

Erster Instructor's Course der IKMF in Deutschland

Da standen sie - unsicher, was sie erwarten würde und auf wen sie treffen würden: Sie hatten sich zum Krav Maga-Instructor's Course der IKMF angemeldet, und gewiss auch vorher informiert, was auf sie zukommen würde. Doch wie würden die israelischen Ausbilder vorgehen, um aus jedem Einzelnen von ihnen einen überzeugenden Krav Maga-Instructor zu machen?

Angereist nach Gelsenkirchen waren 15 akzeptierte Teilnehmer des ersten Instructor's Course der IKMF in Deutschland. In der "Schalke-Stadt" wurden sie von Sejoscha Agiri, dem Besitzer und Cheftrainer des renommierten Kampfsport-Studios "The Base" (www.at-the-base.de) erwartet - und natürlich von Eyal Yanilov, dem Head Instructor der IKMF und engsten Schüler des 1998 verstorbenen Krav Maga-Begründers Imi Lichtenfeld. Bei der Vorstellungsrunde staunten die Teilnehmer nicht schlecht: Da versammelte sich doch eine Menge an Kampfsport- und Selbstverteidigungserfahrung vor der Theke des "The Base": Agiri, genannt "Joshi", trägt beispielsweise selbst den 3. Dan im Taekwondo und ist langjähriger Sifu des Wing Chun. Der Kriminalbeamte Matthias Hartherz wiederum verfügt über sieben Jahre Erfahrung im Spezialeinsatzkommando (SEK) der Frankfurter Polizei und hat obendrein ein Paar Jahre in der Personen- und Milieufahndung absolviert - wobei er auch im Personenschutz eingesetzt wurde. Jürgen Schaffrath aus Augsburg stellte sich als Mitglied des Unterstützungskommandos (USK) - einer bayerischen Polizei-Spezialeinheit vor. Andere Teilnehmer kamen aus dem behördlichen oder privaten Personenschutz oder hatten eine militärische Laufbahn, etwa bei den Fallschirmjägern, hinter sich. Eine Klientel also, das sich für Krav Maga interessiert, und eine Klientel, das für Krav Maga-Lehrer interessant ist: Sicherheits-Profis eben.



JÜRGEN SCHAFFRATH (RECHTS) VOM USK, EINER SONDEREINHEIT DER BAYERISCHEN BEREITSCHAFTSPOLIZEI, BEIM ÜBEN DER VERTEIDIGUNG GEGEN EIN WÜRGEN VON DER SEITE

Dazu kamen dann die "reinen" Kampf- und Selbstverteidigungssportler: Karate- und Ju-Jutsuka, Boxer, Thai- und Kickboxer, Hapkido- und Taekwondo-, PFS-Erfahrene und andere mehr. Alle mit mehreren Jahren Lehrerfahrung auf dem Buckel - denn das ist die wesentliche Voraussetzung zur Teilnahme am IKMF-Instructor's Course:

Wichtig ist, dass man entweder mehrere Jahre Erfahrung und am besten auch Lehrpraxis in einer Kampfsportart, die Treten und Schlagen betont bzw. sehr selbstverteidigungsbezogen und keine bloße Kampfkunst ist nachweisen kann, oder man eben schon ein bestimmtes Krav Maga-Level erreicht hat, denn die Nahkampf-methode Krav Maga, geboren in den Krisen, Konflikten und Kriegen Israels, versteht sich als Selbstverteidigung pur.

Daher kann am Instructor's Course nur derjenige teilnehmen, bei dem grundsätzlich bereits Tritt- und Schlagtechniken, sowie eine kämpferische Körperdynamik gut entwickelt sind. Erst auf dieser Basis kann es gelingen, innerhalb eines überschaubaren Zeitraumes von 180 intensiven Trainingsstunden aus dem vorgegebenen "Material" Krav Maga-Instructors zu formen. Denn im Instructor's

Course geht es nicht allein um die speziellen KM-Techniken und -Taktiken, sondern auch um eine besondere Methodik und Didaktik, mit denen Krav Maga den Schülern beigebracht wird. Diese Methodik und Didaktik, so zeigen sich die IKMF-Ausbilder überzeugt, hilft den Schülern, eine akzeptable Selbstverteidigungsfähigkeit schneller zu erreichen.

Und so erlernten die zwölf erfolgreichen Teilnehmer innerhalb von drei Trainingsphasen von zweimal neun und einmal sechs Tagen bei je sieben bis acht Stunden Training pro Tag die Grundkenntnisse und das Handwerkszeug des Krav Maga. Denn es geht im IKMF-Instructor's Course keineswegs darum, "perfekte" Meister der Methode zu produzieren, denn diesem Anspruch der klassischen Kampfkünste huldigt diese moderne Selbstverteidigung nicht. Aufgrund seiner militärischen Herkunft wird Krav Maga eher im Sinne eines Ausbildungs- und Lehrplanes vermittelt, an dessen Ende niemals "Perfektion" stehen kann. Perfektion ist etwas für der Realität enthobene Kampfkünste. In der Realität gibt es keine Perfektion, wie vermutlich noch jeder Krieg und jeder Konflikt der Weltgeschichte gezeigt hat. In der Realität zählt viel-



VERTEIDIGUNGSTECHNIKEN UND -TAKTIKEN GEGEN ANGRIFFE UND BEDROHUNGEN IM AUTO GEHÖREN AUCH ZUM REPERTOIRE EINES CIVILIAN INSTRUCTOR'S COURSE DER IKMF

mehr nur die Fähigkeit, aus widrigen Umständen das Beste zu machen. Im Instructor's Course wird daher gar nicht erst der Anspruch erhoben, "perfekte Meister" zu entwickeln, sondern eher solide Handwerker. Aber auch dafür müssen die Kandidaten viel tun. Die einzelnen Teile des Kurses sind sehr trainingsintensiv und gehen mit allerlei Beanspruchungen und Verletzungen einher, außerdem müssen die Teilnehmer in den vier bis sechs Wochen dazwischen an ihren Fähigkeiten feilen. Matthias Hartherz und Beate Bechmann etwa wurden in ihrer Heimatbasis, dem Frankfurter Krav Maga Center, gedrillt - dort hatten sie sich auch schon rund ein Jahr vor Beginn des Kurses dem KM-Training gewidmet und wiesen so außer ihren vorherigen Kampfsportkenntnissen eine spezielle Profilierung auf. Am Ende des Lehrganges steht eine Abschlussprüfung, die vor allem aus einem "Teaching Testing" und einem "Level Testing" besteht. Im "Teaching Testing" muss der Prüfling anhand einer Lehrprobe demonstrieren, dass er die KM-Methodik und Didaktik verstanden hat und exemplarisch anzuwenden weiß. Und im "Level Testing" geht es um die Graduierung des Kandidaten. Als Quereinsteiger im Krav Maga ist es maximal möglich, eine mittlere Graduierung zu erlangen - den so genannten "Graduate", d.h. Fortgeschrittenen-Status. Wenn man den "Graduate 3" auf Anhieb erreicht, bedeutet dies, eine sehr gute Leistung gezeigt zu haben. "Graduate 1" muss aber mindestens erzielt werden, ansonsten fällt der Prüfling durch - und

hat die nicht eben billigen Lehrgangsgebühren erst einmal umsonst investiert (er kann aber an späteren Kursen und Prüfungen ohne weitere Auslagen teilnehmen). Die meisten Teilnehmer erlangten "Graduate 2", kurz G2 - und sind damit aufgefordert, selbst eifrig weiter zu trainieren und sich fortzuentwickeln: In Richtung "Expert Level" - was im Krav Maga der "Meisterschaft" - sofern man eben von Meisterschaft sprechen will - entspricht. Hierzu muss ein G2 noch die Prüfungen bis zum G5 erfolgreich absolvieren, bevor er sich dem mehrtägigen Test zum Expert Level 1 stellen kann. Derzeit haben in Deutschland zwei Instructors den G5-Level, zwei halten den G4 und der Rest verteilt sich auf G1 bis G3. Zum Vergleich: In Europa verfügen die höchstgraduierten IKMF-Instructors über Expert Level 2 bis 3, die höchstgraduierten israelischen Ausbilder weisen Expert Level 5 auf. Avi Moyal beispielsweise, der die Lehrgangsführung von Eyal Yanilov nach den ersten paar Tagen des Kurses übernahm, trainiert Krav Maga seit Kindesbeinen an. Moyal war Offizier bei den israelischen Streitkräften, kommandierte eine Anti-Terror-Einheit und nahm an Sonderoperationen im Libanon-Krieg teil. Später unterrichtete er am für seine Sport- und Militärausbildung bekannten Wingate Institut in Israel. Oder Tomasz Adamczyk, genannt "Tomek", Leiter der polnischen IKMF: Er stand den Teilnehmern des Kurses drei Tage als Referent zur Verfügung - normalerweise widmet er sich u.a. der Ausbildung des 1st Commando Re-

giment der polnischen Armee, einer Eliteeinheit, die u.a. im Irak eingesetzt wird. Diese hochkarätigen KM-Trainer verstanden es, das Letzte aus den Teilnehmern herauszuholen. So ließ etwa Moyal alle Kandidaten 45 Minuten "slowfighting", also das langsame und manchmal-gar-nicht-solangsame Kämpfen, üben, während Adamczyk den Teilnehmern zum Ende eines siebenstündigen Trainings eine Dreiviertelstunde Power-Shadowfighting abverlangte - an deren Ende die meisten vor lauter Erschöpfung nur noch wie in Trance agierten. Einheiten wie diese sollten die Instructor's Kandidaten an ihre Grenze führen - und gelegentlich auch darüber hinaus. Denn im KM wird eben viel Wert auf Kampfgeist und Überlebenswille gelegt, zählen doch diese Eigenschaften auf der Strasse viel mehr als "perfekte" Technik. So ordneten sich auch andere Übungen und Elemente des Trainings vor allem diesem Gedanken unter. Kein Wunder, dass manch hoffnungsvoller Kandidat schon im ersten Teil der Ausbildung aufgab, ein anderer nach dem zweiten. Die, die durchhielten, bestanden allesamt die Prüfung - die sich letztlich, mit den "versteckten" Teilen, über drei Tage hinzog. Dabei gab es kampf- und konditionsintensive Teile, technische Überprüfungen, einen Theorietest und die Lehrprobe. An deren Schluss konnte Avi Moyal die Urkunden und Zertifikate übergeben - und die neuen KM-Instructors sind nun legitimiert, in ihren Heimatstädten einen Krav-Maga-Club unter den Fittichen der IKMF zu eröffnen. ✘

Text:
Oliver
Bechmann



**EINE FRAU UNTER 20 MÄNNER:
BEATE BECHMANN BEI DER ABWEHR EINES STOCKANGRIFFS -
SIE IST DIE BISLANG EINZIGE KM-INSTRUCTORIN IN DEUTSCHLAND**