



Stage été 2026 1 au 5 août

Stage de Krav-Maga / self-défense

Objectifs :

- Savoir déterminer une situation de danger
- Posséder les outils nécessaires pour sortir d'une situation périlleuse, en restant dans le strict cadre de la Loi
- Savoir porter secours à une personne en danger
- Savoir donner l'alerte

Possibilité de passer des grades jusqu'à la ceinture marron de Krav-Maga FFKDA, en fonction des aptitudes et de l'ancienneté dans les arts martiaux et sports de combat.

Lieu : Salle de Combat, Gymnase Pierre Folliet, Boulevard des Tuileries, 38300 Bourgoin-Jallieu

Horaires : 10h/12h 13h/15h 19h/21h

Tarifs :

Stage OR : 6 heures par jour, 5 jours : 250 euros

Stage ARGENT : 4 heures par jour, 5 jours : 200 euros

Stage BRONZE : 2 heures par jour, 5 jours : 150 euros

Possibilité de pratiquer à la carte : minimum 2 heures, tarif en fonction (à élaborer ensemble).

Formateur :

Christophe FORAY Ceinture Noire 5^{ème} dan Krav-Maga FFKDA
 Ceinture Noire 7^{ème} degré SARC FFST
 Ceinture Noire 2^{ème} degré Kick-Boxing FFKMDA
 Ceinture Noire Sambo, Mitaine Noire Pancrace
Diplômé d'Etat : DEJEPS Perfectionnement Sportif
 BEES Karate
 BPJEPS Kick-Boxing, K1, Muay Thai

Contact :  06 11 27 09 01

 academie@ashigaru.fr

Fiche de réservation (nombre de places limité) :

NOM : PRENOM :

Date de naissance :

Adresse :

Contact :

A renvoyer par mail à : academie@ashigaru.fr

Le règlement du stage se fait sur place au premier jour (chèque ou espèces).