



71 AVENUE DE L'ALLIER 63800 COURNON
 TEL. 04 73 84 62 28 - FAX 04 73 84 65 99
 Mail : centredeloisirs-cournon@wanadoo.fr
 Site : www.centredeloisirs-cournon.org

SAISON 2023/2024

SPORTS avec LICENCE UFOLEP R2

CARTE D'ADHESION NES EN 2006 & AVANT		40,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2007 & APRES	1ER ENFANT	30,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2007 & APRES	2EME ENFANT	30,00 €
CARTE D'ADHESION NES EN 2007 & APRES	3EME ENFANT	20,00 €
LICENCE NES EN 2006 ET AVANT		9,46 €
LICENCE NES DE 2007 A 2012		8,00 €
LICENCE NES EN 2013 ET APRES		5,49 €

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

**RENOUVELLEMENT DES ADHESIONS A PARTIR DU MARDI 29 AOUT 2023 SAUF EXCEPTION
 POUR LES NOUVEAUX : 2 SEANCES D'ESSAI OFFERTES AVANT INSCRIPTION SAUF EXCEPTION**

PIECES A FOURNIR A L'INSCRIPTION

POUR TOUS

1 CERTIFICAT MEDICAL **OBLIGATOIRE** (voir REGLEMENT INTERIEUR : modalités d'inscription)

POUR LES MOINS DE 18 ANS

UNE ATTESTATION DE QUOTIENT FAMILIAL (afin de bénéficier éventuellement du tarif modulé si votre Quotient Familial le permet et si vous ne bénéficiez pas déjà du pass' loisirs **ces aides n'étant pas cumulables**)

REGLEMENT PAR CARTE BANCAIRE à prioriser sauf impossibilité majeure

KRAV MAGA

en partenariat avec



ACTIVITE 12 ANS & +	1H PAR SEMAINE	145,00 €
ACTIVITE 12 ANS & +	1H30 PAR SEMAINE	215,00 €

REPRISE MERCREDI 20 SEPTEMBRE 2023

MINIMUM REQUIS 15 PERSONNES PAR SEANCE

JOURS	HEURES	GROUPES	LIEU	ANIMATEUR
MERCREDI	20H00-21H30	+ 16 ANS	CENTRE DE LOISIRS GRANDE SALLE	LUDOVIC AUJAMES
VENDREDI	18H00-19H00	12-16 ANS		
	19H00-20H30	+ 16 ANS		

Le krav maga est un système moderne combinant **self-défense, tactiques de combat et défensive**. Méthode dont la mise en application est simple, naturelle, efficace, faisant appel aux **réflexes du corps humain**, facile à apprendre et à mémoriser. **Objectif** : instruire les participants aux techniques de self-défense utilisables en toutes situations d'agressions pour permettre de **prévenir** et de **résoudre toutes situations violentes** afin de **sauver sa vie en cas de danger**. **Le krav maga** couvre aussi les situations susceptibles de dégénérer en combat et des méthodes aussi bien verbales que physiques **pour éviter la violence** lorsque c'est possible.

Programme : se défendre contre attaques pieds-poings, étranglements et saisies, menaces et attaques à mains armées (bâton, couteaux, armes à feu) - combattre contre une ou plusieurs personnes - protéger une tierce personne.