

Association Paris Krav-Maga

RAPIDITE / EFFICACITE

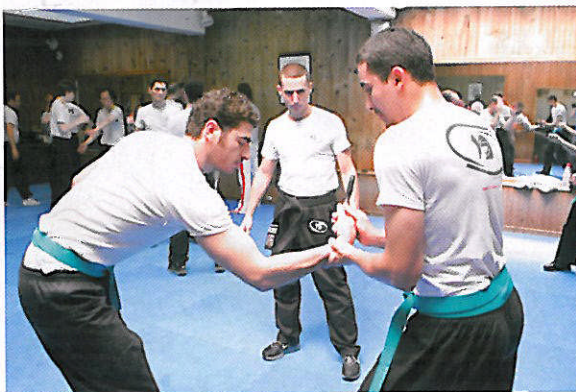
SIMPLICITE / MAITRISE DE SOI

Elève direct de Richard Douieb (importateur du Krav-Maga en Europe), Teddy est un passionné de Krav-Maga et un perfectionniste dans ses méthodes pédagogiques. Il est enseignant depuis 11 ans et directeur technique de l'APKM depuis 2007. Il continue de se former régulièrement auprès de Richard Douieb.

Par Max Pluznny > Photos : Johann Vayriot

Teddy De Baere a pratiqué plusieurs disciplines avant de découvrir le Krav-Maga. Sous l'impulsion de son Maître et ami Richard Douieb, Il commencera à enseigner dans son école, en tant que remplaçant puis en tant qu'enseignant régulier pendant 10 ans (1999-2009 : Ecole de Trévise). Parallèlement, il créera l'Association Paris Krav-Maga (APKM) et commencera à y dispenser des cours dès 2007. En 2005, le Krav-Maga devient une discipline reconnue par le Ministère de la Jeunesse et des Sports et se rattache à la FFKDA (Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées). Teddy validera son 1^{er} Dan et son Diplôme d'Instructeur Fédéral. Il devient juge national pour la FFKDA en 2006. En dehors de son apprentissage du Krav-Maga, Teddy pratiquera le Muay Thai avec plusieurs grands enseignants et références dans la discipline et notamment Krim Hamitèche. Le travail acharné dont il fait preuve durant de nombreuses années lui permet de faire évoluer son niveau technique, et ses qualités d'enseignant. Richard Douieb le qualifiera même de perfectionniste. « Ma passion pour le Krav-Maga est plus forte chaque jour ». En 2008, Teddy innove dans la discipline en proposant le Krav-Maga Féminin (KMF) en accord avec Richard Douieb. Ce cours sur mesure, réservé aux femmes, est rapidement un succès et permet une entrée plus douce dans la pratique tout en abordant des thèmes de Self-défense adaptés au public féminin. « Ce cours permet notamment de travailler sur des mises en situation qui tiennent compte des tenues des pratiquantes mais aussi de l'utilisation d'objets de la vie courante. Il permet éga-

lement de cibler leurs attentes et d'y répondre au mieux en évitant un regard masculin qui pourrait s'avérer gênant. L'apprentissage est progressif, elles gagnent en confiance, elles améliorent leur silhouette et apprennent à réagir à des situations extrêmes. Une femme peut être d'autant plus dangereuse que l'on n'attend pas forcément une défense de sa part. » Ayant à cœur de transmettre au mieux ses connaissances, Teddy De Baere se familiarisera avec la psychologie et la communication en se formant en PNL (Programmation Neuro Linguistique) et en AT (Analyse Transactionnelle). « Je souhaite ce qu'il y a de mieux pour mes élèves ». Il passera en 2009 le Brevet d'Etat d'Educateur Sportif (BEES1) et obtiendra le Diplôme d'Etat de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sport (DEJEPS) en 2010. Teddy a été partenaire de Richard Douieb pour la réalisation de 2 livres et 3 DVD de la « série technique ». Il a participé au *Festival des Arts Martiaux* de Paris Bercy à 6 reprises (2004, 2006, 2007, 2008, 2009 et 2010). Il continue de se former auprès de Richard Douieb, il est aujourd'hui ceinture noire 3^e Dan. L'Association Paris Krav-Maga propose au travers de ses cours par niveau, un enseignement de qualité dans un maximum de



La précision technique : indispensable pour bien comprendre et pour évoluer dans le bon sens.

sécurité, de convivialité et de respect. L'APKM connaît une très bonne réputation dans le milieu. Ce club à dimension « familiale » est accessible à tous et ne nécessite pas de qualités physiques ou psychologiques particulières. Il est possible d'assister à un cours ou de faire un cours d'essai gratuit à tout moment de l'année. Du fait de sa taille, les professeurs et les assistants sont davantage accessibles et disponibles avant ou après les cours pour des explications supplémentaires, des conseils ou simplement pour partager une passion. Les cours mixtes amènent, au travers des différents niveaux et partenaires, à développer son courage, sa maîtrise de soi et sa lucidité, qualités principales d'un pratiquant de Krav-Maga. Chacun vient avec sa propre motivation et en toute confiance.



Une équipe sympathique qui vous attend pour vous aider à progresser.

Le club en chiffres

Président : Patrick PEPINO
 Trésorière : Thérèse DE BAERE
 Secrétaire Générale: Séverine MILLET
 Directeur technique : Teddy DE BAERE
 Enseignants : Teddy DE BAERE, Etienne SOUILLLOT, Vincent HOVASSE
 Assistants : Eric TAVENARD, Farid MOUSSA
 Discipline : Krav-Maga / KMF (Krav-Maga Féminin) / CKM (Combat Krav-Maga)
 Nombre d'adhérents : plus de 100
 Adresse des cours : 44 rue Daguerre, 75014 Paris (métro Denfert Rochereau)
 Site : [http:// www.apkm.fr](http://www.apkm.fr)
 Tel : 06 14 68 32 56