

BREUER LEHMANN

RECHTSANWÄLTE

URKUNDE

zur Vorlage gegenüber Dritten zum Nachweis
der Priorität und Urheberschaft

Dokumenten-Nr.

4129

Inhaber der Urkunde:

Herr Hans Schüren

Aussteller dieser Urkunde

BREUER LEHMANN RECHTSANWÄLTE

Steinsdorfstraße 19

80538 München

Zeitpunkt der Ausstellung dieser Urkunde

Datum: 2017:09:27

Uhrzeit: 20:21:40+02:00



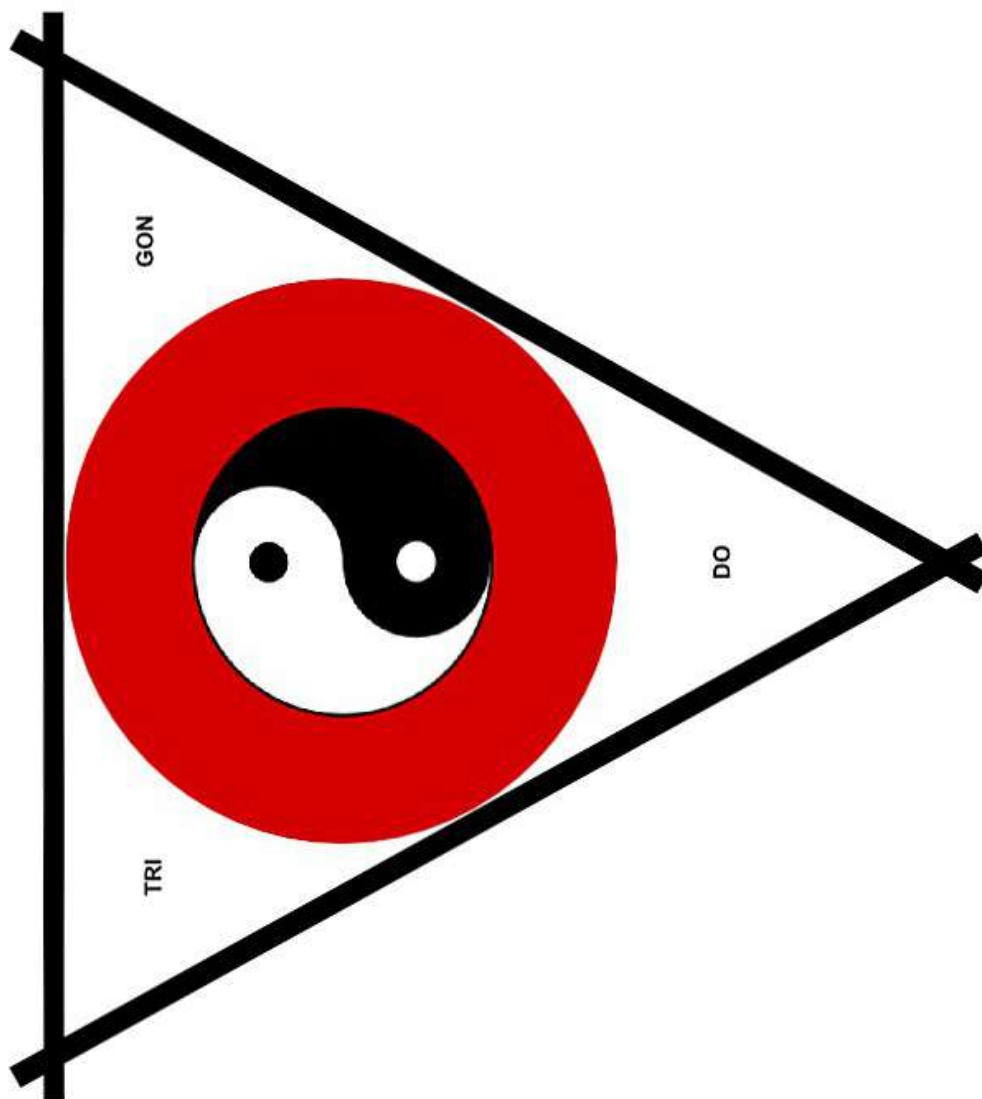
Angaben zur Person, auf die diese Urkunde ausgestellt wurde

Person 1 von 1

| | | | |
|--------------|---------------|------------|------|
| Anrede | Herr | | |
| Name | Schüren | | |
| Vorname | Hans | | |
| Straße | Lange Strasse | Hausnummer | 159 |
| Postleitzahl | 59067 | Ort | Hamm |



Grafik/Text 1 von 7



2017 Trigondo Martial Art - Creator: Hans Schüren Germany

copyright 28.09.2017

| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 46367 |
| Dateiname | emblem.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T19:54:24+02:00 |

What is Trigondo ?

Trigondo is a martial art for the whole body constitution and health and can be practised at any age.



Fortsetzung Grafik/Text 1 von 7

Description :

Meaning of the name:

Trigon = Triangle Form Do = Way

Date of founding:

28.09.2017

Founder: Hans Schüren

Germany born. 04.03.1969

Founding Country:

Germany

Fighting techniques : Trigonwalk. Doublediagonalwalk.

(without

weapons) Permanent Movement and viewpoint changing.

Punches

and Kicks. No-Contact. Shadowboxing. No fight stance.

Weapons:

Yes

Used Weapons: classic chinese

Weapons

Logo: Trigon Logo designed by Schüren

Trigondo - Martial Art

Trigondo is a fundamental and body fitness training system.

You can practice it alone or in a group. The exercises can be practiced at any age from interested persons. In a normal speed or even very slow.

The martial art is designed for the fight against multiple attackers at once.

For this reason the fighter is walking in a geometrical Trigon way continuously, to not get caught.

During the continuous and harmonized Trigon-Walk ...Palm blocks, punching techniques are done combined with low kicks. Kicks are only made until the



Fortsetzung Grafik/Text 1 von 7

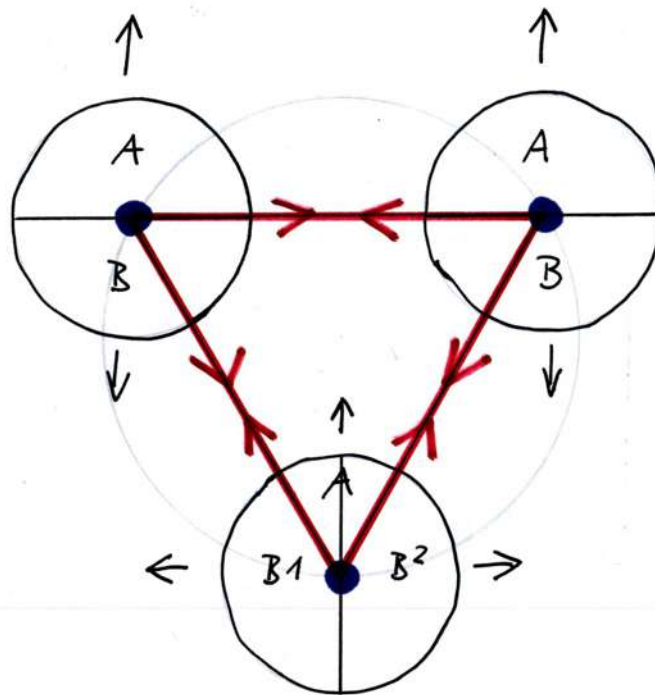
lower stomach because the stance ground and the legwork in Trigondo are very important.



Grafik/Text 2 von 7

Trigondo
Martial Art
Concept

Trigondo 2017
Hans Schüren
04.03.1969
Germany



A = Ausgangsposition
B = Bewegungsposition

| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 312100 |
| Dateiname | trigondo_concept.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T19:57:22+02:00 |

Hard techniques such like elbow and knee are exactly focused under the use of acceleration.

The use of traditional chinese weapons complete the variety of the system.

What is the meaning of name Trigondo ?

Trigondo means the way of the triangle form.



Fortsetzung Grafik/Text 2 von 7

The mental background is the geometric form in combination with a permanent change of direction.

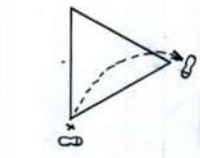
Fundamentals of Trigondo

The fundamentals of the Trigon-Walk are described here in the pictures and sketches for the first time.

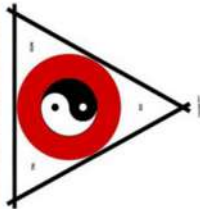
More videos with good motions and the whole arrangement can be seen on the webpage of the founder Hans Schüren. (<http://www.hans-schueren.de>)



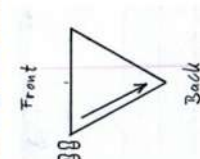
Grafik/Text 3 von 7



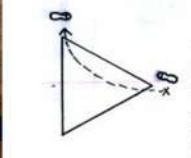
Lower the body to have a solid standing
Lege den Schwerpunkt nach unten.



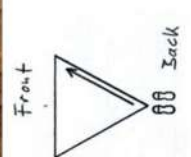
Make a shifted double block
Make a shifted double block
(Trigondo is copyright by Hans Schüren Germany)
Lege den Schwerpunkt nach unten.



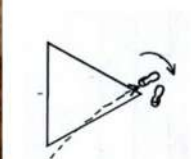
Go the trigon back to right sight in a circle.
Gehe das Dreieck nach rechts unten.



While a shifted double block w. open hands.
Go the trigon up to the right sight in a circle.
Gehe das Dreieck nach rechts oben.



Turn both feet to back sight.
Drehe beide Füße zur Rückseite.



Move the left foot as shown.
Ziehe den linken Fuß heran.

| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 515605 |
| Dateiname | Blatt-1_backinside.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T20:02:21+02:00 |

Learn Trigondo with the proper exercises

Trigondo is a martial art for mind and body.

Especially the stance grounding and the coordination ability. (balance sense)

There is no strength or stretch of the body necessary.

Instead the

flexibility and acceleration of the body are used.

The best basic exercise is the

Trigonwalk in both directions with light double palm blocks.



Fortsetzung Grafik/Text 3 von 7

A raise of the skills

are well known by the learner at the point when the exercises are instinctively practised and even more faster and smoothly.

Direction changing and the combinations are suddenly faster and easier to perform.

The exercises are not practised with one opponent but always with many. (2 - 4)

Everyone from the training team changes the part of the fighter from time to time and is attacked from the others. That is a high interesting training.

A ritualised operation and same fightsituations are as good as impossible.

For the first basic exercise you should simple walk in Trigon way such like in the pictures 1 till 13 described. Smoothly and without interruptions.

For the

first time a little bit slower and not to long. After one minute you can feel the effect.

Make a rest after a couple of rounds.

Your body must be familiarized with

Trigonwalk at once.

On the next day check out the other direction to walk.

(Mirroring of the picture exercises)

Aim: after 1 week slowly Trigonwalk in both directions.



Grafik/Text 4 von 7

7
8
9
10
11
12

Make a bock variation in circles.
Variiere den Doppelblock mit offener Hand.

New position. New point of view.
Neuer Ausgangspunkt und Richtung. Hans Schüren Germany - Creator of Trigondo

Right foot in circle to other trigon point.
Rechter Fuss im Kreis zum anderen Punkt.

Turn to the other point.
Drehe Dich zum anderen Punkt.

Left foot beside the right. Turn right.
Linken Fuss neben den rechten.

copyright 28.09.2017 Hans Schüren want to see more exercises and videos of Trigondo ? <http://www.Hans-Schueren.de>

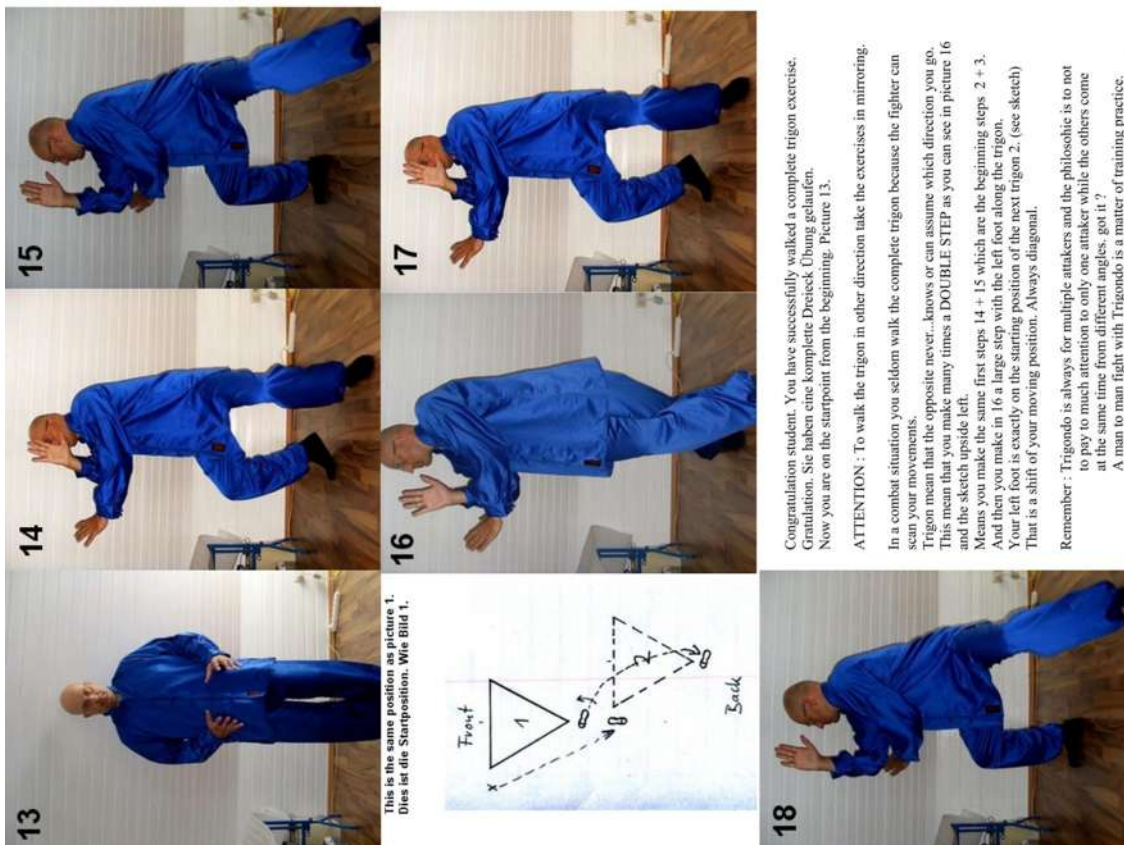
| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 529668 |
| Dateiname | Blatt-2_backinside.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T20:04:52+02:00 |

Graduades in Trigondo

This is a new martial art. A graduating system is not made at the time.
Licensed trainers are not made yet.
The martial art is from 2017 and still in development.
News can be seen of the homepage of the founder.
(<http://www.Hans-Schueren.de>)
Thus this martial art is really interesting.



Grafik/Text 5 von 7



| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 917631 |
| Dateiname | Blatt-3_backinside.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T20:05:49+02:00 |

Was ist Trigondo ?

Trigondo ist eine Kampfkunst die der gesamten körperlichen Gesundheit dient und in jedem Alterausgeübt werden kann.

Eckdaten

:

Namensbedeutung: Trigon = Dreieck Do = Weg



Fortsetzung Grafik/Text 5 von 7

Entstehungsdatum: 28.09.2017

Urheber:

Hans Schüren Deutschland geb. 04.03.1969

Ursprungsland:

Deutschland

Kampftechniken : Dreieckslauf. Doppeldiagonallauf.

Ständiger Richtungswechsel.

(Waffenlos) Schläge und

Tritte. Nicht-Kontakt. Schattenboxen.

Keine Kampfstellung.

Waffenkampf: Ja

Eingesetzte

Waffen: Klassische chinesische Waffen

Logo: Trigon

Logo Design by Schüren

Trigondo - ganzheitliche
Kampfkunst

Trigondo stellt ein ganzheitliches und körperertüchtigendes
Trainingssystem dar.

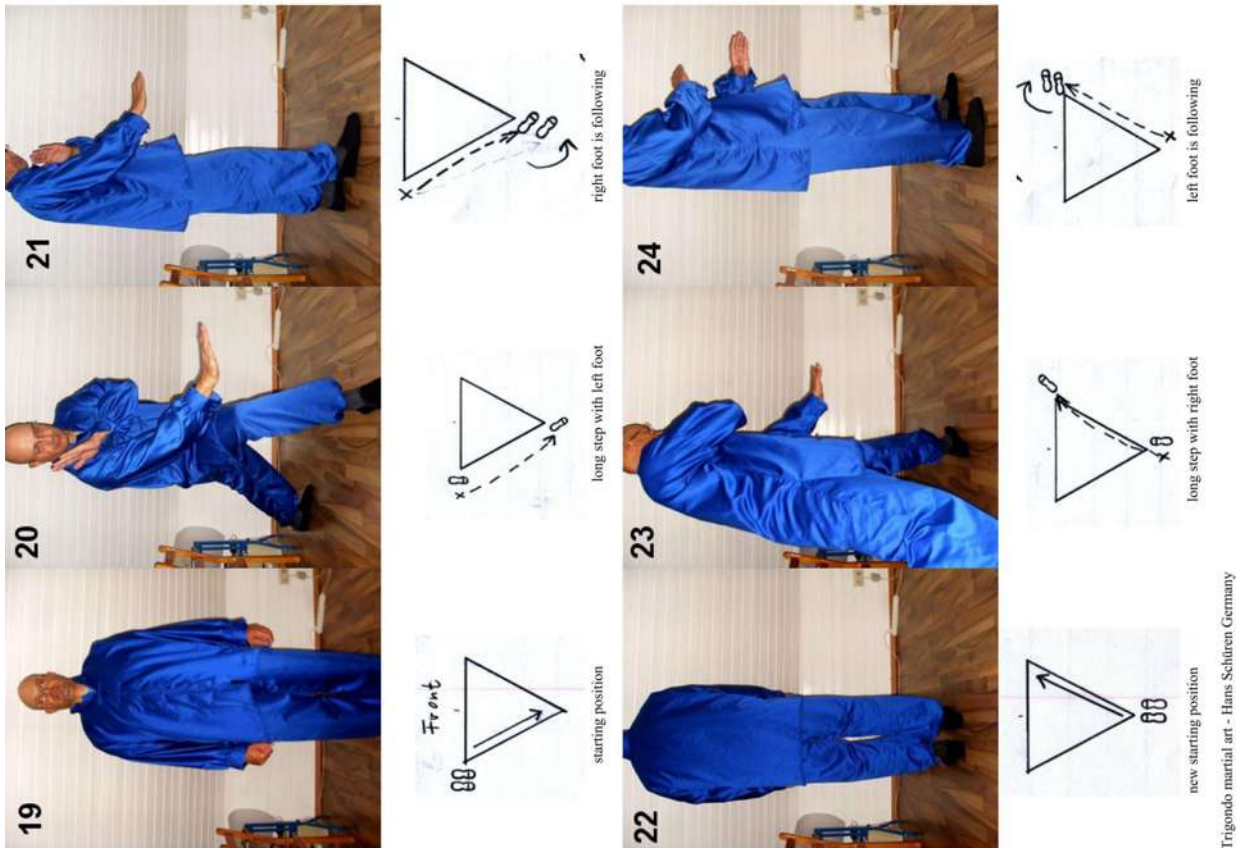
Dabei kann die Kampfkunst alleine ausgeübt werden oder in der
Gruppe. In jedem Alter kann der Interessierte die Trigon Übungen ausführen. In
normalem Tempo oder auch sehr langsam.

Das Kampfkunstsystem ist darauf ausgerichtet
gegen mehrere Angreifer gleichzeitig zu kämpfen. Dabei läuft der Kämpfer ständig
in geometrischen Formen des Dreiecks um nicht zu fassen zu sein.

Während des
fortlaufenden harmonischen Trigon-Weges werden Blöcke und Schlagtechniken
ausgeführt, kombiniert mit Tritten im n



Grafik/Text 6 von 7



Trigondo martial art - Hans Schüren Germany

| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 493897 |
| Dateiname | Blatt-4_backinside.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T20:09:09+02:00 |

Tritte werden nur bis unter Bauchhöhe ausgeführt weil die Standfestigkeit und Beinarbeit in Trigondo eine entscheidende Rolle spielen.
Harte Techniken mit Ellebogen und Knie werden gezielt unter Nutzung der Beschleunigung genutzt.
Der Einsatz von traditionellen chinesischen Waffen rundet die Vielfalt des Systems ab.

Was bedeutet der Name Trigondo ?



Fortsetzung Grafik/Text 6 von 7

Trigondo bedeutet der Weg des Dreiecks.

Der geistige Hintergrund ist die geometrische Form in Verbindung mit ständigem Richtungswechsel.

Die Grundlagen des Trigondo

Die Grundlagen des Trigon-Laufes sind hier in den Bildern und Zeichnungen erstmals beschrieben.

Weitere

Videos mit flüssigen Bewegungen und dem gesamten Ablauf gibt es auf der Homepage des Urhebers Hans Schüren zu sehen.

(<http://www.hans-schueren.de>)

Trigondo

Lernen und die passenden Übungen

Trigondo ist eine Kampfkunst die den Geist und Körper trainiert.

Besonders die Standfestigkeit und das Koordinationsvermögen.

(Gleichgewichtssinn)

Es wird kein Kraftaufwand oder Dehnungen des Körpers verlangt.

Stattdessen wird die Flexibilität und die Beschleunigung des Körpers genutzt.

Die beste Grundübung ist das Trigonlaufen in beide Richtungen mit leichten Blöcken. Eine Steigerung der Fertigkeiten bemerkt der Schüler dann wenn die Übungen instinktiv verinnerlicht werden und auch schneller werden. Richtungswechsel und Kombinationen sind plötzlich schneller und einfacher zu bewältigen.



Grafik/Text 7 von 7

25 26 27

28 29 30 31 32

new direction

left foot parallel step

back at starting point

Remember :
During the punches or combinations the trigon walk still goes further.
Trigon means :
1. change position
2. change view
3. change punches
all the time until the exercise is finished.

Here you can see some actions instead of shifting blocks that we have used before.
28+29 : Double Roundhouse Elbow. Through the chest.
The name in Trigon is „Roundhammer“
(can be made in figure 1+2+3 continued)
30 : Tiger Claw. Through the chin.
(can be made during forward-outside walk.
see more on homepage www.Hans-Schueren.de)
31 : Exploding Fist. Through the body.
(can be made in figure 19+20+21+22)
immense energy from one side to complete other.
32 : Kiss of the cobra. Dangerous technique.
(can be used during figure 26.)
Only in emergency situations.

Note : to make the exercises in the other direction make a mirroring of the techniques.

Trigondo Martial Art - Copyright 28.09.2017 Hans Schüren Germany

| | |
|-----------------------------|---------------------------|
| Medientyp | Bild |
| Dateityp | jpg |
| Dateigröße [Byte] | 596035 |
| Dateiname | Blatt-5_backinside.jpg |
| Hochgeladen von (IP-Nummer) | 89.204.155.243 |
| Hochgeladen Zeitpunkt | 2017-09-27T20:12:29+02:00 |

Trainiert wird nicht mit einem einzigen Gegner sondern immer mit mehreren.
(2 - 4)
Dabei springt jeder trainierende im Wechsel in die Rolle des Kämpfers und wird dann von den anderen Trainingspartnern angegriffen.
Das ist ein äusserst interessantes Training.
Ein ritualisierter Ablauf und ständig gleiche Kampfsituationen sind so gut wie ausgeschlossen.

Als erste Grundlagenübung laufen Sie einfach im Dreieck wie im Bild 1 bis 13 beschrieben. Flüssig und ohne Unterbrechungen.



Fortsetzung Grafik/Text 7 von 7

Aber am Anfang immer
langsam und nicht zu lange.
Nach einer Minute werden Sie den Effekt spüren.
Machen
Sie nach einigen Runden eine Pause.
Der Körper muss sich erst an das Trigonlaufen
gewöhnen.
Am nächsten Tag probieren Sie die Gegenrichtung.
(Spiegelbild der
Übungsbilder).
Ziel : nach 1 Woche langsames Trigonlaufen in beide
Richtungen.

Graduierungssystem des Trigondo

Es handelt sich um eine neue
Kampfkunst. Ein Graduierungssystem ist noch nicht eingerichtet.
Lizensierte Trainer
sind noch nicht ernannt.
Die Kampfkunst ist von 2017 und befindet sich im
Entwicklungsstadium.
Aktuelles Neues gibt es auf der Homepage des Urhebers. (siehe
oben im Text.)
Das macht die Kampfkunst auch so interessant.



Aussteller / This certificate has been issued by

BREUER LEHMANN RECHTSANWÄLTE Partnerschaft mbB

Steinsdorfstraße 19

80538 München

www.breuerlehmann.de

Telefon: +49 (0) 89 6666 10 89

email: info@breuerlehmann.de

Die Rechtsanwälte Dennis Breuer, LL.M. und Volker Lehmann, LL.M. sind als Rechtsanwälte in der Bundesrepublik Deutschland zugelassen und als solche Mitglieder der Rechtsanwaltskammer München, www.rak-muenchen.de. Eingetragen im Partnerschaftsregister des AG München (PR 1592).

Hinweise / About

Diese Urkunde stellt einen Prioritätsnachweis dar. Dieser Prioritätsnachweis verwendet eine digitale Signatur mit einem Zeitstempel der Bundesdruckerei gemäß § 2 Ziffer 2 SignaturG.

This document is a CERTIFICATE OF ORIGIN AND PRIORITY. This Certificate is hereby issued to prove the origin and priority of the works mentioned above. It allows to prove ownership in copyright matters et al. We use trusted digital timestamping issued by the Bundesdruckerei - a company with more than 200 years services carried out in Berlin on behalf of the German state - <http://www.bundesdruckerei.de/en>



Die Zeitangaben sind nach DIN ISO 8601 : JJJJ:MM:TT T hh:mm:ss+zz. Angabe der Zeit für die Zeitzone Berlin, Deutschland : zz=+02 Sommerzeit / zz=+01 Winterzeit.