



Superhelden gibt es nur im Kino.
Schütze dich selbst!

Ja, ich möchte ein Superheld werden und ...

- ... ein Probetraining machen.
- ... beim Basisseminar dabei sein.
- ... mehr Informationen, ruft mich bitte zurück.

Zutreffendes ankreuzen und die Karte abschicken bzw.
E-Mail an: info@train2survive.de

Name

Anschrift

Telefon

E-Mail

Bitte mit
0,45 EUR
freimachen.

train2survive
Mario Staller
Pfitznerstraße 3
65193 Wiesbaden



Realistische Selbstverteidigung

auf höchstem Niveau!

Krav Maga (hebräisch: „Kontaktkampf“) ist ein israelisches Selbstverteidigungssystem und zeichnet sich durch einfache aber effektive Techniken aus. Besonders das Einschätzen von Gefahren und das richtige Reagieren unter Stress wird trainiert. Natürliche und instinktive Reaktionen werden im System berücksichtigt und sinnvoll eingebunden. Dadurch ist Krav Maga für Mann und Frau relativ schnell zu erlernen.

Ausgebildet von Eyal Yanilov und Avi Moyal, zwei der engsten Schüler des Krav Maga Begründers Imi Lichtenfeld, verfügen unsere Trainer über mehrere Jahre Erfahrung im Ausüben und Unterrichten von Krav Maga. Sämtliche Instructoren von train2survive sind hauptberuflich als Einsatztrainer bei Polizeibehörden tätig und besitzen somit ein umfangreiches Expertenwissen im Bereich Selbstverteidigung, Schießen, Taktik, Kommunikaton und Deeskalation.

Unser Trainingsangebot



Frankfurt / Sindlingen:

Sporthalle TV Sindlingen
Mockstädter Straße 12
65931 Frankfurt am Main/Sindlingen

Montags 20.30 – 22.00 Uhr

Donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr

Wiesbaden / Niedernhausen:

greenhouse kulturclub
Lochmühle 1
65527 Niedernhausen

Dienstags 19.00 – 22.00 Uhr

Samstags 14.00 – 15.30 Uhr

Monatsbeitrag für beide Trainingsorte: **ab 39,- EUR**

Der Inhaber von **train2survive**, **Mario Staller**, ist einer der höchst graduierten Krav Maga Instructoren in Deutschland und zweifacher Weltmeister im Ju-Jutsu. Neben des technisch-taktischen Know-Hows verfügt Mario Staller als studierter Diplomtrainer und Sportpsychologe (M.Sc) auch über die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse bezüglich der Art und Weise moderner Unterrichtsgestaltung (Methodik / Didaktik), des Belastungsaufbaus im Training, der Gestaltung der Technik-, Taktik-, Simulations- und Anwendungsanteile und der Wirkungsweise von Angst und Stress in Extremsituationen.

Bei **train2survive** trainieren Sie realistische Selbstverteidigung mit Spaß und Effizienz – we **train2survive!**



Inh.: Mario Staller
Pfitznerstraße 3 | 65193 Wiesbaden
Tel.: 0611 2404433
info@train2survive.de
www.train2survive.de