

STAGE d'ETE de KRAV MAGA

Club Ensolia Le Pré du Lac Ternelia

Lac d'Annecy - Savoie

Du 7 au 14 juillet 2012

| | Dimanche 8/07 | Lundi 9/07 | Mardi 10/07 | Mercredi 11/07 | Jeudi 12/07 | Vendredi 13/07 | | |
|-------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------------|--|
| 8h00 | | | | | | | | |
| 8h30 | | | | | | | | |
| 9h00 | Accueil/ Café | Krav-Maga | Krav-Maga | | Krav-Maga | Krav-Maga | | |
| 9h30 | | | | | | | | |
| 10h00 | Ouverture du stage | | | | | | Départ Excursion | |
| 10h30 | Règlements Adminis. | | | | | | Excursion Détails à venir | |
| 11h00 | | | | | | | | |
| 11h30 | Déjeuner | | | | | | | |
| 12h00 | | | | | | | | |
| 12h30 | | | | | | | | |
| 13h00 | | | | | | | | |
| 13h30 | | Déjeuner | Déjeuner | | Déjeuner | Déjeuner | | |
| 14h00 | Krav-Maga | Après-midi libre | Après-midi libre | | Après-midi libre | Après-midi libre | | |
| 14h30 | | | | | | | | |
| 15h00 | | | | | | | | |
| 15h30 | | | | | | | | |
| 16h00 | | | | | | | | |
| 16h30 | | | | | | | | |
| 17h00 | | | | | | | | |
| 17h30 | | | | | | | | |
| 18h00 | Cours pédagogique | Cours pédagogique | Cours pédagogique | Retour | Cours pédagogique | | | |
| 18h30 | | | | | | | | |
| 19h00 | | | | | | | | |
| 19h30 | Dîner et animations | Dîner et animations | Dîner et animations | Dîner et animations | Dîner et animations | Dîner et animations | | |
| 20h00 | | | | | | | | |



Dirigé par Richard DOUIEB,
Représentant officiel en Europe d'Imi LICHTENFELD,
fondateur du Krav-Maga, assisté de Steve SCHMITT 4^{ème} dan.



CE STAGE EST ORGANISE PAR L'ASSOCIATION KRAV MAGA PARIS REGION ,
AFFILIEE A LA FEDERATION EUROPEENNE DE KRAV MAGA

Infos ☎ : 06.800.53.187 ou 06.79.61.28.82

SITE INTERNET : <http://www.krav-maga.net> ou <http://www.krav-maga.org>

ADRESSE INTERNET COURRIER : webmaster@krav-maga.net

FEUILLE D'INSCRIPTION À DECOUPER ET À RETOURNER DUMENT COMPLETEE

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 31 MAI 2012

JOINDRE UN ACOMPTE DE 100 € A L'ORDRE DE KMPR

KRAV MAGA LYON 17 CHEMIN DU CLOS 69140 RILLIEUX LA PAPE

NOM :

PRENOM :

DATE DE NAISSANCE :/...../.....

ADRESSE :

E-MAIL :

CP : VILLE :

☎ :

MEMBRE LICENCIE FEKM MEMBRE NON LICENCIE FEKM

CLUB :

FORMULE CHOISIE :

FORMULE A (STAGE + HEBERGEMENT) FORMULE ACCOMPAGNANT

FORMULE B (STAGE) FORMULE C (A LA JOURNEE) EXCURSION

MONTANT DU VERSEMENT :

ACOMPTE :€ EN CHEQUE EN ESPECES

TOTALITE :€ EN CHEQUE EN ESPECES

APTITUDE PHYSIQUE :

Je déclare ne pas présenter de contre-indication médicale pour participer à ce stage et dégage la responsabilité des organisateurs en cas d'accident.

FAIT ALE/...../.....

SIGNATURE DU STAGIAIRE

POUR LA BONNE MARCHÉ DE L'ASSOCIATION, PAS DE POSSIBILITE DE REMBOURSEMENT

A MOINS DE 50 JOURS AVANT LE DEBUT DU STAGE.

IPNS -NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

ADRESSES :

L'HÉBERGEMENT : Village Vacances Ensolia, Le Pré du Lac Ternélia,

209 impasse des Champs Fleuris 74410 St Jorioz, www.ensolia.com

L'ENTRAÎNEMENT : Gymnase omnisport, route du stade, 74410 St Jorioz

SE LOGER

AVEC LE GROUPE, au village de vacances : Chambre double (single possible) en pension complète (du dîner du samedi 7 juillet au déjeuner du samedi 14 juillet). Proche d'Annecy, en bordure de la piste cyclable, à 400 m du lac. Accès libre aux infrastructures sport et loisirs sur place (5 ha de verdure, piscine extérieure, terrains multisports, hammam, sauna...). Animations et soirée dansante selon le programme du village.

POSSIBILITÉ d'hôtels ou de camping à proximité, infos: contact@kravmagalyon.com

LE PROGRAMME

STAGE : 4 heures par jour durant 5 jours, **5 programmes :** débutants, ceinture verte, bleue, marron, noire. Cours pédagogiques en soirée au village de vacances.

L'EXCURSION : Le mercredi 11 juillet une excursion à Annecy en groupe est prévue. Elle vous est proposée en option, au tarif de 35€.

€ TARIFS

| | Stagiaire non licencié FEKM | Stagiaire licencié FEKM |
|---|-----------------------------|-------------------------|
| FORMULE A Stage + hébergement 7 nuits + pension complète + transports en autocar. | 755 € | 699 € |
| FORMULE Ac - ACCOMPAGNANT Hébergement 7 nuits + pension complète. | 450 € | |
| FORMULE B Stage uniquement | 340 € | 290 € |
| FORMULE C 1 journée de stage | 69 € | 59 € |

▪ **EXCURSION DU MERCREDI 11 JUILLET : +35€ SUR LES TARIFS CI-DESSUS**

▪ **SUPPLEMENT CHAMBRE SINGLE : 20 €/NUIT. ATTENTION, 10 SINGLE DISPONIBLES**

▪ **REPAS SUPPLEMENTAIRES : 17 €**

Afin de bénéficier du tarif groupe, nous centralisons les réservations.
Tout règlement à l'ordre de K.M.P.R.

TENUE ET MATERIEL

- **Tenue conseillée :** jogging, tee-shirt, **chaussures de sport indoor.**
- **Matériel à prévoir :** coquille, protège-tibias, gants de boxe.

CONTACTS : ☎ 06.800.53.187 ou 06.79.61.28.82 // webmaster@krav-maga.net