

STAGE

Self-défense



Dimanche 8 Octobre 2023

de 9h à 12h

Salle omnisports (dojo) Précigné

Stage GRATUIT ouvert à tous

De débutant à confirmé à partir de 16 ans

Thème sur « la distance de sécurité et la mobilité »

**Nous suivre sur : Facebook Précigné self défense
et sur : precigneselfdefense.sportsregions.fr**

Venir avec tenue de sport et bouteille d'eau

ORGANISE PAR LE CLUB PRECIGNE SELF DEFENSE

Club affilié à la Fédération Française du Sport Travailleiste

Renseignement : 06 77 13 92 74 ou 07 80 02 44 07

Stage encadrés par 2 instructeurs fédéraux 4 Dang

Ne pas jeter sur la voie publique

imprimé par nos soins