



V České republice působí řada škol celosvětově rozšířených historických a moderních bojových umění a bojových sportů. V polovině září letošního roku bylo v Praze oficiálně představeno moderní izraelské bojové umění Krav Maga, jehož základy vznikly kolem poloviny 20. století. Přijel osobně jeho nejvyšší představitel, izraelský mistr Eyal Yanilov, držitel nejvyššího stupně a přímý žák zakladatele tohoto bojového umění, velmistra, bývalého československého občana Imi Sde-Or Lichtenfelda.

*Výraz ve tváři nejvyššího představitele Krav Maga dokládá, že jde do ukázkového plnění nasazením...*



### Začátky v polovině 20. století

Imi Sde-Or, zakladatel a učitel Krav Maga (KM), se narodil v roce 1910 v Budapešti a mládí prožil v Bratislavě. Rodina ho podporovala ve vzdělání a cvičení bojových umění a sportů. Imiho otec provozoval řecko-římský zápas, vzpíral a v cirkuse předváděl svou sílu. Na cestách s cirkusem poznal nejrůznější sporty a lidi. Po odchodu z cirkusu se vypracoval na vedoucího policejního inspektora v Bratislavě. Právě v otcovi měl Imi svůj vzor, učitele a člověka, který jeho zájem o bojová umění a všemožné sporty podporoval. Imi vynikal v plavání, gymnastice, zápase a v boxu a zvítězil v řadě utkání. Když v polovině třicátých let 20. století začali fašisté vyvolávat nepokoje a útočili na Židy, Imi se postavil do čela skupiny lidí pěstujících zápas, box a vzpírání.

*Instruktoři na pražském „civilním“ semináři Krav Maga: zleva Balasz Csabo z Maďarska, Michal Otíпка, Eyal Yanilov, Jakub Otíпка a Dušan Vavrečka*





**Podrobnější informace lze nalézt na stránkách [www.krav-maga.cz](http://www.krav-maga.cz) nebo v knize *Krav Maga - Umění čelit ozbrojenému útočníkovi* od autorů Imi Sde-Or a Lichtenfelda a Eyal Yamilova, kterou v českém překladu z anglického originálu z roku 2001 vydalo nakladatelství Naše vojsko v roce 2003**

Společně bránili židovskou čtvrť a Imi sám se v letech 1936–1940 zúčastnil mnoha násilných střetnutí.

V roce 1940 odešel ze země a s různými peripetiemi se dostal do tehdejší Palestiny. V roce 1944 zde začal trénovat bojovníky ve zvyšování fyzické kondice a všech uměních, v nichž vyniká. Cvičil elitní jednotky Hagany a Palmachu, Pal-Jam a policejní důstojníky. V roce 1948, po vzniku státu Izrael a zformování izraelských ozbrojených sil (IDF), se stal hlavním instruktorem pro zvyšování a udržení fyzické kondice a KM v IDF. V IDF působil přibližně 20 let, během nichž vyvinul a zdokonalil svou jedinečnou metodu sebeobrany a boje zblízka. Po skončení aktivní služby v IDF Imi upravil a rozšířil systém pro použití v civilní oblasti, aby jej mohli použít muži i ženy všech věkových kategorií a s jeho pomocí bránit svůj život. Založil tréninková střediska v Tel Avivu a Netanji.

Do posledních let života dohlížel na trénink svých svěřenců a instruktorů držících vysoké stupně KM, podílel se na vylepšování systému a přispíval k jeho rozvoji cennými radami. Dlouhou životní cestu uzavřel Imi Sde-Or Lichtenfeld ve věku 87 let, ráno 9. ledna 1998, v nemocnici a za přítomnosti svého přítele a následovníka Eyal Yamilova.

## Systém Krav Maga

V bojových situacích na Blízkém východě byl a stále je systém Krav Maga (hebrejsky boj zblízka) denně testován v boji. Neklidné podmínky a stálé boje umožnily vytvořit systém perfektně

vyhovující reálným požadavkům; tak tvrdou a rozsáhlou prověrku v boji nemá za sebou žádné moderní bojové umění. V současné době je prý proto KM považováno za jeden z nejučinnějších komplexních systémů sebeobrany, které se na světě učí. Je postaveno na logickém a komplexním přístupu ke konfliktním situacím a sebeobranám technikám a umožňuje svým studentům dosáhnout relativně vysokého stupně dovedností v poměrně krátkém čase. Nezahrnuje pouze jednotlivé sebeobrané techniky, ale kompletně pokrývá taktiku sebeobrany, vyhýbání se problémovým situacím, improvizaci a chování v krizových situacích. Systém je rozpracován do tří hlavních větví – pro využití v ozbrojených silách (armáda, námořnictvo), policejních složkách a civilní sféře.

KM učí především reálný boj člověka proti člověku, a to ve stresu, ale i v případech asymetrického boje – tedy boje proti přesile, nebo když je protivník ozbrojen nožem, holí, palicí, střelnou zbraní či granátem. Ve své komplexnosti zahrnuje také techniky a taktiku pro ochranu třetích osob a demonstruje, jak má člověk reagovat na napadení.

„Krav Maga není soubor vybraných technik z jiných bojových umění, ale je postaveno na vlastním, originálním základě,“ řekl nám mistr Eyal Yamilov. „Jde vlastní cestou účelných, přirozených, v boji osvědčených pohybů. Celou dobu se vyvíjí a na základě získaných poznatků se snažíme systém neustále zlepšovat. Zdokonalujeme řešení vzniklých konfliktních situací, přičemž vycházíme z přirozených lidských reakcí. Krav Maga neučí jenom techniky, ale také principy boje. Vedeme žáky, aby se dokázali přizpůsobit situaci a protivníkovi a dovedli boj do vítězného konce. Učíme také způsoby, jak se vyhnout konfliktům, verbální a neverbální komunikaci. Když to na protivníka nezabere, nastupuje použití bojových technik, v nichž používáme ruce, nohy, úhyby tělem, schopnost provést efektivní protiútok. Máme vypracovány principy kontroly pohybu protivníka včetně celkové kontroly situace.

Střelba není součástí systému, ale je k němu připojena. Pokud učíme jednotlivce, skupinu nebo například jednotku ozbrojených sil Krav Maga, neučíme je jiný styl střelby, ale snažíme se dané části našeho stylu přizpůsobit, aby vzniklo pružné spojení. Tak dokážeme Krav Maga spojit s jakýmkoliv stylem střelby, na což kladně reaguje stále víc ozbrojených složek včetně jejich speciálních jednotek. Krav Maga přijaly některé jednotky FBI, ATF, DEA, ICE, francouzská GIGN, úřad pro ochranu vlády Německa, irská vězeňská služba, ale také třeba metropolitní policie města Londýna... Krav Maga je výhradně bojové umění, nikoli sport.“

Dodejme, že systém KM nepovažuje pistoli nebo revolver – případně útočnou pušku – výhradně za střelnou zbraň, ale využívá všech jejích vlastností. Dále počítá s využitím všech možných obvyklých i neobvyklých, případně improvizovaných úderných, bodných a sečných zbraní.

Toto bojové umění zastřešuje Mezinárodní federace Krav Maga (IKMF). Od roku 1985 úzce spolupracuje

s mnoha jednotkami po celém světě, které KM zařadily do svého výcviku – zmiňme ještě alespoň pro příklad Švédskou armádní bojovou školu, kde byli vyskoleni instruktoři celé švédské armády, speciální jednotky a vojenskou policii finské armády, nizozemskou armádu, Polsko (námořní a pozemní komanda, GROM a policejní zvláštní jednotky), singapurské obranné síly a policejní sbory spolu s vězeňskou službou, jednotku ochrany vlády Austrálie, bezpečnostní a ochranné skupiny, SWAT týmy a policejní jednotky v USA, armádní jednotky a ochrannou službu ve Venezuele a Paraguayi, policii státu Honduras... Samozřejmě nelze opomenout ani armádní jednotky, tajné služby a bezpečnostní jednotky státu Izrael včetně tajné služby Mosad a bezpečnostní služby Shabak.

## Seminář Krav Maga v Praze

V sobotu a neděli 15. a 16. září cvičili zájemci o KM na semináři v Praze 4. První den byl určen pro širokou veřejnost, druhý pro příslušníky ozbrojených složek. Několik desítek cvičících si během dvou intenzivních a informacemi nabitých dnů vyzkoušelo základy KM a všichni měli možnost poznat mistra Yamilova. Eyal Yamilov se narodil se v roce 1959 a víc než 20 let je vrchním instruktorem IKMF a držitelem nejvyššího stupně systému KM. Byl nejbližším asistentem Imi Sde-Or Lichtenfelda. Už 33 let učí KM po celém světě, v Izraeli, USA, Austrálii, na Dálném východě i v Evropě, a to jak bezpečnostní složky, armádní jednotky, ochránci VIP a ozbrojený doprovod letadel, tak i civilisty. Eyal Yamilov je hnací silou v rozšiřování KM po celém světě a je považován za jednoho z tvůrců systému. Je zodpovědný za certifikaci instruktorů v Evropě, Austrálii a USA.

Cvičení na semináři zahrnovalo vyzkoušení taktiky a techniky boje KM, obranu proti neozbrojeným útokům, proti hrozbě a útokům nožem, taktiku sebeobrany a bojových dovedností, pouliční boj na zemi, boj s více útočníky, mentální trénink a mnoho jiných oblastí. Příslušníci ozbrojených složek se učili použít krátkou palnou zbraň k úderu, dojde-li ke kontaktnímu boji, a odejmutí zbraně útočníkovi v různých situacích ohrožení. Mistr Yamilov prokládal ukázky cvičení příklady z praxe a během jeho projevu každý poznal, že má bohaté znalosti o technikách a historii řady jiných bojových umění.

Ředitelství služby pořádkové a železniční policie Policejního prezidia ve spolupráci s katedrou speciální přípravy Policejní akademie následně uspořádalo „oficiální“ uzavřený seminář Krav Maga pro Policii ČR. V telocvičně Policejní akademie se ho zúčastnilo na pět desítek instruktorů speciálních útvarů, pořádkových a zásahových jednotek a školních policejních středisek policie z celé republiky.

„Určitě jim to poslouží k rozšíření obzorů a k následnému zkvalitnění výcviku,“ řekl nám plukovník PhDr. Stanislav Radosta ze skupiny přímé podpory útvarů Policejního prezidia. „I když u policie existuje obecná metodika přípravy, systém výuky bojových umění není jednotný a hodně záleží na preferencích jednotlivých instruktorů.“

Nelze tedy předpokládat, že by celá česká policie začala najednou cvičit Krav Maga. Ale užitečný seminář s atraktivními ukázkami v podání mistra Yamilova jistě budou pro instruktory přinejmenším inspirací pro další zdokonalování výcviku a hledání optimálních metod boje v rámci vymezeném zákonem o Policii ČR.

**Pavel KLOZÍK  
a Přemysl LIŠKA  
Foto autoři**



**Zahájení semináře na Policejní akademii: zleva plukovník PhDr. Stanislav Radosta, Michal Otípk, zde jako tlumočnick (seminář byl veden v angličtině), ale jinak představitel a certifikovaný instruktor Krav Maga v České republice, a Eyal Yamilov**