# KRAV MAGA

SELF PROTECT ASSOCIATION SWITZERLAND
KMS Switzerland
Giuseppe Puglisi

## Stopp… oder ich spraye!

**Liestal, 1. Juli 2011 - Die Krav Maga Selfprotect Association Schweiz (KMS) hat zum Spezial Workshop nach Mürren eingeladen. Die 7. Auflage des Workshops „Sicherheit im Alltag“ stand vom 24.-26. Juni 2011 unter dem unter dem Thema Umgang mit Pfefferspray. Rund 80 Personen aus 16 Schweizer 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, die zum ersten Mal auch Teilnehmer aus der Romandie ins Berner Oberland brachte.**

Stopp… oder ich spraye! Der Pfefferspray war das zentrale Trainingsinstrument um das sich der diesjährige Workshop drehte. Immer mehr Menschen besorgen sich dieses einfach zu bedienende Verteidigungsmittel, ohne jedoch die Anforderungen zu kennen, die der praktische Einsatz verlangt. In Verbindung mit dem modernen Krav Maga Selbstverteidigungssystem, zeigte Giuseppe Puglisi mit seinem Instruktoren-Team den richtigen Einsatz für den bestmöglichen Eigenschutz.

Ein weiteres Highlight waren die Trainingsübungen mit dem Kurzstock/Small-Stick. Obwohl dieser kurze Metall- oder Holzstock unscheinbar aussieht, sind die Auswirkungen auf den Körper enorm. Viele Workshop Teilnehmer behielten den Sonntagmorgen wegen der getroffenen Schmerzpunkte noch lange in Erinnerung.

Das Grundbedürfnis nach mehr Sicherheit im Alltag, der gegenseitige Austausch unter den Teilnehmern sowie Spass und Erholung im Berner Oberland führen deshalb schon seit sieben Jahren zu einem erfolgreichen KMS Spezial Workshop.

Liestal, 1. Juli 2011

**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 neuzeitliches und äußerst effizientes Selbstverteidigungssystem, das in der Schweiz bei Privatpersonen wie auch bereits bei diversen Behörden (Polizei, Sicherheitsdienste) unterrichtet wird. Giuseppe Puglisi, ehemaliger Ausbilder und Angehöriger von Spezialeinheiten bei der Polizei und dem Militär, hat das ursprüngliche Krav Maga sowie eine Weiterentwicklung dieses Systems von israelischen Polizei- und Militärausbildern gelernt. Da ihm aber dieses konventionelle Training für die Zivilisten- und Behördenausbildung - für europäische Verhältnisse - nicht angepasst erschien, hat er das System modifiziert und das praxisorientierte und hoch effektiv erprobte Krav Maga Self Protect (KMS) entwickelt. Krav Maga Self Protect ist eine Selbstverteidigungsmethode für Zivilpersonen zum Zwecke des Selbstschutzes oder in erweiterter Form ein probates Einsatzmittel für Polizei-, Militär- und Spezialeinheiten.

**Das Erfolgsrezept von KMS liegt in der Einfachheit der Techniken, um auch un- oder wenig trainierte Frauen und Männer ab 18 Jahren 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.

**www.kravmaga-schweiz.ch**