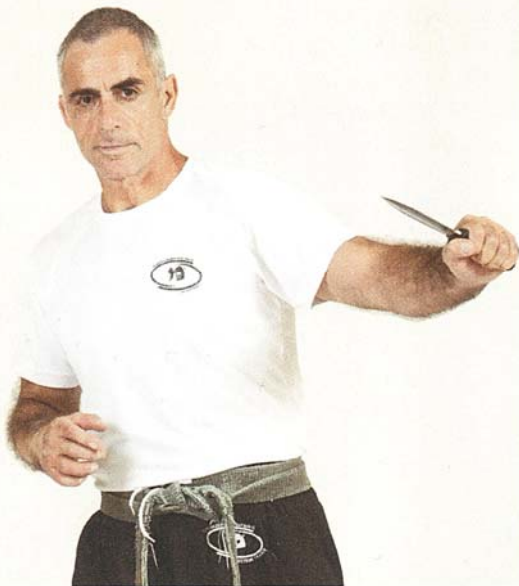


Techniques commandos

KRAV MAGA *Savoir se servir de tout*



RICHARD DOUIEB

- Ancien élève de Imi Lichtenfeld, le fondateur du Krav-maga.
- Délégué européen du Krav-maga par Imi.
- Ancien champion de France Full-contact/Boxe Américaine.
- Fondateur de la Fédération Européenne de Krav Maga

On ne présente plus Richard Douieb, le grand pionnier du Krav Maga en France. Son enseignement permet au pratiquant de passer facilement des mains nues à l'utilisation des armes, tout en respectant les mêmes principes de base du Krav Maga.

Pour bien utiliser les armes blanches, le pratiquant peut avoir recours à un vrai apprentissage sur une très longue période. Pour avoir une bonne base, il n'est cependant pas nécessaire d'y consacrer autant de temps que pour apprendre le combat à mains nues. L'amateur de Self-defense doit cependant avoir à l'esprit que beaucoup d'objets peuvent être utiles à notre sauvegarde. Cela va du journal plié, aux clés de notre voiture, ou à la chaise située à proximité.

Un pratiquant de Krav-Maga doit pouvoir, à un certain niveau, appliquer les mêmes principes que ceux qu'il connaît déjà sans les armes. Les répéter ensuite avec une arme blanche improvisée est une formalité. Utiliser une arme provenant de l'extérieur comme une chaise, ou un plateau repas (dans un café restaurant par exemple), est plus facile si on a intégré de bonnes bases de combat à mains nues.

DÉVELOPPER UNE VISION ELARGIE DU COMBAT

Je crois que dans ce cas, la pratique des sports collectifs pourrait être également très profitable au défenseur. En effet il est indispensable d'avoir une bonne vision globale de ce qui nous entoure pour ne pas heurter une table ou un poteau, et nous servir de ce que nous avons à disposition.

ENCHAÎNEMENT : BÂTON CONTRE COUTEAU



① Au cas où le défenseur armé d'un bâton aurait la possibilité de saisir le poignet de l'attaquant, lui-même armé d'un couteau, il garde la possibilité d'effectuer de son avant-bras, une clé sur le poignet de son agresseur, tout en gardant son arme. Il lui sera sans doute nécessaire pour sa défense, d'utiliser son bâton avant d'en arriver à ce stade. ② L'attaquant lâche son arme sous la douleur. ③ Le défenseur est idéalement placé pour continuer son action en frappe directe du talon du bâton, si besoin est.