

ASSURER SES ARRIÈRES

MAITRISE D'UN INDIVIDU



CURRICULUM VITAE

À GAUCHE: MICHAEL OBADIA
Ceinture noire de Krav Maga, 5^{ème} Darga, responsable de la commission des grades à la FEKM et co fondateur de Hors de conflit.

AU CENTRE: ANTOINE LETOUZÉ
ceinture noire de Krav Maga 2^{ème} Darga, co fondateur de hors de conflit.

À DROITE: VINCENT MAX
ceinture noire de Krav Maga FEKM et co fondateur de Hors de conflit.

► Site : www.horsdeconflit.fr

► Mail : hdc@horsdeconflit.fr

Savoir contrôler à deux un individu agressif fait partie des techniques que doivent maîtriser le personnel de certains secteurs comme la santé ou la sécurité. Mais ce genre de situation peut concerner tout le monde. Nous vous proposons ici une technique de contrôle par l'arrière.

Textes et photos : Michael Obadia

Hors de Conflit est un organisme de formation créé par 3 instructeurs de Krav Maga de la FEKM (Michael Obadia, Vincent Max et Antoine le Touzé).

Nos formations s'adressent au personnel de sécurité et de santé. Les techniques sont toutes issues du Krav Maga (FEKM) et sont particulièrement adaptées à ces métiers à risque.

Pour rester efficace, ces techniques à deux doivent être simples et coordonnées. Chacun doit savoir ce qu'il doit faire. Par exemple, pendant que l'un s'occupe du haut de corps, l'autre se charge des jambes. L'efficacité

vient plus du timing et de l'habitude de travailler ensemble, que du choix technique, d'où l'importance du travail de répétitions.

Plusieurs stratégies à deux sont possibles, pour neutraliser quelqu'un par l'arrière : l'un devant et l'autre derrière, un de chaque côté...

Il faudra que le binôme maîtrise les techniques de base des clefs de bras, luxations, fauchages et autres étranglements. Il pourra ensuite explorer une multitude de combinaisons, tant qu'elles restent simples et logiques.

U À DEUX



1 Positionnement à deux derrière une personne agressive. 2 Sans être vu : saisie des deux jambes avec poussée de l'épaule - pour provoquer un déséquilibre, début de contrôle au niveau du cou du deuxième assaillant. 3 «Verrouillage» au niveau des jambes et du cou. 4 Amenée au sol en contrôlant la chute de l'individu agressif. 5 Contrôle au sol par le binôme. Immobilisation de la tête et d'un bras, blocage des jambes et de l'autre bras par le second du binôme.