



Krav Maga Instructor Ausbildung

Aufgrund mehrerer Anfragen bieten wir dieses Jahr wieder eine Krav Maga Instructorausbildung, nach unserem Curriculum an. Die Ausbildung ist modular aufgebaut. Jedes Modul kann auch eigenständig besucht werden. Dies ist besonders für Interessenten gedacht, die bereits als Sportlehrer oder Trainer in anderen Bereichen tätig sind und lediglich Ihr Training etwas auffrischen wollen oder neue Elemente und Ideen einbinden möchten. Für die Zertifizierung zum Krav Maga Instructor, ist die Teilnahme an allen Modulen und das Bestehen der Abschlussprüfung, Voraussetzung.

Ihr erhaltet je Modul diverse Ausbildungsunterlagen, sowie unser neues Kartensystem für Instructoren. Es handelt sich bei dem Kartensystem um A5 laminierte Ausbildungskarten, welche die Technik, Thema, tlw. bebildert beschreibt. Dies ist optimal zur Vorbereitung eines Trainingsplanes oder wenn man kurzfristig während des Trainings noch eine weitere Übung/Drill oder Technik einbauen will.



(Schutzhaltungen) - Full Cover Übung „Aus der Ecke raus“.
Kartennummer: 514

Dies ist eine Partnerübung mit mindestens 4-6 Teilnehmer. Ein Teilnehmer ist der Verteidiger. Die anderen Teilnehmer sind Angreifer und haben ein Schlagkissen vor der Brust. Der Verteidiger befindet sich in der Ecke. Vor ihm sind die Angreifer mit Schlagkissen verteilt (Bild 1). Der Verteidiger muss nun versuchen aus der Ecke raus zu kommen (Bild 2 bis 4).

-1-
-2-
-3-
-4-

© 2019, www.taktische-selbstverteidigung.de



Krav Maga Instructor Ausbildung

Modul 1

Samstag 06.11.2021 Zeit von 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Thema: Eigenschutz und Schutzhandlungen (incl. Übungen und Drills)

Modul 2

Sonntag 07.11.2021 Zeit: 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Thema: Schläge und Tritte, Inside-/Outsidedefence , 360 Grad Defence (incl. Drills und Übungen), Handgelenksbefreiungen

Modul 3

Samstag 20.11.2021 Zeit 10.00 Uhr bis 15:00 Uhr

Thema: Würgen, Umklammern, Schwitzkasten, Nervendruckpunkte in Anwendung (incl. Drills und Übungen)

Modul 4

Freitag 26.11.2021 Zeit 17:00-19.30 Uhr

Thema Krav Zirkel, Fitnessbänder, Parcour, Mobilitätsübungen und Dehnen
Elemente aus unserem Wolfstrikeprogramm

Modul 5

Freitag 03.12.2021 Zeit 17.00 Uhr bis 19.30 Uhr

Thema: Krav Maga Bodenverteidigung Basic und Krav Maga Combatives,
Notwehrrecht

Ausbildungskosten:

Kpl. Ausbildung (Modul 1-5) : 549 Euro

Einzelmodul je Modul: 159 Euro