

[Krav Maga](#) je praktičen in taktičen sistem, ki uči, kako v prvi meri preprečiti, se spopasti in prevladati v vseh vrstah nasilja in napadov. Krav Maga izobražuje na področju samoobrambe, samozaščite, borilnih in borbenih veščin, kot tudi sposobnosti za obrambo drugih na edinstven in celovit način.

Krav Maga vključuje teme:

- * preprečevanja, izogibanja in odstopanja
- * meti in padci v vse smeri in kote
- * napadi in protinapadi, ki se izvajajo za vse možne mete, razdalje, kote, smeri in na vse ritme
- * uporaba vseh vrst običajnih predmetov za obrambne namene
- * obramba proti neoboroženim napadi: udarce, brce in druge dele telesa
- * osvoboditev iz vseh vrst grabljenja in davljenja
- * obramba proti vsem vrstam oboroženih napadov in groženj z nožem, ostrim predmetov, palicam in drugim topim predmetom in vsem vrstam strelnega orožja (kratka in dolga cev).

Uradna stran izvajalca: <http://www.krav-maga.si/>