



# STAGES VACANCES DE PRINTEMPS 2023

## ENFANTS – ADOS KRAV MAGA BOOTCAMP

Self-défense & circuit-training



scannez pour plus d'infos /photos

Les participants (es) alternent des entrainements de self-défense, des séances de frappes sur boucliers, des séances ludiques avec des challenges, d'agilité, de vitesse, de renforcement musculaire et d'assouplissements.

### Semaine 1

- Lundi 24/04
- Mardi 25/04
- Mercredi 26/04
- Jeudi 27/04
- Vendredi 28/04

### Semaine 2

- Lundi 01/05
- Mardi 02/05
- Mercredi 03/05
- Jeudi 04/05
- Vendredi 05/05

- Dès 7 ans
- Session de 2 heures et 30 minutes
- Salle KAMAG – Hôtel l'Amirauté, route de Paris – Deauville 14800. (Parking devant la salle)
- Début : 14h00 (Les enfants doivent arriver 10 minutes avant le début du stage)
- Fin : 16h30
- Tenue : Bas de survêtement, tee-shirt
- Prévoir : Une bouteille d'eau, une serviette

### Conditions :

1 semaine : 200 euros

- 1) Fiche d'inscription remplie et signée par les responsables légaux de l'enfant/Ados
- 2) Réservation obligatoire de votre place : le règlement de la semaine est demandé avant le début de chaque stage par virement bancaire : Sébastien Kuczer IBAN FR76 3007 6020 3919 6666 0030 008

Contact : 06 64 13 61 00

## COURS PARTICULIERS SUR RENDEZ-VOUS

ADULTES

ADOS

ENFANTS (dès 4ans)

Sébastien Arie KUCZER - Ceinture noire 7<sup>ème</sup> Dan

Certifié par le fondateur du Krav Maga

