

# Dům Děti a Mládeže v Příbrami

ZVE CHLAPCE A DĚVČATA VE VĚKU 7 – 12 let

DO ZÁJMOVÉHO KROUŽKU

## **SEBEOBRANA**



Kde ? **Dům dětí a mládeže**  
**Příbram IV-294**  
**Sál č. 1 – přízemí**

Kdy ? **KAŽDÉ ÚTERÝ**  
**16 – 17 hodin**

Platba ? **1.280,- Kč**  
**(na školní rok)**

### PROGRAM CVIČENÍ - „KRAV MAGA“

Co je KRAV MAGA ? Je to moderní, praktická a prověřená soustava sebeobránných technik, které byly vyvinuty a pečlivě koncipovány tak, aby odpovídaly podmínkám současného, rychle se měnícího světa a jsou přizpůsobeny pro každý věk účastníků – od dětí po seniory.

Program v našem zájmovém kroužku :

- učí děti reálné sebeobraně,
- rozvíjí dětské schopnosti - sílu, vytrvalost a sebevědomí,
- posiluje jejich vlastní image a zdravou sebedůvěru,
- je vhodným prostředkem proti šikaně.

**PŘEDEVŠÍM JE TO VYNIKAJÍCÍ VÝCVIK**  
**S FYZICKOU AKTIVITOU.**

Vedoucí kroužku : Milan Paštyka a Eva Vojtová

Bližší informace : tel. 724 854 793

e-mail. : M.PB@seznam.cz

Přihlášky : Marcela Jelínková [www.ddmpribram.cz](http://www.ddmpribram.cz)

Dům dětí a mládeže, Příbram IV, Pod Šachtami 294  
jelinkova@ddm.pb.cz - tel. 607 529 763, 608 522 677