

KRAV MAGA

Stage de 3 jours
Du 14 au 16 mai 2016



Préparation aux programmes par groupe
Jaune, Orange, Vert, Bleu et Marron

Dirigé et animé par
Nolwenn LE MOAN
Éric BARREAU
Brice TCHANQUÉ
(1^{ère} Darga)
Audrey RIO



Ce stage est organisé par l'Association Bouguenaisienne de Krav Maga, affiliée à la Fédération Européenne de Krav Maga et à la fédération Française du Sport Travailiste

Adresses :

Le stage : Gymnase des Bélians, Rue Ginsheim-Gustavsburg, 44340 Bouguenais

Hébergement : des hôtels se trouvent à proximité de la salle (non inclus dans le coût du stage)

Pour un accès à pied : Hôtel FORMULE 1 à Bouguenais (hotel F1 Nantes Sud Aéroport Bouguenais)

Avec véhicule : Hôtel IBIS Style ou Budget : (Hôtel Ibis Styles Nantes Rezé Aéroport)

Le programme :

4h de KRAV MAGA par jour durant les après-midi pour voir l'intégralité de votre programme

	Samedi 14/05	Dimanche 15/05	Lundi 16/05
Matinée	Libre	Libre	Libre
13h30-17h30	KRAV MAGA	KRAV MAGA	KRAV MAGA
Soirée	Libre	Libre	Libre

Tarifs :

Licenciés FEKM : 25 euros par jour ou 50 euros les 3 jours

Non licencié : 30 euros par jour ou 60 euros les 3 jours

Tenue et matériel :

Tenue conseillée : Jogging, t-shirt, chaussures de sport d'intérieur

Matériel à prévoir : Coquille génitale, protège-tibias, gants de boxe.

Contacts : 06.99.05.48.59 Nolwenn ou 06.25.73.60.76 Audrey
abkravmaga@gmail.com

FEUILLE D'INSCRIPTION A DECOUPER ET A RETOURNER DUMENT COMPLETEE

Date limite d'inscription : 10 mai 2016

Joindre un acompte de 10 euros à l'ordre de : ABKM

ABKM – 22 bis Rue du Drouillard, 44620 LA MONTAGNE

NOM :

PRENOM :

DATE DE NAISSANCE :/...../.....

ADRESSE :

CP : VILLE :

MAIL :

TEL :

Membre Licencié FEKM Membre non Licencié FEKM

FORMULE CHOISIE

Stage de 3 jours

Stage à la journée (nb de jour :)

Niveau de ceinture préparée :

Jaune Orange Vert Bleu Marron

MONTANT DE VERSEMENT

Acompte : 10 € par chèque en espèce

Totalité : € par chèque en espèce

APTITUDE PHYSIQUE

Je déclare ne pas présenter de contre-indication médicale pour participer à ce stage et dégage la responsabilité des organisateurs en cas d'accident.

Fait à : le

Signature du stagiaire