



**ECOLE D'ARTS MARTIAUX DE METZ
GLOBALE DEFENSE COMBAT
KRAV MAGA KIDS 57**

INTERNATIONAL KAPAP ASSOCIATION FRANCE

06 75 26 72 53 Site du club : www.ecole-arts-martiaux-metz.fr

06 85 63 14 65 Mail du club : ecole.artsmartiaux.metz@gmail.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM : PRENOM :

Date de naissance :

Adresse :

Tél. : Portable :

Taille T-Shirt :

E-Mail :

Je m'inscris pour :

Le KRAV-MAGA / KAPAP ET SMA 4 séances par semaine : cotisation annuel 196 €
([licences, ceinture et T-shirt](#) incluent) (Du 11 Septembre 2017 au 30 Juin 2018)

■ **PROGRAMME**

KRAV MAGA / SMA :

Lundi aux Arènes de Metz 19h-20h30 5, avenue Louis Le Débonnaire.

■ **DEPHYS COMBAT-DEPHYS DEFENSE**

CARDIO TRAINING (Améliorer son endurance physique et son bien être)

Mardi 20h à 21h30 complexe sportif st- Symphorien Longeville-les-Metz.

■ **PROGRAMME MIXTE**

KRAV MAGA / KAPAP/SMA :

Jeudi 20h à 21h30 complexe sportif st-Symphorien Longeville-les-Metz.

■ **SÉANCES A THEME**

(Close combat, self défense, bâton de défense, secourisme, bien-être)

Samedi 10h à 11h30 au dojo de Metz Grange aux bois 2, rue de la Baronète.

■ **KRAV-MAGA Enfants : Cotisation 80 €**

Mercredis 16h à 17h15 au 3^{ème} Régiment de Hussards - Av. de Blida - Metz

Fait à..... le

Signature (précédée de la mention « lu et approuvé ») :