

## L'association Kravmaga s'installe



L'association Kravmaga s'installe

Pascal Tabaglio, professionnel dans la prévention contre les violences et les harcèlements, vient de s'installer à Campagne d'Armagnac.

Pascal a décidé de faire profiter de ses compétences aux personnes du territoire du Grand Armagnac, Bas Armagnac, Ténarèze, ainsi que des villages landais proches de ce vaste territoire.

Pascal a derrière lui un parcours de 40 ans dans le domaine des arts martiaux et plus particulièrement dans la self défense, dont 30 ans passés à les enseigner.

À Campagne d'Armagnac, il vient de créer l'association Kravmaga, dans laquelle les personnes pourront bénéficier d'ateliers de Self pro krav (SPK). Pascal précise :

« SPK, signifie Self pour Self défense, Pro pour Professionnel car techniques issues du ROS (Réal Opérationnel System), Krav (combat en hébreux) pour Survie (pas de survie sans combativité).

**Comme tout formateur professionnel en cette matière, Pascal axe avant tout ses ateliers sur l'importance de la prudence face à certaines circonstances de provocations ou d'agressions :**

« Il faut apprendre à éviter en gardant une distance de sécurité, et au besoin continuer son chemin, et surtout ne pas provoquer. Si l'évitement est impossible, il faut tout mettre en œuvre pour éviter l'agression physique avec des techniques de communication verbale et non verbale...

Si on ne peut éviter l'agression physique, il faut se défendre par des techniques qui s'apprennent, notamment celles des ateliers de SPK... Par le SPK, les personnes apprennent comment réagir face à une agression verbale et physique.

Les cours se font dans la convivialité mais avec sérieux et efficacité et permettent d'acquérir des réflexes de base pour se protéger d'éventuels risques d'agression.

Le but est aussi de rendre la personne plus confiante en elle, et qu'elle se sente plus en sécurité. C'est aussi la pratique d'un sport individuel et collectif... »

**Les ateliers sont ouverts à tous, ont lieu à Montréal du Gers les mercredis de 19 heures à 20 h 30, et à Campagne d'Armagnac les jeudis de 19 heures à 20 h 15. En complément des stages seront aussi proposés.**

**Le premier stage est programmé samedi 13 novembre à Montréal du Gers à partir de 14 heures et jusqu'à 17 heures.**

**Contact : 07 71 81 17 62**