



Corso di Specializzazione

Krav Maga Groundfighting Anno Sportivo 2016-2017

*L'Associazione Sportiva Krav Maga Ivrea attiva per l'Anno Sportivo 2016-2017
un Corso di Specializzazione per la qualifica di*

Krav Maga Groundfighting Expert

Il corso è rivolto a max n. 6 (sei) allievi (col grado minimo di Cintura Arancione), individuati tra coloro che si siano particolarmente distinti nella pratica, costanza, e dedizione alla disciplina, dimostrando una genuina inclinazione all'approfondimento ed alla specializzazione.

Durata e modalità operative: il corso si svolgerà nel periodo Dicembre 2016 – Giugno 2017, e prevedrà un monte ore complessivo di **40 ore** divise in 10 incontri di 4 ore – es. il sabato. Parte del monte ore sarà conteggiato per l'eventuale passaggio di cintura.

Programma: il corso avrà come programma di riferimento quello ufficiale della Krav Maga World Wide, integrato da elementi di approfondimento da varie scuole di eccellenza mondiale.



*Primo approccio sulle cadute - posizioni di difesa da terra - fondamentali di calcio e pugno
posizioni cavalcioni ed in guardia - tecniche di immobilizzazione frontali e laterali e loro difese
posizioni di transizione sulle varie guardie - leve articolari e tecniche di controllo - difesa da strangolamenti
difesa da avversario armato - atterramenti e tecniche di proiezione classiche e loro difesa.*

Tutte le tecniche base e le combinazioni vengono integrate da esercizi sotto stress, ed esaminate tanto dal punto di vista dell'attaccato che dell'attaccante.

Qualifica: il corso abilita alla **Qualifica di Krav Maga Groundfighting Expert** (*Specializzato in Combattimento a Terra / Krav Maga Groundfighting*) con rilascio del **Diploma Krav Maga Groundfighting Expert** riconosciuto dall' Associazione Sportiva Krav Maga Ivrea e potrà essere riconosciuto da enti nazionali ed internazionali (costo extra).

Costi: il costo del corso è di 380 (trecentottanta) euro, comprensivo di assicurazione, materiale didattico e Diploma, da versarsi in un'unica soluzione oppure in due rate di 190 euro l'una (la prima all'atto dell'iscrizione, la seconda a saldo entro il 31 Marzo 2017).

Per informazioni ed iscrizioni contattare info@kravmagaivrea.it o il cell. 333 2949836