

# 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 ? 1.450,- Kč  
(na školní rok)



Vedoucí kroužku : Milan Paštyka a Eva Němcová Vojtová  
tel. 724 854 793 M.PB@seznam.cz

### 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.

PŘIHLÁŠKY ELEKTRONICKY : [www.ddmpribram.cz](http://www.ddmpribram.cz)

Bližší informace : Dům dětí a mládeže, Příbram IV - 294  
Marcela Jelínková [jelinkova@ddm.pb.cz](mailto:jelinkova@ddm.pb.cz)  
tel. 607 529 763, 608 522 677