

Trainingstag für Selbstverteidigung

Brig Krav Maga ist die Art der Selbstverteidigung, wie sie ursprünglich bei den israelischen Sicherheitskräften gelehrt wurde. Seit sechs Jahren kann man Krav Maga auch im Oberwallis trainieren.



Es verbindet Techniken aus den Kampfkünsten Aikido, Karate, Judo und Jiu-Jitsu sowie zahlreiche Techniken aus dem Boxen und Kickboxen. Das System für Selbstverteidigung schult die Reflexe, welche man in bedrohlichen Situationen effektiv einsetzen kann. Der Weg zum Gegner ist direkt. Das System der Selbstverteidigung ist deshalb so erfolgreich, weil seine Techniken einfach sind.

Giuseppe Puglisi hat das ursprüngliche Krav Maga sowie eine Weiterentwicklung dieses Systems von israelischen Ausbildern gelernt. Er ist selber ehemaliger Ausbilder und Angehöriger von Spezialeinheiten bei Polizei und Militär. Da ihm die konventionellen

Trainings für Zivilisten- und Behördenausbildungen nicht angepasst erschienen, hat er die bisherigen Systeme modifiziert und das praxisorientierte und hoch effektiv erprobte Krav Maga Self Protect (KMS) entwickelt. Das ganze Selbstverteidigungssystem ist im technischen wie auch taktischen Bereich, der Unterrichtslehre (Methodik und Didaktik) sowie in den rechtlichen Aspekten durch Puglisi ausgearbeitet worden. In Zusammenarbeit mit dem KMS-Team wird die Ausbildungsstruktur laufend optimiert und dem alltäglichen Gewaltaufkommen angepasst.

Für wen ist KMS?

KMS ist für jede Person ab

18 Jahren, die sich fit genug fühlt. Auch wenig trainierte Frauen und Männer können nämlich schon nach kurzer Zeit ein hohes Niveau der Selbstverteidigung erreichen. Im Unterschied zu anderen Kampfsportarten gibt es beim Krav Maga keine festen Regeln, die es mühsam zu erlernen gilt. Das Ziel der KMS-Ausbildung ist es, ein Gefahren-Radar für Konfliktsituationen zu entwickeln und körperlich wie auch mental bereit zur Selbstverteidigung zu sein. Weiter ist KMS ideal als Konfliktraining für Mitarbeiter von sozialen und medizinischen Organisationen oder als Training für Personal von Sicherheitsdiensten, Securitas und Polizei.

Giuseppe Puglisi gibt am 19. März erstmals im Wallis Instruktionen. Er kommt für ein Training nach Brig, um das Selbstverteidigungs-System persönlich zu zeigen. Während vier Stunden werden die Themen «Einfache Blocktechniken», «Drillübung zur Schulung der Instinkte», «Präventives Verhalten» (Theorie) und «Verteidigung gegen Angriffe mit dem Stock» behandelt.



Infos und Anmeldungen unter:
www.kravmaga-brig.ch