



## KRAV MAGA MAOR / SELBSTVERTEIDIGUNG

(ab 16 Jahren, für alle Stufen geeignet)

### SELF DEFENSE DRILLDAY

- Findet ca. 4x jährlich statt, jeweils Samstag oder Sonntag, 12:30 – 16:30 Uhr
- Wir trainieren/verinnerlichen Abwehrtechniken gegen eine oder mehrere Angriffspersonen.
- Schwerpunkt liegt in der Wiederholung, nicht in der Übungsvielfalt

### KM+Intensivtraining

- Findet ca. 4x jährlich statt, jeweils Samstag, 12:30 – 14:30 Uhr
- Wir trainieren das Krav Maga Maor 7-Level-Programm
- Training, Repetition, Prüfungsvorbereitung, etc.

**Ort:** Asia Sport Center, Culmannstrasse 56, 8006 Zürich ([www.asc.ch](http://www.asc.ch))

**Tram 9 & 10 bis Winkelriedstrasse; keine eigenen Kundenparkplätze vorhanden**

Daten: [www.closecombat.ch/index.html#events](http://www.closecombat.ch/index.html#events)

### Unsere Preise

- SELF DEFENSE DRILLDAY: CHF 80 (Member: CHF 70)
- KM+Intensivtraining: CHF 50 (Member: CHF 40)

### Was noch?

- Anmeldeformular ([https://www.closecombat.ch/pdf/Anmeldung\\_CLOSECOMBAT.pdf](https://www.closecombat.ch/pdf/Anmeldung_CLOSECOMBAT.pdf)) bitte per Mail an [office@closecombat.ch](mailto:office@closecombat.ch) bis **spätestens 10 Tage vor dem Kurs**
- Empfohlen: lange Trainingshose, T-Shirt mit kurzen oder langen Ärmeln (keine Tank- oder Spaghetti-Shirts!)
- Im Asia Sport Center trainieren wir barfuss auf Matten

15.07.2022/LC