

Le sport a toujours été pour moi source de bonheur et un moyen de faire le vide par rapport au quotidien. Après avoir pratiqué le judo dans mon enfance et le kung-fu durant une année, j'étais à la recherche d'une nouvelle activité dans le domaine des arts martiaux ou de la self-défense.

Un jour, à l'arrêt de bus, je vois une affiche du Krav Maga Région Nyon (KMTRN); on y parlait de savoir se défendre lors d'une agression dans la rue et d'apprendre à défendre ses proches. Intéressé, je décide d'aller faire un entraînement d'essai. Mon intérêt pour le Krav Maga Tactical (KMT) fut immédiat.

Contrairement à une idée communément répandue, le Krav Maga Tactical n'est pas un sport d'attaque brutal et violent. C'est une méthode de défense dont les techniques ont pour but d'offrir les moyens d'agir de manière la plus adaptée aux divers types d'agressions. On y apprend principalement à réagir en cas d'attaque imminente (main nue, couteau, pistolet, objets du quotidien), mais également comment réagir en cas de doute face à la dangerosité ou non d'une situation.

Les techniques sont facilement assimilables, donc rapidement applicables, et leur nombre limité permet une plus grande efficacité d'action lors de situations stressantes.

Les nombreuses mises sous stress effectuées lors des entraînements permettent de simuler des situations réelles et d'évaluer les acquis et les lacunes.

Mais la méthode à elle seule n'aurait pas autant d'intérêt sans l'engagement passionné du team d'instructeurs du KMTRN.

Dès mes débuts, j'ai apprécié l'ambiance amicale qui, doublée des nombreux encouragements du team d'instructeurs et des autres membres du club, m'ont permis de m'épanouir au niveau personnel et m'ont amené à repousser mes limites.

Je tiens à ce titre à exprimer ma gratitude aux instructeurs du KMTRN pour leur investissement et pour tout ce qu'ils m'ont apporté et m'apporteront dans le futur.

En résumé, le KMT est, selon moi, la meilleure préparation personnelle pour répondre au danger que l'on peut rencontrer dans le quotidien. Effectuer cette formation au sein du KMTRN est gage d'une formation de qualité dans un cadre où rigueur du travail et bonne humeur contribuent à une ambiance de travail unique.

Je ne peux que vous conseiller de nous rejoindre !
N'hésitez plus, venez nous rejoindre !

Olivier M., 27 ans, 5/2015