



Trainingsort:

KRAV MAGA realistische Selbstverteidigung
Robert Bosch Str. 23 in 65582 Diez
(Industriegebiet Diez, Nähe Kaiser Backformen/Raiffeisen)

Telefon: 0152-54079816

Email: taktische-selbstverteidigung@gmx.de

Homepage: <http://www.taktische-selbstverteidigung.com>



Klimatisierter Trainingsraum



KRAV MAGA

(Realistische Selbstverteidigung)

Fit & Safe KIDS

(Selbstbehauptung & Selbstschutz)

Krav Maga Combat

Trainingszeiten

KRAV MAGA Kurstag (Fitnesskurs):	Montag 18.30 Uhr- 19.30 Uhr
Krav Maga <u>Beginner 1:</u>	Dienstag 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr
Krav Maga <u>Beginner 2:</u>	Mittwoch 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr
KRAV MAGA <u>Combat:</u>	Mittwoch 18.30 Uhr – 20.00 Uhr
KRAV MAGA <u>Technik:</u>	Donnerstag 18.30 Uhr – 20.00 Uhr
FIT & SAFE Kids Junior	Freitag von 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Krav Maga Beginner 2 ist nur für Anfänger.

Montag ist Kurstag: Aktuell: KRAV MAGA Fitness mit Elementen aus unserem Wolfstrikesystem.

Privattraining nach Vereinbarung !

Mitgliedsbeiträge

Die Mitgliedsbeiträge je Teilnehmer betragen:

40,00 €/ im Monat bei einem Trainingstag die Woche und bei einer Vertragslaufzeit von 12 Monaten,

45,00 €/ im Monat bei einem Trainingstag die Woche und bei einer Vertragslaufzeit von 6 Monaten.

Verschiedene 8er Kurse finden immer Montag statt. Kosten 80 Euro

Hinweis:

Wer 2mal die Woche trainieren möchte (2 Trainingstage, z. B. Montags und Donnerstag), kann uns dies mitteilen. Hier würde der Mitgliedsbeitrag um 20,00 Euro erhöht unabhängig von der Laufzeit. des Vertrages.

Beschreibung

KRAV MAGA Technik vermittelt einfache, aber effektive Verteidigungstechniken um sich gegen Angriffe verteidigen zu können. Der Fokus liegt hier insbesondere auf Schlag/- und Tritttechniken, sowie der Verteidigung. gegen Schläge und Tritte. Unterstützt wird das erlernte durch Szenariotraining und Combatives.. Natürlich werden klassische Selbstverteidigungselemente (z.B. Befreiung aus Griffen, sowie Umklammerung, usw..) genauso vermittelt und bereichern bei jedem unserer Teilnehmer den eigenen SV-Werkzeugkasten um auf Gefahrensituationen zu reagieren.

KRAV MAGA Beginner ist optimal für Anfänger geeignet. Hier werden Krav Maga Grundlagen vermittelt. Des Weiteren werden einige Fitnessseinheiten von unserem Fitnesskonzept **WOLF-STRIKE** gezeigt. Dies ist eine Mischung aus Kampfsport und Fitness. Es werden Elemente aus dem Krav Core und Krav Kardio eingebaut.

Krav Maga Kurstag. Hier finden immer verschiedene 8er Kurse mit unterschiedlichem Schwerpunkte (z.B. Fitness, Frauen SV, Verteidigung mit Hundeabwehrspray, Verteidigung mit Alltagsgegenstände, Partner Protection usw.) statt.

Krav MAGA Combat ist eine ideale Ergänzung für alle Kämpfer. Hier werden Kombinationen aus dem Kick-/Thaiboxen und Krav Maga eintrainiert, die man im Kampf und auf der Straße anwenden kann.

FIT & SAFE Kids ist ein spezielles Training für Kinder zwischen 7 und 11 Jahren. Kinder lernen Gewaltprävention, Anti Mobbing in der Schule und sich im Leben durchzusetzen. Ein Schwerpunkt liegt in dem vermitteln von Techniken zur Verteidigung gegen Kinder und die Primärzielschulung für die Verteidigung gegenüber Erwachsenen. Je nach Kurs, werden ausgesuchte Themen behandelt. Die speziell von uns entwickelte FIT & SAFE Ausbildungsmappe mit dem Elternchecker runden das Präventionskonzept ab. Natürlich bauen wir einige Fitnessselemente im Training ein, um die körperliche Entwicklung der Kinder zu fördern.