

## KRAV MAGA

Le Krav Maga (littéralement : combat rapproché) est une technique d'auto-défense d'origine Israélienne qui a fait ses preuves sur le terrain militaire et civil.

Cette méthode est l'alliage parfait entre la boxe, le Jujitsu, la lutte, le Muay-Thai et le judo. L'utilisation des réflexes et des mouvements naturels, l'attaque et la défense simultanée et l'esquive des coups sont les principes essentiels de cette discipline.

Notre structure est ouverte aussi bien à tous les débutants qui souhaitent découvrir le Krav Maga.

13 ans et +	Débutants	Intermédiaires/Avancés	Tous niveaux
Lundi	19h00-20h15	20h15-21h30	
Mardi			18h00-19h00
Mercredi	19h00-20h15	20h15-21h30	
Jeudi			12h30-13h30
Samedi			11h00-12h15

## Equipe technique

**Karim Mahaoui**  
CN 4e Dan Krav Maga  
FFKDA  
Diplômé d'Etat DEJEPS  
Perfectionnement  
Sportif

**Sébastien Leparc**  
CN 3e Dan Krav Maga  
FFKDA  
Instructeur fédéral

**Jérôme Cunault**  
CN 3e Dan Krav Maga  
FFKDA  
Instructeur fédéral

## Tarifs 13 ans et +

A partir de 245 € l'année de septembre à juin

Licence et frais de dossier non compris

Certificat médical obligatoire

