



Heute wollen wir euch **Alex** vorstellen. Er ist im Learn2Fight Instructor für Krav Maga.

WAS IST DEIN STATUS IM LEARN2FIGHT?

Hauptsächlich gebe ich Training in Fürth, springe aber auch immer mal wieder und gerne in Erlangen ein.

WIE LANGE TRAINIERST DU SCHON KRAV MAGA?

Ich kam 2013 zum Krav Maga.

WIE BIST DU DAZU GEKOMMEN?

Krav Maga kannte ich zu dieser Zeit nur aus Reportagen bzw. einschlägigen Foren. Als dann in Erlangen Learn2Fight die Tore eröffnete, ergriff ich die Gelegenheit zum Probetraining und bin seitdem „verhaftet“ 😊

WAS FASZINIERT DICH BIS HEUTE AN KRAV MAGA?

Die Techniken bauen auf intuitives Verhalten auf und mich fasziniert die Durchgängigkeit des Systems. D.h. wir haben sehr viele Parallelen- was z.B. im Stand funktioniert, lässt sich meist 1:1 auf den Boden übertragen und umsetzen.

WO SIEHST DU DIE STÄRKEN IN KRAV MAGA?

Wir verzichten auf stilistische Elemente und gehen pragmatisch zur Sache. Unsere Techniken müssen also nicht „hübsch aussehen“, sondern sind aufs Wesentliche und Effizienz reduziert.

WELCHE WERTE SIND DIR IN DEINER DISZIPLIN BESONDERS WICHTIG?

Im Fokus des Trainings sollte meines Erachtens Mindset und die Fähigkeit, bei Notwendigkeit „den Schalter umzulegen zu können“, stehen. Klar ist Technik wichtig - oft entscheidet aber v.a. die innere Einstellung, wie wir aus einem Konflikt herauskommen.

WELCHES LEVEL IN KRAV MAGA HAST DU?

G1

ALEX



HAST DU WEITERBILDUNGEN IN KRAV MAGA GEMACHT?

Ja, ich versuche regelmäßig Weiterbildungen zu besuchen. Empfehlen kann ich insbesondere Events, die auf Fighting Mentality ausgerichtet sind. So hatten wir dieses Jahr die Gelegenheit, am Aggression Determination Course mit Ilya Dusky (Isreal Expert Level 5) teilzunehmen.

WELCHE WEITERBILDUNG HAT FÜR DICH PERSÖNLICH DIE GRÖSSTE ENTWICKLUNG GEBRACHT?

Mit Sicherheit der GIC (General Instructor Course). Ich konnte dabei noch das eine oder andere lose Ende verbinden und mich tiefer im System graben.

WELCHES IST DEINE LIEBLINGSTECHNIK?

Grundsätzlich fühle ich mich am Boden recht wohl...auch wenn wir da im Krav Maga nicht vordergründig im Kampf hinwollen.

WELCHE TECHNIK MAGST DU GAR NICHT?

Könnte ich Dir jetzt keine nennen...

WAS IST FÜR DICH DER SCHÖNSTE TEIL DES INSTRUCTOR-SEINS?

Mich motiviert es, wenn ich die positive Entwicklung bei Trainierenden beobachten kann. Sei es die physiologische Fitness, oder natürlich die „Abwehrkräfte“, die wir stärken wollen. 😊

WAS MACHST DU BERUFLICH, WENN DU NICHT KRAV MAGA UNTERRICHTEST?

Ich habe Betriebswirtschaft studiert und bin seit 2010 in Erlangen im Bereich der Energieübertragung- und Verteilung tätig.

WAS HAST DU FÜR HOBBIES?

Neben Krav Maga habe ich Freude am Motorradsport und interessiere mich für verteidigungs- und sicherheitspolitische Themen.

Alex, vielen Dank für deine Zeit und deine Offenheit! Wir freuen uns sehr, dich bei uns an Bord zu haben. Unsere Schülerinnen und Schüler ebenfalls! Weiterhin eine gute Zeit!

