



## KRAV MAGA MAOR / MAOR SELF DEFENSE

(ab 16 Jahren, für alle Stufen geeignet)

Zeit: jeweils Montag, **19:45 – 21:15 Uhr** (Türöffnung 19:35 Uhr)

Ort: Webereistrasse 66, Adliswil (UG-Trainingsraum Ballettschule Elena Abramova)

### Unsere Preise

- Probetraining: gratis (bitte Anmeldung an 079 421 56 57/ office@closecombat.ch)
- Probeabo 3 Monate: CHF 230.-
- 6 Monate: CHF 400.-
- 12 Monate: CHF 600.-
- Trainingskleidung: CLOSECOMBAT T-Shirt (45.-)
- Schutzausrüstung: Tiefschutz für Herren (37.-), Brustschutz für Damen (79.-)
- Mitgliederausweis: Einmalig CHF 25.- (bitte Passfoto bei Anmeldung abgeben)

### Was noch?

- Die ausgefüllte und unterzeichnete Anmeldung ist auch für das kostenlose Probetraining notwendig – besten Dank ([https://www.closecombat.ch/pdf/Anmeldung\\_CLOSECOMBAT.pdf](https://www.closecombat.ch/pdf/Anmeldung_CLOSECOMBAT.pdf)).
- Empfohlen: lange Trainingshose, Kurz- oder Langarm T-Shirt (keine Tank- / Spaghetti-Oberteile)
- Training nur in leichten Indoor-Trainingsschuhen mit heller, nicht markierender Sohle! Kein Training in Strassenschuhen, Socken oder barfuss!
- Es gibt nur eine kleine Garderobe – wir empfehlen, bereits in Trainingskleidung zum Training zu erscheinen.
- Nächste S-Bahn-Haltestelle: «Sihlau» (S4). Öffentliche Parkplätze an der Webereistrasse und an der Sihlstrasse (Nähe S-Bahn-Haltestelle) verfügbar.
- CLOSECOMBAT Mitglieder profitieren vom Memberpreis bei allen CLOSECOMBAT Kursen und Seminaren: [www.closecombat.ch/#events](http://www.closecombat.ch/#events)
- Was ist KRAV MAGA? -> [https://de.wikipedia.org/wiki/Krav\\_Maga](https://de.wikipedia.org/wiki/Krav_Maga)
- Wer ist AMNON MAOR? -> <https://www.maorcenter.com/meet-amnon>

13.01.2024/LC