

KRAV MAGA

Promotions au sein de l'école ludovicienne

De futurs instructeurs de l'école de krav maga des 3 frontières de Saint-Louis ont suivi un stage de formation de dix jours à Lyon. À la clé, trois promotions locales.

Brigitte Poux

Soucieuse de dispenser un enseignement de qualité, l'école de krav maga de Saint-Louis mise beaucoup sur l'encadrement de ses élèves. Seul centre d'Operative Israeli System en Alsace, cette structure, dirigée par Adrien Siwec s'appuie sur l'expérience des unités israéliennes de combat en matière d'agressions.

La trêve estivale aura permis à trois membres de suivre un stage de formation de 10 jours à Lyon (100 heures) et ainsi valider trois promotions.

« Ce stage était réservé aux futurs instructeurs. Notre formation est la plus longue et la plus éprouvante pour l'obtention d'un diplôme », précise le directeur de l'école.

Après cinq années de pratique et 250 heures de formation, Manon Albouy vient de décrocher son diplôme d'instructeur OIS krav maga. Léon Colard (six ans de pratique) a, quant à lui, validé celui d'instructeur au terme de 200 heures de formation.

De nouveaux cours à la rentrée

L'expérience et la parfaite maîtrise de la discipline ont hissé Adrien Siwec au 3^e degré.



Les promus au sein de l'école de krav maga : de gauche à droite, Léon Colard, Adrien Siwec et Manon Albouy. DR

Composée de quatre instructeurs, d'un initiateur, d'un assistant instructeur et de trois encadrants, l'équipe enseignante du collectif local s'est bien étoffée à quelques semaines de la rentrée.

De nouveaux cours sont d'ores et déjà annoncés : un créneau de fight4you (cardio et combat) le mardi midi, un cours de fitness

evolution (perfectionnement de la condition physique) le mercredi soir à 20 h 30 (en plus du lundi), une séance supplémentaire de krav maga le mercredi à 20 h 30 et un cours de combat (45 mn) le jeudi à 20 h 30.

« Notre challenge est de former et d'éduquer encore plus d'enfants à la base de la self-défense,

surtout avec ce qui se passe en ce moment... »

Dès septembre, les nouveaux cours seront mis en place avec trois créneaux le midi et 12 cours collectifs le soir.

S'INFORMER Site de l'association : www.ekm3f.com/ecole-krav-maga.html