

INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 2 photos d'identité
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique du Krav Maga** datant de moins de **3 mois**
- Le règlement intégral de votre cotisation
- La carte d'étudiant (si besoin)

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les parisiens.

Les **licences sont incluses** dans les tarifs ci-dessous :

1 cours

Etudiants (- de 28 ans)

Actif

160 euros

210 euros

1 séance d'essai gratuite

CONTACT

PARIS UNIVERSITE CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris
01 44 16 62 62

accueil@puc.asso.fr
www.puc.paris

Section Krav Maga

Benjamin GIRAUDON 06 21 10 68 84

William HERNANDEZ 06 15 03 33 87
william.hernandez@numericable.fr

 puc.paris

ACCES

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

MAIRIE DE PARIS 



Essentiel pour moi



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIÉTÉ GÉNÉRALE



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

KRAV MAGA

2017-2018

Dès 15 ans



www.puc.paris

PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le dimanche 10 septembre 2017
Inscription dès le dimanche 10 septembre 2017

TOUS NIVEAUX MIXTES

Dojo Charléty

10h00 à 12h00

Dimanche

Dojo Charléty

17 avenue Pierre de Coubertin
75013 PARIS

Rer B Cité Universitaire
Tram T3 Stade Charléty

Équipement individuel obligatoire

Tee-shirt, bas de survêtement ou short, chaussure de salle, coquille pour les hommes et protège-tibias.

INFORMATIONS GENERALES

Le Krav Maga (combat rapproché en Hébreu) est une méthode de combat moderne basée sur une conception réaliste de la self-défense.

Le Krav Maga prend en compte 4 principes :

- **SIMPLICITE**
- **RAPIDITE**
- **EFFICACITE**
- **MAITRISE DE SOI**



Ce qui fait l'efficacité du Krav Maga ce sont ses principes dont voici quelques idées :

- **utiliser toutes nos armes naturelles**
- **utiliser notre environnement si possible**
- **frapper durement dans les endroits sensibles**
- **agir rapidement avec des gestes simples et décidés**

Mais ce qui fait l'efficacité du Krav Maga est avant tout la personne qui l'utilise. Le stress en effet peut faire perdre tous ses moyens à une personne, même bien entraînée. C'est pourquoi la gestion du stress fait partie de l'apprentissage des élèves.

Le Krav Maga est ouvert à tous, quel que soit l'âge (à partir de 15 ans) ou la stature physique.

Venez découvrir ce sport et l'ambiance conviviale qui règne au sein du club.