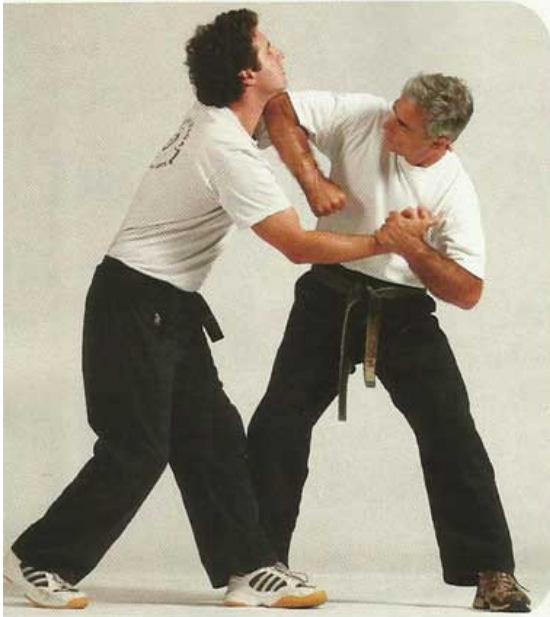


Le Krav-Maga au sein de la Fédération Européenne de Krav-Maga



« En Krav-Maga, la simplicité est déterminante pour conserver un maximum de chance face à une agression physique. Les mouvements simples sont courts, par conséquent rapides et relativement peu fatigants.

Le Krav-Maga est divisé en deux parties : les combats et la self-défense.

Il était indispensable à Imi, fondateur du Krav-Maga, que le combat fasse partie intégrante de la discipline. Sinon comment apprendre le coup d'œil, le timing, une bonne gestion de l'énergie et toutes les sensations que seul le combat procure ?

Le Krav-Maga se distingue par une absence de règles. Or les règles sont le

fondement des sports de combat de compétition. Elles permettent aux combattants de rester en bonne santé tout en continuant les assauts. Plus important, elles ont une valeur éducative puisqu'elles amènent à la maîtrise des pulsions et au respect du partenaire et de l'adversaire. Malheureusement, le conditionnement de l'entraînement ne permettra pas toujours d'avoir le réflexe de donner des coups différents en cas de légitime défense, même proportionnels à l'attaque.

En Krav-Maga, on observe ces règles. Mais dans l'apprentissage, on va tenter de faire en sorte qu'aucune attaque ne nous soit étrangère. Si on habitue l'œil à une certaine attaque interdite et que l'on en travaille la parade, celle-ci nous deviendra familière nous donnant plus de chance de l'éviter.

Le but recherché est une des caractéristiques du Krav-Maga. Pas de souci d'esthétique. La priorité est à l'efficacité. Le Krav-Maga est né dans des circonstances où la survie était aléatoire, aussi a-t-on éliminé toute fioriture pour ne garder que l'essentiel. La difficulté réside bien dans l'absence de geste inutile et la simplicité du mouvement.

Le Krav-Maga est une self-défense qui n'a jamais perdu de vue l'objectif qui constitue la charpente de notre système, réfléchissant à des réponses

contre des agressions de toutes sortes, assis, debout, couché, dans le noir, dans l'eau, avec ou sans arme etc.

En novembre 1987, j'ai ouvert en France et en Europe la première école de Krav-Maga. J'ai eu l'honneur et la grande chance de connaître le fondateur Imi Lichtenfeld à 17 ans alors que j'étais dans l'armée israélienne, et j'ai suivi son enseignement pendant 24 ans. La personnalité d'Imi aurait pu paraître paradoxale à qui ne l'aurait pas connu. Il avait imaginé une méthode implacable et sans fioriture, et au premier abord il était difficile d'imaginer toute la courtoisie, l'élégance et l'humanité que recevait le créateur de cette méthode réputée implacable. Les nouvelles générations d'enseignants n'ont pas connu Imi et ne pourront donc être influencées par son aura extrêmement positive.

Aujourd'hui certains mettent à l'honneur l'agressivité, avec la volonté de faire croire que le pratiquant pourra ainsi atteindre un meilleur niveau. En plus de la technique le rôle de chacun de nos enseignants est de remplacer cette agressivité par une préparation visant à développer la détermination et le vrai courage, seuls moteurs valables pour atteindre l'efficacité et ne pas régresser sur un plan spirituel.



F.E.K.M
Richard DOUIEB
Président de la Fédération Européenne de Krav-Maga
Professeur de Krav-Maga : diplômé fédéral, militaire et de l'Etat d'Israël.
Délégué en Europe par Maître Lichtenfeld, fondateur du Krav-Maga, dont il a été l'élève direct.
Formateur officiel du GIGN de 1993 à 2005 et de nombreuses forces de l'ordre européennes (polices, gendarmeries.)
Tel./Fax.: 03.23.85.29.48 - www.krav-maga.net - webmaster@krav-maga.net



Nordic Krav-Maga Association
Finlande
Ari KANGAS
www.krav-maga.fi

Association Krav-Maga Poland
Pologne
Piotr TARNAWSKI
Wlodek KOPEC
www.kravmaga.org.pl

Fédération Belge de
Krav-Maga Belgique
Christophe CLAVIER
www.kravmaga-rd.be

Fédération Suisse de Krav-Maga
Suisse
Christian CROSET
www.krav-maga.ch

Associazione Italiana
de Krav-Maga-R.D.
Italie
Paolo GHIONZOLI
www.associazioneanakravmaga.com

Federacion Espanola de Krav-Maga
Espagne
Alexandre OROZCO
Carlos ALAIZ
www.kravmaga-fekm.com

Federação Portuguesa de Krav-Maga
Portugal
Paulo PEREIRA
www.kravmagaportugal.com

British Krav-Maga Federation
UK
Tomasz MAGDANSKI
Rémi LESSORE
www.bkmf.org.uk

Europaeisk Krav-Maga Forening
Danmark
Danemark
Philippe BOUTONNET
www.krav-maga.dk