



KRAV MAGA MAOR / MAOR ISRAELI SELF DEFENSE / SELBSTVERTEIDIGUNG

(ab 16 Jahren, für alle Stufen geeignet)

CORE TRAINING vom 28.11.2026 / 13:00 – 16:00 Uhr

- Wir trainieren/verinnerlichen Abwehrtechniken gegen eine oder mehrere Angriffspersonen
- Wir trainieren das MAOR Israeli Self Defense 7-Level Programm und dessen Anwendung
- Training, Anwendung, Drills, Repetition, Prüfungsvorbereitung, etc.

Ort: Be ready Gym, Lagerplatz 27, 8400 Winterthur (<https://maps.app.goo.gl/WzYMSU5n6zHt9a9q8>)

Kosten: CHF 70 (CLOSECOMBAT & Be ready Member: CHF 50, Partner: CHF 63)

Was noch?

- Bitte Online-Anmeldung (<https://forms.gle/Lozkciamaq8wQpk17>) **ODER** Anmeldeformular (https://www.closecombat.ch/pdf/Anmeldung_CLOSECOMBAT.pdf) per Mail an office@closecombat.ch bis **spätestens 10 Tage vor dem Kurs – erreichen wir die Mindestbelegung nicht, kann der Kurs abgesagt werden**
- Empfohlen: lange Trainingshose, T-Shirt mit kurzen oder langen Ärmeln (keine Tank- oder Spaghetti-Shirts!)

Februar 2026 / LC