

Stichwortverzeichnis

A

Achillessehne 52
Adrenalin 15
Alltagsgegenstände 24
Angst 16
Ansprache
 Opfer 23
Anwalt 15
Arme 55
Aufmerksamkeit 18 f.
Augen 52
Augenkontakt 20
Ausfallschritt 38
Aussage 15

B

Baseballschläger 124
Beißen 51
Bewusstlosigkeit 54
Blickkontakt 65
Blutgerinnung 15
Bodenkampf
 Aufstehen 112
 Gegner mit am Boden 112
 Gegner steht 110
 Grundsätzliches 106
 Würgen 117

C

§ 323c StGB *siehe* Unterlassene
 Hilfeleistung
Con Air 54
CS-Gas 124

D

Deeskalation 21
Denkerpose 34
Distanzen 41
Doppelseitiges Fassen
 Abwehr 72
Drosselgrube 53

E

Eigensicherung 22 f.
Einhandmesser 125
Elektroschocker 125
Ellbogenstoß 45
Energie 15

Erforderlichkeit *siehe* Not-
 wehrrecht
Erste Hilfe 22
Eskalation 21
Eskalationspyramide 18

F

Fallen
 rückwärts 107
 seitwärts 108
 vorwärts 109
Fallschule 106
 Grundsätzliches 107
Fassen, seitengleich
 Abwehr 66
Fassen, seitenverkehrt
 Abwehr 70
Faust 43
Feinmotorik 15
Fettreserven 15
Film im Kopf 21
Flatrate 40
 am Boden 112
Flucht 14
Fluchtwege 20
Flunitrazepam *siehe* KO-Tropfen
Frisurkontrolle 34
Fronttritt 46
 Abwehr 96
Füße 55

G

Gaspistole 124
gegenwärtiger Angriff *siehe*
 Notwehrrecht
Gegenwehr 41
Gerade 42
 Abwehr 88
 mit Faust 43
Gesicht verlieren 21
Grabscher
 Abwehr 75, 78, 80
Grundschule 29
Guard 113

H

Haareziehen
 Abwehr 74
Hände 55
Halsschlagader 53

Haltung 65
Handy 25
Hangover 19
Happy Slapping 93
High Kick
 Abwehr 97
Hilfe
 bekommen 21

I

Interview 61
Intuition 19

K

Kampf 22
 der vermiedene 17
Kampf oder Flucht 14
Kehlkopf 53
Kiefergelenk 54
Kinn 54
Knie 52
Kniestoß 46
Knockout Games 93
KO-Tropfen 19
Körperhaltung 20
Kommunikation 20 f.
 Inhalte 21, 63
 Siezen 21
Kontaktregeln 85
Kopfstoß 50
Kraft 16, 38
Kubotan 125

L

lange Distanz 41
Linksausleger 36
Low Kick
 Abwehr 95

M

Messer 125
 Abwehr 100
mittlere Distanz 41
Mount 115

N

nahe Distanz 41
Nase 54

Nein 62
 Neutrale Stellung 31
 Notausknopf 20
 Notbremse 20, 23
 Notfallschutzhaltung 93
 Notruf 22
 Notstand 26
 Notwehr 25
 Notwehrexzess *siehe* Überschreitung der Notwehr
 Notwehrrecht 25
 Erforderlichkeit 25
 gegenwärtiger Angriff 25
 Rechtsgüter 25
 rechtswidriger Angriff 25
 Verhältnismäßigkeit 26

O

Ohren 54
 Oleoresin Capsicum 123

P

periphere Sicht *siehe* Wahrnehmung
 Pfefferspray 123
 Pressschlag 49

R

Rechtsgüter *siehe* Notwehrrecht
 rechtswidriger Angriff *siehe* Notwehrrecht
 Rohypnol *siehe* KO-Tropfen
 Roofies *siehe* KO-Tropfen

S

Schienbeine 55
 Schlüssel 25
 Schlüsselbeine 54
 Schmerzempfinden 15
 Schrecksekunde 16
 Schreien 62
 Schrillalarm 126
 Schrittstellung 32

Schusswaffe
 Abwehr 101
 Schutzhaltung 35
 am Boden 111
 bei Waffen 37
 Notfall 37
 versteckt 34
 Schutzschild 33
 Schwinger
 Abwehr 90
 sehr nahe Distanz 41
 Selbstbehauptung 61
 Selbstverteidigung
 Harte 22
 Softe 22
 Sicherheitsabstand 21
 Siezen *siehe* Kommunikation
 Smombies 19
 Sozialisierung 61
 Stand 31
 § 32 StGB *siehe* Notwehr
 § 33 StGB *siehe* Überschreitung der Notwehr
 Stock
 Abwehr 98
 Stresslevel 21
 Stresssituation 15
 Sucker Punch
 Abwehr 93

T

Tactical Lights 126
 Tactical Pen 125
 Taktik 80
 Talking Hands 34
 Taschenlampe 126
 Taser 124
 Techniken
 Grundsätze 30
 Sicherheit 30
 Übersicht Technik/Ziel 56
 Teleskopschlagstock 124
 Tiefschlag
 Abwehr 94
 Tritt ins Knie 48
 Tritte
 Abwehr 95

Türsteherpose 34
 Tunnelblick *siehe* Wahrnehmung

U

U-Bahn 23
 Übergriffe 18
 Überschreitung der Notwehr 26
 Unerwünschtes In-den-Arm-Nehmen
 Abwehr 77
 Unterkiefer 54
 Unterlassene Hilfeleistung 26
 Unterleib 55

V

Verhältnismäßigkeit *siehe* Notwehrrecht
 Verteidigung
 gegen mehrere Gegner 106

W

Waffen 122
 Abwehr 98
 körperfremde 24
 perfekte 24
 Wahrnehmung 15
 periphere Sicht 15
 Tunnelblick 15
 Wahrnehmungsschwelle 15
 Zeitwahrnehmung 15
 Wendung 39
 Würgen
 Abwehr 81

Z

Zeitwahrnehmung *siehe* Wahrnehmung
 Ziele
 No-Go-Area 55
 Übersicht Ziel/Technik 56