



## J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron

*Richard Douieb*

## **J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron** Richard Douieb

J'apprends le Krav-Maga - Tome 4 Programmes ceinture marron Par Richard Douieb Richard Douieb est le grand pionnier et le grand codificateur du Krav- Maga en France et en Europe. Ancien élève du fondateur du Krav-Maga, Imi Lichtenfeld, il a lui-même formé un nombre important de ceintures noires et de professeurs qui constituent aujourd'hui une grande partie des cadres de la discipline en Europe. Ceinture noire, diplômé d'état, Richard Douieb se consacre au développement du Krav-Maga au sein de la Fédération Européenne de Krav Maga (F.E.K.M.) qui entend enseigner et préserver le plus haut standard possible pour la discipline, tant sur le plan technique que éthique et philosophique. En général à propos du Krav-Maga - Aujourd'hui le Krav-Maga connaît un vrai succès populaire. C'est une satisfaction personnelle importante d'autant que lorsque j'ai ouvert la première école en Europe nous étions trois, moi compris. Les gens étaient dubitatifs sur cette nouvelle méthode qui enfrenait tous les codes convenus. Depuis 1987 le succès du Krav-Maga s'est installé peu à peu jusqu'à ce que notre fédération atteigne plus de 13 500 licenciés dans 10 pays européens dont une grande majorité en France. Au sujet de l'auteur - Voici 40 ans (en 1973) J'ai commencé le Krav-Maga. Je savais que cette découverte allait changer ma vie. Je ne pouvais cependant savoir à quel point. La rencontre avec Imi Lichtenfeld fondateur du Krav-Maga m'a apporté la compréhension des principes innovants et géniaux sortis de son esprit peu commun. Imi m'a apporté bien plus avec sa bienveillance et son aura positive, sur bien des aspects de la vie. Avec la responsabilité reçue par Imi de diffuser le Krav-Maga Europe J'essaie à mon tour de transmettre ce qui m'a été donné, d'où la création de notre fédération européenne. 138 Pages Format: 23,5 X 16,5cm

 [Télécharger J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ...pdf](#)

 [Lire en ligne J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programme ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron Richard Douieb

---

133 pages

Présentation de l'éditeur

En général à propos du Krav-Maga - Aujourd'hui le Krav-Maga connaît un vrai succès populaire. C'est une satisfaction personnelle importante d'autant que lorsque j'ai ouvert la première école en Europe nous étions trois, moi compris. Les gens étaient dubitatifs sur cette nouvelle méthode qui enfreignait tous les codes convenus. Depuis 1987 le succès du Krav-Maga s'est installé peu à peu jusqu'à ce que notre fédération atteigne plus de 13 500 licenciés dans 10 pays européens dont une grande majorité en France.

Inévitablement, avec cet engouement progressif, notre discipline a attiré la convoitise de gens qui se sont instaurés enseignants sans formation réelle. Aujourd'hui il est très difficile de distinguer le vrai du faux car la loi ne protège pas l'authenticité du Krav-Maga. C'est pourquoi la FEKM (fédération européenne de Krav-Maga) a été créée, et c'est même sa seule raison d'exister. Les gens qui sont enseignants chez nous ont tous passé leur ceinture noire en 5 ans de vrai pratique. Les dargot après la ceinture noire ont toutes été obtenues après un parcours sans compromission. Les plus anciens parmi nos responsables ne sont pas encore arrivés à la 5e darga après parfois 20 ans de pratique. J'ai le grand plaisir de constater que la grande majorité des gens intéressés souhaite toujours rejoindre la FEKM et que cette fédération conforte et accentue encore sa place de leader mondial du Krav-Maga. Le programme de la ceinture marron est la dernière étape avant la ceinture noire. On y retrouve des sujets aussi variés que des roulades au sol avec armes à feu ou défenses contre coup de bâton provenant de tous les angles, en passant par des projections de lutte en suivant le partenaire au sol. Tout ceci nous fait bien voir que ces techniques avancées ne peuvent être bien effectuées que si la base, telle que les roulades, les sorties d'équilibres, et les défenses basiques sont bien assimilées. Tout ceci dans un parfait équilibre et une bonne maîtrise des distances. Avec un apprentissage sérieux et rigoureux nos candidats passent une ceinture noire dont ils peuvent être fiers. Biographie de l'auteur

Richard Douieb est le représentant officiel en Europe du fondateur du Krav-Maga, Imi Lichtenfeld.

Download and Read Online J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron Richard Douieb #ND01S4YMROE

Lire J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb pour ebook en ligneJ'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb à lire en ligne.Online J'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb ebook Téléchargement PDFJ'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb DocJ'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb MobipocketJ'apprends le krav-maga : Tome 5, Programmes ceinture marron par Richard Douieb EPub  
**ND01S4YMROEND01S4YMROEND01S4YMROE**