

CURSOS DE JIU JITSU BRASILEÑO 2023-24



Descripción

El Jiu-Jitsu Brasileño o BJJ es un sistema de defensa personal centrado principalmente en la lucha cuerpo a cuerpo utilizando técnicas de luxación, estrangulaciones, inmovilizaciones y derribos. Su práctica y entrenamiento implican un acondicionamiento físico y mental total. Se requiere traje de jiu jitsu para participar en la actividad.

Contenidos

- Técnicas de inmovilización, luxación y estrangulaciones.
- Técnicas de defensa y zafaduras.
- Técnicas de derribo
- Métodos de fuerza y acondicionamiento físico
- Amplitud de movimiento y flexibilidad

PERIODOS DE INSCRIPCIÓN

Inscripción para los tres periodos:

- Abonad@s a partir del 4 de septiembre de 2023
- No abonad@s a partir del 18 de septiembre de 2023

Primer Periodo:

Del 2 de octubre al 22 de diciembre de 2023
No se impartirán sesiones el 1 de noviembre y 4, 6 y 8 de diciembre de 2023

Segundo Periodo:

Del 8 de enero al 22 de marzo de 2024
• Inscripción para abonad@s a partir del 11 de diciembre de 2023
• Inscripción para no abonad@s a partir del 18 de diciembre de 2023

Tercer Periodo:

Del 25 de marzo al 14 de junio de 2024
No se impartirán sesiones el 29 de marzo, 1 de abril y 1 de mayo de 2024
• Inscripción para abonad@s a partir del 4 de marzo de 2024
• Inscripción para no abonad@s a partir del 11 de marzo de 2024

MÁS INFORMACIÓN

- ☎ 948 82 59 09
- ✉ repcion@cdmclaracampoamor.com
- 🌐 www.cdmclaracampoamor.com

Cod.	Cursos	Horario	Días	Ratio	Duración
BJ01	Jiu Jitsu Brasileño	19:00-20:00 h.	L,X,V	1/12-20	60 min.

L=Lunes; M=Martes; X=Miércoles; J=Jueves; V=Viernes; S=Sábado; D=Domingo

TARIFAS POR PERIODO	Abonad@	No abonad@
	3 ses./sem.	3 ses./sem.
Jiu Jitsu Brasileño	57,75 €	93,00 €

CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

- **La inscripción es ANUAL**
- Para poder inscribirse como cursillista de la instalación deberá formalizar la hoja de inscripción y presentar la documentación necesaria (fotocopia del DNI y libreta bancaria).
- En el momento de formalizar la inscripción se deberá abonar la cantidad correspondiente a la primera cuota que se realice. El resto de cuotas se pasarán por domiciliación bancaria el día posterior a la fecha límite de baja de cada periodo.
- **BAJAS.** Deberá firmar un documento (hoja de baja) que será único por procedimiento válido para cursar la misma antes del día marcado por la
 - 2º Periodo: Último día para darse de baja el 1 de diciembre de 2023.
 - 3º Periodo: Último día para darse de baja el 8 de marzo de 2024.
- Las personas que causen cualquier BAJA fuera de los periodos establecidos no tendrán derecho a la devolución de los importes.
- **Las lesiones o cualquier incapacidad producidas una vez iniciado el curso, no son motivo para la devolución de la cuota de inscripción.**
- Una vez iniciado el curso existe la posibilidad de realizar una inscripción INMEDIATA siempre y cuando haya plazas libres. Si la inscripción se realiza durante la primera mitad del periodo se abonará la cuota completa. Si la inscripción se realiza en la segunda mitad del periodo se abonará la mitad de la cuota.
- Todos los cursos deberán llegar al ratio mínimo necesario para su activación. En caso contrario podrá ser suspendido y la cantidad abonada por el participante será devuelta.
- Los horarios de los cursos y periodos de inscripción pueden ser modificados por razones organizativas. En tal caso, se informará a los participantes de los nuevos horarios y periodos.
- Estas y otras normas aparecen en la hoja de inscripción a los cursos deportivos que mediante su entrega y pago son aceptadas por el participante.