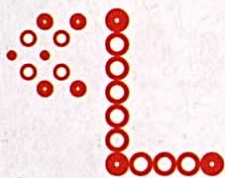


TEDDY DE BAERE

« DES CIBLES PRIORITAIRES »



3^e Dan de Krav-Maga, il fait des points vitaux un axe central de son enseignement.



Le Krav-Maga a été développé dans l'objectif d'être une discipline efficace, facile à apprendre et accessible à tous.

Le pratiquant de Krav-Maga cherchera à toucher les zones sensibles du corps par des mouvements simples et les plus directs possible. Les points vitaux sont donc des cibles prioritaires. Ils permettent de mettre rapidement un assaillant hors d'état de nuire. Les points vitaux les plus fréquemment visés sont : les parties génitales, les yeux, la gorge, les tempes, le nez, les carotides, le foie... Ces « cibles prioritaires » seront atteintes par toutes les « armes naturelles » du corps (tête, coudes, poings, genoux, pieds...) aidé, quand cela est possible, par des objets de la vie courante (clés, parapluie, téléphone portable...). L'impact d'une percussion sur ces zones sensibles est variable en

fonction de la partie concernée, de la force exercée, de l'orientation du choc et du type de frappe utilisée. Le résultat peut aller de la simple douleur à des séquelles plus extrêmes. »

