

Puolusta itseäsi ja kaveria kanssa

Scandinavian Defendo on yksinkertainen itsepuolustus-, voimankäyttö- ja lähitaistelumenetelmä.

Scandinavian Defendon perustana on Jyrki Saarion neljänkymmenen vuoden kokemus maailman tehokkaimmista itsepuolustusjärjestelmistä. Hänen johdollaan kehitystyöhön on osallistunut lukuisia maailman eturivin itsepuolustus-, voimankäyttö- ja lähitaistelukouluttajia, kuten suomalainen I.D.D.I – ryhmä (International Division of Defendo Instructors), Antti Nurmi, Jussi Jokinen ja Petteri Kantola. Haastattelimme majuri Petteri Kantolaa asian tiimoilta.

Lähtökohtana on ollut luoda itsepuolustusjärjestelmä, joka todella toimii. Scandinavian Defendo pohjautuu todellisessa elämässä saatuihin kokemuksiin: niitä analysoimalla järjestelmään on valikoitunut tehokkaimmat, todellisissa voimankäyttö ja hätävarjelutilanteissa toimivat itsepuolustustekniikat ja ratkaisumallit. Tekniikoita ja harjoittelumenetelmiä on hiottu vuosien varrella hyvin päättäväisesti: ainoastaan hyvät ja toimivat osat on säilytetty.

Laji on optimoitu juuri tämän päivän todellisiin arjen uhkiin ja on kansainvälisesti erittäin korkealle arvostettu realistinen itsepuolustusmenetelmä; yksi maailman parhaista.



Lajissa on rajoitettu määrä yksinkertaisia tekniikoita. Sen sijaan, että oppilaat oppisivat uusia ja taas uusia tekniikoita, hiotaan perustekniikoita ja taktista käyttäytymistä ja voimistetaan henkistä vahvuutta. Defendo on erinomainen valinta ihmiselle, jonka tavoite on oppia tehokasta itsepuolustusta nopeasti.

Oletko samaa mieltä Petteri Kantola?

Kyllä. Olen harjoitellut itsepuolustus-, kamppailu- ja taistelulajeja yli 30 vuotta, ja olen sitä mieltä, että Scandinavian Defendo on kokonaisuutena paras järjestelmä, mihin olen koskaan tutustunut. Kokonaisuutena tarkoittaa sitä, että kaikki tekniikat eivät välttämättä ole maailman parhaita, mutta ne ovat riittävän hyviä tosielämän uhkatilanteisiin, ja ovat todella yksinkertaisia ja helposti opittavissa.



Miten Defendo eroaa mielestäsi esim krav magasta?

Ehkäpä suurin ero löytyy perusfilosofiasta, kun Krav Magassa pyritään mahdollisimman nopeaan vastahyökkäykseen, Defendossa pyritään mahdollisimman tehokkaaseen vastahyökkäykseen. Vanhassa Krav Magassa ja Defendossa on paljon samankaltaisia ratkaisuja, mutta Krav Magan kehitys on johtanut tilanteeseen, jossa eri uhkatilanteisiin on pyritty löytämään mahdollisimman hyvä ratkaisu jokaiseen. Tämä lisää opettavan kurrikulumin määrää lajissa, ja Krav Magassa riittääkin opeteltavaa pitkäksi aikaa. Scandinavian Defendon lähtökohtana taas on ollut löytää paketti, jossa on minimaalinen määrä tekniikoita, mutta "kaikki" tarpeellinen ns. katukäyttöön. Defendossa ei ole pyritty tekemään välttämättä parasta ratkaisua jokaiseen eri uhkaan, vaan pyritty löytämään sopiva kompromissi helppouden ja "paremmuuden" välillä.

Entä perinteisistä budolajeista?

Perinteisiä budolajeja on vaikea niputtaa yhteen, koska niitä on niin paljon erilaisia. Suurin osa Defendossa käytettävistä tekniikoista löytyy historiallisista lajeista, esimerkiksi eurooppalaisista paini- ja miekkailumanuaaleista jo 1400-luvulta. Ihmisen mekaniikka ei ole merkittävästi muuttunut satojen vuosien aikana, joten hyvät ja toimivat tekniikat on keksitty eri puolilla maailmaa. Perinteisistä lajeista Defendo eroaa ehkä eniten siinä, että lajissa on käytössä järjestelmällisesti nykyaikaiset valmennus- ja opetusmenetelmät. Vaikka kamppailu-urheilu ei yksistään vastaa itsepuolustus- ja lähitaistelulajien tarpeeseen, urheilukamppailijoilta voi ottaa oppia harjoitusten fyysisyydestä ja kontaktissa. Defendossa käytetään kilpaurheilusta tuttuja harjoitteita ja kaikkea opittua painetestateen soveltavissa harjoitteissa. Varmasti näin tehdään budolajeissakin, mutta itse en ole oman lajihistoriani aikana tällaiseen ilmiöön törmännyt niin usein.



Onko Defendossa jotain perusajatusta?

"Yksinkertainen on kaunista" ja "hyvä lyönti on kova lyönti, hyvä potku on kova potku", "Feeling is believing". "tekniikka-taktiikka-fysiikka, kaikkea joka treenissä". Siinä muutamia perusajatuksia. Defendon perusajatuksen mukaisesti tekniikat pitää opetella "selkäyttimeen" toistoilla, tekniikoita pitää harjoitella myös reippaalla kontaktilla sekä tekniikoita pitää päästä soveltamaan vapaassa harjoittelussa. Pohjan itsepuolustustaidolle luo myös kamppailutaito, eli nyrkkitappelua, lyönti-potkutappelua, mattopainia ja vapaata tappelua käytetään harjoitusmenetelminä Defendossa. Kamppailun harjoittelu mahdollistaa tekniikoiden testaamisen, sekä kasvattaa periksiantamattomuutta ja fyysistä kuntoa.



Miten white, blue ja green erovat toisistaan?

Scandinavian Defendossa on tällä hetkellä neljä versiota, jotka ovat Siviili-itsepuolustusversio, hoito- ja pelastusalan ammattilaisille ja opettajille suunnattu Defendo White, turvallisuusalan ammattilaisille tarkoitettu Defendo Blue-voimankäyttöversio, sekä sotilaille ja puolisotilaallisille joukoille tarkoitettu Defendo Green - lähitaisteloversio. White – ohjelma pitää sisällään normaalin henkilöturvallisuuden ja tilanteiden de-eskaloinnin lisäksi kiinnipitämistä ja mahdollisimman väkivallattomia versioita tekniikoista, koska toimitaan esim vanhusten, sairaiden tai lapsien parissa. Blue-versiossa tarkoitus on, että suorittaja saa kohdehenkilön hallintaan, kuten hallintaotteeseen tai käsirautoihin. Tekniikat yhdistävät myös paljaan käden toiminnan ja voimankäyttövälineet sujuvasti kokonaisuudeksi. Lisäksi vallitsevat oikeuskäytäntö ja yleiset voimankäytön periaatteet ohjaavat käytettäviä tekniikoita Defendo Blue’ssa. Defendo Green taas perustaa toimintansa sotilaalliseen voimankäyttöön, eli tekniikat soveltuvat vastustajan eliminointiin taikka sotavangin ottoon. Tekniikoissa on myös huomioitu se, että sotilaalla on usein paljon varusteita ja rynnäkkökivääri kädessä, mikä vaikuttaa hieman suoritustekniikoihin. Näitä molempia versioita, sekä siviili-itsepuolustusversiota kuitenkin yhdistää se, että kaikissa voidaan harjoitella 90% samoja tekniikoita, ainoastaan vaatteiden väri sitten ratkaisee, onko perustekniikan jälkeen vuorossa irtautuminen paikalta ja avun hälyttäminen, käsirautojen käyttö, vai rynnäkkökiväärin vaihtimen siirto ala-asentoon tai veitsen vetäminen tupesta.



Sopiiko ns. kaikille?

Olisi valheellista väittää, että kaikista voi tulla hyviä taistelijoita, taikka että kuka tahansa voi oppia maailman parhaaksi itsepuolustajaksi; kuitenkin uskallan väittää, että kuka tahansa pystyy parantamaan selviytymismahdollisuuksiaan harjoittelemalla Scandinavian Defendoa. Koolla on merkitystä, voimalla on merkitystä, vammoilla on merkitystä, iällä on merkitystä, sukupuolella on merkitystä. Jos joku väittää muuta, niin valehtelee. Defendoa harjoittelee henkilöitä, joilla ikää on alle kaksikymmentä tai yli viisikymmentä, naisia ja miehiä, vahvoja ja hinteliä; tärkeintä on motivaatio, halu harjoitella ja kehittyä.



Ymmärtääkseni on Defendo ns. ip-laji, miten se Sinun mielestä ero kamppailu-urheilusta esim. MMA:sta?

Kamppailu-urheilussa tavoite on vastustajan voittaminen kontrolloidussa ja säännellyssä tilanteessa, jossa yksi yhtä vastaan -tilanteessa, samassa painoluokassa olevien ottelijoiden kesken, tuomarin valvomassa kehässä tai häkissä ratkaistaan keskinäinen paremmuus. Itsepuolustustilanteessa harvoin täytty mikään näistä, paitsi se, että jos haluaa säästyä itsepuolustustilanteesta ilman tuomiota, tulee huomioida Suomen lainsäädäntö ja oikeuskäytäntö. Itsepuolustustilanteessa pienempi harvemmin hyökkää isomman tai edes samankokoisen kimppuun, useammin kuin puolessa tilanteista hyökkääjiä on enemmän kuin yksi. Paikalla ei ole kehätuomaria keskeyttämässä tai antamassa varoitusta kielletyistä tekniikoista. Monesti tilanne vielä alkaa siten, että se tulee puolustautujalle yllätyksenä, eikä tilanteeseen ole aikaa varautua kuin sekunteja. Tällaista ei kamppailu-urheilussa tapahdu. Defendossa käytettävät tekniikat ovat kuitenkin hyvin samankaltaisia esim MMA:ssa käytettäviin: pysty- ja mattokamppailua, suojautumista lyönneiltä ja potkuilta, vapautumista vaarallisista otteista pystyssä ja maassa. Tämän lisäksi Defendossa on myös tekniikoita asehyökkäyksiä ja aseuhkia vastaan, mitkä tietysti yleisimmistä urheilukamppailuista puuttuvat.

Onko mielestäsi kamppailu-urheiluosaamisesta/taustasta hyötyä vai haittaa ip-tilanteessa?

Ehdottomasti siitä on hyötyä. Jos henkilö on tottunut treenaamaan kovaa ja hänellä on hyvä tekninen osaaminen sekä fysiikka, itsepuolustuksen taktiset aspektit on nopea opettaa. Tosin, pelkkä kamppailu-urheilutaito ei tee kenestäkään hyvää itsepuolustajaa, ellei osata ottaa huomioon näitä useampia hyökkääjiä, piilotettuja aseita, katukivetyksen reunoja yms.

Miten näet fyysisen kunnan merkityksen ip-tilanteessa?

Liian monesti sellaiset henkilöt, jotka itse eivät pidä fyysisen kunnan ja voiman treenaamisesta, vähättelevät sen merkitystä. Tosiasia kuitenkin on, että useimmiten asenteella, kunnolla ja voimalla voitetaan pienet tekniset putteet. Defendossa puhutaan ns. Defendo-kolmiosta, joka tarkoittaa sitä, että kaikki kolmion sivut pitää olla kunnossa: tekniikka, taktikka ja fysiikka.



Mikä merkitys mielestäsi lähikamppailuosaamisella modernissa sodankäynnissä? Entä ns. kriisinhallintatoiminnassa?

On hyvin todennäköistä, että nykypäivän sotilas ei joudu koskaan lähitaistelutilanteeseen, ainakaan paljain käsin. Kuitenkin, esimerkiksi kriisinhallintatehtävissä kohtaamiset tulevat entistä lähempää, jolloin

lähitaisteluun joutuminen on mahdollista. Lähitaistelukoulutuksen tärkein anti sotilaalle onkin päättäväisyyden ja aggressiivisuuden sekä häikäilemättömyyden kouluttaminen. Lisäksi koulutuksella pyritään antamaan malleja toimia yllättävissä tilanteissa. Lähitaistelukoulutusta käytetään myös välineelliseen ehdollistamiseen.

Ammatti-Defendokoulutuksia järjestää AMS Defcon (amsdefcon.com), Defendo-seurojen yhteystietoja löytyy Defendo.fi ja yhteyttä voi ottaa kysyäksään lisää väri-Defendosta esim [defendo.blue at gmail.com](mailto:defendo.blue@gmail.com), [defendo.white at gmail.com](mailto:defendo.white@gmail.com) ja [defendo.green at gmail.com](mailto:defendo.green@gmail.com)

Haastattelu: Tom Lindblom