechniken mit Hand und Fuß	143
16 Entwaffnungen und Hebel	153
17 Festlege- und Abführtechniken	167

18	Taktik gegen unbewaffnete Angreifer	173
19	Taktik gegen bewaffnete Angreifer	181
20	Prinzipien	183
21	Übertragbarkeit	185
22	Exkurs Staff	207
23	Waffen- und Polizeigesetze, Notwehr	213
24	Epilog	217