



**ECOLE D'ARTS MARTIAUX DE METZ
 GLOBALE DEFENSE COMBAT
 KRAV MAGA KIDS 57
 INTERNATIONAL KAPAP ASSOCIATION FRANCE**
 06 79 29 61 00 www.ecole-arts-martiaux-metz.fr
 Mail : eammetz@gmail.com
 page Facebook : [@kravmagametz](https://www.facebook.com/@kravmagametz)

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM : PRENOM :

Date de naissance :

Adresse :

Tél. : Portable :

E-Mail :

Je m'inscris pour :

Le KRAV-MAGA / KAPAP ET SMA 4 séances par semaine : cotisation annuel 201 €
 (licences incluses) (De Septembre à fin Juin)

- 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 96 €
Mercredis 16h à 17h30 au 3^{ème} Régiment de Hussards - Av. de Blida – Metz
- SÉANCES A THEME
 (*Tous les derniers vendredis du mois Uniquement pour les femmes*) le reste du temps préparation ceinture et spécifique.
Vendredi 20h à 21h30 complexe sportif st-Symphorien Longeville-les-Metz.

Fait à..... le

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