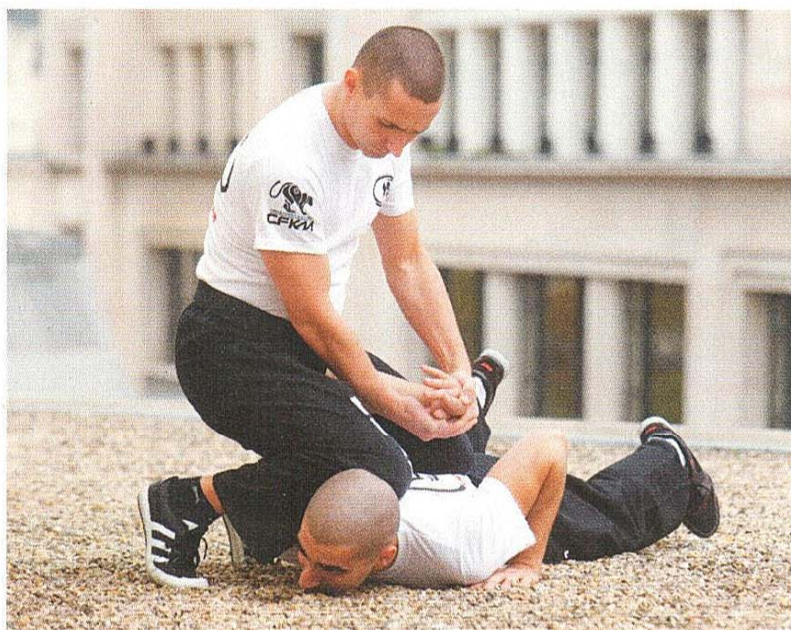




Krav Maga

TEDDY DE BAERE

« *Nous apprenons à utiliser nos différentes armes* »



Teddy De Baere est un expert Ceinture Noire 4^e Darga de Krav-Maga (FEKM), formé par Richard Douieb, il fait parti des plus hauts gradés de cette discipline. Notre expert est responsable du Centre de Formation au Krav-Maga.

« **E**n Krav-Maga, les points vitaux correspondent aux zones particulièrement vulnérables du corps humain. On travaille en priorité sur ces zones, quand il n'est pas possible de se soustraire au danger, afin de mettre, le plus rapidement possible, l'agresseur hors d'état de nuire. Il est important de rappeler que le dialogue et/ou la fuite sont à privilégier en cas d'agression !!! Les points vitaux les plus favorisés en Krav-Maga sont les yeux, la gorge et les parties génitales.

En effet, une frappe ou une pression correctement ajustée peut provoquer des dégâts importants et/ou une douleur vive, permettant de se dégager, rapidement, d'une situation à risque.

En Krav-Maga, nous apprenons à utiliser nos différentes armes (mains, coudes, genoux, pieds...) pour toucher ces points vitaux quel que soit l'angle d'attaque de l'agresseur (devant, derrière, sur le côté...) et quel que soit notre position (en garde, en position neutre, assis...).

Dans le cas de multiples agresseurs, la connaissance de la totalité de ces points vitaux devient primordiale, certaines percussions pouvant s'avérer décisives. »

