

KRAV MAGA

SELF PROTECT ASSOCIATION SWITZERLAND
KMS Switzerland
Giuseppe Puglisi



Medienmitteilung Krav Maga Self Protect Spezial-Workshop in Mürren

Die Krav Maga Selfprotect Association Schweiz (KMS) hat zum Spezial Workshop nach Mürren eingeladen. Die 6. Auflage des Workshops stand ganz unter dem Thema „Sicherheit im Alltag“. Rund 100 Personen aus 16 Deutschschweizer Kantonen trainierten aktiv mit und schwitzten sich mit Erfolg durch das 3-tägige Programm. Es ist die grösste Zusammenkunft von Krav Maga-Interessierten in der Schweiz.



Liestal, 1. Juli 2010. Krav Maga ist ein modernes Selbstverteidigungssystem, das auch wenig Trainierte in kurzer Zeit befähigt, sich zu verteidigen. Dabei geht es um weit mehr als Schlagen und Abwehren. Zur Schulung des eigenen Verhaltens und zur Prävention vor Konfliktsituationen stellten die Teilnehmer zum Beispiel diverse Szenen des Berufsalltages nach. In einer Szene musste eine Schwarzfahrerin im Bus zur Rede gestellt werden, in einer anderen wehrte sich ein Rettungssanitäter während eines Einsatzes gegen Betrunkene. Anhand dieser und ähnlicher Alltagsszenen zeigten die Kursteilnehmer wie solche Situationen eskalieren können. Dann mussten sie Möglichkeiten aufzeigen, wie die Situation friedlich gelöst werden kann. Diverse Drills und Stressübungen gegen mehrere Angreifer und ein Vortrag zum Thema „Kommunikation“ rundeten das Programm ab.

Giuseppe Puglisi, Chefinstruktor KMS, liess die Teilnehmenden in verschiedenen Übungen die Bedeutung der Distanzen in der Selbstverteidigung erleben. Distanz schaffen oder schliessen be-

deutet, flink auf den Beinen zu sein und sich richtig zu bewegen: „Bewegung schafft Distanz und Distanz schafft Zeit. Also muss man sich bewegen“, so seine Botschaft, die er immer wiederholte.

Immer mehr Menschen suchen Sicherheit und effektiven Möglichkeiten des Selbstschutzes. Dieses Grundbedürfnis, der gegenseitige Austausch unter den Teilnehmern sowie Spass und Erholung im Berner Oberland führen deshalb schon seit sechs Jahren zu einem ausgebuchten KMS Spezial Workshop.

Liestal, 8. Juli 2010

Für weitere Informationen:

Krav Maga Self Protect Association
Headquarters-Center KMS Switzerland
<>Lausenerstrasse 6
CH-4410 Liestal

Tel. Center: 0041 61 902 03 02
Tel. Büro: 0041 61 921 61 55
Fax: 0041 61 933 04 18

Email: info@kravmaga-schweiz.ch
Internet: www.kravmaga-schweiz.ch

Krav Maga Self Protect (KMS) ist ein modernes und äusserst effizientes Selbstverteidigungssystem, das in der Schweiz bei Privatpersonen wie auch bereits bei diversen Behörden (Polizei, Sicherheitsdienste) unterrichtet wird. Krav Maga Self Protect ist eine Selbstverteidigungsmethode für Zivilpersonen zum Zwecke des Selbstschutzes.

Das Erfolgsrezept von KMS liegt in der Einfachheit der Techniken, um auch un- oder wenig trainierte Frauen und Männer jeden Alters innerhalb kürzester Zeit auf ein hohes Niveau der Selbstverteidigung zu bringen.

Weitere Merkmale dieses Systems sind der direkte Weg zum Gegner unter Nutzung der natürlichen Reflexe des Körpers und dem grossen Unterschied zu andern Kampfsportarten - dass es keine festen Regeln gibt. Das Ziel der KMS-Ausbildung ist, ein Gefahrenradar für Konfliktsituationen zu entwickeln und körperlich wie auch mental bereit zu sein.

Entwickelt hat Krav Maga Self Protect (KMS) Giuseppe Puglisi (Chefinstruktor KMS), ein ehemaliger Ausbilder und Angehöriger von Spezialeinheiten bei Polizei und Militär. Er lernte das ursprüngliche Krav Maga von israelischen Polizei- und Militärausbildern. Da ihm aber das konventionelle Training für die europäische Zivilisten- und Behördenausbildung zu einseitig erschien, modifizierte er das System – und machte daraus das praxisorientierte und hoch wirksame Krav Maga Self Protect (KMS).