

KEMPO TAI JUTSU



To szkoła walki wręcz z kierunku Modern Jiu Jitsu , w której nauczysz się realnej samoobrony przed atakiem agresora w sytuacjach życia codziennego.

Jeżeli lubisz trenować sporty walki zajęcia z Kempo są również dla Ciebie. Wiele technik nauczanych w Kempo jest używane przez zawodników MMA (Mixed Martial Art).

Program techniczny Kempo obejmuje naukę uderzeń (60 %), rzutów, dźwigni, obaleń (40%). Zaawansowani oraz funkcjonariusze Służb Mundurowych mają możliwość trenowania z użyciem pałki typu tonfa i teleskop.

Zajęcia odbywają się na Sali gimnastycznej ZDZ w Chełmie.

Uczennice i uczniowie ZDZ w Chełmie - wstęp wolny.

Terminy treningów: poniedziałek 16.30 – 18.00

środa 16.30 – 18.00

piątek 16.30 – 18.00

Kontakt : Marcin Dziedzic , tel . 692 788 217

Oficjalna strona Szkoły: www.kempo.warszawa.pl

Zapraszam wszystkich zainteresowanych zarówno Panie i Panów.