



# Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige

Lars Söderström

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

## Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige

Lars Söderström

Dyrköpta erfarenheter från den brutala verkligheten har format Krav Maga. Systemet har sitt ursprung inom den israeliska försvarsmakten och används idag i någon form av polismyndigheter, försvarsmakter, säkerhetspersonal och civila världen över.

Krav Maga karakteriseras vanligen av att teknikerna skall vara lätta att lära sig och fungera i verkliga situationer. Eftersom självförsvar är grunden i systemet finns heller inga regler. Systemets civila kärna är just självförsvar. Utövarna lär sig att försvara sig mot hot och attacker samt att snabbt ta kontroll över situationen. Det väsentliga är försvar och att klara sig själv helskinnad. Att ta kontroll över situationen kan därför mycket väl innebära att man helt enkelt flyr efter att en attack avvärjts.

Eftersom KMS Krav Maga syftar till försvar i verkliga situationer, läggs stor vikt på mer realistiska typer av situationer, såsom konflikthantering, olika typer av hot, intervjuande övergrepp, försvar mot attack bakifrån, mot attack med kniv, mot två eller flera gärningsmän, i mörker, i trånga utrymmen, etc. Vid mer avancerad träning lär man sig också att försvara andra människor mot övergrepp.

Systemet utvecklas kontinuerligt; uppgradering av tekniker och taktik sker så snart en bättre lösning kan erbjudas eller då hotbilden förändras. KMS Krav Maga bygger på principen att attack är bästa försvar. Det skall genom relativt enkla medel gå att hantera större och starkare gärningsmän genom maximal verkan med minimal insats. Krav Maga ger det självförtroende och de fysiska medel som krävs för att bemöta modernt våld.

Krav Maga på ren svenska är den enda officiella boken på svenska och innehåller stegvis beskrivning av över 50 tekniker tillsammans med mer än 260 fotografier, diagram och skisser. Alla tekniker som illustreras i boken har testats i Skandinavien i verkliga situationer under 1990- och 2000-talet.

Boken omfattar de grundläggande delarna av KMS Krav Maga såsom hantering av beväpnade och obeväpnade gärningsmän, grundläggande taktik och konflikthantering, hantering av egen rädsla, mental förberedelse och mycket, mycket mer.

Krav Maga på ren svenska riktar sig både till nybörjare och rutinerade elever.

Observera att denna bok omfattar modern Krav Maga och inte den traditionella teknikfokuserade stiltypen.

Detta är fjärde omarbetade upplagan med uppdaterad teori, nya tekniker, ändrade tekniker samt korrigeringar.

För mer information om boken och Krav Maga Sverige, se [www.kravmagasverige.se](http://www.kravmagasverige.se)

 [Descargar Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till ...pdf](#)

 [Leer en linea Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion ti ...pdf](#)

# Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige

*Lars Söderström*

## **Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige** Lars Söderström

Dyrköpta erfarenheter från den brutala verkligheten har format Krav Maga. Systemet har sitt ursprung inom den israeliska försvarsmakten och används idag i någon form av polismyndigheter, försvarsmakter, säkerhetspersonal och civila världen över.

Krav Maga karakteriseras vanligen av att teknikerna skall vara lätta att lära sig och fungera i verkliga situationer. Eftersom självförsvar är grunden i systemet finns heller inga regler. Systemets civila kärna är just självförsvar. Utövarna lär sig att försvara sig mot hot och attacker samt att snabbt ta kontroll över situationen. Det väsentliga är försvar och att klara sig själv helskinnad. Att ta kontroll över situationen kan därför mycket väl innebära att man helt enkelt flyr efter att en attack avvärjts.

Eftersom KMS Krav Maga syftar till försvar i verkliga situationer, läggs stor vikt på mer realistiska typer av situationer, såsom konflikthantering, olika typer av hot, intervjuande övergrepp, försvar mot attack bakifrån, mot attack med kniv, mot två eller flera gärningsmän, i mörker, i trånga utrymmen, etc. Vid mer avancerad träning lär man sig också att försvara andra människor mot övergrepp.

Systemet utvecklas kontinuerligt; uppgradering av tekniker och taktik sker så snart en bättre lösning kan erbjudas eller då hotbilden förändras. KMS Krav Maga bygger på principen att attack är bästa försvar. Det skall genom relativt enkla medel gå att hantera större och starkare gärningsmän genom maximal verkan med minimal insats. Krav Maga ger det självförtroende och de fysiska medel som krävs för att bemöta modernt våld.

Krav Maga på ren svenska är den enda officiella boken på svenska och innehåller stegvis beskrivning av över 50 tekniker tillsammans med mer än 260 fotografier, diagram och skisser. Alla tekniker som illustreras i boken har testats i Skandinavien i verkliga situationer under 1990- och 2000-talet.

Boken omfattar de grundläggande delarna av KMS Krav Maga såsom hantering av beväpnade och obeväpnade gärningsmän, grundläggande taktik och konflikthantering, hantering av egen rädsla, mental förberedelse och mycket, mycket mer.

Krav Maga på ren svenska riktar sig både till nybörjare och rutinerade elever.

Observera att denna bok omfattar modern Krav Maga och inte den traditionella teknikfokuserade stiltypen.

Detta är fjärde omarbetade upplagan med uppdaterad teori, nya tekniker, ändrade tekniker samt korrigeringar.

För mer information om boken och Krav Maga Sverige, se [www.kravmagasverige.se](http://www.kravmagasverige.se)



**Descargar y leer en línea Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige  
Lars Söderström**

---

112 pages

Download and Read Online Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige Lars  
Söderström #CN5SYK1LAG3

Leer Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström para ebook en línea Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström para leer en línea. Online Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström ebook PDF descargar Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström Doc Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström Mobipocket Krav Maga på ren svenska : officiell introduktion till Krav Maga Sverige by Lars Söderström EPub

**CN5SYK1LAG3CN5SYK1LAG3CN5SYK1LAG3**