

El **Krav Maga** es el más innovador y efectivo sistemas de defensa personal. Sencillo e instintivo.

Adaptado a cualquier persona, independientemente de su condición física, ya que el Krav Maga aprovecha los movimientos naturales del cuerpo.

Cuenta con el reconocimiento de unidades de élite unidades de élite (FBI, SWAT, MOSSAD, GIGN).

Con el **Krav Maga** han aprendido a defenderse estrellas como Brad Pitt, Sean Penn, Cameron Diaz, Matt Damon, Agenlina Jolie, Jennifer Lopez...

Primera y única escuela en Alicante reconocida y afiliada a la Federación Europea de Krav Maga – Richard Douieb (FEKM-RD).

Aprende esta disciplina con dos profesores acreditados y formados por la FEKM, la Federación más prestigiosa del mundo que sigue el linaje del fundador Imi Lichtenfeld, en definitiva el auténtico Krav Maga.

Una magnífica ocasión para hacer una actividad deportiva muy completa, a la misma vez que te diviertes y aprendes a defenderte.

Tenemos horarios flexibles (con posibilidad de asistir a cualquiera de las seis clases) y profesores que ostentan un alto grado de formación y calificación, ofreciéndote una práctica segura y efectiva para aprender la esencia y el camino del Krav Maga.

Beneficios de la práctica de Krav Maga

- Aumenta la confianza en uno mismo.
- Mejora de la concentración y la perseverancia.
- Beneficia el crecimiento personal.
- Mejora la salud mental y emocional, y permite combatir el estrés y ansiedad.
- Tonificación y fortaleza de los músculos.
- Mejora del sistema cardiovascular, lo que aumenta la resistencia física.
- Aumento de la flexibilidad, elasticidad y agilidad.
- Mejora de la coordinación psicomotriz.
- Fomenta la disciplina, el respeto y el compañerismo.

CUIDADO

El Krav Maga está de moda y, como consecuencia de ello, hay muchas escuelas que utilizan el nombre del Krav Maga para lucrarse. Con poca formación y ninguna preparación imparten clases y regalan “cinturones” con afán recaudatorio.

Muchos pasan por alto la parte de la humildad, pero por desgracia muchos otros no olvidan lo de buscar el camino más corto... ¡a nivel de titulaciones! Camino que es también el más costoso a nivel económico... No se puede tener todo, ¿no?

No tengáis miedo o pudor en preguntar a vuestro profesor ¿Dónde se ha formado? ¿Cuándo se ha formado? ¿Con quién se ha formado? ¿Cuántos años lleva entrenando?...

El único crítico que reconocemos es el tiempo.

Pero como sabemos en la FEKM poco a poco el trabajo es lo único que da resultados. El sudor no reemplaza al dinero. De todo esto depende vuestra práctica y seguridad.