

PERUSKURSSITIEDOTE

Ilmoittautuminen:

Kurssille ilmoittaudutaan henkilökohtaisesti **LA 11.9.2010 klo 13:00**
Kaikkien kurssille pyrkivien tulee täyttää henkilötietokaavake, joka palautetaan allekirjoitettuna ilmoittautumisen yhteydessä. Kaavakkeen voit ladata ja täyttää osoitteessa <http://www.kravmagatapanila.net/kaavake.pdf>

Vaatimukset:

18 vuoden ikä, **Ei rikosrekisteriä**

Kurssille hyväksytään ilmoittautumisjärjestyksessä, enintään 40 henkilöä.

Harjoitusajat:

Torstai klo **20.15 – 21.30**
Lauantai klo **12.00 – 13.15**

Varustus:

Verkkarit + T-paita, painikengät tai paljain jaloin.

Hinta:

125 €, kurssi kestää n. 3 kk
Maksu suoritetaan pankkisiirtolomakkeella Tapanilan Erän Krav Maga -jaoston tilille **19.9.2010** mennessä.

Sisältö/tavoite:

Kurssin sisältö on International Krav Maga Federationin lähitaistelu -ja itsepuolustus järjestelmän 1 tason tekniikat.

Tavoite on että kurssin käyneellä on perustiedot ja taidot selvitä yleisimmistä väkivaltaisista tilanteista, fyysisesti ja henkisesti.

Peruskurssin jälkeen:

Peruskurssin päätteeksi on tasokoe, jonka hyväksyttävästi läpäisseet voivat jatkaa harjoittelua Krav Magan 1 tason ryhmässä.



TAPANILAN ERÄN KRAV MAGA –JAOSTO

www.kravmagatapanila.net

Petteri 040 558 7737, Kari 044 530 1399, Mikko 050 526 4073, Tomi 0400 913171