

## **Krav Maga para Mulheres**

### **Funcel Esportes**

Postado em: 19/10/2016

No dia 5 de novembro a Coordenação de Esportes em parceria com a Território Top Team promove um curso só para as funcelinas. Krav Maga - Defesa Pessoal para Mulheres, apresentará técnicas práticas e testará os limites do seu corpo. #kravmagafuncel #defesapessoal #sextosentido #coordenaçãobombando

Fundação CELEPAR  
Coordenação de Esportes

Krav Maga - Defesa Pessoal para Mulheres

19 de outubro de 2016, quarta-feira.

A Coordenação de Esportes chega trazendo um curso de Krav Maga só para as meninas. Você conhece essa arte de defesa pessoal?

O KRAV MAGA é um sistema de combate corpo a corpo desenvolvido em Israel, que envolve técnicas de luta, torções, defesa contra armas, bastões, facas, agarramentos e golpeamentos. É a única luta reconhecida mundialmente como arte de defesa pessoal e não como arte marcial. Sua técnica visa impedir que o ataque atinja o alvo e ao mesmo tempo simplifica e aumenta a força dos movimentos de contra-ataque.

Através do treinamento o aluno aprende a controlar seus seis sentidos (aguça os cinco sentidos e desenvolve um sexto - capacidade de pressentir os movimentos antes de serem esboçados, percebendo o mundo à sua volta).

Estas aulas já são sucesso aqui na Coordenação de Esportes e ocorrem nas quartas e sextas-feiras às 07h30.

Pensando em aprimorar o conhecimento dos alunos e inserir mais meninas nessa modalidade a equipe do "Território Top Team", irá realizar um curso especial para mulheres nas dependências da FUNCEL no dia 5 de novembro, sábado. Lembrando que as vagas são limitadas.

O valor do investimento para associados é de R\$ 30,00 e a idade mínima para realizar o curso é de 13 anos. Para o convidado o valor da inscrição é R\$ 50,00.

A confirmação da inscrição dar-se-á através de Mensagem Expresso para a Coordenação de

Esportes até o dia 3 de novembro, quinta-feira.

CURSO DE KRAV MAGA PARA MULHERES dia 5 de novembro, a partir das 09h30 da manhã

Inscriva-se e acumule 3 pontos no Cartão Clube + Esportes, o programa de fidelidade da Coordenação de Esportes

Neste curso os assuntos abordados serão:

- Técnicas e Táticas de Ataques;
- Técnicas e Táticas de Defesa;
- Solturas de Agarramentos e Imobilizações;
- Solturas de Agarramentos e Imobilizações no Chão;
- Técnicas Contra Roubo;
- Técnicas Contra Roubo de Bolsas;
- Uso de Objetos Comuns na Defesa Pessoal;
- Solturas em Geral;
- Defesa Contra Ameaças com Armas Brancas (Faca, Vidro, etc);
- Técnicas de Comportamento Diante a Situação de Agressão;
- Técnicas de Comportamento Diante Tentativa de Estupro;

#kravmagafuncel #defesapessoal #sextosentido #coordenaçãobombando

Coordenação de Esportes - funcelesporte@funcel.org.br  
Profº Paulo Farias Paixão Junior - paixao@funcel.org.br  
Coordenadora Glaucia Maria Pastro