

KURZ LEDEN 2017



Škola bojových umění a sebeobran Břeclav, se rozhodla uspořádat zkrácený kurz sebeobran pro zájemce z řad veřejnosti.

Termín: Leden - únor 2017 (6 lekcí)

Místo: Vitální svět Čechovka Břeclav, Čechova 12

Cena: 450,-Kč (400,-Kč s jakýmkoli osvědčením od nás)

Ukončení: osvědčením při 100% účasti na kurzu

Čas cvičení: každá středa 18:15-19:15 po dobu 6lekcí

Požadavky:

- Minimální věk 15 let (do 18let nutný souhlas rodičů)
- Zaplacení kurzu minimálně 14 dní předem tedy konkrétně do 15.12.2016
- Omezení kapacity kurzu na 8 osob, cvičení bude probíhat v úzkém kruhu. Přednost mají dříve přihlášení.
- Minimální počet zájemců pro otevření kurzu je 8 (informace, zda se kurz uskuteční, nebo budou vráceny peníze v plné výši, bude sděleno emailem a na webu).

Přihláška je brána za závaznou teprve zaplacením kurzovního!

Způsob přihlášení:

Zájemce o cvičení, se nejlépe předem informuje, zda jsou ještě volná místa na kurzu. Pokud ano, vyplní zájemce **elektronickou přihlášku**, která je umístěna na webu (www.sebeobranabreclav.wz.cz) s názvem **KURZ LEDEN 2017**. Zde vyplní všechny požadované údaje. Potvrdí na konci dokumentu odeslání a tím je přihláška odeslána. Trenérovi přijde souběžně s odesláním email o tom, že někdo nový vyplnil přihlášku. Trenér Vás zpětně kontaktuje pro potvrzení, že je ještě místo, ev. zjistí způsob platby za kurz.

Způsob platby:

Platit je možno hotově, na adrese **Škola bojových umění a sebeobran Břeclav, U Splavu 2867/1, Břeclav, 690 02**, nebo převodem na č.u.**2700609035/2010**. Do poznámky uvádějte celé jméno a důvod platby. (*Petr Čapka, kurz 2017*)

Storno přihlášky:

V případě, že jste se již přihlásili, ale přesto již nyní víte, že se cvičení nebudete moci zúčastnit, napište prosím a vyřadíme Vás z evidence, ať neblokujete místo ostatním.

Storno platby:

Pokud jste již zaplatili kurzovné, platba obvykle nelze vrátit, na kurz ale můžete poslat svého známého, nebo kamaráda. Každý cvičící, se ale musí zvlášť přihlásit! Pokud bude dostatečný počet zájemců a kurz se tak zaplatí, lze se domluvit na vrácení storna, což je 50% z částky. Vše ale záleží pouze na domluvě a na konkrétní situaci. Na vrácení peněz nevzniká automaticky nárok.

Obsah kurzu

Kurz je určen pro všechny, kteří mají zájem buď se naučit, nebo zopakovat (ti co už u nás třeba cvičili) **základy sebeobrany**, která je použitelná na ulici, proto i sleva pro naše žáky.

Obsahem je

- 1) postoj,
- 2) úhyby,
- 3) orientace v prostředí,
- 4) způsob předvídání konfliktů,
- 5) základní pády,
- 6) údery,
- 7) kopy,
- 8) ukázka použití paralizéru, pepřového spreje, teleskopického obušku.
- 9) Dle vyspělosti skupiny, následně různé modelové situace napadení a obrany proti nim.

Kurz je konstruován pro ty, kteří nikdy necvičili žádný bojový sport, jedeme tedy od úplných začátků. Kurz je vhodný pro muže i ženy. Odrážecí štíty a další pomůcky jsou v ceně.

Co není v ceně

Pro zájemce, kteří to myslí se sebeobranou vážně, doporučujeme pořídit pepřový sprej, možno přinést peníze na 1.lekci a objednat u trenéra, který Vám na druhou lekci spreje přinese. Cena je kolem 200-300Kč. Možno objednat i cvičný sprej, který je plněný vodou, cena 200-250,-Kč. Více informací emailem, nebo na kurzu. Není to povinnost.

Termíny lekcí:

Předem upozorňuji, že termíny se mohou změnit z důvodu nemoci, uzavření tělocvičny, svátků, dovolených a podobně!! Případné změny, budou v dostatečném předstihu oznámeny emailem.

4.1.2017 -st

11.1.2017-st

18.1.2017-st

25.1.2017-st

1.2.2017-st

8.2.2017-st - lekce venku, mimo tělocvičnu, na ulici

Dárkový poukaz:

V případě zájmu, lze na tento kurz vystavit dárkový poukaz na fotopapíru na konkrétní jméno za doplatek 40,-Kč.

Dárkový voucher na jméno, na běžný A4 papír je zdarma. Obojí je možno vyzvednout v sídle školy, nebo poslat emailem elektronicky (voucher).

Výherní voucher:

Na tento kurz bude také opět k vyzvednutí (zaslání) jeden voucher zcela zdarma.

Podmínkou pro výhru, je **sdílení propagačního letáku** na tuto akci a "like" na Facebook stránce "Škola bojových umění a sebeobranu Břeclav".

Leták můžete také vylepit na vhodné ploše, kterou nebudete nikoho omezovat. (Na Vašem autě, ve Vašem obchodě, na Vašich dveřích)

I sdílení, i vylepení plakátu, je nutno zdokumentovat-vyfotit, nejlépe i s Vámi a posílat na email info@sebeobranabreclav.wz.cz

Cca 14 dní před zahájením kurzu, bude zvolen 2 člennou komisí, která se shodne - výherce (kontrola like na skupinu + nejnápaditější vylepení, nebo nejvíc sdílení), který bude kontaktován a bude mu předán (ev.zaslán) voucher. Výherce bude zveřejněn na webu vč. zaslané fotografie.

Voucher, je poté možno komukoli darovat, nebude adresován přímo na jméno, pokud si to výherce nebude výslovně přát.

Pokud si nebudete vědět s čímkoli rady, nebo budete chtít vědět více informací, kontaktujte pořadatele:

Petr Čapka

ředitel organizace

Škola bojových umění a sebeobranu Břeclav, z.s.

IČO: 226 095 21

+420 606 707 376

info@sebeobranabreclav.wz.cz