



CLUB



GRAPPLING

FAQ

LUN 15.00-16.45
SAB 15.00-16.00



COSA VUOL DIRE GRAPPLING?

Nel combattimento a contatto pieno, il **grappling** è uno **stile di lotta** in cui lo scopo è portare a terra l'avversario con delle prese e costringerlo alla resa con tecniche di sottomissione.



**MA NON HO MAI FATTO
ARTI MARZIALI...**

Sei nel posto giusto per iniziare!

Il corso, che si rivolge a ragazzi dai 14 anni in su e adulti, è strutturato per praticanti di tutti i livelli: da principianti ad agonisti.

Unico requisito: avere voglia di imparare e mettersi in gioco!



**SI PUO'
FARE
UNA
PROVA?**

Certo!

Consigliamo sempre di fare
due lezioni di prova e di
confrontarsi con l'insegnante
tecnico prima di iscriversi.



**E' IMPORTANTE
PRENOTARE LA
PROVA!**

Puoi farlo con un messaggio

WhatsApp al numero della

Segreteria: **392 1715021**

o inviando una **mail** a:

fightclubravenna@gmail.com

COME BISOGNA VESTIRSI PER LA PROVA?



Comodi!

Pantaloncino e maglietta, più un paio di ciabattine per spostarsi dallo spogliatoio alla sala. Sul tatami si accede a piedi nudi, si raccomandano piedi puliti.

Si consiglia di portare un piccolo asciugamano, un cambio pulito e dell'acqua.



Prima facciamo le lezioni di prova!
Se ti trovi bene con l'insegnante
tecnico ed i compagni, iniziamo questo
percorso insieme.



**DOVE
SIETE DI
PRECISO?**

Siamo in **via Sergio Cavina
27A**, presso il Centro
Commerciale San Biagio.

TI ASPETTIAMO!



Se hai altre domande,
contattaci!

✉ fightclubravenna@gmail.com

392-1715021 

  [RavennaFightClub](#) | [fclub_ravenna](#)

www.fightclubravenna.it 

