## Defensa Personal - Linares (Aikido - Hapkido - Krav Maga)

entrenamiento físico combinado

Aikido: Arte orientado a la defensa, con una profunda base filosófica, en el cual el defensor redirige el movimiento y la energía del ataque a su oponente.

Hapkido: Arte marcial coreano que compila lo mejor de estilos variados, desde el combate a larga y media distancia como el taekwondo o karate, hasta los basados en lucha cuerpo a cuerpo a corta distancia (lucha libre, sirum, aikido, judo), teniendo como especialidad la manipulación de articulaciones y el uso de puntos de presión.

Krav Maga: sistema de defensa y combate contra una amplia y variada gama de actos agresivos que pueden provenir de un atacante tales como puñetazos, patadas, estrangulaciones, agarrones, así como defensas contra varios atacantes armados.

## **PRIMERO**

**Turno** del 22 de septiembre al 19 de diciembre de 2014

(excepto festivos)

A partir del miércoles 17 de septiembre: Universitarios por Campus Virtual y Cónyuges de PAS y PDI en las oficinas del SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico.

Plazos de inscripción

A partir del viernes 19 de septiembre: Resto de interesados, en las oficinas del

SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico.

25 € con Tarjeta SAFYD

**Tarifas** 

40 € No Universitarios

Martes y jueves

Temporalización de la Actividad

(Para las sesiones se establecerán dos grupos de trabajo por sexo, masculino y

femenino)

El S.A.F.Y.D. se reserva la posibilidad de suspender o aplazar aquellas actividades que no lleguen al 50% de ocupación.

Grupo		Plazas	Días de clase	Horario	Monitor/a y Sala
Defensa Personal (Aikido, Hapkido, Krav Maga)		25 plazas	martes y jueves	20 a 21.30 horas	Monitores de Club con Convenio UJA
					1/2 Pabellón
Otros Turnos programados: Segundo Turno (del 2 de febrero al 30 de abril, excepto Semana Santa)					
Perfil de Usuario Apropiado para cualquier usuario.					
Nivel de Intensidad	Adaptado a las características del grupo. El nivel de intensidad podrá ser controlado por el propio usuario.				
<del></del>					
Síguenos en					

actividad de fitball actividad de bodybalance actividad de ciclo indoor

## **Enlaces relacionados**

- Universidad virtual (inscripciones universitarios y consulta de disponibilidad)
- Reservas de actividades (No Universitarios, Egresados y cónyuge e hijos/as) y consulta de disponibilidad
- Pago electrónico
- Condiciones de participación en Actividades

## **Documentos relacionados**

- Solicitud de Inscripción a Actividades
- Resolucion de Gerencia Procedimiento para la Devolución de ingresos por actividades físicas y deportivas de la UJA