



MKM
KRAV-MAGA
SAINT-BAUZÉLY

DÈS 8 ANS



© 2021 - tous droits réservés - Crédits photos : Sébastien Delbache - Ne pas jeter sur la voie publique.

TARIFS

Remise exceptionnelle d'ouverture incluse

● ENFANT (8 À 13 ANS)

1 cours/sem., licence et assurance, 1 t-shirt MKM

Sept. à juin 130€

Jan. à juin 110€

Avr. à juin 90€

● ADULTE (14 ANS ET +)

2 cours/sem., licence et assurance, 1 t-shirt MKM

Sept. à juin 260€

Jan. à juin 220€

Avr. à juin 190€

● PASSAGE DE GRADE - ENFANT ET ADULTE

2 par saison non obligatoires.

Enfant 5€/passage / Adulte 8€/passage

HORAIRES

● ADULTES (14 ans et +)

Lundi de 19h30 à 21h : Tous niveaux

Jeudi de 18h30 à 20h : Tous niveaux

● ENFANTS (de 8 à 13 ans)

Mercredi de 18h à 19h : Tous niveaux (sans arme)

ADRESSE DOJO

Salle polyvalente de la Mairie

Place de la Mairie - 30730 Saint-Bauzély

Espace dédié de 150 m²

INSCRIPTION

SEUL UN DOSSIER COMPLET EST ACCEPTÉ

- Âge minimum de 8 ans
- Fiche numérique d'inscription (via notre site)
- Mineur : autorisation parentale (fournie par MKM)
- 1 photo d'identité à insérer dans la fiche numérique
- Certificat médical autorisant la pratique du «Krav-Maga» à renouveler chaque année
- Demande de licence FFK (fournie par MKM)
- Règlement (chèque ou espèces)

CONTACT

● 06 86 60 71 17 - 06 11 45 16 36

● contact@club-mkm.com

WWW.
CLUB-MKM.COM



SELF-DEFENSE





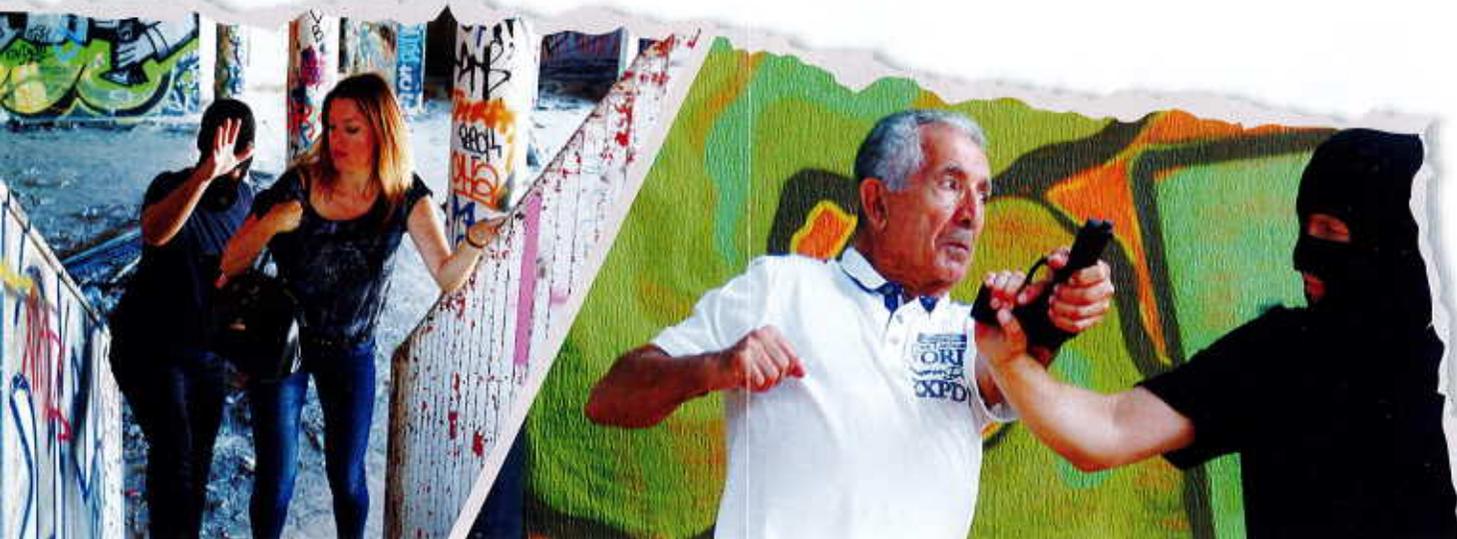
ÉQUIPE ENSEIGNANTE DE QUALITÉ

● Directeur technique : David RIGAIL

Diplômé d'Etat - Ceinture Noire 4^{ème} DAN - Membre et jury de la Commission Interdépartementale des grades Krav-Maga FFK - Référent Hérault - Ceinture Noire 2^{ème} DAN de Karaté - Enseignant depuis plus de 20 ans - Expert en bâton de défense pro - Formateur en techniques de sécurité en intervention Police Nationale - Formateur aux premiers secours civils - Médaille de Bronze de la Jeunesse et des Sports.

● Johann LOPEZ

Ceinture Noire 1^{er} DAN de Krav-Maga - Membre et Formateur Police Nationale - D.I.F en cours de validation.



KRAV-MAGA : SIMPLICITÉ & EFFICACITÉ

« Krav-Maga », combat rapproché en hébreu, est un art martial fondé par Imi LICHTENFELD (militaire israélien) dans les années 40, classé secret défense jusqu'en 1964. Le Krav-Maga s'appuie sur une méthode simple, efficace et facilement assimilable, basée essentiellement sur l'extension des réflexes.

Pourquoi le Krav-Maga est différent des autres arts martiaux ou sports de combats ?

Les arts martiaux et les sports de combats permettent à l'apprenant d'automatiser des gestes inventés et transmis de génération en génération. Les conditions d'un entraînement sportif ne sont pas celles d'une véritable agression et cette acquisition technique se retrouve très souvent altérée par le stress ce jour-là.



Face au danger, nous réagissons de façon instinctive par des réactions gestuelles et comportementales inexplicables pour survivre s'il est impossible de fuir. Ces réflexes universels et innés sont pourtant des gestes de protection adaptés que le Krav-maga a choisi de préserver et de développer, en y ajoutant les techniques les plus simples et efficaces d'autres arts martiaux et disciplines de combats.

Cette méthode d'auto-défense adaptée à tout public est efficace face à un ou des individus à mains nues ou armés. Méthode utilisée par de nombreuses forces de l'ordre dans le monde entier tels que le FBI, la DEA, le GIGN, la légion étrangère, les SAS,...

Une connaissance de la loi et des armes est indispensable pour la pratique et l'enseignement du Krav-Maga, afin de respecter le cadre légal de la légitime défense. De par ses qualifications sportives, civiles et professionnelles, David RIGAIL met tout en œuvre pour vous permettre de donner une réponse cohérente, adaptée et sécurisée face à une agression, que vous soyez débutant, confirmé, civil ou professionnel.



Club affilié à la FFK
(seule Fédération de Krav-Maga reconnue d'Etat)
et agréé par le Ministère de la Jeunesse et des Sports.