



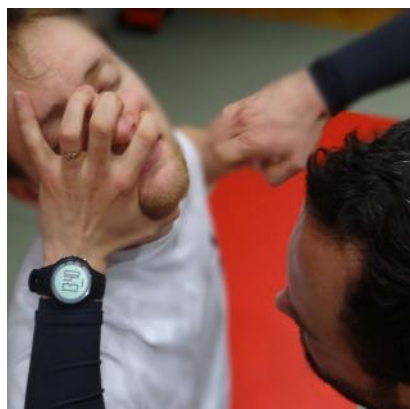
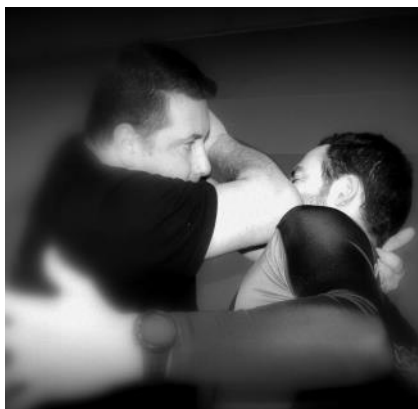
PARIS UNIVERSITE CLUB

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

Dimanche

10h00 à 12h00

Dojo Charléty

17 avenue Pierre de Coubertin
75013 PARIS

Rer B Cité Universitaire
Tram T3 Stade Charléty

Equipement individuel obligatoire

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

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.

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 64

William HERNANDEZ 06 15 03 33 87

william.hernandez@numericable.fr

 [puc.paris](https://www.facebook.com/puc.paris)

 [puc_1906](https://twitter.com/puc_1906)

 [puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)

 [Paris université club](https://www.youtube.com/Paris université club)

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  SOCIETE GENERALE

