



شرایط کلاس های اختصاصی استاد فتاحی



شرایط کلاس های آموزش وینگ چون کونگ فو:

وینگ چون کونگ فو شامل ۱۰ سطح تکنسینی می شود که درجات ۱ تا ۱۲ سطح اول آن توسط سی هینگ فتاحی در استان خراسان رضوی آموزش داده می شوند. بطور کلی آموزش ۱۲ درجه مذکور در ۳ ترم آموزشی انجام می شود. در هر ترم آموزشی ۴ درجه از ۱۲ درجه هنرجویی آموزش داده می شود.

سایر مشخصات هر ترم به شرح ذیل می باشد:

۱. هر ترم شامل حداقل ۱۲ درجه آموزشی می شود.

۲. مدت زمان مفید برای هر جلسه آموزشی ۹۰ دقیقه می باشد.

۳. بطور معمول هر هفته یک جلسه آموزشی برگزار می شود و با توجه به شرایط

تعداد آن قابل کم و یا زیاد شدن می باشد.

۴. تعداد جلسات اعلام شده برای هر ترم به عنوان حداقل جلسات

مورد نیاز برای رسیدن به مهارت در ۴ درجه هنرجویی در نظر

گرفته شده و در صورت کم کاری و یا نیاز هنرجو،

به تعداد جلسات ترم اضافه خواهد شد.



شرایط کلاس های دفاع شخصی کاربردی استاد فتاحی:

کلاس های دفاع شخصی استاد فتاحی رویکردی واقع گرایانه نسبت به درگیری های خیابانی داشته و لذا برنامه کلاس های دفاع شخصی کاربردی با توجه به نیاز، استعداد، مهارت، سن و سایر ویژگی های هر هنرجو برای هر هنرجو بطور اختصاصی طراحی می شوند.

بطور کلی کلاس های دفاع شخصی کاربردی استاد فتاحی به دو شکل ارائه می شوند:

۱- آموزش محور

در این کلاس ها، تمرکز بر آموزش تکنیک بوده و تمرین تکنیک ها به عهده خود هنرجو می باشد. این کلاس ها بطور فشرده و در یک ترم ۱۲ جلسه ای به هنر آموزش داده می شود.

۲- تمرین محور:

در این کلاس ها، تمرکز بر آموزش و تمرین بوده و ۷۰ درصد زمان کلاس ها صرف تمرین و اصلاح تکنیک ها می شود.

این کلاس ها در سه ترم مقدماتی، متوسطه و پیشرفته به هنرجو ارائه می شود و بطور معمول حداقل تعداد جلسات هر ترم ۱۰ جلسه می باشد.

در ادامه مهمترین سرفصل های کلاس های دفاع شخصی معرفی می شوند



سرفصل های آموزشی کلاس های دفاع شخصی کاربردی

آموزش اصول هوشیاری موقعیتی



آموزش اصول پیشگیری از خشونت

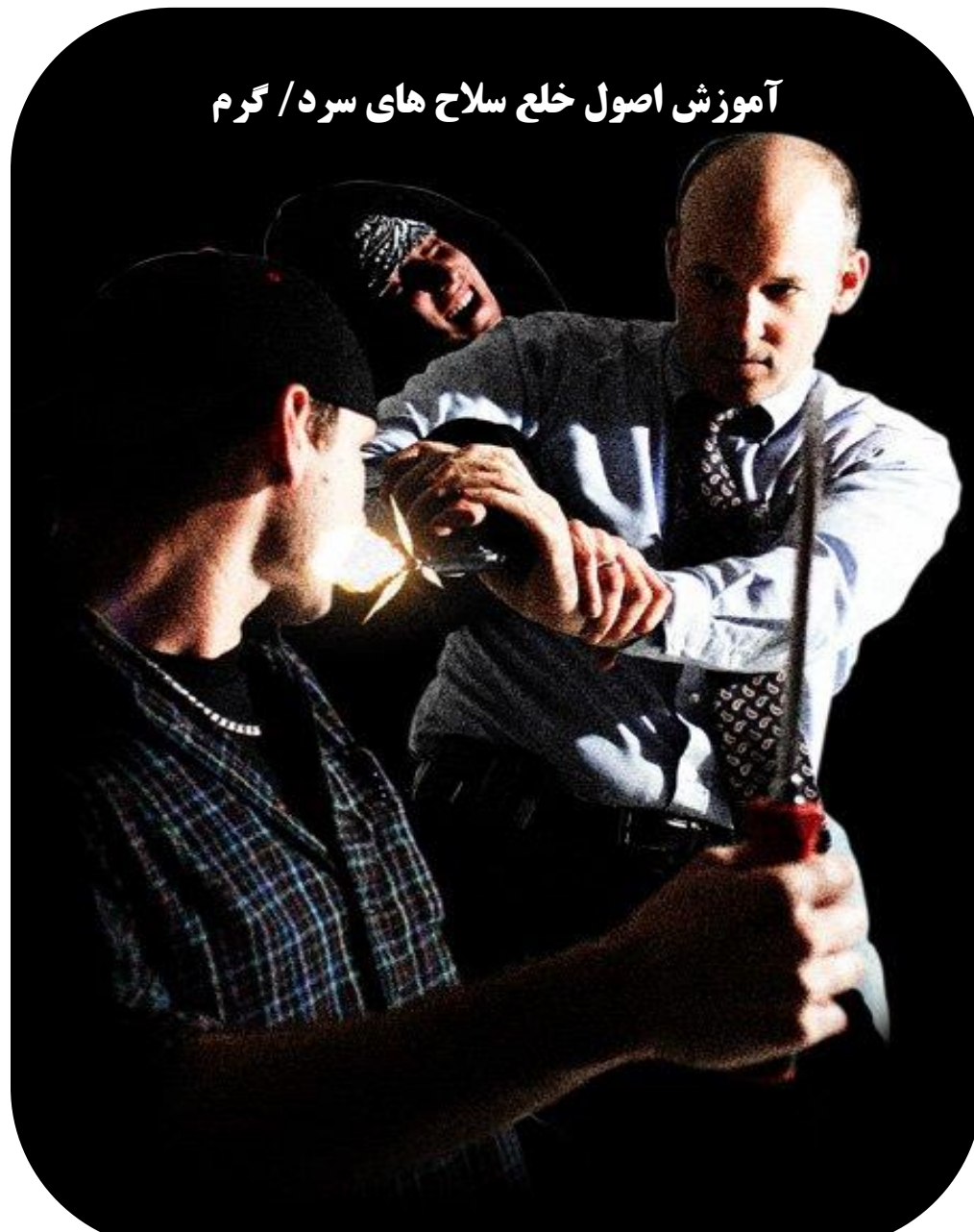


سرفصل های آموزشی کلاس های دفاع شخصی کاربردی

آموزش اصول استفاده از سلاح های سرد



آموزش اصول خلع سلاح های سرد / گرم



سرفصل های آموزشی کلاس های دفاع شخصی کاربردی

آموزش نحوه صحیح اجرای حرکات

آموزش کاربردی ترین تاکتیک های دفاع شخصی و سیستم تهاجمی RAT

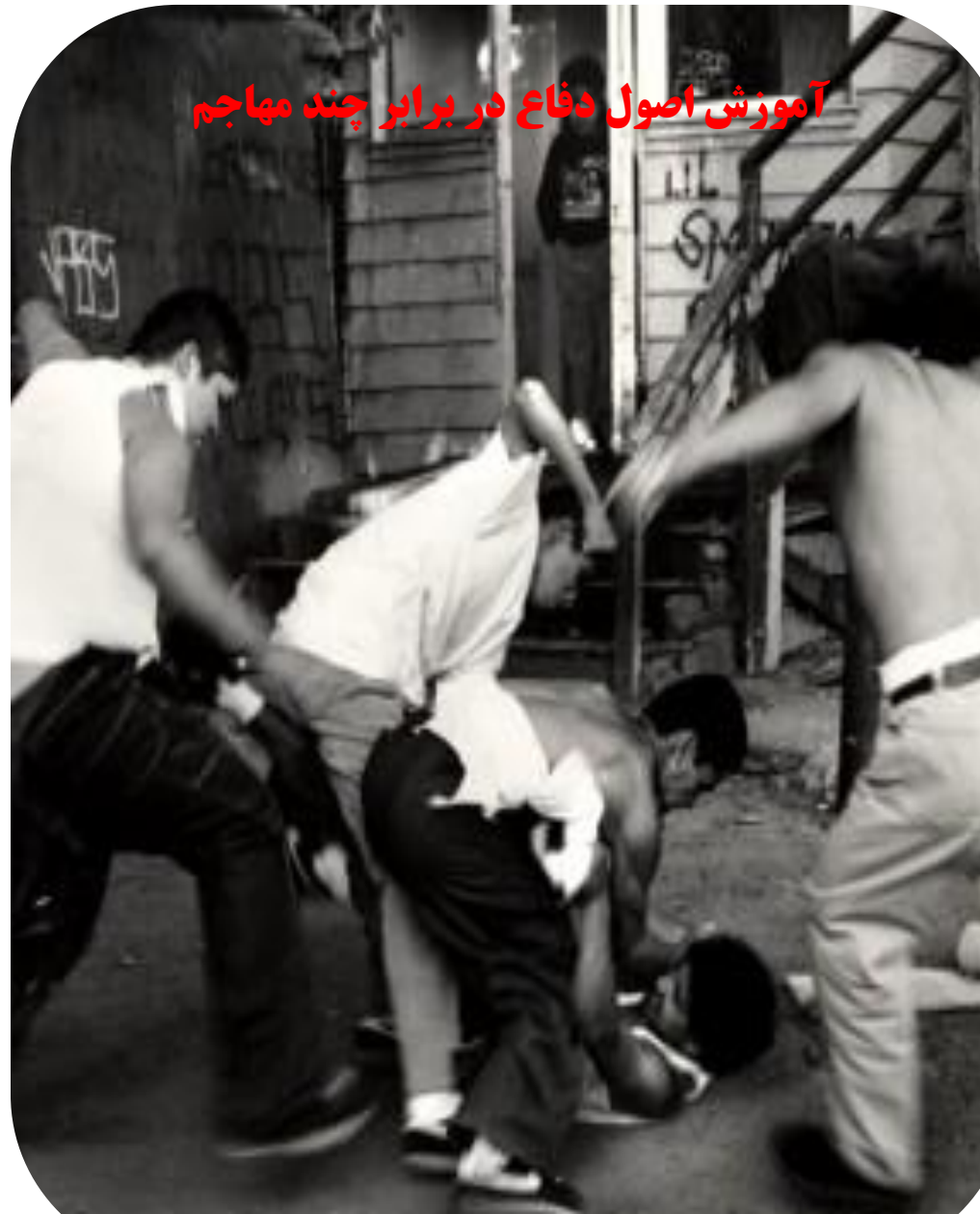


سرفصل های آموزشی کلاس های دفاع شخصی کاربردی

ارائه برنامه تمرینی جهت ارتقاء آمادگی جسمانی



آموزش اصول دفاع در برابر چند مهاجم



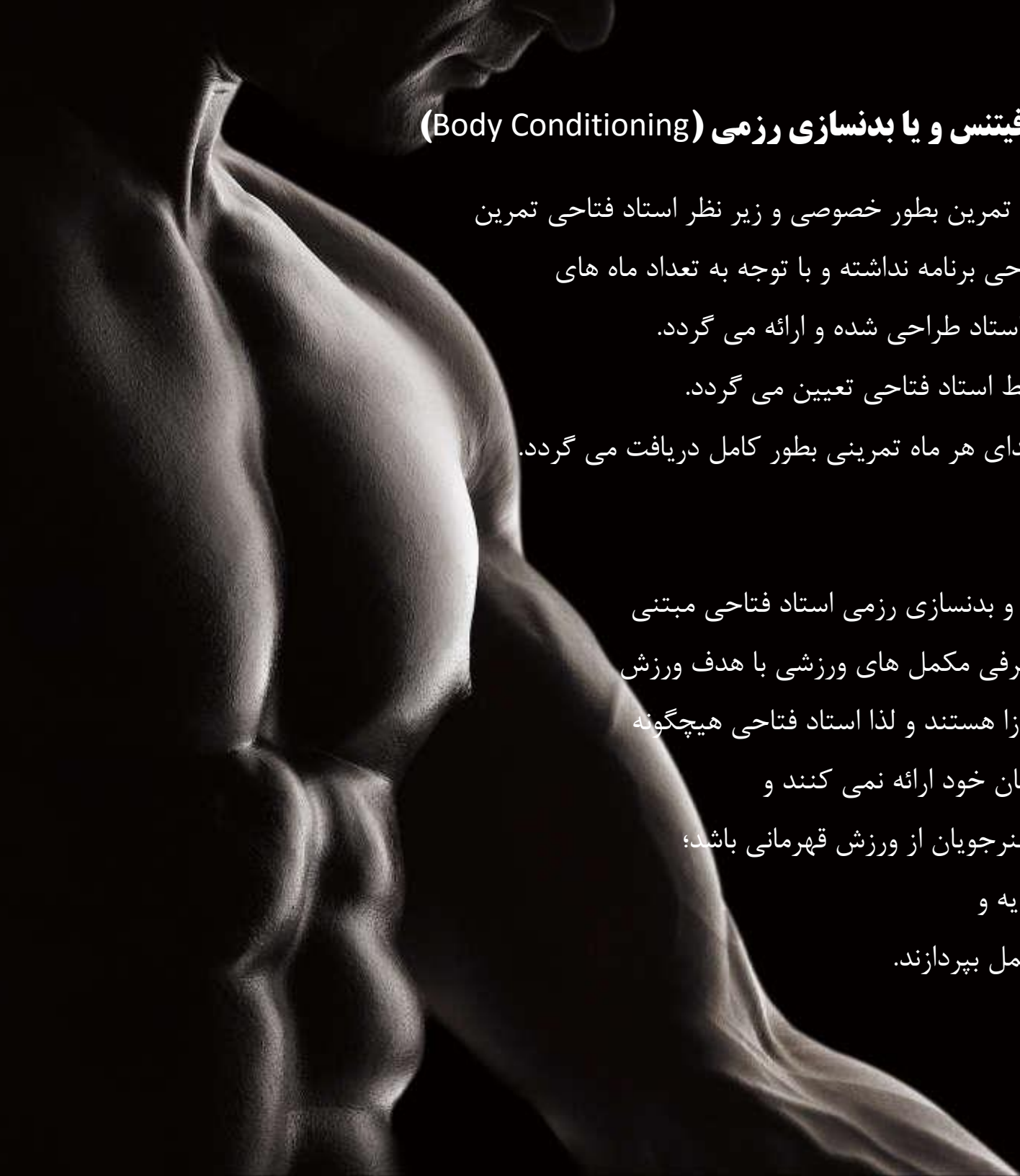
هزینه کلاس های خصوصی

سیستم آموزشی	مدت زمان هر جلسه	هزینه هر جلسه (تومان)	حداقل تعداد جلسات هر ترم
وینگ چان	۹۰ دقیقه	۱۰۰۰۰۰	۱۲ جلسه
دفاع شخصی کاربردی	۶۰ دقیقه	۸۰۰۰۰	۱۰ جلسه
هنرهای رزمی فیلپینی (سلاح سرد تخصصی)	۹۰ دقیقه	۱۵۰۰۰۰	۱۰ جلسه
دیگر شاخه های تخصصی	۶۰ الی ۹۰ دقیقه	با توجه به تخصص مورد نظر تعیین می گردد	با توجه به تخصص مورد نظر تعیین می گردد

هزینه کلاس های نیمه خصوصی

سیستم آموزشی	مدت زمان هر جلسه	تعداد افراد	هزینه هر جلسه (تومان)	حداقل تعداد جلسات هر ترم
وینگ چان	۹۰ دقیقه	۲ الی ۴ نفر	۱۰۰۰۰۰	۱۲ جلسه
دفاع شخصی کاربردی	۶۰ دقیقه	۲ الی ۶ نفر	۹۰۰۰۰	۱۰ جلسه
هنرهای رزمی فیلپینی (سلاح سرد تخصصی)	۶۰ دقیقه	۲ الی ۴	۱۶۰۰۰۰	۱۰ جلسه
دیگر شاخه های تخصصی	۶۰ الی ۹۰ دقیقه	۲ نفر	با توجه به تخصص مورد نظر تعیین می گردد	با توجه به تخصص مورد نظر تعیین می گردد



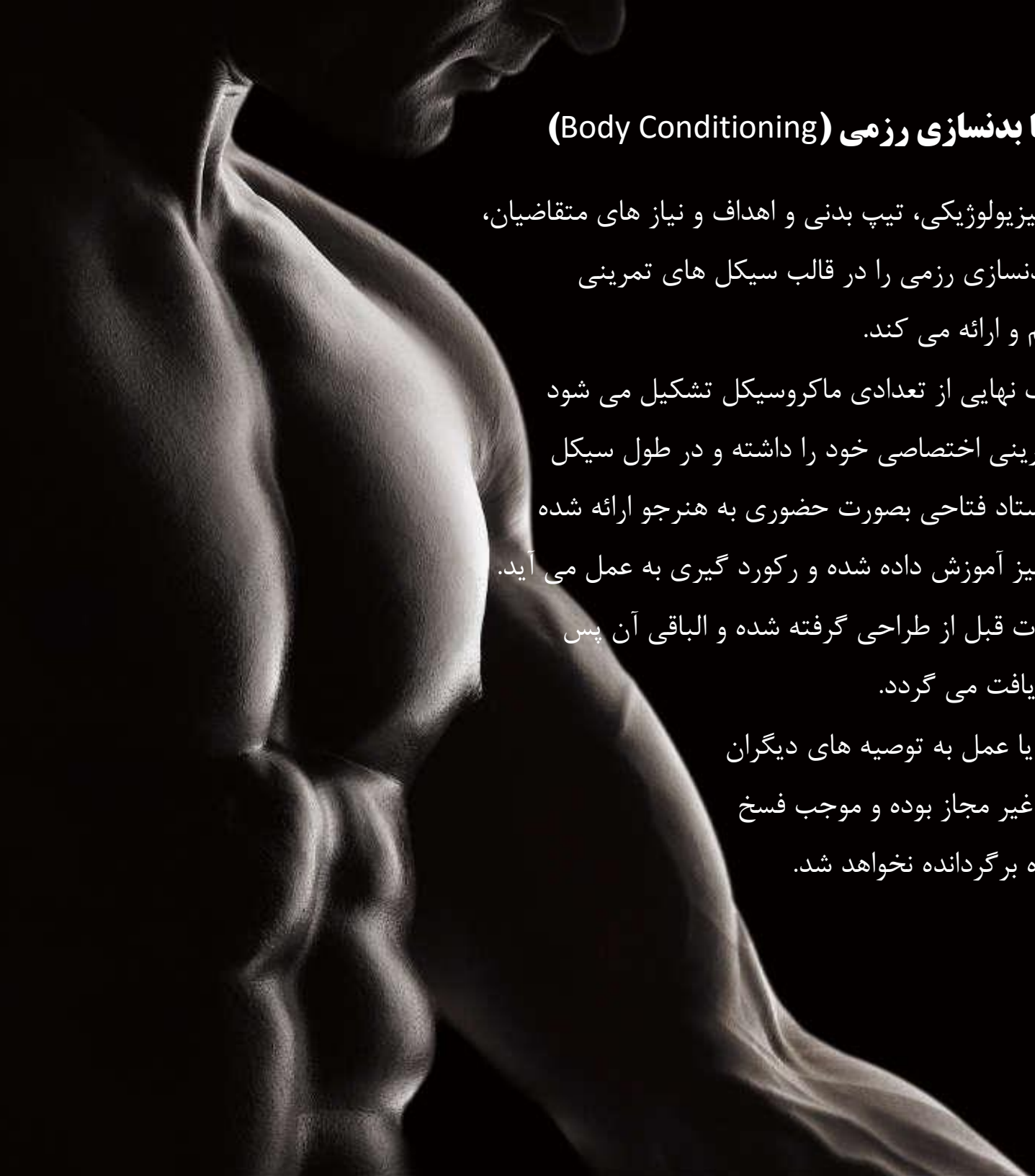


شرایط کلاس های خصوصی حرفه ای فیتنس و یا بدنسازی رزمی (Body Conditioning)

- متقاضیانی که مایلند در هر جلسه تمرین بطور خصوصی و زیر نظر استاد فتاحی تمرین کنند نیازی به پرداخت هزینه طراحی برنامه نداشته و با توجه به تعداد ماه های درخواستی، برنامه تمرینی توسط استاد طراحی شده و ارائه می گردد.
- باشگاه محل تمرین خصوصی توسط استاد فتاحی تعیین می گردد.
- هزینه ی تمرین خصوصی، در ابتدای هر ماه تمرینی بطور کامل دریافت می گردد.

نکته مهم:

سیاست اصلی کلاس های فیتنس و بدنسازی رزمی استاد فتاحی مبتنی بر ورزش برای سلامتی است؛ از طرفی مکمل های ورزشی با هدف ورزش برای قهرمانی ایجاد شده و آسیب زا هستند و لذا استاد فتاحی هیچگونه برنامه ی مصرف مکمل به هنرجویان خود ارائه نمی کنند و فقط و فقط در صورتی که هدف هنرجویان از ورزش قهرمانی باشد؛ می توانند زیر نظر یک پزشک تغذیه و با مسئولیت شخصی به مصرف مکمل بپردازند.



شرایط برنامه های تخصصی فیتنس و یا بدنسازی رزمی (Body Conditioning)

- استاد فتاحی با توجه به شرایط فیزیولوژیکی، تیپ بدنی و اهداف و نیاز های متقاضیان، برنامه های تمرینی فیتنس و یا بدنسازی رزمی را در قالب سیکل های تمرینی ۶ ماهه، ۹ ماهه و یا سالیانه تنظیم و ارائه می کند.
- هر سیکل تمرینی با توجه به هدف نهایی از تعدادی ماکروسیکل تشکیل می شود که هر ماکروسیکل برنامه وزنه تمرینی اختصاصی خود را داشته و در طول سیکل برنامه ی هر ماکروسیکل توسط استاد فتاحی بصورت حضوری به هنرجو ارائه شده و نحوه ی اجرای صحیح حرکات نیز آموزش داده شده و رکورد گیری به عمل می آید.
- نصف هزینه طراحی سیکل تمرینات قبل از طراحی گرفته شده و الباقی آن پس از طی نصف مدت زمان سیکل دریافت می گردد.
- هرگونه دریافت برنامه بدنسازی و یا عمل به توصیه های دیگران در سیستم آموزشی استاد فتاحی غیر مجاز بوده و موجب فسخ قرار داد شده و هزینه دریافت شده برگردانده نخواهد شد.

هزینه کلاس ها و برنامه های تخصصی فیتنس و یا بدنسازی رزمی (Body Conditioning)

سیستم آموزشی	مدت زمان برنامه	هزینه هر برنامه تمرینی (تومان)	تعداد جلسات نظارت و همراهی در تمرین
طراحی سیکل تمرینات و ارائه برنامه تخصصی وزنه تمرینی و برنامه غذایی به همراه آموزش تکنیک	۶ ماهه	۴۰۰۰۰۰	حداقل ۴ جلسه (با توجه به تعداد ماکروسیکل ها)
طراحی سیکل تمرینات و ارائه برنامه تخصصی وزنه تمرینی و برنامه غذایی به همراه آموزش تکنیک	۹ ماهه	۶۰۰۰۰۰	حداقل ۵ یا ۶ جلسه (با توجه به تعداد ماکروسیکل ها)
طراحی سیکل تمرینات و ارائه برنامه تخصصی وزنه تمرینی و برنامه غذایی به همراه آموزش تکنیک	۱۲ ماهه	۸۰۰۰۰۰	حداقل ۸ جلسه (با توجه به تعداد ماکروسیکل ها)
نظارت و همراهی در تمرین به صورت خصوصی	۱ ماه	۴۰۰۰۰۰	۱۶ جلسه



قوانین و نحوه تشکیل کلاس های خصوصی و نیمه خصوصی رزمی:

- استاد فتاحی با توجه به ویژگی های فیزیولوژیکی، استعداد و سایر شرایط هر هنرجو، یک برنامه منحصر به فرد برای وی آماده کرده و پس از تنظیم طرح درس مربوطه آن را در قالب یک Package آموزشی و در تعداد جلسات خاص به هنر جو ارائه می کند؛ لذا باتوجه به این قضیه تمامی کلاس های خصوصی و نیمه خصوصی استاد فتاحی بصورت ترمیک و با تعداد جلسات مشخص برگزار می شود و به همین دلیل به جز در موارد خاص، امکان برگزاری کلاس های خصوصی و نیمه خصوصی با تعداد جلسات پایین (مثلا یک یا دو جلسه) امکان پذیر نمی باشد.
- در صورت رزرو تعداد جلسات بیشتر از حداقل تعداد جلسات هر ترم و یا رزرو بیش از یک دوره ی آموزشی، ۱۰ درصد تخفیف به متقاضی تعلق می گیرد.
- هزینه نصف تعداد جلسات هر ترم قبل از شروع دوره از متقاضیان دریافت شده و هزینه جلسات باقی مانده، قبل از برگزاری جلسه ی میانی هر ترم دریافت می گردد.
- چنانچه هنرجوهای مبتدی قصد شرکت در کلاس های عمومی و یا خصوصی سایر مربیان و یا سایر سبک ها را داشته باشد باید آن را با استاد فتاحی مطرح کرده و در صورت تأیید ایشان در کلاس مورد نظر شرکت کند و چنانچه هنرجو بدون اطلاع استاد فتاحی در کلاس دیگری شرکت کند؛ استاد می تواند در صورت صلاحدید دوره آموزشی را کنسل نماید و هنرجو هیچگونه ادعایی مبنی بر هزینه جلسات برگزار نشده نمی تواند داشته باشد.
- متقاضیان در صورت تمایل می توانند قبل از جلسه ی سوم هر ترم آموزشی، ترم را لغو کرده و هزینه جلسات برگزار نشده را دریافت نمایند، همچنین لازم به ذکر است از جلسه ی سوم هر ترم به بعد، امکان لغو ترم میسر نبوده و در صورت لغو ترم و عدم شرکت هنرجو در جلسات باقی مانده، هزینه دریافت شده به هیچ عنوان برگردانده نمی شود (مگر در موارد خاص).
- زمان و مکان برگزاری کلاس ها بصورت توافقی هماهنگ می گردد.
- چنانچه هنرجویان به هر دلیل و بدون هماهنگی قبلی در جلسات حضور نیابند، آن جلسه برگزار شده تلقی شده و هزینه آن برگردانده نخواهد شد و هنرجو موظف به شرکت در یک جلسه ی جبرانی و پرداخت هزینه آن می باشد.
- در صورت تاخیر بیش از ۱۵ دقیقه هنرجو، مربی می تواند کلاس را کنسل کرده و آن جلسه برگزار شده تلقی می گردد. (مگر اینکه از قبل هماهنگی جهت تاخیر صورت گرفته باشد).
- اقدام جهت دریافت کارت بیمه ی ورزشی و دیگر لوازم ورزشی مورد نیاز برای ترم از قبیل کارت عضویت، لباس سبک، دستکش و ... الزامی می باشد.
- به جز در موارد خاص، سیستم های تمرینی خطرناک مانند مبارزه با چاقو، به هنرجویان زیر ۱۸ سال آموزش داده نمی شود.
- متقاضیان می بایست جهت شرکت در کلاس های خصوصی و نیمه خصوصی فرم های ثبت نامی که در سایت قرار داده شده اند را تکمیل کرده و همراه بیاورند.

مزایای کلاس های آموزشی استاد فتاحی:

- ◀ کسانی که در یک ترم از کلاس های خصوصی رزمی استاد فتاحی شرکت کنند، در صورت تمایل می توانند یک برنامه ی بدنسازی رزمی سه ماهه رایگان دریافت نمایند. و در صورت تمایل به دریافت برنامه های بدنسازی ۹ ماهه یا یک ساله از ۲۰ درصد تخفیف برخوردار می گردند.
- ◀ به هنرجویانی که قصد دریافت حکم مربیگری را دارند، مشورت های لازم از طرف استاد فتاحی ارائه شده و متقاضیان می توانند در حین شرکت در کلاس ها، پیگیری های لازمه را انجام داده و در عرض سه سال حکم مربیگری و داوری فدراسیونی خود را دریافت نمایند. (مدت زمان دریافت حکم مربیگری برای هنرجویان عادی ۵ سال می باشد)
- ◀ هنرجویانی که در ارزشیابی پایان ترم استاد فتاحی، امتیاز قبولی را کسب کنند؛ می توانند بدون شرکت در آزمون های رسمی کمیته آموزش سبک، نسبت به دریافت حکم فنی (تا درجه ۸) خود اقدام کنند.
- ◀ هنرجویانی که به سطوح بالایی از مهارت دست پیدا می کنند، جهت آموزش های تکمیلی و دریافت مدارک بین المللی به ریاست سبک کشور معرفی می شوند.
- ◀ با توجه به سطح هنرجویان، فیلم های کمک آموزشی برترین اساتید دنیا، بصورت رایگان ارائه می گردد.



نحوه ی رزرو کلاس :

جهت رزرو و شرکت در کلاس های خصوصی یا نیمه خصوصی استاد فتاحی، متقاضیان می توانند با شماره تلفن ۰۹۳۵۱۹۴۹۸۸۵ بطور مستقیم با استاد فتاحی تماس حاصل کرده و در صورت توافق جهت برگزاری کلاس، نسبت به واریز نصف هزینه ترم، اقدام کرده و فیش عابر بانک یا قبض بانک و یا در صورت واریز اینترنتی شماره پیگیری مربوطه را نزد خود نگه داشته و جهت هماهنگی های بعدی با استاد فتاحی تماس حاصل نمایند. لازم به ذکر است شماره اعلام شده فقط جهت هماهنگی کلاس های آموزشی می باشد.

متقاضان می توانند هزینه ی ترم های آموزشی را به هر کدام از حساب های بانکی زیر (به نام سید مصطفی فتاحی) واریز نمایند.

اطلاعات حساب ۱ (بانک اقتصاد نوین) :

◀ شماره کارت : ۶۲۷۴-۱۲۱۱-۵۸۷۹-۳۲۶۵

◀ شماره حساب : ۲-۴۴۴۱۷۵۲-۸۰۰-۱۸۰۲

اطلاعات حساب ۲ (بانک ملت) :

◀ شماره کارت : ۶۱۰۴۳۳۷۲۳۰۴۴۹۲۸۰

◀ شماره حساب : ۱۴۹۶۹۷۱۸۴۵

