



Heute würden wir Euch gerne **Ares** vorstellen. Ares ist mit dem Learn2Fight förmlich aufgewachsen. Er hat mit Krav Maga for Kids gestartet, da war er gerade 7 Jahre alt. Jetzt, 10 Jahre später, trainiert er immer noch bei uns. Wir freuen uns deshalb sehr, ihn euch nun vorzustellen.

ARES, WARUM HAST DU IN DEN JUNGEN JAHREN MIT KRAV MAGA BEGONNEN, ODER HABEN DICH DEINE ELTERN GENÖTIGT? ;)

Also meine Eltern hatten die Idee, dass ich einen Kampfsport betreibe, da sowas immer notwendiger in der heutigen Welt wird. So früh angefangen habe ich, da meine Grundschule neben einer weiterführenden Schule lag und es nicht zu Gewalttaten, Mobbing, Prügeleien, etc. kommen sollte. Ich habe mehrere Kampfsportarten ausprobiert und mich dann für Krav Maga entschieden, weil es einfach am realistischsten ist.

NACH SO VIELEN JAHREN BIST DU JA IMMER NOCH DABEI. WARUM MACHT DAS TRAINING FÜR DICH SO VIEL SPASS, DASS DU NIE DAS INTERESSE VERLOREN HAST?

Klar gibt es Phasen, in denen man vielleicht mal nicht so Lust hat ins Training zu gehen, wie bei anderen Sportarten oder Alltagssituationen auch. Aber im Endeffekt macht es viel Spaß, es ist interessant, weil man auch, umso älter man wird, immer neue Arten von Angriffen und Techniken kennenlernt. Zudem lernt man immer neue Leute kennen durch neuen Zuwachs oder man sieht seine Freunde, mit denen man schon lange trainiert.

HAT DAS KRAV MAGA DEIN LEBEN VERÄNDERT BZW. DENKST DU, DASS DU DICH DADURCH ANDERS ENTWICKELT HAST?

Definitiv. Ich bin viel selbstbewusster geworden und man fühlt sich auch deutlich sicherer. Diese Berührungsangst, die viele, wie ich anfangs auch, haben, oder einfach die Angst, etwas zu sagen oder gar zu schreien im Notfall, wird gezielt behandelt und man lernt, seine Kräfte zu kontrollieren und einzusetzen und sich durchzusetzen. Wenn ich irgendwo hingehere, achte ich mehr auf meine Umgebung. Dadurch merke ich vielleicht vorher schon, wo es zu einer kritischen Situation kommen könnte und versuche diese dann zu vermeiden, bzw. auch mal zu lösen, wenn es sich um

ARES

einen Streit oder ähnliches handelt, vor allem im Freundeskreis.

GIBT ES ETWAS, WO DU IMMER FROH BIST IM TRAINING, WENN ES VORBEI IST?

Nicht wirklich. Klar habe ich wie jeder andere meine Themen, die ich mag und die ich nicht mag, aber keins ist so schlimm, dass ich nur darum bete, dass es endlich aufhört. Zudem sind die Trainingseinheiten immer abwechslungsreich gestaltet und man wird so beschäftigt, dass man es gar nicht merkt.

TRAINIERST DU BEI UNS WEITERHIN NOCH AUSSCHLIESSLICH KRAV MAGA, ODER AUCH NOCH WAS ANDERES?

Ich habe lange nur Krav Maga trainiert, jedoch nehme ich seit fast 2 Jahren bei meinem Krav Maga Trainer private Sparring Stunden und seit ca. 2-3 Jahren mache ich bei den Erwachsenen bei Just Strong mit.

KANNST DU ANDEREN JUGENDLICHEN ETWAS AUF IHREN TRAININGSWEG MITGEBEN?

Gebt nicht so schnell auf und habt keine Angst! Anfangs muss man erst seine Grenze überschreiten und aus sich rauskommen. Nicht einfach sagen „ich kann das nicht“ und gehen. Bleibt dran, gebt dem Prozess seine Zeit und ihr werdet Ergebnisse sehen, wenn ihr offen und mit Motivation ins Training kommt.

WO TRIFFT MAN DICH IN DEINER FREIZEIT, WENN DU NICHT GERADE BEI UNS TRAINIERST?

Gute Frage, viel Freizeit habe ich nicht unbedingt da ich neben Krav Maga noch Just Strong und normalerweise 2-mal die Woche American Football bei den Nürnberg Rams spiele. Wenn dann noch die Schule dazu kommt, ist der Nachmittag so gut wie gelaufen. Aber sonst mach ich dasselbe wie jeder andere Junge in meinem Alter auch, mit Freunden raus gehen, Zocken, Sport machen und einfach Spaß haben.

ZUM SCHLUSS: HAST DU EINE LIEBLINGSTECHNIK IM KRAV MAGA?

Es gibt viele coole Techniken und ich könnte mich nicht fest für eine entscheiden aber so ein paar meiner Lieblingstechniken sind Messerabwehr/-Entwaffnung, Würgen und Schlag- und Kickabwehr.

Ares, vielen Dank dass Du immer noch mit so viel Freude und Energie bei uns bist. Wir wünschen Dir weiterhin viel Erfolg und Spaß bei uns! Danke natürlich auch für das Interview!

