



KRAV MAGA. Mistrzostwa Polski Knife Fighting

Obroń się przed nożem

Trzecie miejsce drużynowo w I. Mistrzostwach Polski Knife Fighting 2010 zajęli reprezentanci kaliskiego ośrodka 5. Rytm Krav Maga Kalisz. Połączona z największym na świecie złotem „kraverów” impreza odbyła się w Łodzi.



W mistrzostwach wystartowało 44. zawodników z wielu ośrodków tej izraelskiej sztuki samoobrony z całej Polski. W dwudniowym zlocie uczestniczyło natomiast ponad 300 osób z Polski i Czech.

- Był to największy na świecie zlot kraverów - mówi Robert Jędrzejewski, twórca i instruktor kaliskiego ośrodka Krav Maga. - Zawodom towarzyszyły liczne treningi poświęcone zagadnieniom obrony przed nożem oraz seminaria dotyczące ochrony osób trzecich. Treningi przeplatane były walkami w mistrzostwach.

W mistrzostwach uczestniczyło kilkunastu zawodników z kaliskiego ośrodka szkolenia izraelskiej sztuki samoobrony. W Łodzi wystartowali: Tomasz Kapkowski, Dariusz Ratajczyk, Marcin Ratajczyk, Jacek Mierzyński, Artur Kapołka, Paweł Pluciński, Jarosław Raczak, Patryk Tomak, Dawid Jędrzejewski, Hubert Matysiak, Artur Osiński, Adam Kucner, Jacek Romotowski i Arkadiusz Łętowski. Najlepiej z nich wypadł Artur Osiński, który indywidualnie dotarł do strefy finałowej sięgając ostatecznie po brązowy medal. Pierwsze miejsce zajęła Ewa Polit z Łodzi (kobiety walczyły wraz z mężczyznami), a drugi był Marcin Toporkiewicz z Kielc.

- W finale walczyło trzech najlepszych zawodników, którzy dotarli do niego po przebrnięciu systemem pucharowym walk eliminacyjnych - twierdzi Robert Jędrzejewski. - Każda z walk składała się z dwóch rund trwających po minucie. Wszystkie pojedynki były też odpowiednio punktowane przez sędziów. Walki na noże (atrapy), odbywały się na macie mającej 7x7 metrów. Prowadzili je sędziowie: główny, pomocniczy i dwóch punktujących arbitrow.

Kaliszanie pokazali się również z bardzo dobrej strony



Reprezentanci kaliskiego ośrodka Krav Maga zdobyli w zawodach w Łodzi drużynowo trzecie miejsce.

w klasyfikacji drużynowej, gdzie zajęli trzecie miejsce i przywieźli ze sobą okazały puchar. Drużynowo najlepsi okazali się gospodarze, reprezentanci ośrodka Krav Maga z Łodzi, a drugie miejsce zajęła drużyna z Kielc.

- To były bardzo udane dla nas zawody - twierdzi instruktor Robert Jędrzejewski. - Nasz ośrodek istnieje dopiero od dwóch lat, ale już zaznaczył swoją obecność na mapie szkolenia Krav Maga w Polsce. W listopadzie wystartujemy w mistrzostwach Europy w Knife Fighting, które odbędą się w Krakowie. Będą one rozgrywa-

Krav Maga - jest izraelskim systemem militarnej walki wręcz, a także samoobrony dla osób cywilnych. Opracowany i używany od 50 lat przez Siły Zbrojne Izraela oraz policję, straż graniczną i inne służby tego państwa, w tym jednostki specjalne i antyterrorystyczne. Prosty i będący przy tym maksymalnie skuteczny system opiera się na wzmacnianiu podstawowych odruchów obronnych człowieka. Jego nauka nie wymaga wcześniejszego trenowania innych sztuk walki. Krav Maga ćwiczą między innymi popularne aktorki Angelina Jolie, Jennifer Lopez, Charlize Theron i Sandra Bullock, a w Polsce Joanna Brodzik.

ne w dwóch formułach semi-contact i full-contact.

Treningi kaliskiego ośrodka Krav Maga odbywają się w specjalnie przystosowanej do ćwiczeń sali przy ulicy Wrocławskiej (w dawnych budynkach Agromy).
jav