

KRAV MAGA E DIFESA PERSONALE

Venerdì 30 Ottobre 2009 13:39 Paolo Gherardi

Da Israele all'Italia esplose il Krav maga



Credo sia sotto gli occhi di tutti che negli ultimi anni abbiamo assistito ad una recrudescenza della violenza urbana che prima era relegata alle grandi città e che ora colpisce tutti i paesi della nostra penisola. Se e' vero che fino a qualche decina di anni fa' si era abituati lasciare le chiavi di casa nella toppa della porta senza avere nessun timore che potesse entrare qualche indesiderato, ora non ci sentiamo piu' sicuri nemmeno protetti da porte blindate e inferriate.

I parchi e le strade sono luoghi tranquilli solo in piccoli frangenti della nostra giornata, non siamo piu' padroni delle nostre vite e spesso si vive in uno stato di continua preoccupazione per i nostri cari che si trovano fuori casa.

A questa grossa richiesta di sicurezza si e' fatto spazio negli ultimi anni una nuova tecnica di difesa personale conosciuta sotto il nome di Krav Maga .



Il Krav-Maga (che in Israeliano significa "combattimento a corta distanza") nasce negli anni 40 grazie a Imrich (Sde-Or) Lichtenfeld.

Il Krav-Maga non è una nuova arte marziale, ma trae le sue radici da discipline già esistenti, ed è prima di tutto e soprattutto un insieme di principi, rivolti esclusivamente alla efficacia. Conoscere e usare i suoi principi serve a migliorare la sua efficacia e ad aumentare le nostre possibilità di sopravvivenza in caso di pericolo. Questo è il motivo per cui questa disciplina è stata adottata dalle forze armate Israeliane, alcune unità di polizia americana, dall' F.B.I, dai G.I.G.N Francesi, con una sempre più massiccia diffusione in Italia tra le Forze dell'Ordine, i reparti militari d' elite, gli operatori della sicurezza e la vigilanza privata.

Il Krav-Maga si suddivide in due fasi:



-La Difesa Personale: è la spina dorsale di questa disciplina. Qui si studiano le tecniche per consentire di difendersi dagli attacchi a mano nuda, contro armi bianche e da fuoco.

-Il Combattimento Corpo a Corpo: è lo stadio più avanzato del Krav-Maga dove si impara in modo rapido ed efficace la neutralizzazione di un aggressore.

Nel Krav-Maga non esistono regole

Il Krav-Maga è estrema EFFICACIA, ISTINTIVITÀ, CONDIZIONAMENTO e VELOCITÀ di esecuzione delle tecniche, fino all'eliminazione del problema. Essendo un EFFICACE sistema di autodifesa SEMPLICE e VELOCE da apprendere, si adatta ad ogni tipo di persona: uomini, donne, ragazzi, di qualsiasi corporatura e peso.

Il Krav-Maga si basa sui valori morali e umani, insegnando l'umiltà e il rispetto per gli altri.



Negli ultimi anni anche in IAKSA, federazione conosciuta nel mondo per la Kickboxing, si è aperto questo settore con un incredibile successo di adesioni e partecipazione attiva da parte di maestri e allievi.

Il principale artefice della divulgazione di questa tecnica di difesa nel nostro Paese e' il Maestro Giancarlo Ziveri di Reggio Emilia, la cui conoscenza ha toccato a 360 gradi il mondo delle Arti Marziali portandolo in contatto con realtà di ogni genere.

Maestro riconosciuto dalle più importanti Associazioni Sportive, è il responsabile per la IAKSA del settore Krav Maga, e ha formato Istruttori di Krav Maga di ottimo livello in tutta la penisola. Il suo modo di spiegare e' diretto, semplice e arriva subito al dunque, per questo e' apprezzato non solo in Italia ma anche da esponenti del Krav Maga Internazionali e negli stessi ambienti Israeliani nel quale il Krav Maga e' nato.



Per la Iaksa in stretta collaborazione con altri responsabili di federali, organizza Stage, Corsi di formazione per le Forze dell'Ordine, incontri e percorsi di Krav Maga per chi in poco tempo vuole sentirsi sicuro ed evitare di essere sempre e solo vittima ma recuperando una forza interiore che spesso serve da sola ad interrompere un' aggressione.