

7. Self défense

Viens apprendre les gestes de base qui te permettent de faire face et de te protéger d'une agression physique.

Lieu : Salle du Midi

Horaire : Jeudi de 16h20 à 17h20

Dates : 26.09 / 3.10 / 10.10 / 17.10 / 7.11 / 14.11 / 21.11 / 28.11 / 5.12 / 12.12.

Prix : 10.- à remettre lors du premier cours à l'enseignant.

Intervenante : Stéphane Coiana & Perraudin Alain