



## ÉVOLUTION POSSIBLE

Défense de tierces personnes  
Techniques de tir de survie  
Travail des distances de combat  
Techniques anti car-jacking  
Techniques de menottage  
Entraînement mental

## *Apprendre à se défendre et à contre-attaquer dans des situations extrêmes en activant ses réflexes*

### METHODOLOGIE

Le krav maga (combat avec contact) est une méthode militaire de self-défense qui inclut un grand nombre de techniques de combat. Revisitées pour répondre aux besoins des professionnels de la sécurité sur le terrain, elles sont mondialement reconnues comme étant parmi les plus efficaces pour parer à tous les types d'agression.

### CONTENU

- Techniques de désarmement face à une arme à feu
- Techniques anti vol de son arme de service
- Techniques de défense lors d'une attaque au couteau
- Techniques de défense face à plusieurs attaquants

### PUBLIC CIBLE

Professionnels de la sécurité : militaires, policiers, gendarmes, agents et agentes sur le terrain.

### ÉVOLUTION POSSIBLE

- Défense de tierces personnes
- Techniques de tir de survie
- Travail des distances de combat
- Techniques anti car-jacking
- Techniques de menottage
- Entraînement mental

### PARTICIPANTS

Maximum 10 personnes

### DURÉE

1h00

### TENUE

Habits de ville ou uniforme

### INTERVENANT

Thierry Colomb

Coaching et Instructeur de Self-Défense