



ISRAELI SELF DEFENSE

**KRAV MAGA
DEFCON**

www.KRAVMAGA.de

Krav Maga Defcon-Trainings Centrum Worms feiert ebenfalls Einjähriges

Mit der Eröffnung des Krav Maga Defcon Trainingscenters kam im November 2010 eine neue Selbstverteidigungstechnik aus Israel nach Worms. Nach dem Umzug ins Fitnesscenter Black & White mit seinen großen Trainingsräumen im Februar 2011 ist die Nachfrage mittlerweile so groß, dass ab Dezember sogar an drei Tagen mit insgesamt vier Trainingseinheiten unterrichtet wird.

Krav Maga ist ein einfaches und äußerst wirkungsvolles Selbstverteidigungssystem, das auf instinktive Bewegungen, praktische Techniken und wirklichkeitsnahe Trainingsszenarien setzt und dient rein zur Selbstverteidigung und ist keine Kampfkunst oder Kampfsport. Aufgrund der außergewöhnlichen Trainingsmethoden verschafft Krav Maga den trainierenden Personen ein zusätzliches, intensives Fitnesstraining. Das Training beruht auf natürlichen Reflexen und soll auch unter dem extremen psychischen Druck einer Gewalt- oder Überraschungssituation anwendbar sein, z.B. bei brutalen Räubern oder hemmungslosen Disco- oder Straßenschlägern. Es kann von jedermann (unabhängig von Alter, Geschlecht oder Körperkraft) in kürzester Zeit erlernt werden. Wichtig ist ein vernünftiger, persönlicher Umgang miteinander und gegenseitiges Verständnis in einer möglichst angenehmen Trainingsatmosphäre. Deshalb hat die Schule auch einen sehr starken Mitgliederzuwachs im letzten Jahr erfahren. Kein anderes Selbstverteidigungssystem hat weltweit in den letzten Jahren so viel

Aufmerksamkeit auf sich gezogen wie Krav Maga und sich so bewährt und weiter entwickelt, dass es in fast allen relevanten Bereichen des Selbstschutzes, Security- und Personenschutzes, und bei Polizei und Militär Einzug gehalten hat. Die wichtigsten Eckpfeiler sind eine professionelle Organisation, optimale Trainingsbedingungen sowie der Einsatz qualifizierter und gut ausgebildeter Trainer. Im Trainingscenter Worms hat man im Mai 2011 durch Prüfungsabnahme die ersten beiden Übungsleiter aus Worms ernennen können. Seit Juni 2011 ist Krav Maga auch für Kinder und Jugendliche möglich, seit November ist man auch eine Kooperation mit der FH Worms eingegangen. Im Bereich des Trainings für Kinder & Jugendliche gibt es noch freie Plätze für Mädchen und Jungen im Alter von 10 – 16 Jahren. Krav Maga Defcon ist die erste (seit dem Jahr 2004) und größte (mit über 39 Standorten in Deutschland) international anerkannte Krav Maga Organisation in Deutschland.

Infos: www.kravmaga.de & www.kravmaga-worms.de