

RICHARD DOUIEB RIPOSTES SÈCHES ET INSTANTANÉES

Figure incontournable et emblématique du Krav-Maga sur l'Hexagone, Richard Douieb est appelé partout en Europe pour enseigner son savoir-faire. Adepté de cet Art Martial israélien depuis 1973, qu'il a étudié sous la houlette du fondateur Imi Lichtenfeld. Auteur de plusieurs livres et DVD, notre expert a été nommé représentant officiel en Europe par le créateur de la discipline.



Nom : RICHARD DOUIEB
Âge : 56 ANS
Taille : 1,75 M
Poids : 80 KG
Style : KRAV MAGA
Fonctions : PROFESSEUR DE KRAV-MAGA DEPUIS 1976 ; RESPONSABLE DE LA FEKM (FÉDÉRATION EUROPÉENNE DE KRAV-MAGA)

AGRESSIONS SUR ENGIN MOTORISÉS

Situations dans lesquelles on n'est pas le mieux positionné pour réagir.

1^È SITUATION (TENTATIVE DE VOL D'UN SCOOTER)

Ces photos ont été réalisées avec le concours de Teddy De Baere et de Benjamin Sartati.



① = Je viens de garer mon scooter et de retirer mon casque, un individu s'approche. • ② = En se rapprochant, l'individu amorce un direct du droit. Ma main gauche plonge vers le poing de l'attaquant. • ③ = Mon poing se ferme et glisse simultanément sur l'avant-bras de l'attaquant, afin de dévier sa trajectoire. • ④ = La trajectoire du poing s'achève sur le visage de mon agresseur. • ⑤ = J'enchaîne avec un coup de casque tout en me préparant à descendre du scooter. • ⑥ = Mon agresseur est bien sonné, je descends de mon scooter. • ⑦ = Tout le poids étant sur ma jambe gauche, mon pied droit est libre de contre-attaquer... • ⑧ = ... suivi d'un coup de coude. • ⑨ = Je finalise par un coup de casque.

RICHARD DOUIEB KRAV MAGA



« **L** Krav-Maga est une méthode de combat pratique et logique. Ses principes amènent souvent les gens à prendre cette discipline comme un art de combat agressif. En réalité, c'est l'esprit dans lequel le Krav-Maga est enseigné qui va déterminer si cette méthode est agressive ou pas. On peut voir dans le Krav-Maga des coups de pieds et coups de poings comme on voit en Boxe Thaï ; des prises comme en Judo, en Lutte ou bien en Aïkido, mais n'importe quel assemblage de tous ces Arts Martiaux ne fait pas le Krav-Maga. Pour le créer, il y a eu une personne, Imi Lichtenfeld, un génie de la conception. À nous, enseignants, de respecter intégralement ses principes. »

MES 3 CONSEILS CLÉS

- « Ne pas laisser nos émotions guider notre réaction. »
- « Le choix de notre réaction doit être le plus intelligent : parlementer, donner la clé de son véhicule, ou se défendre selon chaque cas particulier. »
- « Si la défense et la contre-attaque sont la solution nécessaire, il faut être totalement investi dans l'action sans laisser aucune place au doute. Seul le vrai courage nous permettra d'être dans cet état d'esprit optimum. »

2^È SITUATION (DÉFENSE CONTRE MENACE AU COUTEAU DANS LE DOS)



① = Au moment d'entrer dans ma voiture, je suis agressé par un individu qui saisit ma veste d'une main et qui me menace avec un couteau. • ② = Je me retourne surpris, mais j'évalue tout de suite les possibilités de défense. • ③ = Avec mon bras droit, je dévie le couteau sur le côté, en frappant le bras armé de l'agresseur. Le mouvement de mon bras est dirigé vers les parties génitales de l'attaquant en le frappant. • ④ = Mes bras ensorment le buste de mon agresseur, mon avant-bras droit contrôle le bras armé (voir gros plan). • ⑤ = J'enchaîne par un coup de genou aux parties génitales. • ⑥ = Je saisis le poignet d'une main et avec l'autre je saisis le poing qui retient le couteau pour empêcher l'agresseur d'ouvrir sa main. Cette action me permet de garder le contrôle sur l'arme. • ⑦ = Je commence la torsion du poignet... • ⑧ = ... jusqu'à casser le poignet si cela s'avère nécessaire. »