



**KRAV MAGA  
SELF DEFENSE  
COMBRAILLES**

**KRAV MAGA  
A C C E S S**

## FICHE D'INSCRIPTION

### STAGE DE KRAV MAGA

**SAMEDI 29 AVRIL 2023**

**De 10H à 13H : MENACES ET ATTAQUES COUTEAUX**

**De 14H à 17H : COMBAT (Je participe l'après-midi – cochez la case )**

**Gymnase de MANZAT - Rue des Grunchères - 63410 MANZAT**

**Supervisé par Eric MANSUY-WITTER et Sylvain GIRAUD**

**PRIX : 20 € / personne (stage de l'après-midi offert aux participants inscrits le matin)**

<b>NOM :</b>	
<b>PRENOM :</b>	
<b>ADRESSE :</b>	
<b>DATE ET LIEU DE NAISSANCE :</b>	
<b>TELEPHONE :</b>	
<b>ADRESSE MAIL :</b>	
<b>DROIT A L'IMAGE :</b>	J'accepte d'être photographié(e) et/ou filmé(e) dans le cadre du stage et que ces images puissent être diffusées notamment sur le site web et la page Facebook d'AKM, de KRAV MAGA SELF DEFENSE COMBRAILLES et celui de KRAV MAGA ACCESS. <b>OUI – NON (rayer la mention inutile)</b>

*Afin de valider votre inscription, merci de bien vouloir retourner la présente fiche d'inscription complétée et signée, accompagnée d'un chèque de règlement à l'ordre de Sylvain GIRAUD, **avant le 15/04/2023**, à l'adresse suivante : **Sylvain GIRAUD, 15 rue Robert Badinter, 63800 COURNON D'AUVERGNE.***

***Pour ceux qui participent l'après-midi, merci de prévoir un repas froid à manger sur place.***

*Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront validées dans l'ordre de leur réception. Toute inscription non accompagnée du règlement ne pourra être prise en compte.*

*L'organisateur se réserve le droit d'annuler le stage pour le cas où l'effectif serait insuffisant. Chaque participant inscrit*

*en sera alors averti par mail au moins 5 jours avant la date du stage et son chèque lui sera restitué.*

*Toute inscription validée sera définitive et ne fera l'objet d'aucun remboursement sauf annulation du stage par l'organisateur, comme indiqué ci-dessus.*

*Pendant le déroulement du stage, chaque participant reste entièrement responsable de ses objets personnels.*

*Le signataire reconnaît avoir pris connaissance de la note d'information ci-jointe.*

**FAIT A ..... LE.....  
SIGNATURE**

## NOTE D'INFORMATION

Les stages de Krav Maga s'adressent à tous les publics, à partir de 18 ans, hommes et femmes, débutants et confirmés, que vous soyez grand ou petit, mince ou corpulent et quelle que soit votre condition physique.

Tout le monde peut pratiquer le Krav Maga et apprendre ses techniques, **à condition toutefois de ne pas présenter de problème de santé particulier rendant la pratique d'une discipline de combat manifestement inadaptée**. En tout état de cause, tout problème particulier doit être signalé lors de l'inscription, et l'acceptation ou non de la participation au stage est laissée à la libre appréciation de l'organisateur.

Lors des entraînements, certains coups peuvent être portés, bien entendu avec mesure et de manière maîtrisée, en respectant son partenaire et en s'adaptant aux équipements de protections qu'il porte ou non. Dans l'apprentissage des techniques, les agressions sont simulées de la façon la plus réaliste possible, mais toujours en modérant ses gestes et dans le respect du partenaire.

Le but n'est pas de se faire mal mais de prendre conscience, autant que possible, de la réalité d'une agression.

Bien entendu, les coups dangereux ne sont pas réellement portés (projections au sol, coups de têtes, coups aux parties génitales, doigts dans les yeux, morsures etc...).

Le Krav Maga reste toutefois une discipline de contact et il serait irréaliste d'affirmer avec certitude qu'on ne se fera jamais mal en le pratiquant.

**Chaque participant est invité à faire preuve d'humilité, de non agressivité et de respect envers ses partenaires, et à contribuer à l'esprit d'ouverture et de convivialité qui est souhaité lors des stages.**

### EQUIPEMENT :

Pour la participation aux stages, il convient de prévoir :

- une **tenue adaptée** (tenue de sport ou tenue de ville avec tee shirt, sweat à manches longues et pantalon souple)
- des **baskets**
- une **bouteille d'eau**

Les participants peuvent également se munir d'un **équipement spécialisé**. Il est conseillé de prévoir l'équipement suivant :

- coquille
- protège-tibias
- protège-dents
- mitaines ou gants de boxe